

Mordidas por dentro

*poemas em prosa
para corações
dilacerados*



*Manual
do Professor*

*Bruno Lima Penido
Regina Braz*

Ilustrações de
Joice Trujillo

Bruno Lima Penido

Regina Braz

Mordidas por dentro

*poemas em prosa
para corações
dilacerados*

Manual do Professor

6•9 instante

© 2018 Editora Instante
© 2018 Bruno Lima Penido

Direção Editorial: **Silvio Testa**

Coordenação Editorial: **Carla Fortino**

Revisão: **Saphyra Editorial**

Capa e Projeto Gráfico: **Fabiana Yoshikawa**

Ilustrações: **Joice Trujillo**

1ª Edição: 2018

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Laura Emilia da Silva Siqueira CRB 8-8127)

Rocha, Regina Braz da Silva Santos.
Mordidas por dentro: poemas em prosa para corações dilacerados – manual do professor / Regina Braz da Silva Santos Rocha ; Bruno Lima Penido, autor ; ilustrações de Joice Trujillo. 1ª ed. São Paulo: Editora Instante : 2018.

ISBN 978-85-52994-04-6

I. Literatura brasileira : estudo e ensino

I. Rocha, Regina Braz da Silva Santos.

II. Penido, Bruno Lima. III. Trujillo, Joice.

CDU 82.02/.09 (81)

CDD 806.90:37

Índices para catálogo sistemático:

1. Literatura brasileira : estudo e ensino
806.90:37

Atualização de ortografia conforme o Acordo Ortográfico da Língua Portuguesa de 1990, em vigor no Brasil a partir de 2009.

www.editorainstante.com.br

facebook.com/editorainstante

instagram.com/editorainstante

Mordidas por dentro: poemas em prosa para corações dilacerados é uma publicação da Editora Instante.

Um menu de emoções: sirva-se!

Bruno Lima Penido tem o coração repartido em quatro pedaços: é mineiro, paulistano, portenho e carioca. Nasceu em Belo Horizonte, foi repórter da *Folha* em São Paulo, correspondente em Buenos Aires e agora é roteirista da TV Globo no Rio. Foi autor colaborador de Walcyr Carrasco e Maria Elisa Berredo em *Verdades Secretas* (2015), telenovela vencedora do Emmy Internacional. Escreveu o seriado *A Cara do Pai* (2016–2017), com Daniel Adjafre, e *Malhação – Viva a Diferença* (2017–2018), com Cao Hamburger. Também passou pelas redações do *Vídeo Show* e do canal de notícias Globo News.

Mordidas por dentro: poemas em prosa para corações dilacerados fala de sentimentos que, se não forem bem mastigados e digeridos, são capazes de

devorar interiormente o ser humano. São textos ora deleitosos, ora inquietantes sobre o que a saudade, a liberdade, o medo e a culpa, entre outras emoções, são capazes de provocar em nosso íntimo.

Esta obra pode ser uma saborosa refeição de sentimentos a ser degustada a partir de uma trajetória que somente você, leitor(a), pode escolher. Nessas múltiplas opções de leitura, é possível consultar o índice – ou seria mais um menu? – e escolher de que maneira você vai provar cada sentimento, tornando-se um *chef* de seus pratos/sentimentos preferidos ou preteridos.

Isso significa que, mesmo antes de iniciar a leitura, pode-se estabelecer uma "atitude meditativa", autorreflexiva, que também está presente em cada texto. Nesse sentido, a obra liga-se à temática *Autocônchecimento, sentimentos e emoções*, a qual envolve, entre outros aspectos, uma análise sobre a relação de sujeitos com "suas emoções e sentimentos, tais como o amor, a alegria, o luto e a dor".

Por meio de uma escrita concisa, num flagrante da nossa subjetividade, cada poema em prosa se transforma em "pequena reflexão". Esse viés introspectivo muitas vezes se mistura com um "tom rebaixado", sem ornamentos, o que intensifica a sensibilidade de cada texto e configura o espírito de experimentação desse gênero literário, aproximando-se bastante de você, jovem leitor.

Além de provocar uma reflexão que nos permite perceber, avaliar, compreender conflitos por nós mesmos sentidos, vivenciados, degustados, cada poema estimula uma busca de conhecimento sobre as próprias emoções, no processo de construção de nossa identidade, ao mesmo tempo que possibilita o desenvolvimento da empatia na constituição do respeito ao sentimento do outro.

Em tempos em que frequentemente nos distanciamos do que somos ou sentimos, esta obra é um verdadeiro convite ao autoconhecimento, estando intimamente ligada à vida, à realidade que nos devora a cada sentimento reprimido, a cada tristeza engolida e não digerida. E é nesse percurso, olhando de perto o ser humano, para alguns de seus sabores e dissabores, que Bruno nos deixa com um gostinho de quero mais.

Com sensibilidade, inteligência e criatividade raras no emprego das palavras, ele nos leva a reconhecer nossas emoções mais universais e a lidar com elas por meio de uma abordagem atual e pulsante, fazendo-nos por fim acreditar que, se devidamente digeridos, os sentimentos mais devastadores podem fazer de nós pessoas satisfeitas e sem medo de novos banquetes.

O editor

Prefácio

Um dos últimos refúgios da delicadeza – é isso que a poesia em forma de prosa de Bruno Lima Penido é.

Contra a feiura institucionalizada que nos cerca, qualquer página deste livro é um bálsamo, um alívio, um respiro. Aliás, "se eu pudesse, respirava por ti", Bruno diz, entre tantas outras generosidades, provas de amor quase tresloucadas e um talento que parece não ter limites para construir imagens com palavras.

Porque domina as finezas da ironia, o lirismo de Bruno nunca fica vulgar. Há sempre um contraponto, um desarme, uma surpresa no final – ou no começo. O texto de Bruno passa longe do que é óbvio. Se convida a harmonia para morar em sua casa, e promete tratá-la a pão de ló, como diriam nossas avós, é para que ela veja que *cada coisa imperfeita está em seu devido lugar*.

Qualquer semelhança com a vida não é mera poesia.

Muito da sabedoria pop de Bruno vem de seu trabalho como autor de novelas. É preciso ter intimidade com o que é humano para criar gente na ficção. O jeito é não ter medo dos sentimentos, de ir para o lugar do outro e, ainda mais que isso, gostar do outro.

Garanto que não te conheço, mas curiosamente reconheço.

As instruções para ler *Mordidas por dentro* estão no início. Pode-se escolher a maneira cartesiana ou então abrir em qualquer parte, em qualquer frase, como se fosse um livro de preces ou de profecias, desses em que se busca a cura para a alma. Aqui, a ideia é colar os pedaços do coração. E se o leitor não tiver coração, certamente não se interessará por estas páginas.

Sorte que esse não é o seu caso.

Claudia Tajes



para ler o livro

Você é livre para escolher o que fazer com este livro (inclusive nada), assim como é livre para encontrar o seu jeito de lidar com o que sente. “À sua maneira”, tomando a liberdade de relembrar Cortázar, “este livro é muitos livros”.

Quem quiser uma **lógica** que o **orienta** pode partir do começo e seguir a leitura de forma corrente. Quem se apega à **sorte** como ferramenta pode abrir uma página aleatória e surpreender-se com o que o **destino** lhe apresenta. Com estes 73 fragmentos de história, você também pode traçar a sua própria **trajetória**.

É só consultar o índice, organizado pelas **emoções** em letra cursiva nas páginas dos poemas, e mergulhar na que lhe pareça mais certa. Ninguém melhor que você sabe onde o seu calo aperta.

O autor



*amor
empatia*

Encontro

Garanto que não te conheço, mas curiosamente **reconheço**.

Parece que entendo, mesmo sem saber, mesmo sem conhecer.

É quase sem perceber que permaneço, que habito, que transito num **universo** que desconheço, mas que ainda assim é meu, porque seu, porque nosso, porque posso, porque quero, porque **íntegro**, porque faz parte de mim, ainda que não seja, enfim.



Um beijo que apagou o passado

Ela o beijou. E, com ele, beijou o passado. E a desilusão, e as noites sem sono, e a dor de cotovelo, e o seu desespero por não enxergar futuro naquilo que já tinha sido. Ele encarnou os encantos de ex-namorado, a pegada certa de quem já conhece. Explorou os pontos fracos, fez tudo do jeito que ela gostava. Mas percebeu outro gosto, outro cheiro, um novo tempero que antes não havia.

*desespero
desilusão
mágoa
saudade*

Ela ainda gostava dos mesmos carinhos, mas era outra pessoa. Era outra encarnação de si mesma, de regresso a uma vida passada, em que beijava o ex-namorado e temia pelo que estava por vir.

Ele se excitou porque possuía outra. Ela também se excitou, mas pelo motivo oposto, porque sentia saudades do mesmo. E ele era exatamente o mesmo.

O tempo só havia passado para ela; ele era o próprio passado, a recordação, o registro de um amor de que somente os dois se lembravam, mas que ela queria esquecer com toda a força da alma. E só porque queria esquecer, é claro, lembrava. Recordava-se de tudo, de cada detalhe, e a cada tentativa de exercitar o esquecimento as informações se revigoravam numa cambalhota e ressurgiam como memória. Assim, quanto mais desejava esquecer, mais ainda lembrava, como se o desejo de apagar o passado fosse ele mesmo a chama que ressuscitava e eternizava a lembrança.

Com esse novo antigo beijo, ela pretendia confundir a memória, corromper o sentido de antes e burlar a rigidez do tempo. O beijo era uma trapaça para reviver a emoção e começar a esquecer no momento exato em que lembrasse. Era um salto para iniciar a pirueta inversa e apagar o passado quando ele se fizesse presente.

Vou, voo e volto

empatia
inadequação
liberdade

Eu vi uma andorinha no alto da colina. Trocamos um único e profundo olhar. Então ela voou com toda a força do seu voar de andorinha. E quanto mais ela voou, mais eu gostei dela.

Até que, um dia, eu acordei andorinha. Tinha asas, tinha penas, tinha bico de andorinha! Meus olhos, porém, eram os mesmos olhos humanos de antes. Voltei à colina e, lá no alto, me encontrei olhando para a andorinha, que agora era eu.

Como andorinha com olhos de gente, troquei comigo outro profundo olhar e percebi que, na verdade, ela também era eu! Estava ali, no meu corpo, mas tinha mantido seus olhos de andorinha. De alguma forma inexplicável, a andorinha tinha voado para dentro de mim.

Bicho de estimação

Eu tenho uma angústia que me faz sentir vivo. É ela a primeira presença que sinto quando acordo. É ela que se aninha ao meu lado e me faz pensar: "Ai, que bom, não morri".

Minha angústia é um bichinho de estimação que me faz companhia enquanto a mensagem não chega, enquanto o telefone não toca. Ela lambe as minhas mãos enquanto escrevo. Eu a afasto, mas ela volta. Sempre. Fiel.

Eu nunca estou sozinho, estou com ela. Todos os dias, eu a alimento, e ela me retribui com pequenas mordidinhas por dentro.

angústia



Quadrilha pós-moderna

João curtia os *posts* de Teresa, que cutucava Raimundo, que *stalkeava* as fotos de Maria, que compartilhava os textões de Joaquim, que mandava *nudes* no privado para Lili, que só sabia repassar correntes e reclamar da vida nas redes sociais.

João fez uma transmissão ao vivo da praia em um dia de semana pra fazer inveja nos amigos; Teresa foi bloqueada porque reclamou de censura em sua *timeline*; Raimundo aplicou um filtro no frango à passarinho que comeu no almoço; Maria comemorou a chegada da sexta-feira, sua linda, mas em seguida fez *check-in* no hospital com dor de ouvido; Joaquim deletou o seu perfil porque cansou de discutir política com os bons e velhos colegas de classe; e Lili publicou uma foto fofa de seu gatinho angorá que ainda não tinha entrado na história.

Ninguém alterou seu *status* para um relacionamento sério.

solidão

O amor

Você procura pelo alto, pelo **salto**,
pelas festas... E o amor está nas **frestas**,
procurando por você.

Pelos ares, pelos mares, pelos bares...
Você busca pelo amor em todos
os **lugares**.

Ele sabe de você, você nem sabe
onde; te espia e te espiona enquanto
se **esconde**.

amor

solidão

Petulância

Você sabe que eu sou livre pra te odiar o tanto que eu quiser, não sabe? Você não tem controle nenhum sobre o que eu sinto; inclusive, se eu quiser mentir, eu minto.

Enfim, se isso tiver que fazer mal pra alguém que seja pra mim! Se eu quiser me fazer mal, eu vou fazer, sim. Qual é o problema? Sou eu que mando no meu próprio nariz, no meu fígado, no meu rim.

Mas, se você quiser insistir nesse tema, eu digo e repito, a coisa funciona assim: se além de tudo eu quiser beber enquanto eu te odeio, eu vou encher a cara, eu vou rastejar pelo chão do botequim.

Depois eu me lavo. Eu gasto até o meu último centavo. Se eu quiser me acabar, eu me acabo. E me acabo te odiando. Até o fim.

Saudades futuras

Tenho saudades não sei bem do quê; saudades do que ainda vai ser. Tenho saudades até mesmo dos encontros que deixamos de ter.

Perdi a conta de tantas saudades que nunca puderam acontecer. Saudades de que nem me lembro; outras que só existiram em sonho.

Sinto saudades do que vivi sem você e que espero contigo repetir. Saudades dos beijos, das vontades, dos chicletes divididos, dos lamentos, dos chorinhos bestas, dos sentimentos confundidos, dos sorrisos largos, das intensidades, dos absurdos e das abstinências.

Tudo que planejo ou almejo não passa de um único e secreto desejo: construir saudades. Tudo o que vivo será um dia transformado em recordação; e tudo aquilo que escolho viver não deixa de ser uma tentativa de reencontrar felicidades, reinventar prazeres ou redescobrir emoções que já experimentei de alguma forma.

A busca pela novidade não passa de uma saudade do inédito; é a falta e a necessidade de sentir algo de novo pela primeira vez.

Espero ansiosamente sentir saudades também de você, e é por isso que eu acho que a gente precisa logo se conhecer. Se você quiser, eu te encontro e te conto tudo sobre mim. Prometo uma dose diária de novidades; sementes de memória, saudades futuras a conta-gotas.

saudade



Malhação pesada

Novo treino de força:

- Colocar-se no lugar do outro, 3 séries de 12 repetições;
- Aprender com os próprios erros, o mais rápido que puder, em ritmo cardíaco acelerado;
- Experimentar novas maneiras para atingir um mesmo objetivo, quantas vezes conseguir, com carga máxima, até o esgotamento total.

Alternar com esta série de exercícios personalizados:

- Alongar a paciência (30 segundos);
- Praticar a humildade (8 a 10 repetições);
- Contrair o orgulho (10 a 12 repetições);
- Levantar a autoestima (20 repetições).

Terminado o circuito, retomar o fôlego e repetir todo o processo duas ou três vezes. Finalizar com o maior número de reflexões que conseguir.

Vamos lá? Um, dois, três, quatro...

E bora malhar esse sorriso, que felicidade também é treino.

alegria
esperança
felicidade
paciência

Itinerário

Há sempre outras formas de buscar a mesma **felicidade**. Mas há também uma felicidade em buscar novas **formas**. Reinventar o caminho é tão ou mais **divertido** que chegar ao próprio **destino**.



felicidade

*amor
culpa
esperança
mágoa*

Um erro

Errar é doído, mas é lindo também. Aquilo que se aprende com um erro fica guardado na memória da pele. E essas marcas doloridas, cicatrizes de aprendizado, de certa forma nos fazem mais bonitos.

Pode não parecer muito nobre dizer isso, mas, se hoje eu sei amar, é porque já errei muito. Não queria ter causado tanto sofrimento, mas sinto que nada foi em vão. É como se cada término, cada deslize ou cada rompimento fosse não mais que uma cuidadosa preparação para amar de novo e ainda mais intensamente.

Amar, confiar e respeitar: é tudo treino. Todo dia. Todo dia. Todo dia.

Rede

*solidão
preguiça*

Cada um na sua rotina, no seu quadrado, no conforto do seu cantinho particular. Nos perdemos todos uns dos outros, apesar dessa ilusão insistente e contemporânea de conexão.

É hora de criar uma campanha de saúde pública. Troque as suas redes sociais por uma social numa rede. Com direito a cheiro no cangote, balanço com ventinho no rosto e calor humano.

Tem gente que não sai do virtual por pura preguiça. Mas será que existe lugar melhor para a preguiça do que uma rede de verdade?

Amor não tem receita

Quem me enganou dizendo que a dor era de **cotovelo**, se a verdade é que dói do dedão do pé à pontinha do **cabelo**?

Quem nunca amou não sabe a dor do **desmazelo**, que vai resfriando o coração, sem chance alguma de **degelo**.

Quem faz de tudo pra agradar, no ritmo do **atropelo**, não sabe que toda a graça está em não seguir nenhum **modelo**.

Quem se descabela, abre o berro e faz **apelo** transforma o que era doce em palpitante **pesadelo**.



Há rimas escondidas nas mordidas de Bruno Lima Penido. Mas, como cada palavra que ele escolhe para formular um sentimento, elas estão longe de ser gratuitas: são centelhas que abrem novas associações no seu jogo de poemas, como se, parafraseando os versos do autor, escapassem do flagrante, mas não do próprio delito.

E que delito é esse? O da transparência das emoções, algo cada vez mais raro em tempos em que a imagem – digamos, uma carinha piscando um olhinho – sonha com a pretensão de dominar nossa expressão. Os poemas de Bruno estão aqui para dizer que não – não há força maior que usar uma palavra.

Só ela é capaz de transformar o medo em um ponto geográfico (como ele faz em “Um lugar”). Ou a melancolia em um porto seguro (“Perdoe a desfeita”). Ou flores em memórias (“Lirios”).

E o mais fascinante é que Bruno brinca com elas, as palavras, sem a preocupação forçada de fazer bonito. Elas vêm naturalmente, como os ritmos que saem do coração de um poeta. Não são artefatos premeditados, mas extensões de um ser.

Ser este generoso para dividir conosco esse baú, não de tolices, como o título de um poema nos faz erroneamente acreditar, mas de risos e lágrimas que conhecemos muito bem...

Zeca Camargo

