

## ESPAÇO

JORNALISTA MARTINS DE VASCONCELOS



Organização: Clauder Arcanjo

clauderarcujo@gmail.com

# Copiosamente exagerada...

## FLÁVIA ARRUDA

Pedagoga e escritora, autora do livro *As esquinas da minha existência*.

flaviarruda71@gmail.com



Desde criança, sempre fui atraída por pequenas desmoderações. É exagerada que se chama? Pois bem, desde que me entendo por gente que tenho essa mania de demasia. Quando criança, cismava em andar de bicicleta e só parava quando a bunda ficava dormente e as batatas das pernas doíam, ao ponto de latejar; passava horas lendo histórias fantásticas, isso quando não estava a criar fantasias no galpão da serraria do meu pai, montando na serra fita horizontal, imaginando ser um trem indo para um abismo. Com o tempo, esses vícios infantis evoluíram para paixões mais complexas e adultas. Hoje, me considero uma deslumbrada pela vida, uma eterna aprendiz que encontra prazer nas mais diversas atividades. A lista das minhas manias, aliás, é extensa e diversificada, mas todas elas compartilham um denominador comum: a busca por experiências enriquecedoras e momentos de pura felicidade.

Um dos meus vícios mais antigos e persistentes é a leitura. Mergulhar em um bom livro é como embarcar em uma viagem sem sair do lugar. Cada página virada é uma nova descoberta, uma nova emoção. Adoro me perder em narrativas complexas, em romances apaixonantes, em crônicas divertidas e inspiradoras. A leitura me transporta para outros mundos, me permite conhecer pessoas fascinantes e me ensina a olhar para o mundo com outros olhos.

Outra paixão que me consume é a culinária. Cozinhar é uma forma de arte, uma ma-

neira de expressar minha criatividade e de proporcionar prazer aos meus sentidos. Adoro experimentar novos ingredientes, criar receitas originais e reunir amigos e familiares para saborear minhas criações. A cozinha é o meu laboratório, onde posso dar vazão à minha imaginação e me divertir enquanto aprendo novas técnicas e habilidades.

A música é outra presença constante em minha vida. Seja ouvindo meus artistas favoritos ou cantando no meio da sala com o karaokê improvisado, a música me acompanha em todos os momentos. Ela tem o poder de me emocionar, de me energizar, de me transportar para outro estado de espírito. As letras das músicas são como poemas que dialogam com as coisas bagunçadas do meu ser, e as melodias são capazes de curar todas as minhas neuras, principalmente se forem dançantes. E não posso esquecer da Pagu, das duas, a escritora brasileira e da música, sempre presentes na trilha sonora da minha vida.

Como disse lá no começo, sou uma pessoa feita de excessos, se durmo (quando consigo), durmo muito; se fico acordada, varo a noite, emendando quase 24 horas de olhos esbugalhados (este é o mais corriqueiro dos meus exageros); se gosto de uma roupa, já quero várias cores do mesmo modelo; quando acerto uma receita e meus pares gostam, podem ter certeza de que será o cardápio para a semana toda, quicá o mês. Agora estou na onda do alho, coloco muito alho em tudo. Ah, tem também a overdose da pimenta defumada que vai até na banana.



Na verdade, tudo é apenas uma desculpa para pôr amor, pimenta, alho...

Sou uma pessoa extremamente propensa a vícios. Na verdade, me vício tão fácil que já estou pensando em criar um clube dos viciados – mas não se preocupem, esse será um clube saudável! A lista é longa: bons papos que me fazem rir até a barriga doer, gente do bem que ilumina os dias cinzentos. Mas o vício de que não consigo me livrar? Ah, é o amor!

Amo amar! Amo a praia, sentir a brisa no rosto e a areia entre os dedos. Amo minha família e amigos, essas pessoas que fazem a vida mais colorida e leve. Viajar, então? É um vício irresistível! E quem consegue resistir a um café quentinho ou a uma buchada com cuscuz? Já tentei os grupos anônimos para esses vícios, porém nada surtiu efeito. Eles só me fizeram perceber o quanto sou sortuda por ter tantas paixões.

Ultimamente, tenho me viciado em séries – aquelas ma-

ratonas que fazem você perder a noção do tempo. Nem me falem, elas têm me deixado louca, principalmente as policiais recheadas de mistério, aí já viu, só paro quando terminam, porque quem quer desvendar todos os crimes é esta que vos escreve. Sherlock Holmes é finchinha perto de mim.

Não nos esqueçamos do trabalho, que coisa mais viciante e prazerosa, todos os dias eu tento algo diferente, inovar é a palavra de ordem no setor que trabalho. A labuta me dá aquele frio na barriga de satisfação. Não tenho medo das mudanças, dos exageros, das coisas novas que a vida nos apresenta, tenho medo de ficar estagnada, parada no tempo, vendo a vida passar.

Quase ia me esquecendo dos encontros com os amigos, é tudo de bom, pura troca de afeto, amizade que se transforma em adrenalina! A cada encontro, quero experimentar novos quimonos e colares que me fazem me sentir bem eu. E sim, eu gos-

to de uma cervejinha de vez em quando! Mas, só para deixar claro: nada de drogas! Dessas eu tô fora... O meu negócio é viver intensamente com meus bons hábitos!

Eu sei que falar sobre vícios remete a algo muito ruim, negativo e degenerativo, sinônimo de ruína e decadência, algo que precisa ser controlado ou eliminado. No entanto, acredito que nem todos os “vícios” (nesse caso, exageros) são prejudiciais. Alguns deles, como os meus, podem enriquecer meus dias, trazer alegria e ocupar espaços internos me tornando uma pessoa mais leve e de bem com a vida. É claro que é preciso encontrar um equilíbrio e não permitir que nenhum vício se torne uma obsessão que prejudique a saúde ou os relacionamentos, em todas as suas esferas. Mas, dentro de limites saudáveis e aceitáveis, os descomedimentos podem ser grandes aliados na busca por uma vida mais astral, prazerosa e significativa. Eu tento.

## De Fato.com

Um produto da Santos Editora de Jornais Ltda.. Fundado em 28 de agosto de 2000, por César Santos e Carlos Santos.

Direção Geral: César Santos

Diretor de Redação: César Santos

Gerente Administrativa: Ângela Karina

Dep. de Assinaturas: Alvanir Carlos

www.defato.com E-MAIL: redacao@defato.com

TWITTER: @jornaldefato\_rn

REDAÇÃO E OFICINAS: SEDE Avenida Rio Branco, 2203, Centro, Mossoró-RN – CEP: 59.063-160

TELEFONES: (084) 99836-5320 (Mossoró)

COMERCIAL/ASSINATURAS (84) 99956-4810 - (84) 99485-3685