

ESCOLA DE HUMANIDADES  
CURSO DE ESCRITA CRIATIVA

GABRIELA DE FREITAS SCHNEIDER

**DE PERTO NINGUÉM É NORMAL: A LOUCURA E A POTENCIAL FUNÇÃO SOCIAL DO DIÁRIO**

Porto Alegre  
2021

GRADUAÇÃO



Pontifícia Universidade Católica  
do Rio Grande do Sul

GABRIELA DE FREITAS SCHNEIDER

**DE PERTO NINGUÉM É NORMAL**  
A LOUCURA E A POTENCIAL FUNÇÃO SOCIAL DO DIÁRIO

Trabalho de conclusão de curso de graduação apresentado à Escola de Humanidades, Curso de Escrita Criativa, da Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, como requisito parcial para obtenção do grau de Tecnólogo em Escrita Criativa.

**Orientador:** Luis Roberto de Sousa Júnior

Porto Alegre

2021

GABRIELA DE FREITAS SCHNEIDER

**DE PERTO NINGUÉM É NORMAL**  
A LOUCURA E A POTENCIAL FUNÇÃO SOCIAL DO DIÁRIO

Trabalho de conclusão de curso de graduação apresentado à Escola de Humanidades, Curso de Escrita Criativa, da Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, como requisito parcial para obtenção do grau de Tecnólogo em Escrita Criativa.

Aprovada em \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_.

BANCA EXAMINADORA:

---

Luis Roberto de Sousa Júnior

---

Moema Vilela

---

Fred Linardi

Porto Alegre

2021

E eu demorei anos pra escrever isso aqui  
Mas foi tudo num dia que eu escrevi isso aqui  
E eu demorei anos pra entender isso aqui  
Mas se o Froid rimar primeiro  
Cês não vai ouvir isso aqui  
- Djonga

## RESUMO

O presente trabalho está, um pouco a contragosto, dividido em duas partes: a teórica e a criativa. Se fosse como eu gostaria, este seria o resumo de um único diário de pesquisa sobre a loucura e a escrita de si em diários. Porém, a seguir você lerá um ensaio teórico sobre o gênero literário diário, sua origem, história e principais características hoje segundo a maior referência em escrita autobiográfica em diários, Philippe Lejeune. Logo depois, você terá acesso, por ora, exclusivíssimo, ao meu querido diário que me acompanhou durante a minha pesquisa para esse trabalho de conclusão de curso em Escrita Criativa.

**Palavras-chave:** Escrita Criativa. Escrita de Si. Diário íntimo.

## **ABSTRACT**

The present piece of work is a bit reluctantly divided in two parts: the theoretical part and the creative one. If I could have it my way, this would be the abstract of a single research journal about madness and the self writing present in journals. But, instead, what follows is a theoretical essay about the self writing in journals, its origin, history and main characteristics according Philippe Lejeune, the biggest reference in autobiographical writing. After that, you shall have a, for now exclusive, access to the dear journal that kept me company during my research for this paper.

**Keywords:** Creative Writing. Self Writing. Intimate Journal.

## SUMÁRIO

<b>1. PRA COMEÇAR, DEIXA EU ME APRESENTAR.....</b>	<b>8</b>
<b>2. A POTENCIAL FUNÇÃO SOCIAL DO DIÁRIO.....</b>	<b>10</b>
<b>3. DIÁRIO.....</b>	<b>17</b>
<b>4. QUE BOM QUE VOCÊ ESTÁ AQUI.....</b>	<b>87</b>
<b>5. REFERÊNCIAS.....</b>	<b>89</b>

## 1. PRA COMEÇAR, DEIXA EU ME APRESENTAR

É impossível separar a minha escrita da minha vida, simplesmente impossível.

Para que eu possa explicar a minha pesquisa, tenho que, necessariamente, me apresentar.

Na verdade, vou deixar a dona Carminha me apresentar:

“Percebi muito cedo que Gabriela e a escrita são sinônimos! Estão fundidas! Gabriela e escrita, a escrita e a Gabriela! Minha primeira lembrança dela, quando pediram esse depoimento, foi dela sentada em uma mesinha preenchendo espaços em branco de uma agenda já vencida! Ela sempre necessitou desses espaços vazios e em branco para preenchê-los dela! A escrita é a forma que ela tem de ser, de existir e de se encontrar. Gabriela para mim é um poema, é um título, é uma história! Jorge Amado já descreveu lindamente uma Gabriela! Ela é cravo e é canela! Gabriela, ela faz isso preenchendo os espaços vazios que encontra com suas palavras, perfuma e tempera a vida!!!”

Mãe é mãe, não é?

A organização do concurso Rasuras pediu um depoimento dela quando eu concorri com a crônica “Fui ver a Vó hoje”, título que, pensando agora, bem que poderia ser o início de uma entrada de diário... Mas, enfim, pensei em dar a palavra a ela porque não existe autoridade maior em Gabriela.

Cresci preenchendo diários antes mesmo de saber como escrever. Eu ganhava as agendas vencidas que o pai não tinha usado no ano passado e enchia cada pedacinho de papel com desenhos e, com o tempo, com palavras. Confesso que, assim que aprendi a desenhar as letras, não consegui desenhar outra coisa. Me viciiei nesses rabiscos tão cheios de significado.

Os diários me acompanharam a vida inteira, então não poderia ser diferente agora. Por isso, para o meu Trabalho de Conclusão de Curso em Escrita Criativa, não caberia nenhum outro gênero literário, mesmo porque, levei o curso inteiro para descobrir que só sei escrever assim, gabrielacentricamente.

Quando o TCC começou a se aproximar, pensei em estudar transtornos mentais e criatividade nos diários da Sylvia Plath, depois de postergar o projeto por um semestre, dei um passo para trás e decidi substituir transtornos mentais por loucura, um termo mais filosófico, e, além de ler outros diários, produzir o meu, acompanhando a minha pesquisa.

Esse diário contaria com a parte criativa e a teórica misturadas de forma a apagar suas fronteiras, uma terra sem lei.

Neil Gaiman, em seu discurso “Make Good Art”, aponta para o mundo transitório em que vivemos (nós, das artes) e como isso pode ser bom. Tendemos a nos amedrontar frente a um território desconhecido e não perceber a maravilha que é poder desbravá-lo, poder desenhá-lo no mapa e, assim,

fazer suas próprias regras, criar suas próprias leis. No discurso, Gaiman fala da oportunidade que temos agora, devido a esse mundo em constante transformação, de criar novos meios de distribuição de arte e até novas artes em si. As possibilidades são infinitas!

Bom, a ideia aqui era criar uma nova metodologia para esse TCC, que se utilizaria do diário como ferramenta de aprendizado passível de ser avaliada por si só. Até aí, nenhum problema, certo?

De fato, essa minha proposta foi aceita, porém, eu teria que distinguir de alguma forma o que eu gostaria que fosse avaliado como criativo da parte teórica.

Como eu comecei dizendo, não consigo separar a minha escrita de mim, citações e teses se misturam a fatos do dia a dia e reflexões pessoais no meu diário de uma forma tão substancial que, ao tentar separar esses elementos, eu me depararia com um outro trabalho, que, em sua essência, perderia a espontaneidade e a “autenticidade do momento”, características importantes do gênero proposto. Além disso, ao modificar entradas, estaria quebrando com o Pacto Autobiográfico de Philippe Lejeune (por sua vez, a maior autoridade em diários), transformando a parte criativa desse trabalho, em tese, em uma obra de ficção.

Por isso, decidi não mexer no que já tinha produzido, continuar o diário do mesmo jeitinho para a parte criativa, e escrever um ensaio teórico, no qual eu tentaria justificar de uma forma menos subjetivamente marcada, essa minha pretensa nova metodologia sob a luz do que já foi dito sobre diários, principalmente, pelo Lejeune.

Irei me valer, também, de outras vezes que já escreveram sobre diários ou sobre as escritas do eu, como Michael Foucault em seu texto de 1983, “A Escrita de Si”.

Após essas e outras leituras, passei a acreditar que o diário tem uma função social muito importante, o que pretendo demonstrar nesse trabalho.

Justificada a minha motivação pelo assunto “diário”, passo ao tema “loucura”, que vem, justamente, da minha própria, atestada sob o diagnóstico de Transtorno Afetivo Bipolar. Por isso, a parte criativa do meu trabalho foi toda escrita em clima de campanha de conscientização para saúde mental. Esse é um assunto muito importante para mim e pretendo continuar a explorá-lo com esse diário de pesquisa, que não acaba quando termina o TCC.

Porém, não vamos colocar a carroça na frente dos bois.

## 2. A POTENCIAL FUNÇÃO SOCIAL DO DIÁRIO

Um diário é uma coisa difícil de definir. Fisicamente, ele pode se apresentar em forma de uma agenda da Hello Kitty, de um caderno preto de espiral, de um bloco de notas em um celular, de folhas soltas por aí ou de um documento do Word em um computador, a aparência vai ser tão particular quanto o conteúdo. Lejeune<sup>1</sup> fala até em obra de arte para descrever a singularidade de diários físicos, nos quais se guardam também outros tipos de lembranças, ou vestígios, como o próprio teórico as caracteriza, como fotografias, papéis de bala, ingressos, bilhetinhos, flores e todo tipo de *souvenirs* da vida.

Sempre guardei muita coisa, tenho até um fio de cabelo do menino que eu gostava na sexta série grudado com durex em uma das páginas do meu diário de 2003. Sorte dele que eu desencanei dessa paixonite, se não, ia mandar fazer um clone assim que desse. Quando decidi que iria estudar o formato diário para o meu TCC, recorri à caixa que ficava em cima do armário do meu quarto no sítio onde moram meus pais e revirei todas aquelas lembranças que eu nem lembrava que tinha guardado, como o fio de cabelo do João Paulo da 6ª B.

Quando Lejeune compara um diário recheado de itens extratextuais com uma obra de arte, ele fala justamente desse tipo coisa. Uma simples reprodução do que escrevi naquele dia de 2003 não faria jus àquela agenda estufada, transbordando de papeizinhos e outras coisinhas, que foi a minha fiel confidente quando eu tinha 11 anos. Mas não porque a considero uma obra de arte, é porque ela é a única que existe, entende?

A relação de amizade que surge entre diarista e diário é de confiança total, nem que para isso essas confidências tenham que ser protegidas por cadeados, esconderijos e senhas. Anne Frank escreveu em seu diário no dia 12 de junho de 1942: “Espero poder contar tudo a você, como nunca pude contar a ninguém, e espero que você seja uma grande fonte de conforto e ajuda”<sup>2</sup>.

Só que, há a discussão sobre a intenção do diarista, mesmo que inconsciente, de ser lido, nem que seja postumamente. Eu li o artigo “O diário é uma escrita íntima para ser mantida em segredo?”<sup>3</sup> no qual os autores chegam à conclusão de que quem escreve um diário “esconde, em seu misterioso segredo – um aparente paradoxo -, um desejo de ser lido”. Existe até uma associação encabeçada por Lejeune<sup>4</sup> que recebe diários de qualquer pessoa que queira que eles sejam lidos e catalogados para estudos posteriores, porque, uma coisa é certa, diários são documentos históricos valiosíssimos.

---

<sup>1</sup> LEJEUNE, Philippe - O Pacto Autobiográfico: de Rousseau à Internet – Belo Horizonte : Editora UFMG, 2014 (página 301)

<sup>2</sup> FRANK, Anne – O Diário de Anne Frank: edição integral – Rio de Janeiro : Record, 2021 (página 11)

<sup>3</sup> CABRAL, H.L.T.B. et al. “Diário é uma escrita íntima para ser mantida em segredo?”, 2014

<sup>4</sup> <http://autobiographie.sitapa.org/>

Sergio da Silva Barcellos, em sua tese “Escritas do eu, refúgio do outro: Identidade e alteridade na escrita diarística”<sup>5</sup>, dá voz a Gustav Hocke, que situa a origem da escrita pessoal, não na modernidade como se pode pensar, ainda mais quando se sabe que o surgimento do homem moderno foi possibilitado principalmente pela existência de condições (históricas, políticas, sociais, culturais, etc.) propícias para que a escrita de si “tomasse fôlego”, estabelecendo – os diários – como uma “forma de expressão de uma singularidade”, mas sim na antiga Pérsia, onde já havia uma “prática regular dos soberanos [...] de anotar os fatos diários como forma de conservar tudo o que poderia ser considerado marcante para o seu tempo”.

O diário de pesquisa que se segue a esse ensaio já foi feito com a perspectiva de que seria lido e avaliado, por isso, ele difere um pouco daquele tradicional diálogo apenas com o “meu querido diário”. Dessa forma, considero-o um diário-epistolar, porque converso diretamente, por vezes com o meu orientador, por vezes com a banca avaliadora e outras mais pretenciosas vezes com meus futuros leitores.

Acho que todo o escritor sonha em ver o seu trabalho publicado em um livro de capa dura com miolo de papel pólen 90g, que estará na estante de *best-sellers* e que será lido por seus leitores ideais. Mesmo uma estudante que só se considera escritora de vez em quando.

Esse ensaio, se sair como eu espero, vai ser o meu mais extenso texto. Costumo escrever em surtos que duram pouco tempo e que produzem textos igualmente curtos, mas nem sempre foi assim. Embora tenha mantido diários a minha vida inteira, quando tive que fazer uma redação padrão vestibular UFRGS para ser aceita no primeiro ano do ensino médio do colégio Anchieta, reprovei. Só consegui escrever um parágrafo, cheio do que são considerados “erros de português”, e só pude estudar nessa escola porque meus pais se comprometeram a trabalhar junto comigo e com uma professora particular na minha grande dificuldade com a língua portuguesa e com a escrita padronizada. Eu já gostava de escrever no meu diário, mas com essa professora aprendi a gostar de escrever de outros jeitos. Jeitos que me permitiram chegar até aqui.

O bom do diário é que ele é democrático, pode ser escrito por qualquer pessoa, do jeito que essa pessoa quiser, pelo tempo e frequência que preferir. O único pré-requisito desse gênero que “prima pela liberdade de escolhas”<sup>6</sup> é a anotação da data em que a entrada foi escrita, pois “uma entrada de diário é o que foi escrito num certo momento, na mais absoluta ignorância quanto ao futuro, e cujo conteúdo não foi com certeza modificado”<sup>7</sup>.

---

<sup>5</sup> BARCELLOS, Sergio da Silva – *Escritas do eu, refúgio do outro: Identidade e alteridade na escrita diarística* – Rio de Janeiro, 2009

<sup>6</sup> BARCELLOS, 2009

<sup>7</sup> LEJEUNE, 2014, página 300

Tem muita coisa que gostaria de não ter escrito nesse diário, mas me manterei fiel à premissa de Lejeune e não modificarei o conteúdo, apenas revisarei erros de digitação e probleminhas de clareza talvez.

Voltando à Pérsia, a prática de anotar fatos diários foi, mais tarde, absorvida pelo Império Romano, gerando as autobiografias políticas dessa época, “inaugurando assim a tradição europeia das crônicas de eventos”<sup>8</sup>.

“No início, os diários foram coletivos e públicos, antes de entrarem também na esfera privada, depois individual, e, enfim, na mais secreta intimidade”<sup>9</sup>.

Na Grécia, o cuidado de si, a subjetividade e a introspecção se desenvolveram, entretanto, não de um ponto de vista individual, mas sim visando o “conhecimento da natureza humana em geral”<sup>10</sup>. Já no Renascimento, “a pavimentação do caminho que levaria, inevitavelmente, ao surgimento, na cultura europeia, do diário íntimo”<sup>11</sup> é proporcionada pela “literatura da subjetividade”, por sua vez, apoiada nos valores helênicos resgatados pelos renascentistas.

Acompanhando historicamente a evolução da escrita de si em diários, é possível perceber as diferentes funções desse gênero ao longo dos anos e as transformações pelas quais ele passou e passa a cada dia, a cada nova entrada, seja de quem for. O diário se reinventa sempre assumindo diversos papéis, às vezes até para a mesma pessoa.

Na França, Hocke<sup>12</sup> considera os Ensaios de Montaigne como marco inicial para o diarismo, pois, embora o objetivo dele tenha sido enaltecer seu falecido amigo Étienne de La Boétie e eternizá-lo através desses ensaios, a matéria principal da obra é a própria subjetividade do autor. Porém, apesar da “provocação” que a obra de Montaigne produziu, levando ao surgimento dos primeiros “cadernos e cadernetas de anotações privadas entre os franceses”<sup>13</sup>, o Absolutismo se fortaleceu na França, interrompendo essa “onda”, já que o exercício da subjetividade ia contra os valores morais vigentes, que colocavam Deus e o Rei no centro de tudo.

Agora, só com o Iluminismo a interioridade do sujeito terá chance de florescer novamente. Mas, antes, vamos rebobinar um pouquinho.

---

<sup>8</sup> BARCELLOS, 2009, página 65

<sup>9</sup> LEJEUNE, 2014, página 301

<sup>10</sup> HEYDEN-RYNSCH, 1998 apud BARCELLOS, 2009 página 66

<sup>11</sup> BARCELLOS, 2009, página 66

<sup>12</sup> HOCKE apud BARCELLOS, 2009, página 66

<sup>13</sup> BARCELLOS, 2009, página 66

Foucault em “A escrita de si”<sup>14</sup> volta à cultura greco-romana, na qual identifica a origem de práticas textuais sob a “estética da existência e o domínio de si e dos outros”<sup>15</sup> que podem ser relacionadas à escrita pessoal. Ele não fala de diários, mas analisa os *hupomnêmatas* (“livros de contabilidade, registros públicos e cadernetas individuais que serviam de lembretes”<sup>16</sup> e que tinham uma função parecida com os nossos drives, nuvens e qualquer outro dispositivo que sirva como uma memória externa) e as cartas da época como exercícios das “artes de si mesmo”.

Assim, segundo Foucault, a escrita de si plantou sua sementinha na cultura greco-romana e se manteve presente, mesmo na Idade Média, com as anotações monásticas, nas quais ela aparece como uma vacina contra o demônio.

Como assim? Bom, “o constrangimento que a presença de outro exerce na ordem da conduta a escrita o exercerá na ordem dos movimentos interiores da alma; nesse sentido ela tem um papel muito próximo da confissão”<sup>17</sup>. O demônio nos engana sobre nós mesmos, mas a escrita de si “dissipa a sombra interior onde se tecem as tramas do inimigo”.

Sêneca, Plutarco, Marco Aurelio e outros filósofos antes do cristianismo usavam a escrita de uma forma parecida, eles a utilizavam como um treino “de si por si mesmo”, um adestramento. Escrever era tão essencial como meditar e se exercitar. A escrita, de fato, é bastante associada à meditação e “ao exercício do pensamento sobre ele mesmo que reativa o que ele sabe, torna presentes um princípio, uma regra ou um exemplo, reflete sobre eles, assimila-os, e assim se prepara para encarar o real”<sup>18</sup>.

Aí, eu vou puxar a brasa para o meu assado e te lembrar que a tal função social do diário tem a ver com preparar pessoas para a vida. Cultivar o autoconhecimento é a melhor forma que temos de estarmos seguros para lidar com a nossa realidade.

Mas, espere! Isso não é tudo! Tem mais ó: “Como elemento de treinamento de si, a escrita tem, para utilizar uma expressão que se encontra em Plutarco, uma função *etopoiética*: ela é a operadora da transformação da verdade em *êthos*.”<sup>19</sup>.

Manter um diário de pesquisa foi essencial para que eu retivesse o conteúdo que lia e o transformasse no meu trabalho. O diário me ajudou, também, a manter a saúde mental, pela qual tanto lutei, durante essa fase da graduação que é super estressante para a maioria das pessoas. Por isso apelidei de “função social” todos os benefícios que eu fui percebendo que o hábito da escrita de si me trouxe. Faz sentido?

---

<sup>14</sup> FOUCAULT, Michel – Ditos e Escritos, volume V: ética. Sexualidade. Política – Rio de Janeiro : Forense Universitária, 2017

<sup>15</sup> FOUCAULT, 2017, página 141

<sup>16</sup> FOUCAULT, 2017, página 144

<sup>17</sup> FOUCAULT, 2017, 142

<sup>18</sup> FOUCAULT, 2017, 143

<sup>19</sup> FOUCAULT, 2017, 144

Enfim, voltando para o Iluminismo, lá “as escritas pessoais sofrerão um processo de ‘descristianização’, ou seja, sua função de autoexame e de confissão, visando impedir o solipsismo, será finalmente substituída por uma apoteose do eu”<sup>20</sup>

O surgimento dos diários femininos nessa época foram, como Sergio escreve, “o grande acontecimento” da história do diário. Neles, as mulheres podiam se expressar e dar vazão à literatura que existia dentro delas sem correr o risco de aborrecer os seus pais ou maridos. Apesar dos diários serem, para as mulheres do século XVIII, um refúgio para a emoção e a urgência, “na falta de um outro meio permitido de se encontrar e de se dizer através da escritura”, eles ainda não seriam um “espaço exclusivo do eu”. Os escritos femininos “comportariam um senso acurado de observação do meio social e familiar, mas ainda recalcitrante em termos de confissões e segredos”<sup>21</sup>.

Lejeune, no seu trabalho de 1997 “Diários de garotas francesas no século XIX”, aponta para a extrema autocensura presente nesses escritos, que eram vistos como “uma atividade de lazer como bordar ou tocar piano”.

Hoje o hábito de manter diários é visto como algo juvenil e feminino, algo que apenas interessa a meninas adolescentes. Gostaria de estudar mais sobre porque diários são um presente tão comum para meninas e tão raro para meninos e fazer uma conexão com o feminismo talvez. Entretanto, creio não ter tempo e nem espaço para discorrer mais sobre isso agora.

Mas, uma coisa importante de dizer é que, nessa época, diários eram incentivados e até cobrados das meninas como parte do “sistema disciplinar para torná-las boas esposas, boas cristãs, boas mães”<sup>22</sup>. A Igreja Católica, responsável pela educação das meninas até 1880, entretanto, via o diário como uma faca de dois gumes.

Considero um diário uma arma mesmo, a mais poderosa que uma pessoa pode possuir, não, a mais poderosa que há!

Assim, a igreja sabia que havia uma grande chance de que esse hábito criasse uma mulher de personalidade independente e capaz de pensar por si, ou seja, a meio caminho de ser chamada de bruxa.

Porém, os diários, já poderosos, se tornarão ainda mais quando “a revolução autobiográfica” acontecer com a obra Confissões de Rousseau, como veremos.

Não sei se deu para notar, mas estamos acompanhando duas linhas do tempo, uma do diário e uma da escrita de si. Com as Confissões essas linhas começam a convergir. Essa obra é considerada por

---

<sup>20</sup> BARCELLOS, 2009, página 67

<sup>21</sup> BARCELLOS, 2009, 68

<sup>22</sup> LEJEUNE, Philippe. Diários de Garotas Francesas no século XIX: Constituição e transgressão de um gênero literário, 1997.

Lejeune como marco inicial da escrita pessoal, pois significa o nascimento da autobiografia, a escrita mais pessoal que há. Daí pro diário é um pulo, não é? Pois então, estamos quase lá!

“Embora a existência de práticas de uma escrita auto-referencial possa ser encontrada em diversas épocas, é somente a partir do século XVIII que tal escrita inicia a sua instauração na ordem do literário.”<sup>23</sup>

As Confissões são um retrato “nu e cru” que inaugura “uma linhagem de textos autobiográficos” nos quais há “forte presença da noção de indivíduo”. Rousseau, dessa forma, contribuiu enormemente para a transformação da noção de pessoa ao tomar consciência de sua singularidade. Porém, embora eleja “a diferença como força motriz e motivadora de sua narrativa”<sup>24</sup>, ele se considera um representante dos homens. Rousseau, ao se expor da forma mais verdadeira que pode, quis distinguir-se das outras pessoas, ao mesmo tempo em que quis que suas Confissões servissem como um exercício de autoconhecimento para quem o lê. Essa história do diário é mesmo um paradoxo atrás do outro, concorda?

A partir daí, aos trancos e barrancos, fomos “evoluindo” essa questão da individualidade até virarmos totalmente individualistas e o diário foi, de cantinho, evoluindo também.

“Desde o fim do século 18, o diário se pôs a serviço da pessoa [...] ter um diário tornou-se para o indivíduo, uma maneira possível de viver, ou de acompanhar um momento da vida.”<sup>25</sup>

Agora, para caracterizar o diário como ele é hoje, vou dar a palavra novamente a Lejeune, pois ele definiu oito funções para esse tipo de escrita, as quais são:

1. Conservar a memória: é aquela história de ser como um pendrive cheio de fotos daquela primeira câmera digital que você teve, ou uma trilha de farelos de pão que você deixa para você mesmo, ou, como o próprio Lejeune diz, uma série de vestígios.
2. Sobreviver: diz Lejeune que também mantemos diários devido ao medo de não sermos lembrados no futuro, como uma garantia de que alguém vai lembrar de você, nem que seja quem achar seus diários perdidos no sótão de uma casa abandonada.
3. Desabafar: “O papel é um amigo.”<sup>26</sup> Eu diria que o seu melhor amigo, seu mais fiel confidente.
4. Conhecer-se: “O papel é um espelho.”<sup>27</sup> Ao nos vermos refletidos no papel conseguimos identificar, diagnosticar, analisar, questionar, explorar e conhecer aspectos nossos que não conseguimos ver a olho nu. O papel, a meu ver, pode ser um microscópio também.

---

<sup>23</sup> BARCELLOS, 2009, 71

<sup>24</sup> BARCELLOS, 2009, 71

<sup>25</sup> LEJEUNE, 2014, página 302

<sup>26</sup> LEJEUNE, 2014, página 302

<sup>27</sup> LEJEUNE, 2014, página 303

5. Deliberar: “Fazer o balanço hoje significa se preparar para agir amanhã”<sup>28</sup> Está indeciso? Coloque as suas diferentes vozes a conversar através da escrita, aposto que você achará uma solução.
6. Resistir: Em um artigo da Luciana Hidalgo “A loucura e a urgência da escrita”<sup>29</sup> a mesma fala sobre os “Diários do Hospício” do Lima Barreto e como ele os escreveu para resistir em uma situação limite, Lima Barreto mesmo diz, “escrever para não morrer”.
7. Pensar: grandes pensadores mantiveram diários, inclusive, como método de trabalho. Então, por que não ser o próprio trabalho?
8. Escrever: se escrevem diários, também, pelo prazer de escrever. Para escritores, eles podem ser considerados rascunhos de grandes obras.

Passei correndo pelas funções porque me dei conta que já estou estourando o limite de páginas.

Poderia ficar aqui falando horas, dias, meses, anos sobre diários, mas eu tenho que ir me mexendo para concluir isso aqui.

Lejeune, por fim, não faz juízo de valor quando diz que o diário não é bom nem ruim, apenas humano. Eu concordo que seja essencialmente humano, mas eu gosto muito de humanos, por isso, por associação, minha nota é 10 para os diários.

Enfim, me alonguei demais nessa nossa pequena viagem no tempo, mas não me arrependo, porque acho que foi relevante para demonstrar que o diário sempre teve uma gama de funções sociais, as quais se renovam constantemente. Inclusive, estou sentindo que se aproxima o dia em que todo mundo vai querer ter um diário.

Em um mundo cada vez mais individualista, o exercício máximo da nossa singularidade, o diário, vai estar super na moda daqui uns dias, vai por mim. Eu se fosse você já começaria o seu para poder dizer “eu escrevia diários antes de ser cool.”

---

<sup>28</sup> LEJEUNE, 2014, página 304

<sup>29</sup> HIDALGO, Luciana A loucura e a urgência da escrita, 2008

### 3. DIÁRIO

**16 de junho de 2021**

Não planejei sentar e escrever agora, estava, na verdade, me enrolando para começar. Mas, ao invés de esperar uma segunda feira ou o primeiro dia de um mês, decidi resolver essa indecisão da forma mais direta e difícil, simplesmente sentar a bunda e começar a escrever.

Estava mesmo falando com a Isa sobre o medo da página em branco. Uma coisa boa em uma amizade é a motivação que uma dá para a outra. Ela também quer começar a escrever um livro... Eu estou começando um livro?

Não vou pensar nisso agora porque se não paraliso novamente.

Seja o que for isso aqui, pelo menos estou em movimento, pode não ser um tiro certo, mas é um tiro.

Estava vendo um vídeo de um professor falando sobre A História da Loucura de Foucault<sup>30</sup> e o que mais achei interessante foi o parêntese que ele fez sobre a importância de parênteses em uma tese, nele, ele fala também de uma frase do Mao Tse Tung na qual ele critica quem tem uma arma, mas passa o tempo inteiro apenas a polindo e não atirando de fato.

Dito isso, considere esse o meu primeiro tiro.

Tenho um alvo meio incerto, mas espero atingir alguma coisa.

Embora isso aqui seja uma entrada de diário, é um diário que pretendo compartilhar como meu Trabalho de Conclusão de Curso em Escrita Criativa e quem sabe talvez como um livro mais pra frente. Por isso tenho que contextualizar algumas coisas.

Sempre mantive diários, inclusive tenho uma caixa de lembranças com todos eles e mais algumas coisinhas que fui guardando ao longo da vida.

Para esse trabalho, revisitei esse material e descobri coisas interessantes. Digo descobri e não redescobri, porque nunca tinha lido nada do que coloquei no papel durante todos esses anos, simplesmente escrevia e guardava. Pode ter alguém dizendo por aí que alguma parte de mim já sabia

---

<sup>30</sup> <https://www.youtube.com/watch?v=5mX4g1JM71g&t=3671s>

que iria utilizar tudo que guardei em um momento tão importante da minha vida quanto o que estou vivendo hoje. Mas isso é o que dizem...

Só sei que eu não sei como isso aqui vai funcionar e nem se vai funcionar. O que eu quero é produzir um diário de pesquisa epistolar, já que vou estar falando com você, professor(a) que está me avaliando agora.

Um termo importante da minha pesquisa é a escrita de si. Foucault falou sobre isso, mas nesse texto ele não menciona diários, apenas *hupomnêmatas* e as cartas de Sêneca e Marco Aurélio.

O que pra mim foi ótimo porque os cadernos que mantenho agora como diários são também onde eu anoto o que preciso fazer no dia, copio citações que quero usar, faço a lista do supermercado, anoto as receitas de crochê, etc. Parecido com *hupomnêmatas*, eu acho, não?

Por exemplo, agora, sei que teria que explicar o que raios são *hupomnêmatas*, mas nem sei se estou escrevendo a palavra direito, teria que reler o texto do Foucault...

Aí a minha dúvida é: vou lá ler e volto amanhã? Mas teria que ser uma nova entrada, né? Aí os textos ficam sem começo, meio e fim, porque estou escrevendo agora, mas daqui a pouco vou dormir e o assunto não acabou ainda.

É claro que vou voltar nesse texto pra corrigir o que precisa ser corrigido, mas acho que adicionar conteúdo vai meio contra a espontaneidade e liberdade do formato diário, das descontinuidades, rupturas, incongruências...

É que nem o Christian Dunker falou em um vídeo<sup>31</sup>, existe a loucura normalopática, essa nossa do dia a dia.

Aí, porque um tipo de loucura é aceitável e outros tipos são repudiados, enclausurados, desclassificados e mais tudo ado de ruim, é o que eu não sei e que pretendo descobrir com a minha pesquisa.

Bom, acho que agora vou me despedir de você e ir fazer um crochezinho para ver se desopilo, foi muita informação recebida hoje. Porém, não se preocupe, logo menos tem mais dúvidas e inseguranças por aqui.

---

<sup>31</sup> <https://www.youtube.com/watch?v=jFPY7VPGGrE&t=17s>

**17 de junho de 2021**

Ontem depois de escrever aqui, fui ler um livro que o Thiagão me deu, O Poder do Agora. É uma leitura bem diferente das que costumava fazer. Pois é, costumava, não posso dizer que tenho o costume da leitura hoje em dia. Mas pretendo começar a ter. Dizem que leva 21 dias para que um hábito novo seja inserido na sua rotina, então falta 20 pra eu poder dizer que costume ler.

Voltando ao livro em questão, tem uma passagem que me fez exclamar um bah em voz alta.

“‘Não posso mais viver comigo’, pensei. Então, de repente, tomei consciência de como aquele pensamento era peculiar. ‘Eu sou um ou dois? Se eu não consigo mais viver comigo, deve haver dois de mim: o ‘eu’ e o ‘eu interior’, com quem o ‘eu’ não consegue mais conviver. ‘Talvez’, pensei, ‘só um dos dois seja real’”

**18 de junho de 2021**

**07:30'**

A vida acontece.

Estava escrevendo, mas a vida estava acontecendo e acabou me levando pra longe do computador. Por isso, a entrada de ontem ficou incompleta. Aí estava pensando se eu terminava o raciocínio ou começava a de hoje...

Decidi ignorar o que escrevi ontem, acho que mexer muito nele seria desleal.

Teria que ler mais sobre o formato diário para saber o que fazer na verdade.

**18:09'**

**18:33'**

A percepção de tempo é relativa, muito relativa.

**18:45'**

Isso que nem é uma página em branco...

Isso que é pra ser um “refúgio do eu”.

Eu consegui transformar uma coisa que amava fazer em uma obrigação.

Escrevo agora com um gato bem sentado em cima da tase do Sérgio da Silva Barcellos que estava entre mim e o computador.

Agora ele deitou.

Pronto, era isso que faltava pra isso aqui bombar.

Agora o Thiagão está se servindo da massa do almoço, então acho que assim que o micro apitar eu vou perder o meu companheiro.

Ontem, quando estava escrevendo na cama no meu caderninho ele deitou no meu colo de um jeito que deu pra eu continuar escrevendo.

**19 de junho de 2021**

Estava relendo o que já escrevi, pretendo, agora, amarrar as pontas soltas.

Estou há alguns dias cozinhando as ideias que quero colocar no papel. Bem se vê pelas entradas anteriores...

Eu sei que nem sempre vai render, mas pretendo escrever aqui mesmo assim. Sempre digo que, no meu caso, é na quantidade que se acha a qualidade.

Li bastante nesses últimos dias e estava tentando organizar as informações. Hoje, depois de ir na vó, parece que consegui conectar tudo que estava pipocando na minha mente.

O bom desse trabalho é que me força algumas reflexões. Porém, o problema é tentar escrever todas elas de uma forma que outras pessoas entendam, porque pretendo ser lida.

Estava lendo a já mencionada tese do Sergio, “Escritas do eu, refúgio do outro: Identidade e alteridade na escrita diarística”. Conforme fui lendo, fui fazendo diversas relações na minha cabeça e várias vezes tive vontade de começar a escrever, mas achava que não tinha lido o suficiente ainda. Muitas dessas reflexões foram perdidas para sempre, por isso me pergunto qual é o método ideal para conseguir fazer a minha pesquisa da melhor forma.

Enquanto penso nisso, vou contar um pouco do que aprendi com o Sergio, meu já querido amigo. Ele começa definindo alguns pontos como sujeito, identidade e escrita pessoal. Confesso que muito do que ele diz passou batido por mim, mas peguei algumas coisas. Eu acho que vai ser assim, vou ter que ler e reler diversas vezes. Fico meio decepcionada com a minha memória, mas isso é papo para outra hora.

Eu disse que pretendo ser lida, certo? Bom, o Sergio aponta para a “emergência de uma cultura do espetáculo, na qual ‘ser’ significa simples e principalmente ‘ser visto’”. Tá explicado porque quero ser lida, eu não posso esquecer que sou limitada à minha época, acho que todos somos.

Hoje mesmo estava assistindo um vídeo do Maincon Küster, não se emocione querido leitor(a), não é algum teórico cabeça que tu não conhece, é um youtuber, influencer, criador de conteúdo ou seja lá qual for a denominação que ele prefere.

Enfim, o título do vídeo é: “não é uma fase, mãe, é um estilo de vida”. Nele o Maincon nos mostra vídeos do TikTok de pessoas basicamente passando vergonha por estarem seguindo alguma modinha que hoje é ridícula, mas que não era em algum momento. A tese do youtuber é que tudo é uma fase. Eu concordo e vou além, acredito que, assim como existem micro fases e até nano fases a nível de pessoa, existem ultra mega fases, pelas quais a humanidade inteira passa.

Voltando à tese, Sergio, ele cita os “Five Kinds of Self-Knowledge” do psicólogo Ulric Neisser, que são as seguintes:

1. Self-ecológico: tem a ver com a nossa relação com o ambiente que nos cerca. Eu sou a pessoa que é, está, habita tal lugar.
2. Self-interpessoal: eu sou a filha da Maria do Carmo, noiva do Gian, etc.
3. Self-prolongado: tem a ver com memórias e expectativas.
4. Self-privado: “Eu, em princípio, sou a única pessoa que pode sentir essa dor singular e particular”
5. Self-conceitual: confesso que não entendi muito bem esse, mas pelo que diz no texto tem a ver com “papéis sociais, traços pessoais, teorias do corpo e da mente, do sujeito e da pessoa, etc.”

Eu sei que não cabe a mim concordar ou não, mas “*for the record*” eu acho que isso é muito certo.

O Sergio tirou isso do livro “How Our Lives Become Stories” do Paul John Eakin. Fiquei com muita vontade de ler, fui procurar e “só” custa mais de 200 pilas. Aí não né... Se bem que já gastei muito mais em muito menos... Sei lá. Vou ver se tem versão pdf.

Agora, voltando àquela passagem que tirei do livro O Poder do Agora, qual dos selfs é o real?

O Sergio continua, analisando o “sujeito cerebral”, a concepção atual de que somos o que o nosso cérebro nos permite ser. Tem uma parte que achei engraçada: “Dois indivíduos, João e Pedro, têm seus cérebros transplantados para o corpo um do outro. O senso comum não diria que João recebeu o cérebro de Pedro, mas sim que Pedro foi quem ganhou um novo corpo”. Que doideira!

Estava pensando nisso enquanto estava na vó, pois estamos lidando com o Alzheimer dela e com a demência do vô. Foi um dia pesado, o psiquiatra foi lá para medicar o vô. A situação da vó já está sob controle, estabilizada, pelo menos. Já a do vô, nem de longe. Estamos tendo que lidar com surtos psicóticos, agressividade, e com um muito necessário processo de interdição judicial. Aí isso tudo me levou a ter a certeza de que somos mesmo reféns dos nossos cérebros.

**20 de junho de 2021**

Hoje não fiz nada relacionado ao TCC, mas é domingo, então acho que está ok.

A Duda me mandou o que ela já fez da minha apresentação do projeto, está ficando muito bom, porém, confesso, é esquisito ter alguém vendo e mexendo nas coisas que guardei como lembrança durante a minha vida. Confesso, também, que fui como Nicholas Cage com as coisas que decidi guardar ao longo dos anos e também com as que decidi escanear agora para a colagem. Estou contando que o critério do destino, da sorte, do universo, ou seja lá do que for que rege esse mundo, seja melhor.

Foi estranho também, ver o Gian lendo alguns dos meus diários. Ele pegou o de 2013 e quis ler para mim o que eu escrevi no dia do aniversário dele naquele ano. Foi legal, eu estava otimista aquele dia.

É bem difícil ler, tanto pra mim quanto pra ele, pois o que passei junto com os meus diários não foi fácil, esses cadernos são pesados de depressão, ansiedade e mania.

Falando nisso, acho que é chegada a hora de eu explicar quem eu sou e o que estou fazendo aqui.

**21 de junho de 2021**

Você acredita que perdi o prazo para entregar o meu projeto? Estava com ele tão adiantado que esqueci que tinha que entregar oficialmente ontem até a meia noite. Entreguei hoje de tarde, mas estou indignada comigo mesma.

Enfim, cansei só de pensar em escrever sobre o meu histórico de atleta ontem e acabei deixando por isso mesmo. Mas foi bom, porque li muito sobre identidade hoje e estou cada vez mais confiante no meu trabalho.

Ainda estou na função de absorver a tese do Sergio porque encasquei que teria que a ler por inteiro. Isso é uma coisa que a professora Moema já tinha me dito, sobre não precisar ler de cabo a rabo um livro, mas apenas pegar o que me interessa, porém, meu TOC não deixa.

Falando em TOC... Sou extremamente contra usarmos nomes de doenças psiquiátricas para definir traços de personalidade. “Fulana é tão bipolar.” Odeio quem faz isso.

Como uma pessoa, de fato, bipolar, acho ofensivo.

Sim, sofro do Transtorno Afetivo Bipolar, TAB, para os íntimos. O meu interesse em estudar a loucura vem, justamente, do fato de ser essa que vos fala atestadamente louca. Tenho o certificado e a carteirinha do clube inclusive.

Digo sofro, mas já sofri bem mais do que hoje em dia. Posso dizer que estou estável há mais ou menos três anos já. Três anos que contam muito mais do que as minhas três décadas já vividas, pois, por 27 anos, eu apenas sobrevivi.

Eu sou dramática, mas não estou sendo agora, eu realmente sofri horrores com as minhas oscilações de humor enlouquecedoras e, como se não bastasse, com uma ansiedade paralisante também. Dos 16 aos 27 ou estava hibernando ou estava naquela forma mais clichê de loucura, a mania.

Com o tempo vou explicando melhor o que é essa doença, a qual estudei que nem louca, tentando achar alguma explicação para o meu sofrimento. Explicação essa que ainda não encontrei em livro nenhum e que talvez nem exista mesmo.

Voltando ao Sergio, ele fala de um tal de Ricoeur que “aponta a função narrativa como única forma de mediação entre o sujeito e sua verdade íntima.” Ele acredita que a narrativa de si “patrocina um exame reflexivo da vida e o reconhecimento de uma identidade dissociada da ilusão e do autoengano.”

Achei muito legal a ideia de que uma narração sobre a gente mesmo não segue os modelos aristotélicos, que eu deveria saber quais são, mas nunca li a Poética, embora já me tenha sido exigida pela faculdade.

Enfim, acho que uma narrativa de si sempre começa *in medias res* e não necessariamente atinge um final determinado. Além disso, pela minha experiência narrando a minha própria existência desde que aprendi a escrever, a história vai e volta no tempo, entre memórias e expectativas. Ela não é linear, nem inteira e nem unitária, como Aristóteles pelo jeito prega.

Sergio fala também sobre a importância do outro ao contarmos as nossas histórias e sobre a dose de ficção que há nessas narrativas, visto que “o conhecimento de si é uma interpretação”. Genial.

Outra coisa que gostei de ler na tese do Sergio:

“Em diários, esse processo (de constituição da identidade) estaria presente mesmo naqueles cujo objetivo é determinado, como os diários de bordo, de campo, ou meramente registros de eventos, se colocados os textos diarísticos em perspectiva mais ampla em relação ao sujeito da escrita.”

Falando em sujeito, preciso descobrir qual é a concepção do Foucault para esse conceito.

Para finalizar o dia, vou deixar aqui mais uma passagem do Sergio, que conheço há tão pouco tempo, mas que já considero pra caralho:

“É possível existir a pretensão de escrever um texto sem destinatário? Ao pôr em palavras, não estaria o diarista estabelecendo uma situação de comunicação? A possível recepção, ainda que jamais venha a se realizar, está inserida no projeto do sujeito de se auto narrar, é ela quem garante que haverá êxito nessa empreitada.”

**22 de junho de 2021**

Hoje li Contardo Calligaris. Estava há horas fingindo que conhecia o seu trabalho. Queria ler aquele livro dele mais famoso, sabe?

Enfim, li “Verdades de Autobiografias e Diários Íntimos”, porque estava nas referências bibliográficas da tese adivinha de quem? Pois é.

Acabei de ler, na verdade, então ainda estou absorvendo, talvez eu deixe para falar mais desse texto amanhã, não sei, estou um pouco cansada, não sei do quê.

Deixe-me recapitular. Acordei umas 6h30 pra ir na academia, não fomos, mas não dormi mais. Ontem tinha ido dormir quase uma da manhã, então talvez o meu cansaço seja das horinhas a menos de sono. Fui no super, estava desde domingo me enrolando pra ir, o Ozzy, coitado, estava sem sachê. De tarde a Isa veio aqui trabalhar comigo, foi muito bom. Sempre é bom conversar, nem que seja sobre coisas nada a ver. Nem tudo precisa ser edificante, não é? Bom, é claro que não rendi nada, ficamos mais papeando do que trabalhando, como era esperado. Mas fiz bastante crochê, estou cheia de encomendas então até que rendeu, mas pra outra coisa. Lá pelas cinco da tarde fomos eu o Gian, a Isa, o Thiagão, o Romeu e o Chico no Redondo.

A rua do lado de casa é sem saída, mas tem tipo uma rotatória que é meio que uma pracinha, chamamos de Redondo.

Eu e o Gian vamos quase todos os dias pegar um sol e deixar os nossos doguinhos correrem e brincarem um pouco, mas hoje, justo hoje que a Isa estava junto, passou um cachorro, o Chico viu e foi em direção a ele, eu tentei parar o véio porque vi que as intenções dele não eram boas, mas ele está surdinho da silva. Nisso, o Romeu, que estava sob controle, viu que o cachorro ia pra cima do Chico e avançou nele, saiu com um baita tufo de pelo na boca. Aí falamos com a moça que estava passeando com ele, demos o nosso número pra ela passar para a dona do cachorro caso ele precise de algum atendimento, mas pelo jeito não precisou. Sorte que esse cachorro tinha pelo longo, se não o estrago ia ser grande. Depois disso, a Isa foi embora e eu fiquei lendo até agora.

Acho que vou encerrar agora esse dia cheio de emoções, vou tentar ler mais um pouco na cama, mas uma coisa menos teórica. Hoje chegaram dois livros que eu comprei, os diários do Lima Barreto e Quarto de Despejo, comecei por esse último e estou achando bem interessante. Não se preocupe, querido leitor, vou voltar em algum momento para falar sobre essas leituras, por isso, fique ligado!

**24 de junho de 2021**

Tive uma ideia, espontaneamente, para uma história de ficção. Isso nunca tinha me acontecido.

Estava escrevendo no meu diário que é só meu e pensei em como a Gabriela de 12 anos ia ficar feliz em ler o que eu estava registrando, e isso que nem foi um dos meus melhores dias.

Aí pensei em um diário mágico no qual aparecessem entradas futuras. Seria uma menina super deprimida e ansiosa, lendo o que o seu futuro eu escreveu no mesmo dia, mas de anos diferentes.

Não sei como desenvolveria a ideia, não costumo escrever ficção e muito menos fantasia ou realismo mágico, conceitos que, inclusive, não entendo muito bem.

Pensei até em terminar com uma entrada dizendo apenas “jogue fora esse diário!”, uma coisa meio efeito borboleta, sabe?

Enfim, estava triste que não tinha conseguido escrever aqui ontem. Eu até li alguma coisa durante o dia, mas não estava muito produtiva. Sei lá, estava meio esquisita.

Percebi que o meu estudo rende mais à noite por algum motivo. Acho que aos poucos vou conseguindo estabelecer uma rotina pra mim. Pelo menos é o que eu espero.

Às vezes sinto que a minha vida está um caos, que uma bagunça muito grande, como a que está a minha casa, habita em mim.

Ontem ou anteontem pensei comigo mesma que estou cansada de ser quem sou, cansada dos meus problemas. Quero problemas novos, ser uma pessoa diferente pra variar.

Talvez precise de um diário mágico pra me dizer que tudo vai ficar bem. Porém penso que tudo já está bem e eu não estou conseguindo lidar com o tédio de uma vida estável e feliz. Acho que estou viciada no drama, por isso não consigo organizar a bagunça. Sou, definitivamente, autodestrutiva.

\*

Estou questionando tudo que já fiz em relação a esse TCC agora.

Vou apresentar o meu projeto daqui duas horas e estou odiando o que eu fiz, estou pensando em simplesmente sumir, tipo aquela música “Fast Car” que a Tracy Chapman canta.

Por que eu sou assim, hein?

Vou tentar escrever sobre o que eu tenho lido nesses últimos dias.

Então, como você já sabe, eu li um texto do Contardo Calligaris e achei incrível. Olha, acho que ele escreveu isso em 1998:

“Vivemos em uma cultura onde a marca da subjetividade de quem fala ou escreve constitui um argumento e uma autoridade tão fortes quanto, se não mais fortes que, o apelo à tradição, ou a prova dos ‘fatos’.”

Isso nunca foi tão atual. Alô fake news!

Sem falar no absurdo que é essa cultura de influencers que estamos vivendo agora. E o pior de tudo é saber que para eu ter uma chance de ser lida por alguém nesse mundo, só jogando o jogo mesmo.

Calligaris fala, inclusive, isso aqui:

“Pois compor uma imagem para os outros está-se tornando, provavelmente, a poética ordinária do sujeito moderno: de repente, ela orienta os seus atos autobiográficos, sejam eles privados ou públicos, sejam eles, se públicos, favoráveis ou não aos percalços de sua vida.”

Todo mundo quer ser famoso, isso era verdade desde a época de Al Capone (que Calligaris usa como exemplo), mas acho que agora está mais gritante. Berrante! Só se vê gente berrando, berrando a plenos pulmões. “Eu sou isso” ou “eu sou aquilo”, “olhem para mim!”

O sujeito moderno “encontra identidade e substancialidade no registro da celebridade (não da fama, que teria uma condição moral)”.

O cancelamento hoje é a pior coisa que pode acontecer com uma pessoa, deve ter youtuber fazendo “seguro cancelamento”, porque a pessoa morre para os outros e isso, para o sujeito de 2021, é pior do que a morte de fato.

Estou revoltada hoje, tenho vontade de jogar meu celular longe, me sinto completamente sugada por ele. O Instagram é tóxico, o WhatsApp te cobra uma disponibilidade 24/7 desumana.

Estou constantemente em uma espera angustiante por aquele barulhinho de uma notificação nova, sinto vibrações fantasmas onde o meu celular fica grudado no meu corpo.

Porém, como viver sem?

**26 de junho de 2021**

Apresentei meu projeto na quinta, foi horrível.

Tem uma coisa estranha que acontece comigo nas aulas, eu não consigo participar. Parece que paraliso, não consigo pensar em nada pra dizer. Ou, às vezes, até me vem algo, mas simplesmente não consigo. Há oportunidades, há momentos em que seria até uma boa ideia eu falar alguma coisa, chega a ficar um clima estranho e, mesmo assim, não consigo. É claro que, quando me é dada a palavra veementemente (existe essa palavra?), eu falo, mas é sempre horrível. Normalmente leio tão rápido que chego a ficar sem ar, é bem estranho.

Quinta fui a última a apresentar e os outros colegas tinham excedido o limite de tempo, então estávamos com pressa. Fui compartilhar a tela e o meu computador simplesmente não deixou, eu teria que permitir sei lá o que sei lá onde. Eu lia as notificações, mas não entendia nada de tão nervosa. Nisso se passou uma eternidade. Aí alguém falou pra eu mandar a apresentação pra algum outro computador projetar na tela. Funcionou, mas ficou horrível porque eu tinha que ficar em silêncio um bom tempo até ela passar ou eu tinha que falar alguma coisa, só que só consigo dizer o essencial, então você imagina.

Depois eu estava sentindo um misto de alívio, frustração, vergonha e tristeza em geral. Porém, me senti, acima de tudo, uma idiota por criar tantas expectativas. Estava o dia inteiro uma pilha de nervos, achando o meu trabalho horroroso, aí consegui me animar depois de ver a apresentação que a Duda fez finalizada. Só que me animei demais, achei que eu ia arrasar e que eu sairia de lá direto para a Suíça ou sei lá onde que eles dão o Nobel pras pessoa.

Deixei “pessoa” assim mesmo porque foi como eu me imaginei falando essa frase. Eu sei que tá errado tá? Mas, na verdade, errado está quem acha que tá errado. Tem um livro do Marcos Bagno que quero muito ler “Não é errado falar assim! Em defesa do português brasileiro” que fala sobre o preconceito linguístico. Gostaria de estudar mais linguística, acho interessantíssimo, porque acho que tem a ver com identidade, sabe? Quanto mais eu leio sobre esses dois assuntos, mais eles me parecem ligados. A nossa identidade está profundamente conectada com a nossa voz, como nos fazemos entender. O problema é que existem os “sem voz”. Assim como o movimento sem-terra, deveria existir mais conscientização de que toda variante deveria ter o seu valor, já que “A variante vale quanto valem os seus falantes”. Não sei de quem é essa frase, eu ouvi a Vivian Rio Stella falar no curso que eu fiz “Linguagem e Pensamento Crítico” da Casa do Saber. Amo os cursos de lá, queria, inclusive, fazer a assinatura deles, mas não tenho esse tipo de *money*. Porém, o pai sempre diz que comprar livros e cursos não é gasto, é investimento. Conhecimento não ocupa espaço e nunca é demais. Inclusive (eu

sei que já usei essa palavra agora a pouco, mas não tenho outra), tem uma frase de um tal de Boaventura de Sousa Santos: “Todo conhecimento é autoconhecimento”, eu a uso o tempo inteiro, por isso se acostume, ela vai aparecer mais vezes. Acho que se eu vivesse em uma novela, esse seria o meu bordão.

**27 de junho de 2021**

“Auei é o sobrenome do Sofar”

Esse é o tipo de coisa que eu escuto quando passo pela sala onde o Gian e o Thiago ficam jogando Crossout. Eu queria gravar eles conversando um dia, com certeza ia tirar várias ideias de textos. É isso que eu faço, pego o que vejo e escuto e transformo em textos, na sua maioria, de não ficção. Porém, sinto que algo mudou em mim esses dias. Eu já contei da ideia que eu tive do diário mágico, pois então, desde então, estou cada vez mais animada em escrever um livro de ficção fantástica infanto-juvenil. Se me contassem isso há apenas uma semana, eu não iria acreditar. Como pode uma mudança tão drástica de planos devido a uma simples ideia? Nessas horas eu queria mesmo um diário mágico para me dizer se estou tomando o caminho certo.

Agora pretendo de fato escrever todas as ideias que já tive pra essa história. Conversei com a Bibs e com a Isa sobre isso e elas adoraram e me deram várias dicas e ideias para o enredo. Descobri em uma conversa com a Bibs, inclusive, que o que pretendo fazer é literatura fantástica, por isso vou começar a ler a respeito desse gênero no qual prestei tão pouca atenção durante as aulas do Bernardo e do Altair.

Inclusive, uso muito a palavra inclusive. Mas, inclusive, quero conversar com o Bernardo talvez na aula que vem sobre isso. Não sei se vou ter coragem, *pero* tentaremos. Acho que quanto mais cabeças eu tiver pensando nessa história, mais legal ela vai ficar.

Então, por isso tudo, estou inclinada a tentar o mestrado ano que vem. Vou ter que descobrir se essa é a minha melhor opção e como funciona e faz pra entrar, vou conversar com a Isa, quem sabe eu convenço ela a tentar de novo pra ser minha colega.

Falando em Isa, comecei a mandar pra ela o que estou escrevendo também, porque não vou mais mandar pra mãe. Ela fica muito mexida com a minha escrita e talvez não seja uma boa ideia nesse momento. Amanhã o vô vai ser internado compulsoriamente, então você imagina o caco que ela está. Queria poder fazer mais por ela e pela vô...

Vou mandando pra pessoas conforme vou escrevendo pra eu não perder esse arquivo. Deusolivre. Inclusive, pensei em fazer arquivos separados pra cada mês e no último dia de cada, reler tudinho com uma lupa e ver o que eu já falei pra não ser repetitiva (não que um diário comum não seja né) e ver também o que eu não falei mas quero falar. Enfim, já sei que essa parte não vai passar nem pela primeira peneira.

Estava ouvindo um podcast pela primeira vez na vida sobre o hábito da escrita. Olha só:

“Sessenta e seis dias é o tempo médio para que um hábito novo seja incorporado, para que a plasticidade cerebral faça a sua mágica e converta uma prática em algo corriqueiro. Este tempo foi o resultado de um estudo da psicóloga Jane Wardle, da University College de Londres, em um artigo publicado no *European Journal of Social Psychology*.”

Peguei esse textinho da descrição do podcast “A construção do hábito: a escrita diária, 66 dias depois”, é do Prelo (link na bio)<sup>32</sup>.

Mencionei ele porque o cara fala sobre quantas palavras escreveu por dia e fiquei pensando em determinar um número mínimo pra mim, o que você acha? É claro que vão ter dias que a conta não vai fechar, pois não posso pretender escrever sem apagar nada, né. Eu sou loucamente exigente comigo mesma, mas, não, a loucura não chega a tanto.

Falando em loucura, faz tempo que não leio sobre. Estava vendo mais coisas sobre o formato literário do diário e sobre identidade na tese do Sergio, porém, acho que vou dar um tempo dela e começar Foucault quem sabe.

Estava pensando agora, a Moema comentou sobre existir a possibilidade de se conversar e conseguir mais páginas para o TCC. Acho que a tentada é livre, não é?

Pensei nisso porque esse arquivo já está com 12 páginas de pura merda. Vamos ver se sai flor desse adubo, né?

---

<sup>32</sup><https://podcasts.google.com/feed/aHR0cHM6Ly9mZWVkc3Byb3V0LmNvbS85Mzg1NTEucnNz/episode/QnV6enNwcm91dC04MzQ4Mzg1?sa=X&ved=0CA0QkfYCAhcKEwiA9bW6ornxAhUAAAAAHQAAA AAQAQ>

**28 de junho de 2021**

Usei uma frase da Clarice Lispector que guardei sei lá por que no meu caderno para o post da Gabi hoje. Peguei essa frase do projeto de uma colega da Escrita, ela vai falar sobre dor, mas ela fala com uma serenidade que, na verdade, faz sentido em uma pessoa muito doída.

Estava assistindo Grey's Anatomy, o episódio em que o Derek morre. É um dramalhão de primeira qualidade, mas esse episódio me fez pensar na dor. Chega uma hora que é tanta que parece que você para de sentir.

A frase da Clarice foi: “Perdi muito tempo até aprender que não se guarda palavras, ou você as fala, as escreve, ou elas te sufocam.”

**29 de junho de 2021**

Li, já faz alguns dias, o último subtítulo da introdução da tese do Sérgio e ainda não pude escrever sobre o que aprendi. O título é “Auto-hospitalidade: o eu como um outro”. Amei esse termo “auto-hospitalidade”. Eu sempre digo, quando estou consolando alguém, que a gente deve se olhar com generosidade, mas agora vou dizer, trate-se com hospitalidade. Por que somos tão exigentes e cruéis com nós mesmos? Não é só porque você é você que você pode se tratar mal, você merece, no mínimo, o mesmo respeito que você tem com qualquer outra pessoa. Você não está nem acima nem abaixo de ninguém, esquece o que sua mãe falou, você é todo mundo.

No texto ele fala de auto-hospitalidade no sentido em que “É necessário que o sujeito se veja como outro para que se acolha e estabeleça esse diálogo de si para si”. Diálogo esse que se faz através do diário.

“Os diários seriam o instrumento propício para recolher os pedaços distintos do sujeito, inseridos em contextos diferentes e situações diversas, e, segundo Montandon, registrar as diversas etapas ou diversas formações do sujeito em momentos dados para que, no futuro, quando lidos os diários, o sujeito possa neles se reconhecer.”

Ontem fiz um post no insta com imagens de recadinhos que recebi de pessoas que foram importantes pra mim em dados momentos da minha vida com a legenda dizendo que seria muito legal se a minha amiga de infância conhecesse minha amiga de agora, se meu amigo do colégio conhecesse o amigo da faculdade, só que com os nomes mesmo das pessoas que acho que teriam tudo a ver uma com as outras. Não marquei ninguém, mas algumas delas encontraram seus nomes ali e comentaram coisas legais tipo “eu também penso nisso” ou “adorei ver meu nome ali” e tal.

Isso pra dizer que manter diários e guardar lembranças é uma forma muito boa de se conhecer melhor e de se ver crescer como pessoa, mas sou suspeita pra falar disso, não é?

**30 de junho de 2021**

O Gian está assistindo *Captive*, um seriado sobre casos reais de sequestros internacionais, e eu assisto alguns pedaços vez que outra. É engraçado como a vida funciona, eu parei pra assistir sobre um casal britânico ou americano...

Fui checar a informação que estava dando com o Gian agora, o casal era, na verdade, da África do Sul e foram sequestrados no...

Fui ver como se escreve Iêmen e Al-Qaeda. Nunca tinha procurado no Google Al-Qaeda, espero que a CIA não descubra. Tive que ir pesquisar se era CIA ou FBI que investiga esse tipo de caso (já virei um caso agora), então acho que procurar essas duas siglas logo depois vai equalizar as coisas com o pessoal lá da Casa Branca.

Enfim, estou super dispersa ultimamente.

Eu ia falar sobre o tal casal sul-africano que pediu para os sequestradores papel e caneta, porque, segundo eles, manter um diário era essencial para a sua sobrevivência em cativeiro por não sei quanto tempo.

É isso que eu tenho a dizer hoje.

**01 de julho de 2021**

Novo mês, nova mulher.

Hoje acordei cedo, estudei um monte com a Isa, fui no Redondo com meus amores tomar um solzinho, almocei bem direitinho, escrevi, tirei uma soneca razoável, terminei o cachecol da Gabí, fiz yoga, zumba com direito a mini happy com as meninas, assisti um pouquinho de tv com o meu amorzão bem deli, assisti a última aula de projeto do semestre e agora vou dormir provavelmente. Boa noite

**02 de julho de 2021**

É difícil de acreditar que a vida pode ser tão boa.

Está tudo dando certo, porém tenho medo. Medo que ninguém vá querer ler sobre uma privilegiada sendo feliz, medo que isso tudo seja só uma ilusão ou apenas a calma que precede uma tempestade.

É difícil de acreditar que eu sou merecedora. Talvez porque não seja mesmo e a minha sorte seja um *bug* no sistema da justiça divina.

Seja como for, quero aproveitar cada minuto. Luto contra o sono como uma criança, luto contra a ansiedade de saber o que o futuro me reserva, luto contra todos os meus instintos de autossabotagem e mecanismos autodestrutivos que foram sendo aperfeiçoados ao longo de muitos anos de depressão.

Estou conseguindo me manter na superfície com cada vez menos esforço, sabe? Está ficando natural um funcionamento saudável na medida do possível. Tem muita coisa que quero melhorar na minha rotina, mas estou, pela primeira vez, sem pressa.

Estou também muito mais generosa comigo mesma. Aquele discurso de *coachs* sobre a força de vontade mágica que diz que tem em todos nós já não faz sentido pra mim. Isso porque não estou mais lutando contra uma doença para qual *coachs* e *influencers* não têm a cura, um desequilíbrio de neurotransmissores que deve ser tratado com seriedade e com os profissionais certos.

Eu não sei por que as pessoas não entendem que somos sujeitos cerebrais, somos o que os nossos cérebros nos permitem ser. Somos bichos biológicos, orgânicos e, às vezes, nojentos, por mais que tentemos ser máquinas.

Ontem estava assistindo Loki, o seriado da Disney – no qual não consigo colocar legenda e que, por isso mesmo, só aguentei alguns minutos, mas já foi o suficiente para eu tirar várias reflexões. Não necessariamente de qualidade, né! Não dá pra exigir tanto desse meu cérebro fusquinha vermelho, barulhento, com as portas cheias de água, o farol remendado com papel alumínio, todo pintado de esmalte pra disfarçar os vários e vários arranhões e com a bateria arriada, que já me deixou empenhada diversas vezes, mas que aprendi a aceitar e amar, já que ele me trouxe até aqui.

**04 de julho de 2021**

Felicidade é igual a instinto?

“A mais crua luz do dia, a racionalidade a todo custo, a vida clara, fria, cautelosa, consciente, sem instinto, em resistência aos instintos, foi ela mesma apenas uma doença, uma outra doença — e de modo algum um caminho de volta à “virtude”, à “saúde”, à felicidade... Ter de combater os instintos — eis a fórmula da decadência: enquanto a vida ascende, felicidade é igual a instinto. —”

Não sei o que dizer sobre isso, mas achei interessante. Não será o prazer? Aristóteles já dizia que a felicidade não é a mesma coisa que prazer. Mas, se Nietzsche disse, está dito.

Estava curiosa sobre ele desde que assisti aquele vídeo do Roberto Machado sobre a História da Loucura. Diz que Foucault foi muito influenciado pelo pensamento de Nietzsche.

Já eu, fico feliz de ter aprendido a escrever o nome dele corretamente sem precisar colar do Google. Mas não foi só como escrever Nietzsche, Nietzsche, Nietzsche que eu aprendi hoje, fiquei sabendo também que a irmã dele era uma vaca.

Sabe que só fui me dar conta hoje, durante a aula da Scarlett Marton, de uma relação muito mais íntima entre Nietzsche e o meu trabalho. Eu sabia que ele tinha enlouquecido no final da vida, mas parecia uma loucura diferente da que eu pretendo dissecar, por algum motivo. Eu simplesmente não tinha colocado essas duas loucuras lado a lado pra conversarem ainda, isso é imperdoável.

A loucura, a meu ver, é uma falta ou um excesso de consciência. Estava focada na falta, na alienação. Nietzsche, na minha humilde opinião de quem só sabe da missa a metade, sofreu de uma loucura do excesso.

Será que da conversa entre os dois tipos de loucura sai algo razoável?

Ainda bem que não sou eu que tenho que avaliar isso. Já sei de antemão que minha pesquisa vai sair com resultados inconclusivos, socráticos, e, pelo jeito, plurais.

Só sei que nada sei...

Aí lembrei que estudei sobre a morte do autor em algum momento da faculdade e que todo texto é plural, na medida em que cada leitor se apropria dele. Ou será que estou falando abobrinha?

Na dúvida, *I rest my case (for today)*.

**05 de julho de 2021**

Dia de pagar contas quando cai numa segunda feira é sacanagem em dobro.

Mas, não posso reclamar, mesmo. Sempre fui classe média alta e, mais recentemente, altíssima. Mas não vivo como eu imaginava que pessoas ricas de verdade viviam. A parte difícil de ser rica, que é ter dinheiro, eu tenho, agora a parte da sofisticação e da elegância passa longe daqui. Eu tenho é modo de falar, eu tenho acesso, através dos meus pais, a uma mesada gordíssima. Porém, o meu “estilo de vida” é obeso. Só uma consulta com o meu psiquiatra é 650 reais, acho isso um luxo. Fico extremamente agradecida por ter nascido onde nasci, porque se eu nascesse assim, mas em uma família menos abastada eu já estaria morta com certeza. Quantas vezes um Risperdal, custando na farmácia mais em conta uns R\$353,99, me salvou a vida? E se meus pais não pudessem pagar? Olha, não sou boa em números, mas já devo ter custado, só de remédios... Sei lá, pensa em uma média de 5 remédios custando no mínimo trezentos pila a caixa pra trinta dias, 1500 por mês desde os meus 16 anos. Tenho hoje 29, faça as contas.

Estou desde ontem com os meus remédios na cabeça. De sábado pra domingo não tomei os meus da noite, aí sempre fico encucada quando lembro que deveria ter tomado antes de dormir. Mas não adianta eu tomar os da noite de manhã, porque fico meio grogue. Enfim, aí ontem eu, de noite, depois de tomar meus remédios, fiz esse “poema”

paroxetina topiramato rivotril risperidona  
 valium paxil wellbutrin sertralina pamelor  
 aristab luvox lexapro fluoxetina venvance  
 lamotrigina zolpiden depakote  
 e o pulso ainda pulsa

Esses são só alguns dos que tomei ao longo dos meus 12 anos de descanso e relaxamento. Se você não leu “Meu ano de descanso e relaxamento” da Ottessa Moshfegh, leia.

Estou assistindo um curso sobre drogas psicodélicas e tratamentos psiquiátricos. Estava indo tudo bem, até um dos professores começar a falar sobre a atual situação da indústria farmacêutica. Os remédios psiquiátricos são relativamente novos, então os estudos sobre os seus efeitos são apenas a curto prazo. A geração que os toma de forma contínua está só agora começando a sentir os efeitos a longo prazo, que não se sabe quais são direito ainda. Mas com certeza são muitos e horríveis porque se os efeitos colaterais a curto prazo desses medicamentos

devidamente legalizados e aprovados já são, por si só, enlouquecedores, imagina os a longo prazo.

Eu já sei que a minha velhice vai ser horrorosa, mas tenho muito medo da morte então com certeza vou me apegar a esse plano o quanto eu puder.

Alzheimer já é certo que vou ter, pois, se não bastasse a vó e o vô com processos de demência terríveis, eu sou bipolar e já se sabe que um cérebro deprimido envelhece rápida e cruelmente. Eu fico imaginando um cérebro que nem o meu, que vai de 0 a 100 instantaneamente. Aí você soma com essa montanha de remédios...

O professor estava falando de pessoas que tomam 10 tipos de remédios diferentes por dia e é uma merda quando você se enquadra ou enquadrava nesse tipo de exemplo, sabe?

Enfim, parei de assistir a aula nessa parte, na hora não consegui continuar, mas amanhã eu retomo.

**09 de julho de 2021**

No mundo da ciência das drogas psicodélicas, existem duas variáveis que influenciam muito nos resultados: o *Set* e o *Setting*.

*Set* é o *mindset* da pessoa que vai ingerir e *Setting* é o ambiente e a situação na qual a “viagem” vai acontecer.

Essas duas variáveis, na verdade, são essenciais para qualquer droga, legalizada ou não, psicodélica ou não, que vende na farmácia ou não.

Sim, mesmo um remédio para o coração depende da genética do cidadão que vai ingeri-la (*Set*) e da sua dieta, do quão estressante é o seu dia a dia e do quão saudáveis são os seus hábitos (*Setting*).

A medicina tradicional não costuma dar tanta importância ao *Set* e *Setting*, que fazem parte dessa equação não necessariamente exata, quer queira, quer não.

A equação da vida não é precisa porque acredito que existe mais uma variável, que vou chamar de *Soul*.

Falando nisso, tenho que assistir esse filme! Ia colocar ele ontem, mas não consegui.

Às vezes eu só consigo existir, normalmente quando meu nível de ansiedade passou do básico para o premium. É tanta que perco o controle da parte do meu cérebro que diz ‘*just do it!*’ e vai lá e faz. Eu fico horas nesse espiral, simplesmente pensando nas mil coisas que tenho que fazer e me sentindo culpada por não estar as fazendo.

São horas preciosas nas quais eu não consigo nem me mexer, fico totalmente paralisada. Mas já foi pior, já tive muitas crises de despersonalização nessa vida. Hoje dificilmente eu “saio do meu corpo”, mas vivo com um nível de ansiedade crônica que, mesmo sendo pequena para os meus parâmetros, é gigante nesses momentos.

É por isso que não escrevo aqui desde segunda. Um ou dois momentos de paralisação total por dia é rotina, porém, ultimamente, tenho tido pelo menos um cinco. É muito tempo desperdiçado pelo simples motivo de que tudo está indo super bem na minha vida. Sim, é isso que está me deixando ansiosa, a falta de problema pra pensar.

Mas estava falando da equação da vida. Ontem fomos na tia Rita levar o presente de aniversário que eu que fiz com as minhas próprias mãos. Quando você conhecer melhor a tia Rita vai entender porque lembrei dela, porém, agora, quero falar um pouquinho sobre crochê.

O presente que fiz pra tia Rita foi um cachecol daqueles fechados tipo uma gola, sabe? Estou me sentindo meio mal pois usei uma linha que eu já tinha em casa porque veio a cor errada pra outro projeto. Eu costumo fazer questão de pensar em um presente do zero, ir

comprar o fio e qualquer outro aviamento que precise e fazer especialmente pra pessoa que vai receber. Dessa vez não tive tempo hábil pra tanto, então fiz com essa linha mesmo. Ficou bem legal e eu sei que essa preocupação é coisa da minha cabeça obsessiva, mas é ela quem me comanda né. Porém, aprendi um ponto novo especialmente para esse projeto, então acho que no fim fica tudo empatado.

Eu queria falar sobre crochê porque é uma paixão minha, um vício, eu diria, e, embora eu já tenha falado sobre isso aqui, é uma parte importante da minha vida, por isso isto vai ser repetido à exaustão por aqui.

## 10 de julho de 2021

Hoje eu fui ver a vó. Esse é o título da minha crônica que ganhou o Rasuras há o que parecem ser séculos, mas são meses. Ainda não recebi o prêmio, *by the way*.

Essa primeira frase é verdadeira hoje também.

Costumava voltar de lá bem triste e culpada, porém o que eu sinto agora é agridoce.

Essa semana, na psicóloga, falei bastante sobre o meu passado e ele foi regido, guardado, governado e iluminado por duas grandes minúsculas mulheres. Uma delas é a vó.

Durante todos os três longos meses de férias de verão, eu ficava na casa da dela, que mora ainda no mesmo lugar, em Novo Hamburgo, cidade onde eu nasci.

Porém vivi apenas 4 anos na “minha terra” como eu costumava falar quando via a catedral de NH. Fomos os quatro, pai, mãe e filhas morar no Paraná lá pelo dia 28 de maio de 1996.

Acho que essa é a minha memória mais antiga, o pôr do sol visto pela janelinha do primeiro avião que peguei na vida. Eu lembro de estar muito triste, mas calma. Lembro de uma lágrima apenas.

Até voltarmos a morar no Rio Grande do Sul, em Porto Alegre, no dia 26 de dezembro de 2005, eu e a minha irmã éramos despachadas todo final de ano no ônibus que ia de Ponta Grossa, PR, a São Leopoldo, RS. Só voltávamos na hora de ir pra escola em fins de fevereiro.

A vó ia muito pra PG também durante o ano letivo, ela foi super presente. Eu e ela sentíamos muita saudade uma da outra, então combinamos que a estrela mais brilhante do céu era nossa e que quando sentíssemos muita falta uma da outra iríamos abraçar uma árvore.

A vó era o oposto do que ela é hoje em tantos sentidos... Esse é um dos motivos do sentimento agridoce, sabe?

Enfim, estou tendo dificuldades com a velhice dela. Sinto que não a vejo o suficiente, mas sinto também que não é ela quem está ali, sei lá.

Terminei aquele curso das drogas psicodélicas hoje de manhã. Fiquei com vontade de fumar um beckzinho com a vó, diz que a maconha é um santo remédio para o Alzheimer.

Também recebi um vídeo hoje do vô jogando bola, aquelas de piscina, na clínica...

O dia, definitivamente, foi agridoce.

**14 de julho de 2021**

Como sempre, começo um texto sem saber para onde ele vai.

Estava conversando com a Duda hoje sobre o meu processo criativo. Eu trabalho com palavras e ela com imagens, mas buscamos as mesmas coisas, criar uma conexão e passar uma mensagem. Estamos nos equilibrando na corda bamba que divide arte de produto, que divide uma paixão do que de fato paga as contas.

Eu, como escritora, ela como designer, fomos parar na mesma função: social media.

O problema é que o meu lado artístico anda rebelde ultimamente, tem aprontado várias e se recusado a ficar preso a uma estratégia. Não consigo nem definir uma persona, não consigo materializar o meu leitor, ou quem eu gostaria que me lesse.

Na maior parte do tempo meu leitor sou eu mesma, talvez não a Gabriela de hoje, mas a que já fui ou a que pretendo ser.

Porém lá pela décima terceira linha do texto eu me dou conta que devia estar prestando atenção no meu interlocutor. Aí dou um “meia volta, volver”, leio as primeiras linhas e me lembro do que eu queria dizer pra começo de conversa. Dou um tempo para formatar o que já escrevi pra ficar bonitinho, dou umas ajeitadas onde tem que ajeitar e volto pro fim da fila para continuar aglomerando letrinhas que espero fazerem algum sentido.

Ultimamente tenho escrito para o meu próprio Instagram, fazendo umas “crônicas” de 2.200 caracteres com uma fotinho que orne com o assunto e torcendo para que não *flope*.

Não tem *flopado*, as pessoas parecem estar gostando e eu tenho me alimentado disso. Eu sei que um coraçãozinho não significa que a pessoa tenha lido, mas um comentário normalmente sim e eu tenho tido comentários, tá?

Porém, aí perco o foco daqui.

Está certo que estou de férias, mas tinha que estar adiantando isso aqui, 6 cadeiras mais o TCC não é pra fracos e falta menos de um mês para o Semestre Decisivo começar.

Comecei esse texto sem nem saber se era diário, post ou lista de supermercado. Cheguei até aqui, mas isso não significa que até eu terminar não seja outra coisa.

Nós temos uma piada interna que é difícil de explicar, então acho que nem vou perder tempo. Sou péssima em entregar piadas. Só consigo ser engraçada quando não é essa a intenção, porém sinto que o meu ritmo é de quem quer arrancar de você uma daquelas bufadinhas que a gente solta tentando abafar uma leve risada.

Fico feliz de ter encontrado a minha voz, mas, como você sabe, meu lado artístico está na primeira casa de Plutão, que embora já não seja mais um planeta desde 2006, ainda me rege. Por isso, recuso-me a ser rotulada e tenho pavor de me tornar monotemática.

**22 de julho de 2021**

Quantas promessas a gente faz e não cumpre, não é? Ou sou só eu?

Isso faz de minha uma pessoa... o quê?

Eu já estive no Santuário de Fátima em Portugal. Já soltei meu punzinho lá, como diz o pai. Ele sempre fala isso quando falamos de algum lugar turístico que ele já visitou.

Ele viajava muito à trabalho e também nos levou a vários lugares quando eu era adolescente. Às vezes sinto não ter conhecido nada como deveria, ou porque era nova demais, ou porque estava deprimida demais.

Porém, posso dizer que já estive em Fátima.

Lá vi muitos pagadores de promessas, inclusive, muitos fazendo o caminho que leva ao santuário de joelhos. Aparentemente, essa é uma promessa que a Santa Fátima gosta de atender.

Nunca fiz promessa, mas já prometi muita coisa a mim e a outras pessoas que não cumpri. Prometi até a ti, leitor, que iria escrever todos os dias e estudar muito para fazer disso aqui alguma coisa que se preste a ser lida. Será que agora vai? Você ainda confia na minha palavra?

Agora vai! Te prometo!

Comprei o Scrivener, tracei as linhas do método Cornell no meu caderno, agora só vai.

Parei de inventar modas para me afastar disso aqui, eu juro.

Mas começo mesmo, mesmo, amanhã, pode ser?

**23 de julho de 2021**

Estava agorinha mesmo ouvindo The Kooks com o meu amorzão, quando me bateu uma *bad* e uma vontade de vir escrever. Achava que isso não acontecia comigo, achava que minha vontade de escrever nascia da mania. Estranho isso, eu achava que queria ser psicóloga, eu achava que não era a escrita, mas do assunto que eu gostava. Eu achava muita coisa, eu tinha muitas certezas, agora só consigo pensar na minha pretensão em achar que sabia alguma coisa.

Descobri ontem, de uma forma inusitada, um livro chamado O Paradoxo da Escolha de Barry Schwartz. Eu estava tentando escrever para as redes sociais da Gabi, minha amiga psicóloga. Faço um post por semana pra ela. Acho que isso explica um pouco de onde saiu a ideia de fazer psicologia. Ou não?

É difícil pensar em um assunto novo toda semana, justamente porque ela me dá bastante liberdade. Aí, quando vê, volto ao Barry e seu paradoxo. Segundo ele, quanto mais opções a gente tem, mais frustrados ficamos.

Dizem pela internet que fazemos uma média de 35 mil escolhas por dia, algumas minúsculas e outras enormes. Já o Barry diz que é dessa total liberdade de escolher todo e qualquer aspecto das nossas vidas que nasce esse surto absurdo de depressão que estamos vivendo.

Eu sempre senti essa dificuldade, eu colocava um peso desproporcional nas escolhas que eu fazia. Não sei porque estou escrevendo no passado, continuo igualzinha.

O problema maior disso tudo é que não dá nem pra culpar meus pais, como é que tu vai reclamar de liberdade demais, de oportunidades, de opções demais?

Pois o Barry reclama, ele diz que a expectativa que colocamos no que escolhemos é tanta que, por mais perfeito que seja, nunca vai ser tanto quanto o que não escolhemos. É o famoso “e se?”

Eu tinha muitos “essês” na minha vida, mas hoje não mais. Estou onde eu gostaria de estar, com quem eu gostaria de estar e fazendo o que eu gostaria de fazer e sei que, se as coisas não tivessem acontecido exatamente como aconteceram, eu não estaria aqui.

Porém eu entendo de bondes perdidos, tem alguns que não cheguei nem a tempo de pegar andando.

Mas não expliquei o porquê da *bad*, motivo pelo qual comecei a escrever aqui.

Entretanto, passou, então passou.

**28 de julho de 2021**

Você sabe que você não é meu único diário, certo?

Nunca disse que seríamos exclusivos.

Então, estava escrevendo em um dos meus diários (não vou dizer qual pra não rolar ciúme) sobre o dia de hoje, mas ele foi tão especial que, mesmo não tendo nada de relevante para a minha pesquisa, essa entrada vai no livro. Que livro, você pergunta? Pois não sei.

Hoje é aniversário da mãe mais leoa que há, a minha.

Ela quase nunca comemora seu aniversário, acho que o último que teve “festinha” foi o de 40. Esse ano ela quis almoçar com a gente (os cinco: pai, Cláudia, Gian e eu) em um restaurante de frutos do mar na cidade menos marítima de todo Rio Grande do Sul, Gramado.

Pois e não é que nevou?

Papai do céu me superou no presente esse ano. Ela sempre quis ver neve, foi lindo. Tudo bem que eu passei dias fazendo meu presente, mas, como competir?

Fiz dois singelos broches de lhama de crochê, personalizados, pois a mãe tem lhamas de verdade.

Não sei se já falei sobre isso, mas ano passado o pai deu pra mãe um casal de lhamas de aniversário de casamento.

A brincadeira na família é que 35 anos agora é bodas de lhamas.

Eu fiz elas bem como são a Izma e o Kronk, só que, rolou um episódio do “eu não sabia que estava grávida” semana passada e, do nada, ganhamos mais uma lhaminha, aí eu não tive tempo hábil pra fazer a Pachá de crochê.

Enfim, na verdade, pensando bem, acho que faz todo sentido eu colocar essa entrada no trabalho. Lhamas são seres tão incríveis que são relevantes em qualquer contexto.

Elas são uns amores e fazem um barulhinho muito gostoso.

Mas é só o que vou dizer sobre isso, se não, vou contar que o Kronk ajudou no parto da Izma fazendo pressão na barriga dela com as patinhas e que, embora seja um paizão (está até dando comida na boca da Pachá), ele vai ter que ficar isolado por algum motivo veterinário. Aí vou falar que nem era para ele ser pai pra começo de conversa, pois é monobola. Além disso, ele está com sobrepeso e fica muito engraçadinho tosado para o verão. Então não me dá corda, porque só tenho 30 ou 50 páginas para o TCC (seja o número que for, é pouco).

**04 de agosto de 2021**

Retomei hoje meus estudos, mas, pra ser sincera, não faço ideia do que estou fazendo.

Não sei direito o que ler, em que ordem ler, como ler...

Eu queria trabalhar com a História da Loucura inteiro, porém, tenho que ser realista. Comecei a ler hoje, mas as letras são tão pequenininhas, o livro é tão enorme...

Bom, melhor feito do que perfeito, não é?

Ontem tive minha primeira aula da cadeira de TCC e mandei e-mail pro meu orientador pra saber se ainda estamos ON.

Estamos! Ele vai ler o meu projeto até semana que vem e me retornar. Não sei como vai funcionar, mas preciso desesperadamente de orientação.

Coloquei os calendários dos próximos quatro meses na minha parede hoje. São pouquíssimos os dias que me separam da entrega e da defesa. Inclusive, a entrega começa dia 22 de novembro, o dia em que eu vou trintar. Sempre dizia que queria me formar antes dos 30...

Pelo menos vou tentar entregar o TCC antes do meu aniversário, será que vale?

Vai ter que valer, é o que temos.

**05 de agosto de 2021**

Minha cabeça está uma revoada e não consigo pegar um pensamento sequer. A psicóloga resumiu: você está dispersa.

Mas eu sou dispersa de nascença, o que estou sentindo agora é exatamente uma revoada, não tem outra forma de dizer.

Eu não consigo nem mirar em um pensamento ruim para abatê-lo.

Essa semana dormi mal, comi mal, fumei mal, não sei se porque ou por consequência da minha cabeça estar uma revoada.

Consigo imaginar meu cérebro como o ninho de caturritas que tem num pinheiro lá no sítio. No final do dia elas fazem uma barulheira discutindo sobre as mesmas coisas de sempre.

Estou discutindo comigo mesma sobre as mesmas questões que levo a psicólogas desde a primeira infância. Não consigo chegar a nenhuma conclusão, pelo menos não até hoje.

Mas eu sou uma otimista!

Não é porque não consegui até agora que não vou conseguir eventualmente.

Eu realmente percebo que estou melhorando, está cada vez menos difícil me manter bem.

Mesmo hoje, não considero que esteja mal, estou aprendendo a compartimentalizar.

Quando eu sentia alguma coisa, era só o que eu conseguia fazer. Passava horas a fio deitada no escuro apenas sentindo a ansiedade, a tristeza, a frustração, a culpa, o desespero... Enfim, a depressão.

Hoje eu consigo dar um chega pra lá em um problema quando preciso continuar vivendo.

**06 de agosto de 2021**

Sei que tenho que escrever, mas não estou afim.

Quem diria que eu ia sentir tédio vivendo a vida que sempre quis.

Mas será que quando eu me formar não vai ser melhor? E quando eu casar? E quando eu tiver filhos? Tu vê só, a ansiedade se disfarça até em esperanças. Não basta me assombrar nos meus sonhos e se esconder por trás da fumaça do meu cigarro.

Neil Gaiman diz que, se você não se sente nu em frente aos seus leitores quando é lido, você não está fazendo arte.

Tenho que assistir de novo esse vídeo e preciso pensar em quem são as minhas influências literárias para uma tarefa do curso que estou fazendo. Porém agora só consigo pensar no Burger King que está sendo preparado e logo sairá pra entrega.

Eu amo escrever, na verdade, eu preciso escrever, mas tem horas que tenho medo de escrever. Medo de expor outras pessoas e, em menor grau, de me expor também. Primeiro os outros sempre, diz a própria Madre Teresa aqui. Porém o medo maior é de dar certo, já imaginou o tédio da vida de quem deu certo?

Viveram tediosamente felizes para sempre.

Estou exagerando, é claro. Amo a minha vida e daqui só parto pra uma melhor quando Deus quiser. Porém minhas glândulas suprarrenais pregam peças em mim, elas liberam o cortisol que faz vincos na minha testa naquele constante franzir de sobrancelha. Por que, você me pergunta? Não sei, nasci assim, ansiosa, estressada, pilhada, mas sempre tive certeza de que as coisas, eventualmente, iam se acalmar dentro de mim. Porém, elas não se acalmam de supetão, é um processo tipo o plano do pai de ir passando porcentagens da *holding* pra gente.

Viu só, já expus mais do que o pai gostaria, tenho certeza. Gostaria de ser mais corajosa na minha arte.

E aí? O que eu faço? Publico? Não publico? Como publico? Dou uma de Elena Ferrante?

Por que não posso simplesmente trocar os nomes e achar que dizer que a minha irmã fez tal coisa não vai ser *traced back to her*?

Acontece isso com vocês? De vez em quando eu misturo idiomas. Isso me lembrou do preconceito linguístico, de como a linguagem é política e do quanto sou privilegiada, mas isso é papo pra outra hora.

Agora só consigo pensar do Burger King que devia ter chegado a um minuto já.

**07 de agosto de 2021**

O vô está morando em uma clínica geriátrica, fomos visitar ele hoje. Deve ser difícil envelhecer, mas já falei sobre isso.

Eu e o Gian decidimos que vamos conversar sobre filhos daqui a um ano. Ando querendo muito ultimamente, mas sinto que já falei sobre isso também. Não quero me tornar monotemática. Tudo que eu escrevo é justamente isso, eu, eu, eu. Não consigo entender como tem gente que se comunica de forma indireta, subjetiva, torta, através de uma ficção. Se eu quero dizer que me sinto só, não vou escrever sobre outro solitário alguém. Acho que tenho um problema de empatia, só pode.

Não consigo imaginar o que é ser um senhor de 87 anos confuso e vulnerável morando longe de todo mundo que ele conhece. Nunca consegui entender como alguém fica sozinho por opção, como era o caso do vô antes de ele ir morar no SerraVille. Eu não sei o que fazer comigo mesma quando estou sozinha, mas, definitivamente, se tem alguém com algum problema, sou eu.

O Sergio já falava que ser hoje em dia é ser visto. Se ninguém me vê ou pensa em mim, eu não existo, simples assim. É engraçado imaginar que uma pessoa exista quando está longe de mim, a saudade é justamente da presença. É claro que acontece de sentirmos falta de alguém que está fisicamente no nosso raio de visão, mas isso de estar ou não presente é assunto para outra hora.

Eu sinto que eu sempre me esquivo de certos assuntos, você já reparou? Será que eles estão conectados com algum trauma ou problema da ordem freudiana?

Porém, voltando ao vô, ele está aparentemente bem, corado, com viço, perfumado, bem recheado e medicado.

**09 de agosto de 2021**

Eu não sei o que eu deveria estar fazendo, por isso decidi escrever. Comecei hoje de manhã aquelas famosas três páginas do dia, fiz metade. Estou bem dispersa, mas já falei sobre isso. Sinto-me repetitiva, monótona e monotemática. O que venho escrevendo nos últimos dias não mostrei pra ninguém, embora tenha tentado publicar de alguma forma. Aí é que está, meu cupincha, não sei o quê, quando, quem, como, onde e por quê.

Já fiz Jornalismo, sabia? Comecei na Unisinos em 2014, fui capengando até 2016, recomencei em 2019 e desisti em 2020. Isso até agora e nada me garante que eu não acabe virando uma jornalista no fim das contas.

Voltando ao assunto, não sei o que fazer. Não sei se espero enquanto não falo com meu orientador pra voltar a estudar, quer dizer, eu sei que deveria voltar a estudar imediatamente, mas não estou conseguindo.

\*

Estava escrevendo pra Gabi sobre depressão sazonal.

Quando eu era pequena eu tinha uma outra amiga chamada Gabi, na verdade, não era tão amiga assim, mas lembro que ela tinha acabado de se mudar da Suíça porque a mãe dela não aguentava mais o tempo sempre nublado.

A previsão do tempo está prevendo muito frio para essa semana, mas isso não é conversa de elevador. Gostaria de falar sobre como dias nublados e chuvosos influenciam no nosso humor. Para algumas pessoas o tempo feio pode ser fator desencadeador de uma depressão sazonal. Isso porque nosso humor e o nosso sono dependem de hormônios como a melatonina e a serotonina que, por sua vez, precisam da luz solar para serem produzidos. Por isso, minha mãe me colocava na janela para tomar sol todos os dias.

Não consigo separar a minha escrita de mim, simplesmente não consigo. Fico me debatendo pra conseguir inventar do nada o que escrever pro insta da Gabi toda semana e não sei se isso faz de mim uma prepotente pretensiosa do caralho, mas não vale o que ela me paga, porque simplesmente não consigo me separar da minha escrita, é doloroso demais, é como arrancar no dente um pedaço do meu coração, pois cada letrinha veio diretamente dele, até aquele caralho, eu senti ele.

Entrei nessa de redes sociais, porque, em 2019, minha mãe me deu um ultimato, ou você começa a trabalhar até o final de 2020, ou eu não te pago mais tua mesada. Aí bateu o desespero né, mas, como eu dizia, não existe vagas de estágio pra ser artista. De novo, pretensiosa. Na realidade o que aconteceu foi que eu comecei a dar tiro pra tudo que é lado, comecei a dar aula particular de inglês pra fisioterapeuta do Chico (sim, meu pug tem horário a cada quinze dias com a fisioterapeuta dele), comecei a fazer posts pro insta da minha amiga psicóloga, fiz “social media” pra uns quantos outros veterinários, consegui mais duas alunas de inglês (minha mãe inclusive), até que fui parar numa agência de comunicação porque no meu currículo dizia que eu fazia Publicidade e Propaganda, o que não era mentira no segundo semestre de 2020, mas apenas nesse único semestre. Tudo isso pra descobrir que eu ainda não sei o que quero da vida.

**10 de agosto de 2021**

Que loucura.

Coloquei pra assistir a aula de psico na qual tive que me apresentar, mas queria pular a parte em que o pessoal estava se apresentando, aí coloquei no 29:33' aleatoriamente, sem ver os quadros embaixo. Parei direto na parte em que eu estava me apresentando, peguei exatamente do começo, que loucura.

Esses dias, também, estava assistindo Make Good Art do Neil Gaiman sem legenda aí, nos vídeos recomendados pelo YouTube, tinha um com a legenda e passei os olhos pela thumb exatamente no momento em que ele estava falando o que estava escrito, deu pra entender?

A aleatoriedade do universo está gostando de me mandar mensagens que eu não entendo. Bom, talvez agora tenha entendido, já que comecei a escrever sobre essas coincidências.

É como Neil Gaiman diz:

“Life is sometimes hard. Things go wrong, in life and in love and in business and in friendship and in health and in all the other ways that life can go wrong. And when things get tough, this is what you should do. Make good art. I'm serious. Husband runs off with a politician? Make good art. Leg crushed and then eaten by mutated boa constrictor? Make good art. IRS on your trail? Make good art. Cat exploded? Make good art. Somebody on the Internet thinks what you do is stupid or evil or it's all been done before? Make good art. Probably things will work out somehow, and eventually time will take the sting away, but that doesn't matter. Do what only you do best. Make good art.”

Se você presencia duas coincidências aleatórias em dois dias, *make good art*.

O *good* eu não garanto. Na verdade, não garanto nem arte, apenas as minhas letrinhas do coração. Neil Gaiman fala também:

“The moment that you feel that, just possibly, you're walking down the street naked, exposing too much of your heart and your mind and what exists on the inside, showing too much of yourself. That's the moment you may be starting to get it right.”

Será que é assim que se cita um vídeo? Estou tentando fazer uma arte, mas não posso esquecer que essa arte vai ser avaliada e dela depende a minha formatura.

Tem isso também, tenho que domar a minha escrita, essa criatura tão arisca e, por vezes, hostil. Pois, de que serve arte não compartilhada? Não é o objetivo? Tocar outras pessoas? Pois então, ela não pode ser totalmente hermética, certo? Tem que fazer sentido para outras pessoas, não é?

Estou fazendo arte?

Acho que estou fazendo perguntas demais, isso sim.

## 11 de agosto de 2021

Eu pendurei na minha parede calendários de agosto, setembro, outubro e novembro e a ideia era ir marcando x nos dias que não estudei e um *check* nos dias que estudei. Parei de marcar com, obviamente, um x, todos os dias há nem sei quantos dias de vergonha porque eu não poderia marcar *check* em nenhum dia, saca? Porém, em minha defesa, tenho escrito bastante.

Hoje a Duda me mandou um post que resume o meu trabalho em alguns cards. Não sei como me sinto em relação a isso. Posso citar um post de Instagram?

“Adultos escrevendo diários: o lugar do anti-estresse é na intimidade.

Um diário é algo extremamente privado, que contém uma intimidade exclusiva.

O que é escrito lá dentro não está nas telas, nem na terapia: é um espaço feito para não ser compartilhado.

Apesar do diário normalmente ser vinculado a uma imagem muito juvenil, repleto de desabafos e frustrações amorosas, esse conceito vem sendo desconstruído.

Hoje a experiência está sendo levada em conta: o toque do papel; o DIY terapêutico o momento de autorreflexão e intimidade.

Em alguns casos, a função do diário mudou.

Se antes escreviam para esconder segredos, agora são utilizados para concretizar memórias.

Esse novo hábito incentivou o boom dos “Morning Pages”, que veio do livro “O Caminho do Artista”, de Julie Cameron: a rotina de escrever um pouco todos os dias pela manhã para destravar a criatividade e o autoconhecimento.

Além disso, os diários estão sendo usados com outros fins. A modelo Gigi Hadid, por exemplo, começou um diário para controlar a ansiedade na gravidez.

Nos Estados Unidos, psicólogos e RHs de empresas estão recomendando que as pessoas escrevam seus pensamentos e experiências como forma de verbalizar seus sentimentos. Um novo incentivo para relaxarem e, claro, aumentar a produtividade.

É curioso perceber como dentro dessa nova lógica de performance e autocuidado, os diários vêm ampliando algo que vivemos há bastante tempo: a cultura do individualismo.

Encontramos meios de desabafar e refletir por conta própria, sem necessariamente precisar fazer uma conexão com outras pessoas.

Nesse cenário, um diário e uma caneta nos bastam, o que nos levou a experimentar um novo tipo de intimidade.

Afinal, qual é o lugar desse novo uso do diário?

É um lugar de autorreflexão ou como tantas outras coisas, virou um espaço absorvido pelo mercado?”

Bom, esse post é do perfil no Instagram chamado @grupoconsumoteca que, pelo que entendi, cria conteúdo sobre tendências no mundo do marketing.

O problema com o mundo de hoje é que as coisas não são mais simples, as pessoas inventam novas formas de dizer a mesma coisa, mas ao mesmo tempo não dizem nada, entende?

Não, nós não somos uma agência de comunicação, nós somos uma consultoria antropológica.

Mas que raios você faz moço?

Eu sou sub-diretor júnior de comunicações antropológicas, pleno, sólido e mais uns quantos blá, blá, blás.

Continuo sem entender. As pessoas não querem mais ser atendidas por uma simples agência publicitária porque não é *cool* fazer propagandas, porém, elas estão todas diluídas na água que tomamos e no ar que respiramos. Não tem escapatória, se você acha que não é ditado pela sociedade consumista, você está errado. As propagandas estão sendo enfiadas goela abaixo e a gente está amando virar *foie gras*.

Estou revoltada porque descobri que não sou nada original, inusitada ou criativa, sou mais do mesmo. É como diz o Willian Ralph Inge no livro do Austin Kleon: “o que é originalidade? É plágio não detectado”. Não há nada de novo a ser dito e acho que estamos esgotando as possibilidades de dizer a mesma coisa de formas diferentes.

**12 de agosto de 2021**

Morning Pages é o caralho, meu nome agora é Zé Pequeno porra!

Sério, vi uma propaganda no Instagram de um...

Vou chamar de caderno, porque é isso que ele é, mas vendem como “seu novo mini hábito”. Sim, um simples caderno amarelo com um asterisco gigante branco e o título de “Morning pages” na capa custando 69 reais!!!!

Que absurdo!

Eu estou mais indignada porque eu fazia as tais das Morning Pages sem saber que é um mini hábito para uma vida mais saudável, sem saber, até agora, que PRECISO de um caderno amarelo super especial só pra elas.

Elas, que nada mais são do que aquelas famosas 3 páginas por dia de fluxo de consciência que a Julie Cameron recomenda escrevermos toda manhã no livro “O Caminho do Artista”.

Chego à triste conclusão de que sou apenas mais uma “influenciadAH”, uma medíocre “Insta victim”, uma dentre os milhões de seguidores de qualquer famoso por aí cujo “trabalho” é consumir e postar. Às vezes eles nem consomem e fazem publis disfarçadas de dicas de lifestyle. Lembra da propaganda de Corega da Susana Vieira? Então, meninaxxx, ela já fazia publi mentirosa no tempo em que vocês não passavam de *five-year plans* dos seus pais.

Que raiva! Eu sei que já falei sobre isso ontem, mas a indignação só aumentou nessas últimas 24 horas. Eu sei também que estou generalizando demais, sei que tem muita coisa boa que sai desse pântano. Pena que sejam garças e que as águas lamacentas estejam cheias de crocodilos.

Eu gostaria de ser uma garça esperta, garçonete de crocodilos, porque acho que é a única forma de ser lida por aqui no planeta Terra em 2021 sem ser o jantar ou virar canibal. Será que isso é possível?

Bom, vou sair agora com o Chiquitito pra ele fazer totô.

Quem sabe o ar gelado da noite me refresca os pensamentos.

Estou me sentindo a própria panela de pressão.

*And I can't get no satisfaction.*

**13 de agosto de 2021**

Fazia tempo que eu não bebia e me chapava junto. É bom, entendo quem não consegue largar.

A quem eu estou querendo enganar, eu sou esse quem.

Estava há alguns dias querendo escrever algo como: eu não entendo quem trabalha com criatividade e não fuma (seja o que for). Eu já escrevi sobre como eu deixo pessoas desconfortáveis com o meu silêncio. Às vezes eu só consigo pensar e eu notei que as pessoas respondem melhor se eu estiver fazendo alguma coisa, tipo o crochê, que deixa a mente limpa para pensamentos mais difíceis. O cigarro tem essa mesma função e ainda te deixa *cool*. Não vamos negar, uma pessoa com um cigarro na mão parece ter todas as respostas. Pode ser uma visão um pouco romântica, mas, atire a primeira pedra quem nunca fingiu que fumava aqueles chocolates que vinham no formato de cigarro.

**14 de agosto de 2021**

A criatividade é um monstro que se alimenta de conversas aleatórias.

Pelo jeito não ando conversando muito.

Eu escrevi bastante hoje, mas apaguei tudo e fiquei com essa primeira frase. Definitivamente não estou inspirada. Dizem que o jeito é continuar escrevendo até que algo brilhe. Não sei se às vezes não é melhor parar de tentar, é muito frustrante. Mad Men retrata o que acontece quando exigem criatividade em massa. As pessoas fogem. No caso dos anos 60, a fuga preferida era o álcool. Qual será a nossa? Onde nos escondemos quando não queremos lidar com a nossa frustração? Acho que na internet né? Não sei, não pensei nisso direito.

**15 de agosto de 2021**

Nunca li Lima Barreto. Já precisei ler pra faculdade, mas nunca li. Tenho dois dos seus livros, mas nunca li. Já li tanta coisa a seu respeito, mas nunca o li de fato. Estou aqui na frente do computador com as minhas anotações de uma matéria sobre ele que o meu orientador me mandou e o seu Diário do Hospício, mas não me sinto a altura de falar sobre o tal de Lima Barreto que *diz-se* escritor.

Ele sabia da importância da sua obra, pena que seus contemporâneos não soubessem.

Ele foi internado no hospício três vezes, na primeira como funcionário público, na segunda o médico anotou: “diz-se escritor” e na terceira tentou a sorte como jornalista. Apesar dessas variações na sua profissão e embora sua cor também tenha sido vista de forma diferente (acho que dependendo da sua ocupação), em todas as internações o diagnóstico era o mesmo: alcoolismo.

“Os tremores constatados, na língua e nas extremidades digitais, confirmam o diagnóstico lançado na mesma primeira folha: alcoolismo. Consultando os diversos livros, constata-se uma recorrência entre a identidade e o diagnóstico. Dentre os recolhidos havia crianças, às vezes tão pequenas que precisavam subir num banco para serem fotografadas. São portadoras de “idiotice”. Os velhos apresentam “demência senil”, as mulheres, quase todas, são histéricas, e os que mais frequentemente recebem o diagnóstico de “alcoolismo” são operários.”

Meu orientador também me mandou um conto do Gabriel Garcia Marquez “Só vim telefonar”, que eu já tinha lido mas não lembrava nem de ter lido. Só descobri porque tenho certeza que li Doze Contos Peregrinos inteiro e esse conto consta nesse livro, então...

Lido de verdade dessa vez, ele me fez lembrar de uma cena que sabia já ter consumido em algum momento através de algum meio de transmissão de arte. Achei por um momento que tivesse sido uma cena de Penny Dreadful, um seriado muito bom com a Eva Green, mas, na verdade, era uma passagem do livro Manic da Terri Cheney. A cena que lembrei era uma em que a autora está amarrada em uma cama de hospício tentando segurar o xixi enquanto uma enfermeira não a atende. Ela não devia estar nessa situação, ninguém a escuta e ela tenta ao máximo manter a sua dignidade, mas acaba não aguentando.

Queria comentar sobre o conto e o quanto me incomodou quase no nível do Processo do Kafka, porém, lembrei das vezes que eu perdi a dignidade por conta da minha doença mental.

Você sabe o que é simplesmente não conseguir fazer as coisas mais básicas e não ter força para lutar contra o choro de um jeito que tua mãe tem que te dar banho porque você não consegue tomar há alguns bons dias?

Eu ia fazer uma piadinha agora pra amenizar o clima, entretanto, estou em uma fase desse trabalho em que não cabe mais tentar ser engraçada. Tenho que levar isso a sério, vou levar isso a sério, loucura não é leve como às vezes posso fazer parecer.

Não conseguir viver nesse mundo não é fácil, não ser sã é triste.

Lima Barreto escreveu no seu Diário Íntimo: “Entretanto, não me agasto, minha vida será sempre cheia desse desgosto, e ele far-me-á grande. [...] é triste não ser branco.” Eu não sei o que é não ser branco, não tenho total o local de fala, não me entenda mal, só quis dizer que, como o meu psiquiatra já me disse uma vez, infelizmente, quanto mais próximos do padrão nós formos, mais facilmente felizes seremos. Eu senti a sua tristeza por não ser o padrão através das suas palavras, porque ele foi um escritor extremamente competente. A vida e a obra dele não merecem ser tratadas de forma leviana.

Vou estudar, vou escrever, vou me fazer ser lida porque, quanto mais vozes diversas forem ouvidas, maior vai ser o espectro do “padrão” e mais felizes seremos todos. Eu me uno ao coro que levanta a bandeira da saúde mental, da luta contra o preconceito, exclusão e encarceramento dos loucos.

Quando eu fazia jornalismo, pude escolher um assunto para escrever para o jornal da Unisinos, escolhi a luta antimanicomial. Fui lá em São Leopoldo para um sarau com ex-pacientes do São Pedro e com o pessoal da psicologia. Foi meio miado, mas consegui falar com uma menina bem engajada na luta que já foi interna do hospital psiquiátrico, ela deixou eu usar partes do seu poema. Entretanto, na hora de escrever, me passei nos caracteres permitidos e tive que cortar o que era menos jornalístico infelizmente.

O professor inclusive mexeu no meu título deixando-o totalmente sem sentido, que raiva!

Lima Barreto foi jornalista, gosto que ele escreveu de tudo e, segundo Rancière, entre os gêneros textuais “não há coisa alguma que não carregue em si a potência da linguagem. Tudo está em pé de igualdade, tudo é igualmente importante, igualmente significativo.”

Lima sabia disso, ele escreveu:

“Eu quero ser escritor porque quero e estou disposto a tomar na vida o lugar que colimei. Queimei os meus navios, deixei tudo, por essa coisa de letras [...] Não quero aqui fazer minha biografia; basta, penso eu, que lhes diga que abandonei todos os caminhos, por esse das letras; e o fiz conscientemente, superiormente, sem nada de mais forte que me desviasse de qualquer outra ambição”

Ele tentou escrever ficcionalmente sobre as suas experiências no hospital em Cemitério dos Vivos, mas o que ficou nas “anotações redigidas no próprio espaço da dor” sei que têm o mesmo valor, mesmo sem tê-las lido.

**18 de agosto de 2021**

Achava que tinha escrito ontem o que escrevi há três dias.

Reli e não gostei.

Eu tentei trazer o máximo de conteúdo pra compensar as divagações, mas sem as divagações não consigo escrever.

Bom, descobri que só preciso tirar um 5 no TCC pra passar, então vou mirar no cinco.

Ontem, na aula, a profe falou sobre dedicatória, agradecimentos, considerações iniciais, finais...

Ando tão sem inspiração que me deu um calafrio só de pensar em tentar escrever essas coisas.

Não pensei na estrutura do meu trabalho ainda porque não sei se vai dar pra fazer o que eu quero fazer. Mas preciso decidir isso logo, pois a próxima tarefa é o sumário. Pensei em fazer tipo aqueles vídeos do YouTube que tem os links para os tempos em que tal coisa é discutida. É uma mão na roda pra quem está assistindo.

Preciso pensar no resumo também...

Tantas coisas pra fazer e eu passando os dias dormindo.

É isso que andei fazendo nesses últimos dias que fiquei sem escrever.

Fiquei sem remédios dois dias e senti o baque. Eu fico tão braba comigo mesma. Que que custava pedir as receitas? O Alexei não se importa em mandar, mesmo que seja no final de semana, mas eu e a minha mania de não querer incomodar.

A verdade é que eu esqueço do quanto preciso de cada um dos meus remédios. Não posso me descuidar, não sou uma pessoa “normal”.

Se bem que todo mundo anda precisando de remédios né.

Ontem dei uma passeada na Cultura e comprei um livro que descobri ali mesmo: Antitarja preta do Pablo Vinícius, que nunca vi mais gordo.

Comprei pelo que pude ler ali na livraria mesmo, o que nem sempre é uma boa ideia. Porém, não quis procurar na internet se o autor era gente boa ou não, quis apostar que o livro não seria um desperdício de tempo e de dinheiro.

Sentei em um Food Hall (gostaria que ficasse clara a minha indignação com essas modas de complicar o nome de coisas simples, como praça de alimentação) e comecei a ler. Nunca mais tinha feito isso, passado em uma livraria pra escolher o que ler durante um cafezinho, acho chique.

Eu sei que não devia estar ficando na rua mais do que o necessário, eu sei que não devia estar gastando dinheiro *at all*, muito menos em mais coisas pra ler quando tenho pilhas de livros na fila de espera, mas na hora me pareceu justo. EU MERECEI!

Pablo Vinícius já foi muitas coisas e ainda não tenho certeza se ele não vai querer me catequizar até o final do livro, espero que não. Ainda não pesquisei pra ver qual é a opinião da internet sobre ele e acho que, apesar de não confiar que eu seja capaz de formar uma opinião decente, vou primeiro ler e ver o que eu acho pra depois descobrir qual é a forma certa de ler esse livro.

Falando nisso, li tudo que o meu orientador me mandou e não sei o que pensar, estou com muito medo de dar pala que eu sou oca por dentro. Tu viu, meu querido leitor, que o que escrevi sobre Lima Barreto ficou horrível. Estou com medo de começar a escrever sobre os outros textos e descobrir que não absorvi nada, ou, pior, que absorvi tudo errado. Porque não adianta me dizer que não tem um jeito certo de ler as coisas, tem sim.

Estava assistindo um vídeo do Quadro em Branco sobre Aldous Huxley e sobre como Olavo de Carvalho entendeu tudo errado. Ele escreveu o prefácio de uma das edições em português do livro A Ilha de Huxley e, como o próprio cara do canal disse, Olavo de Carvalho entendeu tudo errado.

Definitivamente não quero ser nem de longe como esse imbecil que só fala merda, mas não como o Sant em Poetas no Topo<sup>33</sup>, mais como o Lahey no Trailer Park Boys mesmo.

---

<sup>33</sup> [https://www.youtube.com/watch?v=H4USRFRtbwQ&ab\\_channel=PineappleStormTV](https://www.youtube.com/watch?v=H4USRFRtbwQ&ab_channel=PineappleStormTV)

**20 de agosto de 2021**

Os dias estão passando enquanto durmo, mas não mais.

Embora tenha acordado de ressaca, estou melhor do que estive essa semana.

Não sei o que aconteceu, parece que eu estava funcionando à meia fase, sei lá.

Eu tinha esquecido que tinha combinado com a Duda dela vir aqui ontem, quando lembrei pensei putz, mas foi muito bom ela ter vindo. Ela está tão feliz que contagiou. É incrível como uma conversa pode virar uma chave né.

Eu escrevo esperando que essa nossa conversa desperte algo bom em você também, querido leitor.

Mas, não quero mais me lamentar pelo tempo derramado, *lets talk business*: marquei minha primeira reunião de TCC com o meu orientador. Ele falou com a professora de TCC e as perspectivas para que eu possa fazer o meu trabalho como eu quero são boas. Fiquei feliz, isso ajudou a dar uma animada no meu dia.

Eu vou fazer um bom trabalho, é só eu perder o medo de dar certo.

Ando meio travada no que escrever aqui porque quero que seja mais conteúdo do que divagações e acho que já perdi o foco há horas. O que eu queria estudar mesmo?

É que está tudo conectado, tudo que eu vivo e consumo tem a ver, até um filme horroroso do Antonio Bandejas me dá um insight do que eram os estoicos que tanto influenciaram Nietzsche, que, por sua vez, influenciou Foucault, e assim a roda vai girando.

Eu tenho umas ideias de como abordar certos assuntos aqui, mas eles acabam saindo de um jeito totalmente inusitado. É disso que eu gosto na escrita, como é possível começar um texto e acabar com outro, como é possível conectar Antonio Bandejas com Nietzsche na mesma frase, como é possível comunicar de jeitos diferentes a mesma coisa.

Porque não estou falando nenhuma novidade aqui, porém quero crer que seja relevante de alguma forma.

Mas, enfim, li uns trechos do diário de Ricardo Piglia sobre um tal de Macedônio Fernandez, que, depois de procurar no Google, fiquei sabendo que já devia conhecer ele e que nunca jamais deveria colocar “tal” na frente do seu nome.

A América hispânica fica tão perto, mas tão longe.

Fiquei triste quando constatei que preferiria ler Macedônio em inglês do que em espanhol, já que não achei uma versão do livro dele em português.

Fiquei pensando nesse seu romance, *Museo de la novela de la eterna*, e como o meu trabalho poderia ser a longuíssimo prazo também. Poderia lançar um diário todo ano, já

imaginou? Ser traduzida para o inglês e não ser conhecida pelo argentino médio? *That's the dream.*

Agora, deixando de lado meus delírios megalomaniacos, vamos primeiro focar naquela nota 5, lembra Gabriela? Não era o objetivo? Me formar em alguma coisa?

Sabe que não contei pra praticamente ninguém que estou fazendo Psicologia? Já tinha escrito sobre isso aqui?

Estou com vergonha de estar começando a minha sexta graduação sem ter terminado nenhuma ainda, mas eu tenho certeza que agora me achei e que semestre que vem eu me formo em Escrita Criativa. Quer dizer, se você achar que eu mereço :)

Do jeito que estou dispersa, acho difícil.

**21 de agosto de 2021**

**00:01'**

Tem um episódio do Seinfeld em que o George tenta usar um segredo do mundo do entretenimento nas reuniões da firma. *Always leave on a high note*. Ou seja, encerra o show quando tu perceber que agradou o público, porque é *downhill from there*.

Estou contando isso porque às vezes sinto que devo encerrar o meu texto *on a high note* mesmo ainda tendo coisa pra dizer, aí não sei como fazer essa transição, sabe? Só espaçamento parece que não divide os assuntos da forma como eu gostaria, então hoje eu decidi esperar meia noite e um pra voltar a escrever. Pra ser outro dia e eu não ter que me preocupar com formatação ainda, entende?

O problema é que agora esqueci o que tanto eu queria dizer. Preciso me organizar! Não sei o que já falei, o que ainda tenho que falar. Estou, pra ser bem sincera, apenas desperdiçando o seu tempo, meu querido leitor, mas não vá embora, ainda tenho muitas indagações e indignações para dividir com você.

Mas então meu cupincha, o negócio é o seguinte, é aquela coisa, como Spinardi (2014 apud Orochi 2017) canta “A moda é criticar a moda”.

Tu vê, eu fui atrás de como fazer essa citação da forma mais correta o possível. A ideia era largar e sair correndo, mas vou ter que explicar que estou citando as músicas “4 e 21” do Haikaiss e “Poetas no topo 2” que é de uma aglomeração de rappers.

O problema de explicar brincadeiras é que elas perdem a graça.

Eu não sei se é porque eu subestimo meu leitor ou porque tenho muito medo de ser mal interpretada. Talvez uma aglomeração disso tudo.

Meu maior medo é de ser mal interpretada, mas confesso que às vezes é bom quando a pessoa pergunta “o quê?” porque aí dá tempo de pensar melhor e até sutilmente desdizer o que eu disse, se necessário. Nunca disse que eu não erro. Erro muito, feio e rude e, embora goste de pensar que eu aprendo com os meus erros, isso nem sempre é verdade.

Tem erros que eu até gosto de cometer, tipo em relação às minhas compulsões, eu as alimento de vez em quando, em CNTP, é claro.

Quem não “flerta com o colapso” constantemente e não está sempre “*dancing with the devil*”, não sabe o que é viver.

Falei, falei, falei e não disse nada, mas, não vou trair o George que existe em mim, por isso, até amanhã! (Ou até quando eu decidir como vou separar os assuntos das minhas entradas)

**14:00'**

Comprei uma mesinha de servir café na cama pra eu trabalhar no meu habitat natural, mas devia ter comprado uma específica pra notebook, estou testando a que comprei agora e não estou confortável. Pra começar que nem devia ter comprado nada.

Mais uma bugiganga...

A mãe vai me matar, mas ela tinha um colega que a chamava de Maria do Cangalho.

Eu sou bem filha da minha mãe, adoro um cacareco.

Esses dias estava assistindo um Greg News em que ele fala que a Amazon poderia enrolar a Terra não sei quantas muitas vezes com a quantidade de plástico bolha que usa. Eu sou responsável por uns quantos por cento desse desastre. Tenho uma, agora leve, compulsão por comprar coisas desnecessárias. As coisas que são necessárias não têm graça comprar. Eu gosto da novidade, de vestir ou de usar pelo menos uma coisinha nova por dia, como essa mesinha que, como tantas outras compras desnecessárias, foi decepcionante.

Barry Schwartz já disse, o segredo para a felicidade é diminuir expectativas.

Nada vai ser como a propaganda, no momento em que eu entendi isso, parei de comprar tanto. Pena que demorou tanto tempo e dinheiro pra eu perceber o óbvio, que a vida é um tédio. É uma longa espera pela morte, por isso a gente inventou tanta coisa para nos distrair. Hoje estava pensando no que poderia ser possível fazer para matar o tédio sem gastar absolutamente nada. Só consegui pensar em respirar, mas é uma questão de tempo até isso ser *pay per air* também.

Se eu tivesse sido mais criteriosa no que eu gastava, talvez hoje poderia estar passando o fim de semana na Praia do Rosa com o meu amorzão bem de boas.

É como o meu pai diz, tudo são escolhas. Porém não concordo com ele que seja apenas uma questão de escolha, tem muitas variáveis envolvidas que não dependem muito da nossa intenção.

**17:26'**

**25 de agosto de 2021**

Será que é só nervosismo?

Não estou me sentindo ansiosa e sim deprimida.

**26 de agosto de 2021**

“Já são quase 5 da manhã  
Por que ainda insiste?  
Faz muito tempo  
Que não tenho o que dizer”<sup>34</sup>

Aonde eu quero chegar?

Eu não consigo me comprometer com um diário, o que me faz pensar que conseguiria me comprometer com um ensaio?

---

<sup>34</sup> [https://www.youtube.com/watch?v=EtVcNv4CycY&ab\\_channel=MoptopVEVO](https://www.youtube.com/watch?v=EtVcNv4CycY&ab_channel=MoptopVEVO)

**29 de agosto de 2021**

Minha psicóloga me recomendou começar a ir lá duas vezes por semana.

Já houve uma época em que eu fazia terapia nessa frequência, mas não estou nem perto de ser a mesma louca.

Essas duas últimas semanas foram péssimas, quer dizer, eu fui péssima. Duvidei de todas as minhas certezas, senti todos os meus medos, chorei toda a minha dor.

Me sinto ridícula quando escrevo algo desse tipo. Quem sou eu pra falar de dor? (Ao mesmo tempo, só essa pergunta já traz em si muita dor, eu acho)

Eu sou assim, ou me permito sentir absolutamente tudo ou me recuso a sentir qualquer coisa.

Sou boa em fingir que não sinto.

Me sinto como Bolsonaro, criando cortinas de fumaça para evitar ter que falar do que realmente importa.

E o pior é que quando tu acha que conseguiu ver alguma coisa através dela, era só mais fumaça.

Eu daria uma de George e sairia *on a high note* agora, mas estou cansada de fugir. Porém, não sinto que eu conseguiria sentir algo mais real hoje, talvez amanhã que é segunda-feira.

Hoje ainda me sinto mais do que nua por baixo dessa cortina, sinto como se a minha pele tivesse sido arrancada, toda ferida aberta.

**31 de agosto de 2021**

Agosto foi e eu não vi.

Não vi nada, nem meu TCC.

**01 de setembro de 2021**

**12:00'**

Sou muito alienada, né?

Estava relendo o que já escrevi e me dei conta que em nenhum momento fiz menção à pandemia. Em que mundo eu vivo? Por que não pode ser que eu viva no BRASIL e que nos meus textos não apareçam cada uma das 580 mil mortes que, na sua grande maioria, poderiam ser evitadas se...

Essa frase pode terminar de várias formas, por isso fui perguntar pro Gian como ele terminaria esse raciocínio. Inicialmente pensamos em terminar assim: se o presidente não fosse o Bolsonaro. Porém, essa tragédia anunciada e evitável não teria acontecido também por vários outros motivos que, sinceramente, não quero ter que lembrar.

Eu assisto as notícias pelo vão dos meus dedos como se fosse um filme de terror, por isso não tenho muita propriedade para falar sobre esses assuntos. Mas queria deixar registrado aqui que, no momento em que escrevo, estamos vivendo um novo normal que se parece demais com o velho normal, só que de máscara no queixo.

Não vou negar, sou hipócrita. Defendo o #fiqueemcasa, mas estou sempre arrastando o Sári no mercado, abanando as tranças por aí e esquecendo do álcool em casa.

**20:35'**

Depois de uma brevíssima mudança de foco, voltamos ao eu, eu, eu, de sempre.

**02 de setembro de 2021**

Ontem de noite, quando eu estava quase pegando no sono, tive umas ideias muito boas para escrever aqui hoje.

Meu episódio favorito de Seinfeld é um em que o Jerry acorda no meio da noite para anotar uma ideia de piada e no outro dia não consegue decifrar o que escreveu, quando, depois de muitas peripécias obviamente, ele se lembra da piada, percebe que não era uma boa ideia.

Não lembro do que pensei ontem, mas tenho certeza de que mesmo se eu lembrasse ainda não teria nada decente pra escrever aqui hoje.

**03 de setembro de 2021**

Na minha família, temos o hábito de avisar quando vamos no banheiro dizendo que vamos tratar de assuntos de foro íntimo.

Só o fato de nos sentirmos compelidos a avisar, acredito que já te dá um vislumbre da simbiose que impera na família Freitas Schneider.

Estava lendo Lejeune e ele marca o nascimento do foro íntimo na Antiguidade Ocidental como um processo importante na “progressiva individualização do controle da vida e da gestão do tempo”. É como o pai sempre me diz quando estou frente a qualquer desafio: te vira!

Não podemos mais responsabilizar ninguém pelos nossos fracassos porque quem está *in charge* somos nós mesmos e mais ninguém.

“Estariamos, hoje, nos refugiando nos diários por que os laços de parentesco se afrouxaram? Para compensar a pulverização e a despersonalização da vida social?”

Não li mais do que isso de Lejeune então as respostas virão nos próximos capítulos, eu acho.

Precisava começar pelo menos um esqueleto do ensaio, mas tem tanta coisa pra ler ainda...

Por isso que eu defendo esse diário como parte teórica também, porque vou construindo o meu conhecimento da teoria conforme vou escrevendo dia a dia. Além disso, como separar o que leio do que eu vivo? Não fazem os artigos e livros e vídeos e qualquer outra matéria, parte da minha vida? Não faz a minha vida parte das reflexões e aprendizados que estou construindo para este TCC?

Tudo bem, eu entendo que fica ruim de avaliar, mas me sinto como uma criança mimada que não consegue o que quer e bate o pé no chão, cruza os braços e solta uma bufadinha de insatisfação.

Vou correndo pro pai e ele diz “te vira”, aí me sinto totalmente abandonada e sozinha. Sou eu quem tem que fazer esse trabalho, mais ninguém pode fazer por mim, é um saco ser gente grande.

Acho que no fundo, o meu problema é a Síndrome do Peter Pan, posterguei o que eu pude todas as decisões que cabiam apenas a mim, porque não me sinto preparada. Quase 30 anos na cara e não estou preparada para a vida.

Patético.

Porém, o lado bom da carga teórica ter sido tirada desse diário é que me sinto mais livre para conservar a memória, sobreviver, desabafar, conhecer-me, deliberar, resistir, pensar e escrever.

Entendedores entenderão.

**04 de setembro de 2021**

Tive uma conversa decisiva com o Gian hoje.

Fui tentar explicar para ele o *insight* que tive enquanto lendo um artigo do Lejeune sobre diários de garotas francesas do século XIX.

Cada artigo que eu leio me leva a mais não sei quantos outros, não sei se vou ter tempo de ler tudo que eu estou me propondo...

Estava lendo artigos satélites, que falam de diários sob a teoria de Lejeune, antes de começar a ler o livro mesmo, pra já ir me ambientando, de leve, como quem entra em uma piscina gelada pela escadinha, bem devagarzinho.

Porém, minhas leituras estão mais frequentes e focadas, considero isso um grande passo.

Mas entendo que seja tudo questão de perspectiva.

Eu vi um Ted do Andrew Solomon sobre depressão, ansiedade e tal e me lembrei do que eu passei, aí coloquei em perspectiva o que eu estou fazendo e me dei conta de que as dificuldades que estou tendo agora não são tão grandes. Porém, não é porque elas diminuíram, mas porque eu aumentei, entende?

A conversa com o Gian me levou ao subtítulo deste trabalho e a uma inspiração daquelas que tu precisa depois de prender a respiração por muito tempo. Me sinto emergindo da tal piscina gelada depois de escorregar nas escadas e quase me afogar.

Agora só me resta nadar.

**06 de setembro de 2021**

Meio que comecei meu ensaio hoje, eu acho.

Recebi um email do Luis me perguntando se continuo empolgada com o meu trabalho.

Como posso responder isso?

Bom, varia. Tem horas que estou apaixonada pelo que estou fazendo, tem horas que detesto tudo. Acho que estou no meio desses sentimentos hoje, se eu estivesse apaixonada, não ia estar conseguindo escrever porque a responsabilidade é grande demais, se eu estivesse detestando não ia estar conseguindo escrever porque por quê?

Não sei se já escrevi isso, mas durante a minha última sessão com a minha psicóloga eu finalmente consegui entender porque eu sou tão oitenta ou oitenta e oito. Para mim é tudo ou nada porque eu só me sinto segura nas extremidades da corda bamba que é a vida. Se eu estou amarrada na plataforma não preciso me equilibrar. Equilibrar-se dá muito trabalho, mas o que a Paula respondeu foi que a vida é difícil mesmo, só que ela precisa ser vivida, precisamos transitar na corda bamba, os extremos são sempre prejudiciais.

Por isso, vou aproveitar que estou nesse *mood* meio termo e escrever!

Por onde começar? Tenho lido tanto nesses últimos dias, mas, como disse, artigos satélites. Só que cada um que leio me leva a mais não sei quantos outros artigos ou livros que eu não tenho como acessar. Só hoje já fiquei frustradíssima porque descobri três livros que eu PRECISO LER, mas que não têm tradução do Francês ou custam 900 reais.

Diz que o George Gusdorf tem sérias críticas ao trabalho do Lejeune, do meu Lejeune??? Preciso ler, concorda?

Eu tenho que parar de querer arranjar mais coisa pra ler e me focar no que já tenho empilhado na minha mesa.

Porém, a cada nova leitura, mais me sinto perto do meu objetivo, que seria...

Demonstrar a função social do diário?

Isso já não foi demonstrado?

Eu tenho que ler Lejeune!

\*

Fui lá ler, tanto li quanto tive uma ideia genial durante a leitura, saca só:

Lejeune diz: “Ele (diário) contribui, modestamente, para a paz social e o equilíbrio individual.” Aí eu fui lá e risquei o “social” e escrevi em cima “mundial”, me senti a própria Miss Simpatia.

Tá aí, explicado o meu subtítulo, A função social do diário.

*Clickbait* total.

**07 de setembro de 2021**

Ontem contei pro Gian sobre a Association pour l'Autobiographie, que recebe diários íntimos e possui grupos de leituras para esse material, além de dar um feedback para os diaristas, eles também guardam e catalogam tudo, por serem os diários documentos valiosíssimos do nosso tempo. Ele me perguntou porque eu não começo uma associação como essa aqui, imagina que legal que seria? Fiquei de pesquisar sobre como começar algo assim, mas não sei nem por onde começar.

Estou afim de sair de mim mesma, sabe? Fazer algo para outras pessoas, algo que faça alguma diferença em qualquer nível que for, do foro mais íntimo ao mais público possível.

Já pensei em várias iniciativas, mas nenhuma me soou tão legal quanto um grupo de entusiastas do diário íntimo.

Mas, enfim, isso fica pra depois, vamos focar no projeto que já temos em mão certo?

Estava lendo umas coisas que já escrevi, que tenho intenção de usar pro TCC, mas estou com uma vontade de reescrever e tirar umas bobagens e vergonhas alheias, porém, um diário não pode ser editado, pois perderia totalmente a sua alma. Um diário editado para além de erros de digitação e coisinhas pontuais é ficção. Aqui só trabalhamos com papo reto, que nem BK.

“Não importa os seus medos/ Igual os inimigos entenda melhor de perto”<sup>35</sup>

**20:53'**

Não escrevi nada sobre as manifestações de hoje porque me recusei a sair de casa hoje. (e porque vivo em uma bolha.)

---

<sup>35</sup> [https://www.youtube.com/watch?v=uh\\_QclBwyEc&ab\\_channel=BK%27](https://www.youtube.com/watch?v=uh_QclBwyEc&ab_channel=BK%27)

**09 de setembro de 2021**

Hoje eu falei pra minha psicóloga que eu nunca cheguei tão longe na terapia.

Porém, falei no contexto de estar cansada, querendo dar uma pausa nessa minha constante, perpétua e eterna construção de mim mesma. Normalmente eu já teria sumido do consultório da dela há umas quantas sessões. Realmente, nunca fui tão investida consciente e inconscientemente na minha melhora. Isso porque uma melhora significa uma mudança e o inesperado é o meu pior inimigo. E, pra ser totalmente sincera, sou muito cabeça dura. Em algum nível eu sempre acho que estou certíssima em me comportar de jeitos que eu sei que me fazem mal. Loucura né?

Mas não é só na terapia que estou em águas nunca antes navegadas, na minha vida em geral, nunca fui tão longe, nunca tive um funcionamento tão funcional em todas as áreas do meu ser. Estou maneirando na forma como eu lido com a minha ansiedade, respeitando os meus sentimentos e não me rendendo tão fácil às minhas compulsões.

Estou cansada, justamente, porque ainda não é fácil, e imagino que sempre vai ser um pouco difícil. Mas eu sei que é assim pra todo mundo e sei, também, que, se eu relaxar nem que seja um pouquinho, já ponho tudo a perder.

O bom é que cada dia tenho mais e mais conquistas maravilhosas a perder, então a tentação está ficando menor também.

Enfim, na questão da minha escrita também nunca cheguei tão longe. Mandei até o dia 7 de setembro desse diário pro Luís então estou super ansiosa pela resposta dele. Li e reli umas quantas vezes e achei milhões de coisas que gostaria de mudar. Teoricamente, inclusive, fecharia o TCC ali, porque já estou exagerando no número de páginas, mas ainda tenho tanto a reclamar, questionar e divagar :(

Um diário normalmente não tem um fechamento, então vou sair à francesa...

**05 de outubro de 2021**

Estava totalmente perdida desde que parei de escrever isso aqui. Enquanto eu esperava a resposta do Luís não quis continuar nenhuma parte do TCC sem antes saber se eu não ia ter que apagar tudo e começar do zero. Estava com medo de que ele fosse dizer que eu viajei legal no trabalho e que nada prestava.

Porém, ontem consegui falar com ele e estou bem mais tranquila. Ele gostou do que eu escrevi, disse que, se eu quiser, o ensaio e a introdução estão prontos. Eu poderia entregar do jeito que está que eu seria aprovada, mas a conclusão, é claro, não está pronta já que ainda não terminei o trabalho para concluir algo de fato. Aí ele me sugeriu radicalizar, transformar meu ensaio em uma carta endereçada aos professores que irão me avaliar, fazer um parágrafo inicial com algo do tipo “Querido professor, ...” e, no corpo do texto, acrescentar ainda mais interlocuções com esse meu leitor. Eu perguntei sobre a questão do número de páginas e ele disse que o ensaio pode ter até doze páginas, ele tem agora 7, então teria mais cinco páginas para trabalhar a parte teórica. Entretanto, estou pensando em, já que eu posso aumentar o meu trabalho em cinco páginas, usá-las na parte criativa. Deixaria o ensaio como está e continuaria mais um pouquinho isso aqui, já que sinto que tem algumas pontas soltas e mais algumas coisinhas que eu gostaria de dizer, mas não de forma teórica, do coração mesmo.

Eu realmente não sabia o que fazer comigo mesma nesses dias em que esperei a resposta do Luís. Porém, acho que nem tanto pela ansiedade de não saber o que ele iria achar do trabalho e sim porque não escrevi mais aqui. Essa minha conversa com seja lá quem for que vá ler esse diário fez muita falta nos meus dias, fiquei totalmente desarvorada. Eu realmente acho que vou ter que passar o resto da vida nesse processo de contar para o papel o que eu aprendi e senti durante o dia. Não tem jeito, não adianta, não tem como.

Então, vou continuar escrevendo aqui e torcer para que eu possa usar no TCC. Mas, se não der, eu nem queria mesmo.

Enfim, acho que vou te contar o que tem acontecido nesses últimos dias, vamos ver do que eu me lembro de mais importante...

Vamos começar pela parte ruim ou pela boa?

Bom, eu acabei de receber mensagem da mãe em relação à parte ruim, então vou começar por ela. Minha dinda, irmã da mãe, está muito doente, mas acabou de sair de uma cirurgia e, pelo jeito, correu tudo bem. Agora é esperar ver se o procedimento vai, de fato, resolver o problema. O problema, ao que tudo parece, é que, por ela ter feito uma bariátrica há alguns anos, o seu intestino não absorve direito os nutrientes. Ela come normalmente, até mais do que

uma bariátrica normal (a gente sabe por que eu, minha mãe e minha irmã também fizemos a cirurgia), mas estava com 34 quilos (!!!) na semana passada. A dinda sempre teve uma saúde complicadinha, mas desde a bariátrica ela tem tido diversos problemas circulatórios e hepáticos que poderiam ser explicados por uma desnutrição profunda. Se for isso mesmo, o procedimento de hoje vai resolver, porque eles mexeram justamente onde os nutrientes são absorvidos. Estou torcendo muito para que ela saia dessa, eu realmente fiquei muito preocupada.

Essa minha dinda é a que mora com a vó e é a principal cuidadora dela. Estamos tentando não preocupar a vó, por isso dissemos que a dinda está viajando.

Eu tenho muitos padrinhos e madrinhas, fui batizada por quatro casais! Dois da família da mãe e dois da família do pai. E pra complicar mais ainda, chamo quase todos de dindo e dinda. Sou a primeira neta do lado da mãe e a primogênita do primogênito do lado do pai, então a atenção e expectativas são bem grandes dos dois lados. Fui, desde sempre, muito aguardada e amada até demais por toda a minha família. As expectativas sobre a minha pessoa sempre foram enormes.

Ontem estava assistindo um daqueles cursos online gratuitos, que são iscas para outros cursos bem caros, sobre paternalidade com a Vera Iaconelli, uma psicanalista da qual eu gosto muito. Nesse vídeo ela fala, entre outras coisas, sobre a diferença entre expectativa e idealização. Segundo ela, é normal e saudável criarmos expectativas sobre um bebê, o problema é quando idealizamos essa criança. Idealizar é esperar que algo seja perfeito, ideal, e isso não é legal, coitada da criança né. Mas é, no mínimo, estranho reclamar de ser amada demais, de ser fonte de tanta idealização, afinal, estão esperando sempre o melhor de mim, então qual é o problema, não é? Pois é...

É só não cometer nenhum erro nunca, quão difícil pode ser para essa pessoa tão perfeita?

Enfim, vamos à parte boa?

A parte boa é que está tudo indo super bem na minha vida, meu relacionamento está melhor que nunca, estou com vários projetos e planos para o futuro, que daqui me parece bastante promissor, meu trabalho está indo bem, tenho as pessoas que eu amo perto de mim e estou bem e saudável física e mentalmente. Às vezes tenho medo de que esse seja o ponto alto da minha vida e que daqui as coisas só vão piorar, mas pra que me pré-preocupar com algo que ainda não aconteceu? Deixa pra pensar amanhã, que nem a Scarlet O'Hara.

**06 de outubro de 2021**

A profe de TCC veio falar comigo ontem de noite, foi transmimento de pensação, porque estava mesmo arrumando as referências do meu ensaio pra falar com ela. Preciso que ela me diga se vou poder usar notas de rodapé pra não atravancar meu texto com aquelas referências padrão ABNT.

Não sei se falei, mas, pelo que o Luís me deu a entender, tenho liberdade total na parte criativa, então vou aproveitar e adicionar umas imagens e vou colocar links de alguns dos vídeos que menciono (acho que apenas aqueles que, pra mim, valem a pena assistir), acho que até links de músicas, né? Vai ficar top isso aqui!

Vai ficar enorme também.

Estou contando que vá poder usar essas cinco páginas que me restavam com isso aqui, não queria ter que tirar nada...

Mas, uma coisa é certa “O show nunca acaba” já diria BK<sup>36</sup>.

Vou continuar escrevendo aqui até me cansar, foda-se, ninguém vai ser obrigado a me aguentar por mais não sei quantas páginas, então, queridos professores da banca, eu me despeço de vocês aqui, já para meus milhões de leitores imaginários, eu digo vem comigo?

Sinto que ainda tenho tanto a dizer, a mostrar pra vocês, mas não garanto, porém, que engraçado serei dessa vez<sup>37</sup>

“Porque eu tenho um escudo contra o vacilão  
Papel e caneta e um mic na minha mão  
E é isso é que é preciso, coragem e humildade  
Atitude certa na hora da verdade”

---

<sup>36</sup> [https://www.youtube.com/watch?v=NSs7nGolKV0&ab\\_channel=BK%27](https://www.youtube.com/watch?v=NSs7nGolKV0&ab_channel=BK%27)

<sup>37</sup> [https://www.youtube.com/watch?v=F0jSJRfReFU&ab\\_channel=Aline](https://www.youtube.com/watch?v=F0jSJRfReFU&ab_channel=Aline)

#### 4. QUE BOM QUE VOCÊ ESTÁ AQUI!

Achei que você ia desistir de mim em algum momento, mas, agora que estamos no final, aguenta firme que está quase acabando.

Primeiramente, para começar a concluir, muito obrigada pela leitura. Embora tenha escrito muita bobagem, espero que você não sinta como se tivesse sido uma grande perda de tempo, espero ter agregado alguma coisa. Eu sei que, por mim, estou muito feliz de ter chegado até aqui. Juro para você que já considero uma baita conquista entregar este Trabalho de Conclusão de Curso, acho que não quero nem saber a nota, na real.

Sabe que teve momentos em que eu achei que não ia conseguir...

Mas já chega disso.

Segundamente, hoje é dia 16 de setembro de 2021 e escrevo isso agora porque acho que terminei meu ensaio. Eu sei que ainda vou ter muito trabalho para ajeitar o que vai precisar ser ajeitado, mas ninguém me tira essa vitória!

Agora, para concluir o assunto mesmo, no meu projeto eu descrevia a minha vontade de conectar a loucura e os diários, porque com os diários nos conhecemos melhor e “de perto ninguém é normal”. Eu não consegui estudar a loucura, mas, ao percorrer a história da escrita de si e do diário, percebo que não estava tão louca assim de achar que esses assuntos se relacionam. Mas, enfim, fica pra outra.

Diários normalmente não têm um final, eles, na verdade, são escritos na total ignorância do futuro, mas eles também não costumam ser lidos, então qual é o problema de quebrar com mais uma das características de um gênero que é conhecido por sua total falta de regras?

Durante o processo de pesquisa aprendi tanta coisa legal, mas estou mais feliz ainda por notar, lendo, novamente, tudo que escrevi desde o dia 16 de junho, o quanto eu, como pessoa, evoluo. São diversas as colocações que eu releio e penso: ainda bem que o tempo está somando, ainda bem que posso dizer que sou melhor do que era antes.

“Eu sou filho do mistério e do silêncio/ Somente o tempo vai me revelar quem sou”<sup>38</sup>

Acho que o principal conhecimento que solidifiquei com esse trabalho foi o meu próprio autoconhecimento. Lembra daquela frase do Boaventura de Sousa Santos? “Todo conhecimento é autoconhecimento”. Pois é, e, pra mim, do alto dos meus mais de 15 anos de psicoterapia, o autoconhecimento é a melhor ferramenta que podemos possuir.

---

<sup>38</sup> <https://www.youtube.com/watch?v=mc1AN0YexII>

Hoje, dia 07 de outubro de 2021, volto à essa “conclusão” com mais bagagem ainda do que no dia 16 de setembro e, se tudo correr bem, posso chegar aqui e escrever no dia da entrega do TCC que vou ter mais conhecimento ainda (espero).

Por isso, concluo que o meu trabalho não tem conclusão.

Macedônio Fernández não concluiu o seu Museo do romance da Eterna, então vou tomar a liberdade de me espelhar nele e dizer que “De perto ninguém é normal” é um projeto interminável. Mas as comparações param por aí, mesmo porque não li esse livro para poder dizer...

Aí que está o ponto, como é que vou concluir qualquer coisa quando tem tantos livros e artigos e filmes e músicas relevantes ao meu trabalho que ainda não tive a oportunidade de ler? Será que um dia vou conseguir ter lido tudo que gostaria para poder voltar aqui e, de fato, concluir alguma coisa?

Agora, no momento em que escrevo essa frase, dia 13 de outubro, decidi que vou deixar meu ensaio como está, não o transformarei em carta, pois acho que, se eu mexer no que escrevi, vou acabar piorando minha situação. Estou realmente me esforçando para achar o meio termo entre não concluir nada e concluir agora, sem ter todas as respostas que estava procurando, mas com tempo hábil de aperfeiçoar o que já foi escrito para que meu TCC fique redondinho.

Quanto às respostas que estava procurando, não achei provas cabais de que a loucura e os diários estejam conectados, não achei ninguém que me dissesse, “sim, você tem razão Gabriela”, mas acho que a vida real é assim mesmo, nunca temos 100% de certeza se o caminho que estamos tomando é o correto. Um pouco eu acho que é porque não existe algo 100%, muito menos algo 100% certo. Moramos no mundo sensível e não no Mundo das Ideias de Platão e, embora isso gere a tal da angústia ancestral, que aprendi que existe ontem em uma aula sobre o duplo maravilhosa da Maria Eunice, é o que temos para hoje.

Viu, só? Já trouxe mais uma questão que não vou ter tempo para desenvolver até o fim dessas minhas últimas páginas.

Ai, ai...

Enfim, me despeço (espero que por ora) de você, querido(a) professor(a). Porém, só deixa eu te perguntar mais uma coisinha: no meu projeto eu disse que queria provar que de escritor e de louco todo mundo tem um pouco, e então? Estou chegando perto?

## 5. REFERÊNCIAS

BARCELLOS, Sergio da Silva – Escritas do eu, refúgio do outro: Identidade e alteridade na escrita diarística – Rio de Janeiro, 2009

CABRAL, H.L.T.B. et al. “Diário é uma escrita íntima para ser mantida em segredo?”, 2014

FOUCAULT, Michel – Ditos e Escritos, volume V: ética. Sexualidade. Política – Rio de Janeiro : Forense Universitária, 2017

FRANK, Anne – O Diário de Anne Frank: edição integral – Rio de Janeiro : Record, 2021

GAIMAN, Neil – Make Good Art. Disponível em [https://www.youtube.com/watch?v=plWexCID-kA&ab\\_channel=LennieAnnAlzate](https://www.youtube.com/watch?v=plWexCID-kA&ab_channel=LennieAnnAlzate) Acesso em 15 de Dezembro de 2021.

HIDALGO, Luciana A loucura e a urgência da escrita, 2008

LEJEUNE, Philippe - O Pacto Autobiográfico: de Rousseau à Internet – Belo Horizonte : Editora UFMG, 2014 (página 301)

LEJEUNE, Philippe. Diários de Garotas Francesas no século XIX: Constituição e transgressão de um gênero literário, 1997.