



# Amores Abusivos: sob o olhar delas

Giovanna Falchetto

Tatiana Olivetto

2017

Amores Abusivos:  
sob o olhar delas

**Ficha Técnica**  
1ª edição

---

<b>AUTORAS:</b>	Giovanna Nascimento Falchetto Tatiana Olivetto M. Broetto
<b>DIAGRAMAÇÃO:</b>	Gráfica Diagrama
<b>IMPRESSÃO:</b>	Gráfica Avalon Digital
<b>FOTO DE CAPA:</b>	Pixabay – Banco de Imagens Livre
<b>PROJETO EXPERIMENTAL:</b>	Curso de Jornalismo da Faculdade de Arquitetura, Artes e Comunicação da UNESP – Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”
<b>ORIENTADORA:</b>	Profª Drª Lucilene Gonzáles

---

Bauru, São Paulo/ 2017



Dedicamos esse livro aos  
nossos familiares e a todas  
as mulheres que já passaram  
por um relacionamento  
abusivo e encontraram  
forças para seguir em frente.



# SUMÁRIO

Apresentação .....	7
Introdução .....	9
<b>CAPÍTULO 1</b>	
“VOCÊ FALA DEMAIS!” .....	13
<b>CAPÍTULO 2</b>	
“VOCÊ NÃO É TUDO ISSO!” .....	21
<b>CAPÍTULO 3</b>	
“O SALVADOR” .....	33
<b>CAPÍTULO 4</b>	
“VOCÊ NÃO QUER, MAS EU QUERO!” .....	45
<b>CAPÍTULO 5</b>	
“A PERMISSIVA” .....	53
<b>CAPÍTULO 6</b>	
“VOCÊ SABE QUE EU NÃO LIGO NÉ?” .....	71
<b>CAPÍTULO 7</b>	
“RESSURGINDO DAS CINZAS” .....	77
<b>CAPÍTULO 8</b>	
“CULPADA POR APANHAR” .....	95
<b>CAPÍTULO 9</b>	
“A QUARTA DA NOITE” .....	109
<b>CAPÍTULO 10</b>	
“A CULPADA POR TUDO” .....	133
Conclusão .....	139



## APRESENTAÇÃO

Este livro é resultado de um Trabalho de Conclusão de Curso (TCC), cujo título é “Livro Reportagem: Relatos Femininos de um relacionamento abusivo”. Para desenvolver o trabalho supracitado, foram realizadas entrevistas e conversas com 12 meninas que passaram por esse tipo de relacionamento em diferentes momentos da vida e que tiveram consequências diversas. O projeto foi desenvolvido junto ao curso de Comunicação Social – Jornalismo da Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho” a fim de dar ênfase ao assunto que é muito presente no contexto de relacionamentos e de jovens no geral, e pouco abordado no mundo científico e acadêmico. A proposta é alertar o público do livro que esse tipo de relacionamento existe, as diversas formas que ele se manifesta, suas consequências e até mesmo como pedir ajuda nesses casos.

Trata-se de um livro-reportagem, em que cada capítulo conta o relato de uma dessas relações. Meninas que hoje superaram, à sua maneira, esses relacionamentos, mas que contam sobre os traumas, como passaram por cima disso e principalmente, da força que tiveram para hoje ver o relacionamento como algo destrutivo, mas também como um aprendizado. Os 11 relatos foram expostos dentro de dez capítulos que resultaram de 11 entrevistas com meninas estudantes, na faixa etária dos 19 aos 25 anos. A escolha das entrevistadas não visa impor a opinião de

que esse tipo de relacionamento só ocorre nessa faixa de idade e entre estudantes, mas sim estabelecer um público-alvo e um público de estudo para o livro-reportagem. Além dos dez capítulos, contando a história de relacionamentos diferentes e abusivos de inúmeras formas, o livro conta também com uma introdução, na qual foram abordados alguns elementos importantes para o seguimento do livro, como abordagens científicas e questionamentos sociais que colocam a temática do livro em debate. E por fim, após os 11 relatos, nas considerações finais, apresenta-se a conclusão tirada de toda a reflexão levantada pelo livro.

# INTRODUÇÃO

Os conflitos numa relação afetiva heterossexual fazem parte da rotina de qualquer casal, afinal em um namoro/casamento/união estável existem duas pessoas, com dois sonhos, dois valores, duas perspectivas, duas condições financeiras; enfim, tudo dobra e a probabilidade de concordância em tudo é baixa. A discussão é até saudável para o relacionamento, deve existir a troca de ideias e opiniões para que ambos estejam satisfeitos e um não acabe anulando o outro ou impondo algo que não faça seu parceiro feliz ou que seja contra a vontade dele. Quando isso acontece, o relacionamento passa a ser abusivo.

De acordo com a psicóloga Maria Ivone March Costa, especialista em terapia de casal e entrevistada na nossa pesquisa, um relacionamento abusivo é aquele em que uma pessoa passa por cima da outra, eticamente, humanamente e respeitosamente. É um relacionamento que, claramente, abusa e invade o outro psicologicamente, podendo se estender para o físico e o sexual também. A origem desse comportamento vem de inúmeras raízes, algumas inclusive abordadas nesse livro—reportagem. São os traumas que a pessoa carrega consigo que acabam encontrando uma forma de escape no relacionamento. São inúmeras causas; a forma como a pessoa foi criada, os valores, a educação, os costumes e, a razão mais abordada, o machismo. O que não significa que seja a causa mais pontual ou a mais importante, somente a

mais presente na fala das entrevistadas.

O machismo não é um movimento, um partido, sequer um viés de pensamento. O machismo é um conjunto de ações que reflete a opinião contrária do homem em relação à igualdade de gênero, favoritando o sexo masculino. O conceito básico do machismo é um pouco assustador. É difícil pensar que os mais de dez meninos envolvidos nos relatos que você lerá em breve, são machistas, opressores e levantam a bandeira de que o homem é melhor do que a mulher. Mas, infelizmente, o machismo não é uma questão de conhecimento geral e por ser tão tradicional culturalmente, é passado como tradição, dentro das ações, dos pensamentos, dos “deveres” e “direitos” de cada um na sociedade. Na maioria dos relatos que recheiam esse livro, você verá que os traumas, a insegurança e os valores de cada um dos meninos deturpavam os relacionamentos, fazendo com que eles fossem abusivos, e esse abuso se materializava em forma de atitude machista.

No dia 7 de Agosto de 2006, a Lei 11340/06 foi aprovada no Brasil. Mais conhecida como a Lei Maria da Penha, a emenda no código civil foi criada para auxiliar as mulheres que sofriam agressão de seus maridos e parceiros, aprovando legalmente a punição para o ato da agressão, que passou a ser um crime. Apesar de ser um grande avanço no quesito abuso em relacionamentos, a nova Lei não resolve o problema dos abusos psicológicos, que também são casos de saúde pública, visto que muitas meninas e mulheres que acabam passando por esse tipo de relacionamento adquirem doenças psicológicas, como depressão, ansiedade, crise do pânico e afins.

Diante desse contexto, a conjuntura de relacionamentos abusivos ainda é um pouco desconhecida para as pessoas: como

são, quais atitudes levam um relacionamento a ser abusivo, como pedir ajuda, como identificar alguém em um relacionamento desses, os traumas deixados, as dificuldades em se relacionar novamente e todas as características desse tipo de namoro/relação, que não são discutidas abertamente pela sociedade com a seriedade necessária, mas está no caminho. Os relacionamentos abusivos em si não são exclusividade da sociedade atual; mulheres do passado também sofriam com isso, porém sofriam caladas.

A partir do movimento feminista, que luta pelo direito igualitário das mulheres em relação aos homens na sociedade, assuntos referentes às mulheres e seus direitos foram ganhando mais voz e espaço dentro do panorama social. Atitudes que antes não eram apontadas como abusivas e de cunho violento foram sendo pontuadas como protagonistas do sofrimento feminino. O entendimento de algumas atitudes e relacionamentos como sendo abusivos ainda é visto de forma deturpada pela sociedade, inclusive por algumas mulheres. Frases como “Só apanha quem quer”, “Só sofre quem quer” são comumente ditas por mulheres e homens quando se deparam com casos assim.

Entretanto, a situação não é tão simples e objetiva. As mulheres ao longo de sua vida recebem uma cobrança bem maior no que diz respeito a relacionamentos do que o homem. Namorar, casar, ter filhos, encontrar o homem perfeito que será responsável pela família perfeita. Não há homens perfeitos, assim como não há mulheres perfeitas. Mas essa educação que recebem tende a fazer com que cada namoro seja um potencial futuro e que mereça toda tentativa para que a relação dê certo, mesmo que isso não seja saudável para a mulher. Atrelado a isso, vem a falta de empoderamento, tradicional da educação que as mulheres recebem. Hoje, o panorama é um pouco diferente. Meninas estão

aprendendo a ter sua própria voz e se impor caso não gostem de algo. Mas a geração das jovens mulheres de hoje não tiveram a mesma educação. Não foi ensinado que elas poderiam se impor diante de um relacionamento e diante da sociedade.

O livro-reportagem que você está prestes a ler de forma alguma defende a ideia de que só existam relacionamentos abusivos por parte do homem, existem mulheres abusivas também. Entretanto, pela configuração social em que vivemos, as mulheres tendem a ser mais oprimidas pelos homens, o que acaba facilitando a ocorrência de relacionamentos na configuração em que vemos no livro.

Todos os relatos não foram alterados em nenhum momento, preservando a veracidade da fala das personagens e retratando as impressões reais. Portanto, as falas possuem uma linguagem informal, sem a norma culta e contendo gírias, de forma com que você, leitor(a), se identifique e possa sentir a intensidade e a realidade dos relatos.

Todos os nomes foram alterados para manter a privacidade das garotas entrevistadas e foram pontuados através dos asteriscos.

# 1

## “VOCÊ FALA DEMAIS!”

### **Mônica Laurentis. 20 anos. Estudante de Biomedicina**

*“Gosto de contar essa história agora porque me sinto mais livre e acho que posso ajudar outras meninas nessa situação sabe?”* Foi dessa maneira que Mônica Laurentis\*, de 20 anos, iniciou a entrevista. Mônica foi vítima de um relacionamento abusivo quando tinha 19 anos. Seu parceiro, ou agressor, tinha 25. O relacionamento durou pouco; apenas dez meses foram suficientes para que Mônica sentisse na pele o peso e a dor de viver em um relacionamento baseado em brigas, ciúmes e controle emocional.

Mônica o conheceu pelo *Tinder*, aplicativo de celular onde pessoas marcam possíveis encontros. A jovem, natural de Santana do Parnaíba, São Paulo, estava estudando fora de casa, fazendo faculdade de Biomedicina fora do Estado. A solidão e o medo de morar fora de casa e a difícil adaptação à nova rotina a fizeram baixar o aplicativo. Segundo uma amiga, *“ela iria se animar”*. E foi aí que Mônica conheceu seu futuro parceiro, durante um final de semana que tinha voltado para casa, em São Paulo. Coincidentemente, ele morava no mesmo condomínio que ela. Só podia ser coisa do destino.

De lá pra cá, foi só alegria. Eles marcaram de se encontrar

e as coisas foram ficando mais sérias. Mônica conta que na época ela nem sentia algo tão forte, mas acabou se deixando levar e quando viu, já estava namorando. Tinha tirado a sorte grande. Ele era um verdadeiro príncipe. *“Me apresentou todos os amigos, falava comigo todos os dias apesar da distância, me levava pros lugares mais legais”*. Mônica foi se envolvendo em um relacionamento à distância. Isso, somado ao fato que a faculdade não a deixava contente e a saudade de casa era grande. Até que durante as férias letivas daquele ano, Mônica voltou para São Paulo e decidiu não regressar mais pra faculdade. O namoro era um dos motivos. Ela ter voltado para casa foi uma das principais causas para que eles não se desgrudassem mais. Começaram a se ver todos os dias. E foi aí que os problemas surgiram.

Relacionamentos abusivos são marcados principalmente pela violência psicológica a que as vítimas são expostas. Violência que pode causar danos mais permanentes do que a própria violência física, levando jovens a quadros sérios de depressão e crises de ansiedade. E essa violência muitas vezes vem disfarçada pelo cuidado, pelo ciúme como prova de amor. Assim como Mônica sofreu. *“Eu sempre fui uma pessoa ciumenta, mas ele se mostrava mais ainda. Começamos a discutir por curtidas em Instagram (rede social em que os usuários postam fotos) e ele pegava pesado, falava que eu dava like (ato de curtir uma foto de alguém) em foto de homem que nem era meu amigo porque queria dar em cima deles. Quando eu reclamava, ele dizia que ele tinha pegado esse ciúme doentio de mim, que ele nunca tinha sido ciumento antes como era comigo. Tipo, minha loucura que contagiou ele”*.

Mônica foi considerada louca, teve que ouvir diversas vezes de seu namorado o quanto ela era uma pessoa difícil de ser amada, que ele não sabia o porquê gostava tanto dela e que ela

jamais encontraria alguém que a amasse como ele. E que a culpa de todas as brigas era dela, obviamente. A pressão psicológica era tanta que Mônica tinha que ouvir muitas vezes comparações com a ex de seu namorado e certas ameaças, como forma de deixá-la acuada. *“Você é igual à Sarah\*, fica de draminha. Foi por isso que eu terminei com ela e desse jeito nós dois também não vamos muito longe”*. Mônica era obrigada a escutar esse tipo de coisa em discussões. Frases que marcam e vão destruindo a autoestima de qualquer pessoa.

Ele se autoafirmava colocando a namorada em uma posição de inferioridade, fazendo-a pensar que ela precisava dele. *“Eu sempre achei que por trás daquele cara cheio de si, confiante, fodão, tinha um cara muito carente e inseguro. Eu também justificava as ações dele por isso. Eu ficava meio com dó tipo: ‘Tadinho, ele me coloca pra baixo pra se sentir melhor, ele se sente mal, não sabe o quanto é incrível’”*.

Até que a primeira agressão física veio. O ciúme sempre era pauta da briga dos dois. Mais uma vez, Mônica estava com ciúmes. Afinal, ela que era a desequilibrada e vivia fazendo drama para tudo. Eles estavam discutindo. Mônica se encontrava um pouco alterada por causa do álcool; eles estavam sozinhos. O cenário perfeito. Seu parceiro a arremessou ao chão com tanta força, que Mônica caiu e desmaiou. Mas o “príncipe” a levou pra casa. E ainda contou uma história “romântica” para os pais de Mônica. *“Disse que eu tinha socado ele e ele tinha só tentado se defender, porque era traumatizado com ex-namoradas violentas. Ele tinha uma lábia tão grande que até minha mãe ele enrolou com essa história. Até eu.”* Uma lábia tão grande que Mônica chegou a se sentir extremamente culpada pelo acontecido, chegando a pedir desculpas pela briga. Pediu desculpas ao seu agressor por

ser agredida. “*Eu me convenci de que teria que conviver com aquilo porque ficar ao lado dele era tudo.*”

Ao longo dos dez meses e dois términos durante o relacionamento, Monica foi se afastando de amigos. A jovem se privou de usar algumas roupas porque ele reclamava; como shorts curto, por exemplo. E todo o abuso que sofreu durante todo esse tempo foi ocultado dos seus amigos e familiares; tudo isso em troca de viver intensamente essa relação. “*Eu tinha medo de falar sobre meu namoro com qualquer pessoa porque tinha medo de ouvir que era abusivo*”. Aquelas frases clichês que todas as mulheres crescem escutando como, “o amor dói” ou “o amor requer sacrifícios” estavam fazendo cada vez mais sentido na vida de Mônica. Literalmente.

Ela sabia que tinha algo errado. Sabia que era abusivo. Mas sua autoestima e autoconfiança tinham sido anuladas de tal maneira, que faltavam forças para que ela se libertasse disso. Até que houve um término. A chance para que Mônica pudesse seguir adiante com a sua vida. Mas não foi bem assim. “*Tivemos uma briga em São Paulo, fui com meu carro levar ele até uma agência de modelo onde ele tinha feito um book. Ele sempre foi mal de grana. Ainda trabalha em casa com o pai. Não terminou faculdade, ganha mal, tem um carro com mil IPVAs atrasados... ele arrumou esse bico e eu tava ajudando. Aí a gente brigou lá na frente e ele urrava comigo dentro do carro, eu fiquei com medo dele me espancar, foi horrível*”. O que ela mais temia tinha acontecido, um término. Ela ficou devastada, ele havia terminado; o que ela ia fazer? E agora? “Será que a culpa foi minha?” Nesse momento, Mônica sentiu o peso de viver num relacionamento abusivo. Se abriu com os pais pela primeira vez, tentando de alguma maneira arranjar forças para se afastar e se livrar desse relacionamento de uma vez por todas. Mas, depois de

três dias, bastou uma mensagem dele pra que toda coragem de Mônica caísse por terra. “*Sinto sua falta*”. Três palavras capazes de fazer com que ela esquecesse tudo, colocasse o orgulho de lado e fosse teimosa, voltando e mostrando pro mundo o quanto ele a amava. Afinal, ele sentia sua falta. Estava arrependido. Que mal pode haver nisso?

Passou a não ter mais liberdade para nada. Não conseguia mais fazer nada sozinha. Criou-se uma dependência tão grande que imaginar perder esse relacionamento era algo que ela não iria suportar. Nem reclamar de atitudes que a incomodavam ela podia, para evitar brigas. “*Ele dizia que não tinha paciência quando eu começava a falar. (...) Eu podia estar reclamando de uma mordida que ele me deu, sabendo que eu não gostava e que eu ficava roxa e ele virava a briga contra mim porque eu ‘falava demais’*”.

E por falar em ficar roxa... As pequenas agressões físicas eram constantes. Sempre mascaradas por alguma brincadeira. Beliscões, mordidas e comportamentos que Mônica deixava claro que não gostava. “*Ele brincava de me imobilizar sabendo que tenho fobia*”. Chegou a pular em cima dela em momentos de descontração na piscina. Mas era sempre na brincadeira não é? Tapa de amor não dói não é mesmo? Somado a todas essas pequenas agressões, Mônica teve que enfrentar o episódio talvez mais traumático da sua relação e, quem sabe até, da sua vida.

“*Eu estava dormindo com ele de camisola e sem calcinha, e acordei com ele me apalpando e me penetrando. Doeu muito e eu pedi pra ele parar uma hora, mas depois só fiquei quieta e deixei ele ‘terminar’*”. Segundo ela, a agressão sexual foi a mais difícil de processar após seu término. A sensação de que era sua obrigação, de que ela tinha que deixar isso acontecer e ainda gostar, não é apenas algo reservado à relação de Mônica. Ainda existe no pensa-

mento das mulheres no mundo inteiro a ideia de que é obrigação da mulher satisfazer o homem, na hora e onde ele bem entender. A vontade das mulheres foi calada por muito tempo e, infelizmente, ainda é abafada pelos homens. E isso claramente se reflete nos diversos relacionamentos abusivos que ainda acontecem por aí. Para Mônica e para muitas mulheres ainda pelo mundo, a mulher deve estar sempre pronta pras relações sexuais, mesmo que sejam forçadas. Segundo ela, essa atitude representava na época *“uma baita demonstração de amor da parte dele”*.

Dez meses se passaram. Dez meses de idas e vindas, provocações, agressões físicas e sexuais, xingamentos. Sexo forçado. Violência psicológica então, nem se fala. O que começou num conto de fadas, se tornou uma constante rotina de humilhações, onde Mônica não se enxergava mais como era antes. *“Eu olho pra trás e parece que eu estava num transe. Eu não me reconhecia mais, eu me submeti a situações que eu jamais imaginei que me submeteria”*. A jovem começou a fazer terapia durante seu relacionamento, e continua até hoje. Isso a ajudou a aceitar o que aconteceu e a ver com outros olhos todos os momentos de abuso que sofreu.

Até que, um belo dia, ele resolveu terminar. Sem brigas, sem discussões, apenas alegando que precisava de um tempo a mais pra ele. Segundo ele, estava vivendo demais em função de agradar Mônica. *“Eu era tão subordinada enquanto estava com ele que depois que terminamos eu fiquei perdida, não conseguia fazer nada sozinha”*. Teve que lidar com o término sozinha, uma vez que tinha se afastado dos amigos. Quando resolveu contar para um amigo dos momentos mais sérios que passou durante o relacionamento, cópias das conversas vazaram e chegaram ao conhecimento do seu ex-namorado. Mônica teve que aguentar mais uma humilhação; seu ex fez ameaças a ela e a seu pai de entrar com

um processo de calúnia e difamação.

Talvez seja por isso que muitas meninas se omitem ao pedir ajuda e não conseguem a força necessária para saírem de relacionamentos tóxicos como esse. A dor da mulher, na maioria das vezes, é banalizada ou é motivo para exposição ao ridículo. O exagero sempre parte das mulheres e o machismo é tão arraigado em nossa sociedade, que os homens raramente são punidos em casos como esses. Até porque, as mulheres que são consideradas loucas.

Graças ao tempo e à terapia, Mônica se considera uma nova mulher hoje. Em nossa breve conversa, é nítido o quanto ela tem orgulho da nova mulher que se transformou graças a esse relacionamento e o quanto é importante contar sua história, para que outras mulheres não passem pelo que ela passou. Finalmente ela sente orgulho da pessoa que se tornou e reconhece o quanto não vale a pena passar por todo esse sofrimento. *“Foi necessário para eu ver que eu comando minha vida. Foi me deixando levar pelo meu ex que eu aprendi que posso e devo bater o martelo quando algo não me faz bem, eu tenho que ser forte e me distanciar quando isso acontece. Hoje eu tenho essa força e esse foi o ‘prêmio’ por ter passado por isso”*.

Parece impossível, mas não é. Mesmo sendo tirada à força desse relacionamento, hoje Mônica compreende a importância de tudo que passou. Pra quem está dentro de um relacionamento abusivo, é difícil enxergar a realidade como ela é. Pode até enxergar, mas sair dessa situação sozinha é um desafio e tanto. Hoje, quando Mônica olha para trás, ela tem consciência de tudo o que ela deveria ter escutado e levado para vida quando estava nesse relacionamento. *“Não adianta romantizar violência, vai continuar machucando e quanto mais ela deixar machucar, pior vai ser para*

se recuperar. Ela é uma mulher forte sim, que pode sim ser feliz sem aquele cara que comanda ela, e ela tem tantas qualidades que com certeza alguém vai amá-la do jeitinho que ela é”.

Mesmo com todo aprendizado, Mônica ainda vê alguns resquícios e consequências que esse relacionamento trouxe pra sua vida. Ela sabe selecionar mais as pessoas que vão entrar na sua rotina e principalmente com quem vai se envolver emocionalmente. “Me dá uma angústia lembrar que eu vivi aquilo e que alguém teve a coragem de fazer aquilo pra mim. Mas em geral eu estou bem. (...) Porque eu aprendi a valorizar o meu crescimento sabe? Já cicatrizou e a cicatriz é uma marca da minha força, não é mais um machucado”.

De todo o sofrimento que passou, o que fica agora para Mônica é a satisfação de poder contar sua história, a maior prova de aprendizado e de superação. Pedir ajuda é essencial. Seja de amigo, familiar ou profissional. Ninguém precisa passar por isso sozinha. E existe vida pós-relacionamento abusivo sim; uma vida bem melhor, livre de amarras, de humilhações e de abusos. “Porque hoje eu tenho certeza que eu sou muito melhor sozinha do que ao lado de alguém como ele”. E que continue assim Mônica, vamos em frente!



# 2

“VOCÊ NÃO É TUDO ISSO!”

**Gabriela Assunção\*. 19 anos.  
Estudante de Psicologia.**

A entrevista da Gabi rolou por meio de conhecidos. Uma amiga, que tinha uma amiga, que tinha uma amiga que já passou por relacionamento abusivo. Afinal, não é difícil nos tempos atuais encontrar uma mulher que não tenha passado por algo do tipo. De acordo com a pesquisa “Dados e estatísticas sobre a violência contra as mulheres” do endereço eletrônico *compromissoatitude.org.com*, três a cada cinco mulheres jovens já sofreram violência em relacionamentos.

Era uma terça-feira à noite, por volta das 20 horas, intervalo de aula do curso dela, quando fomos encontrar a Gabriela no apartamento de uma amiga, que morava perto da faculdade onde elas estudam. Só havíamos conversado com ela por redes sociais até então e no caminho para a entrevista comentamos sobre seu perfil social na rede *Facebook*, suas fotos eram muito bonitas e demonstravam ser de uma menina muito segura de si e cheia de autoconfiança. Quem nos recebeu foi sua amiga Marcela\*. A Gabi estava sentada na sala com um sorriso tímido no rosto, mas sem deixar de ser receptiva. Acomodamo-nos na sala e avisamos que gravaríamos a entrevista para transcrevê-la

depois. Começamos pedindo que ela se apresentasse e a partir daquele momento, tudo pareceu muito mais uma conversa do que uma entrevista.

Gabriela e Daniel\* se conheceram na Igreja da cidade em que moravam, em meados de 2011. A menina tinha mudado fazia alguns meses e confessou não ter gostado muito do garoto de início, mas acabaram se conhecendo melhor e namorando por um período que totalizou quatro anos. *“No começo, estava tudo lindo, era tudo ótimo. Eu tinha 14 anos e ele 15, ninguém sabia direito o que estava rolando, o que estávamos fazendo. Era aquela coisa de primeira paixão, primeiro namorado sério. Era tudo novo pra gente, pros dois”*. O relacionamento, entretanto, não continuou com ares de “primeira paixão” por muito tempo. As coisas começaram a mudar e ficaram estranhas por alguns anos. O foco do relacionamento para Daniel parecia ser diminuir Gabriela em tudo, o tempo todo. O garoto não aceitava que a namorada fosse alguém digno de elogios. De ligações no meio do dia até comparações de Gabriela com as meninas da turma dele. Até um *“Você não é tudo isso”* quando a garota recebia elogios. Daniel deu todos os sinais de ser alguém inseguro que não aceita a qualidade de outra pessoa, mas por que fazer isso com sua própria namorada? Era o que Gabriela se questionava, apesar das situações a afetarem psicologicamente. *“Isso começou quando a gente tinha uns 15 anos, mais ou menos, então eu era nova. E aquele sentimento de não ser o suficiente ficava presente o tempo todo, era uma insegurança muito grande, porque era muito joguinho psicológico.”*

Além das inúmeras comparações afirmando que Gabriela precisava começar uma academia para ficar com o corpo igual ao das meninas da sala dele, ou fazer determinada ação para ser alguém melhor, Daniel também se achava no direito de dizer o

que Gabi não podia fazer. A situação não era encarada de igual para igual no relacionamento deles. *“Tudo que ele podia fazer, eu não podia fazer. Ele podia sair com os amigos dele e eu não podia falar nada, mas se eu falasse de sair com alguma amiga minha, isso era um problema gigante”*.

Gabi nos contou que o primeiro episódio envolvendo abuso dentro do relacionamento deles foi envolvendo a família de Daniel, que sempre discursava palavras machistas e desconfortantes. Gabriela estava em casa naquela noite e recebera uma ligação do namorado que estava numa reunião familiar na cidade de origem, que não era a mesma cidade em que morava. O rapaz se encontrava um pouco bêbado e passou o telefone para o pai falar com Gabriela. O pai de Daniel dizia à moça que arranjaria outras meninas para o filho se divertir. Quando o telefone voltou para o ouvido de Daniel, Gabriela o questionou: *“Você acha isso ok?”*. E o menino respondeu rudemente que ela não tinha que achar nada daquilo, o comportamento dele e da família era assim e pronto. A prima do rapaz logo depois pegou o telefone e entre risos a alertou: *“Se quiser continuar na família, vai ter que se acostumar”*. Aquilo marcou Gabriela como o primeiro acontecimento estranho do relacionamento dos dois e que a fez chorar descontroladamente.

O relacionamento se seguiu por mais alguns anos, com ele a depreciando e sempre a colocando para baixo, figurativamente. Outro motivo constante para as brigas do casal era os ciúmes de Daniel. *“Ele era assim, eu não podia conversar com nenhum menino. Mas ele podia falar com quem ele quisesse”*. Nesse namoro não existia direitos iguais. Daniel sempre foi um menino expressivo pelo que Gabi contou e se via no direito de conversar com quem bem entendesse e depois, passar horas falando para

Gabriela sobre conversas com determinadas garotas. Mas ela não. Ela namorava, não poderia ficar de “*papinho*” com algum menino. Porque na cabeça dele, toda e qualquer conversa que Gabriela tivesse com alguma pessoa do sexo oposto, era “*papinho*”, flerte ou significava que a garota estava “*dando condição*”. Só que se Gabriela tentasse o questionar sobre as conversas dele com alguém, ela era chamada de louca e ciumenta.

Ao ser questionada sobre momentos em que ela o confrontava, Gabi conta que eram poucos, mas que existiam. E quando esses momentos aconteciam... *“Ele falava que eu era louca. Ai sim ele tinha todo o direito de falar que eu era louca. Uma vez, uma vez não, acho que foram umas duas vezes eu mandei ele ir embora da minha casa, que eu surtei, que eu dei a louca, falei: ‘não, você vai embora’, surtei(...). Depois, o que que ele ficou jogando na minha cara por dias, é que eu tinha feito aquilo, que eu era descontrolada(...). Então, tudo era motivo entendeu, tudo era motivo pra ele jogar e virar coisas contra mim”*.

Durante o relacionamento, Gabriela tentava se posicionar como feminista em alguns momentos, por acreditar de fato no movimento. Em um desses momentos, durante uma conversa com Daniel, Gabriela contou que não via problema caso um filho homem que fosse ter no futuro quisesse ter brinquedos considerados “de menina” e vice-versa. Gabi se lembra de ser firme durante essas conversas e afirmar que essas eram as opiniões dela, mas mesmo assim ele não respeitava. Dizia frases como: *“Mulher minha não vai agir desse jeito”* ou *“Mulher minha tem que ser submissa”* e até usava o feminismo como ofensa; *“Você é muito feminista”*.

Gabriela já não tinha mais voz, autoestima e sequer presença na vida e no relacionamento. Um namoro desse tipo na

vida de uma garota tão nova, que está passando por transformações da puberdade, significa uma grande batalha contra a baixa autoestima, que pode levar uma vida toda para ser vencida. Por esse motivo, entre o final de 2014 e começo de 2015, Gabriela tomou uma atitude que não achava que seria capaz. Terminou o relacionamento com Daniel por não aguentar mais a situação e por desconfiar de uma traição. Foram mais ou menos 11 meses separados; tempo onde Daniel fez todas as investidas possíveis para reatar o namoro, mas sempre agindo da mesma forma. “*Eu nunca chamei ele depois que a gente terminou, sempre era ele que vinha. Ele perguntava da faculdade, e sempre que eu falava alguma coisa (...) a faculdade dele era melhor, porque ele era mais inteligente, porque ele sabia mais do que eu e era sempre assim*”.

Durante o tempo em que ficaram separados, Gabi conta que chegou a se envolver com outro menino e as coisas foram completamente diferentes: “*O tratamento era totalmente diferente do que era com ele (Daniel). Acabou não dando certo, mas, poxa, era só comparar (...) um relacionamento que as coisas não eram desse jeito e ver um relacionamento que você só ficava pra baixo, é muito contrastante. É contrastante o jeito que você se sente, o jeito que você se olha, que você vê a si mesmo. Porque quando você tá naquela situação de ser humilhada e ser o tempo todo maltratada é muito difícil*”. Mesmo depois de passar por essa experiência com o outro menino e ver as qualidades que um relacionamento poderia ter, Gabi voltou com Daniel no final do ano de 2015.

Alegando que estaria mudado e com diferentes atitudes, Daniel convenceu Gabriela a lhe dar uma nova chance e os dois namoraram por mais um ano e alguns meses. Entretanto, destoando de sua declaração, Daniel não só continuou com suas atitudes anteriores, como foi autor de agressões sexuais. Em alguns

momentos, Gabriela se sentia obrigada a manter relações sexuais com o namorado, como se fosse uma troca, como se a garota fosse obrigada a transar com ele por algum motivo. A primeira vez dos dois, que também foi a primeira vez dela, não foi bem como a menina esperava. Rolou quando eles reataram o namoro e Gabriela conta que a experiência foi péssima. Sem muitos detalhes sobre a atitude de Daniel, Gabi relatou apenas que ele não teve consideração nenhuma e não respeitou os limites da garota. Outro evento envolvendo pressão psicológica para obter relações sexuais foi no aniversário de Daniel. Os dois haviam brigado por algum motivo e Gabi não queria fazer nada aquela noite. Mas Daniel forçou; a questionou dizendo que era um absurdo ela não querer transar com ele em seu próprio aniversário. Gabi cedeu, mesmo sem vontade.

Foi então que o episódio mais grave aconteceu. Foi quando Gabriela percebeu o quão doentio era aquele relacionamento. Eles haviam brigado muito feio e quando se reconciliaram, decidiram transar. Daniel queria que o casal fizesse sexo anal pela primeira vez, mas Gabriela não queria. Ele forçou a situação, de novo. Gabi começou a chorar descontroladamente, mas Daniel não parou. Gabriela teve que empurrar o namorado para que ele parasse: *“No momento que eu empurrei ele, eu me senti a pessoa mais vulnerável da face da Terra”*.

Ao mesmo tempo em que Gabriela tinha consciência de que precisava sair daquele relacionamento, de que se afastar dele era o certo a se fazer, ela também afirmava em seus próprios pensamentos de que não seria capaz de colocar um ponto final naquilo, por depender emocionalmente de Daniel. Gabriela, por vezes, contava para as amigas sobre o que passava no relacionamento, e muitas apontavam as atitudes do garoto como

abusivas. Mas os dizeres das amigas não eram suficientes para fazer Gabriela tomar alguma atitude: *“Parece que a gente não quer entender. E mesmo fazendo Psicologia, eu faço Psicologia, eu vejo isso sempre na faculdade; mas quando é com a gente a situação, estamos no meio do furacão, não conseguimos enxergar”*. Gabriela ainda conta como se enxergava numa posição menor do que a dos outros: *“É muito fácil virarmos pra nossa amiga e falar ‘Você está num relacionamento abusivo, olha o que ele faz com você’; mas quando é a gente na situação é terrível. Porque a dor ela não é só psicológica, parece que dói em tudo; quando você está se sentindo tão pequena, numa posição tão medíocre...”*.

Muitas meninas que passam ou passaram por situações como a de Gabriela, só conseguem se livrar do relacionamento quando algo de muito grave acontece, ou quando o próprio parceiro coloca um ponto final no namoro. Isso, dentre outras coisas, representa uma falta de empoderamento por parte das jovens; falta de acreditar em quem são e de que podem ser felizes e completas sem um namorado, levando-as a aceitar um “amor” que não cuida, mas machuca.

Gabriela tinha medo. Medo de ficar sozinha, de não ser amada de novo e da dependência que havia criado pelo namorado. Por terem começado a namorar muito novos e crescido de certa forma juntos, Daniel era o modelo de namorado formado pela cabeça de Gabriela: *“Você é muito nova né, então aquilo que você tem é aquilo que acha que é o ideal pra vida e que acha que vai durar a vida inteira.”* Por essas razões, Gabi não conseguia se ver livre desse relacionamento. Um relacionamento que a machucou e a violentou de diversas formas possíveis.

Ao ser questionada sobre as razões do comportamento do ex-namorado, Gabi hoje, após muito refletir, consegue listar

uma série de motivos pelos quais ele agia de tal forma. As atitudes de Daniel representavam uma insegurança diante da namorada, disfarçada de uma postura arrogante. Na opinião de Gabriela, *“Ele demonstra tanta segurança pra todo mundo, (...) mas eu acho que isso é pra mascarar o quanto ele se sente inseguro por dentro”*. Entretanto, as análises comportamentais feitas por Gabi, uma estudante de psicologia, não chegaram apenas nessa conclusão: *“Eu acho que é muito machismo da família. Muita pressão da família, porque ele tinha que ser aquele cara que fica com as outras meninas...”*. Gabi contou também que o cenário da família de Daniel não era um dos mais confortáveis.

Dentro de casa ele era o filho do meio de três irmãos. O mais novo, por ser caçula, recebia toda a atenção dos pais e a mais velha, por ser menina, era tratada como a “princesa” da casa. Além de outros dois meios-irmãos e um irmão por parte de pai, que ele só descobrira com 14 anos. Tudo isso fazia com que Daniel fosse um rapaz solitário e incompreendido. O exemplo de relacionamento também nos faz refletir sobre os comportamentos de Daniel. Gabi contou que a mãe de Daniel era completamente submissa ao pai dos filhos dela, com quem era casada e era sem voz ativa em casa. *“A mãe dele só aparecia pra defender ele. Tipo: ‘Aí, tá acontecendo alguma coisa?’; ‘Ele não quis dizer isso’. Mas dava pra ver, ela era submissa em relação ao pai em tudo”*.

Gabriela e Daniel terminaram no começo de 2016, uma semana depois do episódio em que ele a forçou a fazer sexo anal. Depois do choro descontrolado de Gabriela, Daniel pediu perdão. Com juras de amor, jurou que Gabi era a mulher da vida dele e que ela precisava desculpá-lo: *“Mais uma vez ele fez um jogo psicológico comigo (...). Só que não estava tudo bem. Na semana seguinte a gente terminou; ele terminou comigo, porque disse que eu*

estava muito estranha”. Após o término, Gabriela descobriu traições de Daniel, mas seguiu em frente.

“Eu acho que depois que a gente passa por um relacionamento desse e a gente se dá conta do que aconteceu, a primeira coisa que a gente começa a perceber é o quanto a gente tem valor. Então depois que eu saí disso, eu comecei a ver que eu tenho valor sim, que eu mereço sim ser amada e que eu sou suficiente”. Gabriela contou que após o término, decidiu fazer terapia; inclusive, como estudante de psicologia, se envergonha de não ter começado antes as sessões. A vontade de iniciar um tratamento psicológico veio da própria garota, que percebeu que precisava de ajuda: “Eu estava quebrada e eu precisava de algum jeito me reconstruir (...) aquilo pra mim me destruiu”. A importância de ajuda psicológica para meninas que passaram por relacionamentos abusivos é imensa, principalmente em casos como os da Gabi, em que a vítima era constantemente humilhada e por ter durado tantos anos. A adolescência não é uma fase fácil, de acordo com Giardini, Bucher-Maluschke e Diniz (2015, p.21):

A adolescência é uma fase da vida na qual jovens de ambos os sexos passam por mudanças físicas, emocionais e intelectuais. É comum a presença de dilemas nessas várias áreas. As mudanças físicas muito rápidas fazem com que muitos/as adolescentes se sintam inseguros/as em relação ao seu corpo e sua aparência.

Por si só, esse período já é cheio de mudanças, complicações e descobertas. Isso adicionado a um relacionamento abusivo, em que a vítima sofre diariamente com humilhações e de-

preciações do próprio namorado, pode se tornar uma fase muito perturbadora para qualquer menina nessa situação; por isso a importância do acompanhamento psicológico e familiar.

Gabriela hoje fala com facilidade sobre o que esse namoro trouxe pra vida dela. Apesar de tímida e por vezes até envergonhada, Gabi não titubeia pra dizer os aprendizados que ficaram e mostrar a consciência que ela tem hoje por tudo que passou e das coisas que perdeu em função de Daniel. *“Eu me privei de boa parte da minha adolescência, porque boa parte da minha adolescência foi com ele. E hoje jamais iniciaria um relacionamento e iria pra esse lado. Eu tomo muito cuidado com quem eu vou me relacionar hoje, tanto que eu não fiquei sério, não namorei ninguém depois dele, porque eu não quero que isso aconteça de novo sabe?”* Gabi sabe que prejudicou família, amigos e a si mesma para manter um relacionamento que não a fazia bem, mas aceita ter passado por tudo que passou tentando absorver o melhor: *“Eu poderia não ter passado por tudo isso, mas agora que eu passei, então ficou alguma coisa e essa coisa foi que eu não mereço estar num relacionamento assim (...) eu não vou me submeter a isso de novo.”*

Por esse pensamento, Gabi conta que é muito mais difícil pra ela se relacionar com alguém, por conta desse medo de passar por um relacionamento que não é saudável novamente. A garota diz querer conhecer muito bem a pessoa antes de entrar em um namoro, mas que não quer se privar de nada por medo: *“Aconteceu, ok, aprendi com isso, da próxima não quero que aconteça de novo. Vejo muito bem antes, mas não vou ficar me negando também, me prendendo e ficar duvidando sabe, criando aquilo na minha cabeça de tipo ‘Ai meu Deus e se acontecer de novo?’”*

Mais do que consequências claras, o relacionamento com Daniel deixou também transformações em Gabriela das quais

ela fala com orgulho: *“Todo dia a gente tem que se olhar no espelho, eu, e falar assim: ‘Eu mereço, eu sou amada, eu não sou aquilo que me fizeram acreditar que eu era’ (...). E aí você começa a se amar e amar quem tá perto de você. Não vou falar que é fácil, não é fácil (...) é uma reconstrução diária.*

Em muitos casos de relacionamentos abusivos, uma parte do casal fica presa aos momentos bons e tenta ignorar os momentos ruins, na esperança de que vai valer a pena ou de que o parceiro irá mudar. Gabriela alerta sobre isso: *“Eu sei que foi uma coisa muito ruim, que teve suas partes boas e que eu tive que aprender a não me prender a essas partes boas pra não vacilar de novo.”* Ao ser questionada sobre o que pensa de relacionamentos assim, Gabi demonstra compaixão por pessoas que passam por isso: *“Pessoas que passam por isso não são fracas, elas se acham fracas mas elas não são. E que não é porque o garoto ou a garota te faz sentir desse jeito, que é assim. E você não precisa colocar outra pessoa no lugar pra tentar preencher isso”.* Conta também que não sente raiva de Daniel: *“Eu sinto pena e ao mesmo tempo medo; não medo por ele, mas medo que ele faça isso com outra pessoa. Pena porque eu vejo que uma pessoa que faz isso, é tão vazia dentro dela (...). Eu desejo pra ele que ele mude, eu desejo que ele seja muito feliz, mas o desejo de mudança é pra isso não acontecer, porque não é uma coisa você deseja nem pra sua pior inimiga”.*

*“Eu cheguei à conclusão que ele nunca gostou de mim de verdade, o que ele gostava era que eu gostasse dele”.*





# 3

## “O SALVADOR”

**Sarah Placo. 22 anos. Estudante de Fotografia**  
**Manuela Sanches. 18 anos. Estudante de cursinho**

Sororidade. Por definição, tem o significado de “relação de irmandade, união, afeto ou amizade entre mulheres, assemelhando-se àquela estabelecida entre irmãs”. Aprofundando mais um pouco, “união de mulheres que compartilham os mesmos ideais e propósitos, normalmente de teor feminista”. Sentimento de união feminina. Colocar-se no lugar de outra mulher e saber enxergar sua dor. Apoio mútuo entre mulheres para serem fortes e independentes dentro de uma sociedade que ainda as enxergam como inferiores, incapazes ou apenas objetos para o uso do homem. Não ser concorrentes umas das outras, e sim irmãs. Ironicamente, este termo nem foi contemplado com um lugar dentro dos dicionários, institucionalizando a falta da prática deste comportamento.

As mulheres crescem assistindo filmes de adolescentes e novelas com incentivo à rivalidade feminina. Ser mais inteligente que aquela garota para conseguir um cargo melhor. Ser a mais bonita da sala para conquistar a atenção de um garoto. Ridicularizar outras meninas quando elas conquistam algo desejado. Quantas vezes mulheres não julgaram outras mulheres pelo modo de

se vestir, falar ou de se relacionar?

Esses julgamentos representam o quanto as mulheres ainda têm a visão de que estão numa disputa mútua, uma visão inconsistente de que são inimigas umas das outras. E é mais fácil julgar as outras pelos padrões de comportamentos machistas que existem atualmente. A mulher já é objetificada e já sofre com as disparidades de gênero todos os dias, além de sofrer com os padrões de beleza que são impostos socialmente. A prática da solidariedade e do empoderamento entre si só ajudaria mulheres a se sentirem mais confiantes. Quando uma mulher atinge outra mulher, de forma positiva ou negativa, ela acaba atingindo a si própria também.

Atitudes como essas são frequentes e, de certa forma, trazem um sentimento de autoridade para os homens. Eles podem se aproveitar dessa fraqueza das mulheres e da falta de empatia entre elas para poderem fazer o que bem entendem.

E é no meio dessa discussão da prática da sororidade, que duas histórias se encontraram. Duas meninas que viveram situações parecidas, com desfechos semelhantes e uma única causa. As vidas de Sarah Placo e Manuela Sanches se cruzaram, ensinando de maneira prática o quanto a sororidade entre as mulheres pode salvar e ajudar.

Sarah\* mora em São Paulo e trabalha com atendimento publicitário. Com um projeto de fotografia, ela fotografa com o intuito de estimular o amor próprio e a autoestima das mulheres. Com 22 anos, quem vê Sarah incentivando sorrisos, não imagina que essa pequena grande mulher já foi vítima de dois relacionamentos abusivos.

Seu primeiro relacionamento abusivo foi com Rafael\*, de 18 anos. Sarah tinha 17. Três meses foram suficientes para que ela

saísse dessa relação com bulimia e crise de pânico. “*Eu era obrigada a transar com ele. Eu transava chorando, eu apanhava e ele cuspi na minha cara em toda discussão*”. Sarah não conseguia enxergar que estava com problemas. Parou de frequentar a faculdade, não saía da cama. A jovem chegou a pesar 30 quilos. “*Aí minha família me internou e eu percebi a realidade*”.

Diante de todo esse pesadelo em que Sarah se encontrava, a jovem achou sua “salvação” quando conheceu Thiago\*. “*Quando eu conheci ele, eu tinha acabado de sair do meu outro relacionamento abusivo, onde eu apanhava e era humilhada*”. Sarah encontrou uma luz no fim do túnel. Encontrou uma pessoa que a entendia e que, acima de tudo, tinha ajudado com que ela enfrentasse seus problemas e saísse da depressão em que se encontrava. Ela não podia perdê-lo de jeito nenhum.

Foram dois anos e oito meses. Um relacionamento duradouro e feliz. As brigas eram poucas; afinal, Sarah fazia de tudo para agradar Thiago. “*Eu me doava por ele; fazia tudo por ele, vivia a vida dele, meu ciclo social era baseado nos amigos dele*”. Uma namorada dedicada e sempre presente. Sempre disponível a fazer tudo que ia de acordo com o que Thiago acreditava ser certo. Sarah foi se tornando cada dia mais dependente. “*Ele sempre mexia com meu psicológico mostrando pra mim que ele tinha me salvado dos meus problemas e que eu dependia dele*”.

Sarah ainda não tinha tido contato com o feminismo. A jovem não tinha uma opinião formada sobre os direitos das mulheres, assim como muitas mulheres espalhadas pelo mundo afora. O machismo arraigado era algo aceitável, afinal, que tipo de namorada eu vou ser se eu desrespeitar meu namorado usando uma roupa curta? Por que ter opinião própria se meu namorado sempre sabe o que é melhor pra mim? “*Se eu queria ir para um*

*lugar e ele pra outro, eu abria mão do que eu queria pra fazer o que ele queria. Quando eu colocava uma roupa mais ousada ele falava que estava feio, para eu trocar; mas na verdade era porque tinha algum decote ou era curta”.*

Thiago para Sarah foi o típico homem que não bate, mas agride. Agride talvez da pior maneira possível, onde a cura é a mais difícil de todas. Thiago não chegou a agredi-la como Rafael fazia; mas toda a manipulação e agressão psicológica provocaram traumas que deixaram marcas até hoje na vida de Sarah. *“Sempre que eu tentava questionar o Thiago sobre as atitudes dele comigo, ele revertia a história pra eu me sentir mal e acabar pedindo desculpas pra ele. Ele é um perfeito manipulador. Acho que é por isso que ele fazia essas coisas, ele é manipulador, se acha mais esperto que qualquer um e quer tudo do jeito dele sempre”.*

Como se não bastasse toda a manipulação, as coisas começaram a ficar estranhas depois de um tempo. Thiago começou a ficar estranho, distante, diferente. Alguma coisa não estava certa. E é aí que Manuela\* surge na história. Manuela, uma jovem estudante de 17 anos que, na época, não sabia nada sobre a tal sororidade. Que é apenas uma vítima da sociedade machista e competitiva em que vivemos. Sarah começou a suspeitar de traição. *“Eu comecei a ver a Manu comentando umas coisas dele no Facebook e tal, mas nunca quis acreditar que ele pudesse me trair. Quando eu perguntava sobre a Manu, ele falava que ela era só uma louca que falava com ele às vezes, que era uma ‘putinha’ qualquer, que ele me amava como ninguém, pra eu não ligar”.*

Sarah já sabia da existência de Manuela. Suas histórias se cruzaram muito antes que seu relacionamento virasse um pesadelo. No começo do namoro, Manu namorava um dos amigos de Thiago; Sarah tinha visto ela pessoalmente apenas uma vez, e

depois nunca mais. Não representava um perigo para seu relacionamento. Mas Sarah começou a se sentir ameaçada. Seu namoro estava sendo ameaçado por causa de outra mulher. *“Eu no fundo, sempre soube que ele estava me traindo desde dezembro, mas ele me iludia tanto, me falava palavras tão bonitas que eu pensava: ‘Claro que não, ele nunca faria isso comigo’”*.

Sarah não queria enxergar a verdade. Pensar na possibilidade de perder o cara que foi responsável por tirá-la de uma das piores fases da sua vida era impossível. E com o tempo as coisas foram piorando; a relação que já não era tão saudável foi ficando insustentável. *“Ele começou a me maltratar, a marcar ‘rolê’ e não me chamar. Começou a mandar eu me virar para sair e a falar que não queria me ver”*. Atitudes que faziam Sarah se sentir cada vez mais culpada. O que ela tinha feito pra merecer tanto desprezo do seu próprio namorado? O que ela tinha de errado? Provavelmente alguma coisa muito ruim, ele não faria isso à toa, a culpa só podia ser dela. Mas por trás, Thiago não cansava de desrespeitá-la.

*“Eu fiquei internada por conta de gastrite um dia depois de uma briga nossa e ele disse que ia pro cursinho na segunda de manhã e depois ia me ver. Eu entrei no Twitter dele, ele não tinha ido pro cursinho e tinha postado lá que tinha matado aula. Entrei no da Manu e ela tinha postado uma foto de duas mãos dadas. Eu reconheci, era a mão dele. A hora que ele chegou no hospital, eu perguntei como tinha sido a aula e ele: ‘Chata né, como sempre amor’. Aí eu questionei o que estava acontecendo, que ele estava me tratando diferente. E ele insistia que não era nada, que me amava”*.

E as situações foram se agravando cada vez mais. Sarah tinha plena consciência de que estava sendo traída; mas a manipulação psicológica era tanta, que ela chegava a acreditar em tudo que Thiago dizia. Mesmo com a verdade ali, estampada na sua

cara. O fato de seu namorado lhe dizer que a “amava”, já era o bastante pra ela acreditar que ela era digna de ser amada por ele. Independente de todo desrespeito, desconfiança, infidelidade e todas as mentiras. Independente da vida dupla de seu namorado. Estar com ele era o bastante.

*“No sábado da mesma semana, era nosso aniversário de namoro, ele não quis me ver, disse que estava com coisa para fazer, que ia sair com uns amigos dele. Aí eu disse que precisava ver ele pra conversar e ele disse que fazia tempo que estava querendo conversar também. Eu entrei no Twitter da Manu de novo. Vi uma foto com um moletom dele, eu reconheci. Entrei no Twitter dele, e tinha ‘like’ em todas as fotos da Manu. Meu mundo desmoronou, porque caiu a ficha que ele estava me traindo”.*

As evidências estavam ali. Sarah entrou em desespero. Ligou chorando para a mãe de Thiago. A mãe dele brigou com ele. E foi nesse momento que Sarah teve que ouvir de seu namorado que ela era psicopata, louca e ciumenta. O fato de Sarah ter ligado para sua mãe significava que ela não confiava mais nele. Segundo ele, *“aquela atitude dela tinha estragado tudo”*. E Sarah realmente se convenceu disso. Ele não confiava mais nela. A única coisa que importava era ter a confiança dele e ela colocou tudo a perder. Mas por pouco tempo.

No dia seguinte, Thiago já deu um jeito de resolver toda a situação. O que ele queria era manter seus dois relacionamentos, situação que era cômoda para ele. *“Até hoje se sente dono das mulheres que se envolve, e controlador de toda e qualquer situação”*. No dia seguinte à briga, Sarah e Thiago se encontraram no shopping. *“Ele pediu um tempo, porque estava confuso sobre o que ele queria pra vida dele. Eu perguntei se ele tinha outra e ele respondeu: ‘Não, eu te amo, você é o amor da minha vida’ e eu acreditei”*. Sarah ainda

tinha o seu amor. Ainda havia uma chance. Isso já era o bastante para ela acreditar em qualquer coisa que Thiago lhe falasse.

Na mesma semana, Sarah viu Thiago aos beijos com Manuela. Depois de algumas semanas, Thiago assumiu relacionamento em todas as redes sociais. Thiago estava ótimo, vivendo sua nova vida. Mal lembrava da existência de sua ex-namorada. Já Sarah, ia demorar para esquecer. Enquanto Thiago era exaltado pelo seu novo relacionamento em todas as redes sociais, Sarah era internada por crises de bulimia e tentativa de suicídio.

E eis que surge o questionamento, e Manuela nessa história? Ela estragou um relacionamento? Ela foi culpada por isso tudo ter acontecido na vida de Sarah? Porque ela não teve respeito, se envolver com homem comprometido é coisa de mulher que não se dá ao respeito. Todos esses pensamentos são comuns quando escutamos histórias parecidas com essa. E, na maioria das vezes, esses pensamentos vêm das próprias mulheres. Motivadas pelo machismo e pelo incentivo à falta de empatia entre elas mesmas.

Mas quem é Manuela? Uma destruidora de relacionamentos? Não. Manuela é apenas uma jovem que não teve oportunidade de conhecer o feminismo a tempo. Apenas uma menina que seguiu seu coração. Mais uma menina que acreditou nas palavras de Thiago. E mais uma dentre tantas que não sabia o que era a palavra sororidade.

Manuela tinha 17 anos quando começou a se envolver com Thiago. Estudante e moradora de São Paulo também. A relação deles durou um ano e sete meses. Começou a se envolver com um cara que namorava. *“Quando comecei a ficar com ele, ele estava com outra menina. Ainda não tinha conhecimento sobre o feminismo então eu não o julguei”*. Thiago a queria, mesmo namorando

sério com outra menina. Aquilo significava muito para Manuela. Ela era mais importante que Sarah. Ela era especial. Quem poderia julgá-lo por ter se apaixonado por outra pessoa?

Mas Manuela não sabia de todo abuso psicológico que Sarah sofria. *“Ele me passou uma imagem totalmente diferente do que era o namoro deles”*. O namoro mal havia começado, e Manuela já era vítima de um relacionamento abusivo sem nem ao menos ter ideia do que poderia ser isso. *“Mesmo ele estando com outra menina, as brigas e as cobranças em relação a mim eram constantes”*.

Mas ele terminou com Sarah. O caminho estava livre. Ela podia assumir esse relacionamento a partir daquele momento. Eles se amavam, e tinham o caminho livre para assumir isso diante de todos. A aventura que se iniciou com uma prova de amor; afinal ele tinha largado tudo pra ficar com ela, logo foi se tornando uma história triste, igual muitas que acontecem todos os dias. O castelo de conto de fadas pouco a pouco foi desmoronando. *“As brigas eram constantes. Por incrível que pareça ele nunca estava errado, eu achava que eu era louca e que eu tinha que ficar feliz em ter ele, afinal se eu não o tivesse ninguém mais ia me querer. Ele sempre foi muito ciumento então parecia que tudo que eu fazia estava errado! (...) Se eu não quisesse transar era um inferno, um escândalo: ‘Que eu isso, que eu aquilo’”*.

Sarah perdeu as contas de quantas vezes foi dormir chorando, sem saber o que ia acontecer, apenas com o sentimento de culpa como companhia após Thiago ter terminado com ela incontáveis vezes. Mas logo tudo se resolvia. Era só amanhecer que Thiago voltava como se nada tivesse acontecido. O ciúmes possessivo de Thiago, dia após dia, se mostrava cada vez mais perigoso e assustador.

Até que as agressões começaram a ser sentidas na pele.

Primeiro um tapa. Depois um soco. E Manuela se sentindo cada vez mais sozinha. Era somente ela e ele. Thiago fez questão de fazer com que Manuela ficasse totalmente dependente dele; afinal, ela não tinha mais ninguém a quem recorrer. *“Ele brigou com meus amigos. Me vi sem amigos, sem apoio da minha família e só com ele... e ficava me perguntando como o cara que eu julgava ser o amor da minha vida poderia fazer isso comigo”*.

E a história se repetiu. Manuela foi vítima de duas traições, que foram apenas as que ela ficou sabendo. E depois de quase dois anos, terminaram. O relacionamento terminou e com ele, uma parte da vida de Manuela. Coincidência ou não, Manu também entrou num estágio muito avançado de depressão, seguido de uma tentativa de suicídio.

Sarah e Manuela. Duas personagens de histórias diferentes, com o mesmo desfecho e o mesmo personagem principal. Mas as duas ganharam. Ganharam a amizade e a sororidade uma da outra.

Sarah encontrou o feminismo após seu término. E passou adiante tudo aquilo que foi apreendido. E pode ter sido um dos principais motivos que fizeram com que Manu enxergasse o que estava acontecendo em seu relacionamento. *“Conheci o feminismo depois do relacionamento com o Thiago. Tipo a Manu, eu ajudei muito ela a enxergar quem era o Thiago de verdade. A gente nunca tinha se falado e do nada um dia ela me ligou chorando. Se eu não conhecesse o feminismo, eu teria ignorado ela. Mas depois que conheci, meus princípios mudaram e eu sempre me dispus a ajudar ela em tudo”*.

Sarah sentiu a dor que Manu estava sentindo. A mesma dor que ela havia sentido uns tempos atrás. Manu pediu desculpas e as duas hoje seguem lidando com essa cicatriz, que já não dói mais. Mas está presente ali. E em troca, ganharam a percepção da

importância das mulheres empoderarem umas às outras, e não serem vistas como rivais ou inimigas. O mundo para as mulheres já é tão difícil de viver, porque não facilitar a convivência para o bem de todas?

Hoje, Sarah está bem. Mas algumas consequências de tudo que passou ainda são vividas e sentidas todos os dias. *“Hoje em dia, eu passo por tratamento psicológico e psiquiátrico para depressão, síndrome do pânico e bulimia. Tudo diagnosticado que é por conta dos meus relacionamentos abusivos”*.

Além disso, Sarah também enfrentou a dificuldade de se abrir para novos relacionamentos depois de tudo o que passou. Entender que ela tinha o direito de tentar de novo e ser feliz foi um processo lento. Mas foi essencial para que Sarah aceitasse tudo o que tinha lhe acontecido, priorizando suas vontades e acompanhando seu próprio ritmo. *“Logo após o término, surgiu uma pessoa na minha vida, ele era meu melhor amigo e apaixonado por mim há mais de um ano. Mas eu criei uma barreira tão grande que afastei ele de mim a todo custo. Demorou sete meses pra eu ceder e entender que eu podia me envolver com alguém de novo, que as pessoas não são todas iguais e que nem todo mundo vai me machucar”*.

Para Manu, as coisas também não foram tão fáceis. As consequências a acompanham até hoje. *“Com o relacionamento eu desenvolvi depressão e transtorno de ansiedade. Hoje não tenho mais depressão, só ansiedade. Faço psicóloga e psiquiatra”*. O processo foi mais difícil ainda para Manu. Teve algumas recaídas. Chegou a ficar com Thiago algumas vezes, mesmo depois do término. E só passou a entender que era abusivo, depois de conhecer uma pessoa que a tratava melhor. E ela merecia ser tratada melhor. Todas merecem, Manu.

Sarah e Manu conseguiram sair dessa situação. E hoje, graças a tudo que passaram, são empoderadas o suficiente para entenderem que tudo que passaram foi um aprendizado. Aprendizados de situações que nunca mais vão querer para suas vidas. E elas podem e devem se ajudar. Mulheres unidas são capazes de muitas coisas. São capazes de ir além. De ir contra os diversos “Thiagos” que estão espalhados pelo mundo, disfarçados de “salvadores”. São capazes de ir além e ajudarem meninas a combaterem o machismo e o abuso dentro de relações amorosas quantas vezes for preciso. As mulheres podem ser protagonistas de suas próprias histórias. E não dependerem de ninguém. E o apoio mútuo entre mulheres é fundamental para evitar situações que incitam à rivalidade. Vamos juntas?





# 4

“VOCÊ NÃO QUER, MAS EU QUERO!”

**Beatriz Pimentel\*. 23 anos.**  
**Estudante de Química.**

*“Dá até vergonha de falar, mas sei que isso não vai mais acontecer, pois eu não vou permitir.”* Com essa fala, Beatriz começa a contar o que passou dentro de um relacionamento abusivo, que durou cerca de três anos. A vergonha é uma questão muito presente em quem passa por situações de confusão psicológica, como um relacionamento desse tipo. É vergonha pelo que aconteceu, vergonha por ter se submetido a tudo aquilo e principalmente, vergonha do julgamento de quem escuta. Mas, por sorte, encontramos durante a produção desse livro, jovens muito guerreiras que superaram a vergonha e com força, conseguiram nos relatar suas histórias. E assim, Beatriz continua.

O relacionamento de Beatriz e Lucas\* começou quando ela tinha 15 anos e ele 22. Lucas morava atrás da escola de Beatriz e ele não trabalhava, o que facilitava os encontros e tardes infinitas juntos para o casal. Mas nem tudo era fácil. Beatriz conta que eles brigavam muito e quase sempre em função dos ciúmes possessivo dele. *“Ele não gostava das minhas roupas, por isso nem usava roupas curtas; lembro de não usar esmalte vermelho ou muita maquiagem por ele achar vulgar”*. Quando o casal resolvia sair à

noite, Lucas sempre exagerava na bebida, ficava violento e os dois acabavam brigando. O que afetava não só Beatriz, mas os amigos do casal, já que a noite acabava em função da briga dos dois. Lucas sempre acusava Beatriz de estar dando em cima de outros meninos ou implicava pelo fato da garota não consumir bebida alcoólica, dizendo que ela era chata. *“Uma vez ele se envolveu em um briga por ciúmes, e na confusão, acabei levando um murro de um deles; na hora nem vi nada. Isso foi no primeiro ano, depois as coisas pioraram”*. O relacionamento dos dois durou três anos e foram tempos de muito desgaste emocional.

Para Beatriz, as coisas eram ainda mais difíceis por conta do temperamento de Lucas. Ela não conseguia pedir ajuda ou comentar das situações que passava dentro do relacionamento pelo fato de Lucas ser extremamente adorado pela família da garota. Sempre amável com os pais de Beatriz, todos o adoravam e incentivavam o relacionamento dos dois, o que a fazia sentir acuada diante das situações de violência. É muito típico dos homens que fazem uso do poder dentro dos relacionamentos, agirem de forma completamente diferente fora deles. Serem educados ao extremo, divertidos e cuidadosos com as pessoas ao seu redor. Entretanto, na maioria dos casos, a única pessoa que parece não merecer esse cuidado são suas próprias parceiras.

*“Eu não me sentia culpada pelo que acontecia, nunca me senti. Mas não conseguia sair disso, lutar contra as coisas que ele fazia e dizia”*. Quando questionada sobre a culpa e força para sair do relacionamento, Beatriz conta que tentou algumas vezes terminar com o parceiro; mas que em todas elas ele chorava desesperadamente ou ameaçava a garota, dizendo que cometeria suicídio caso eles de fato terminassem. É importante ressaltar que a maioria dos relacionamentos abusivos não chegam a ser marcados por

presença de violência física, mas pela violência psicológica; que, infelizmente, não é vista com a seriedade que precisa. Para a psicóloga Maria Ivone March Costa, especialista em terapia de casal: *“Um relacionamento abusivo é um relacionamento que abusa, ou seja, invade psicologicamente, quer seja psicologicamente, que eu acho que é o que mais acontece. Que se estende pro físico, que se estende pro sexual né? Eu acho que é um comportamento que... chega a ser agressivo entende, no sentido de invadir, de machucar, de desrespeitar a pessoa sabe? (...). Hoje o físico ele é mais evidente, então chama mais atenção, as pessoas tem mais medo né? Foi pro físico, tem a barreira né? Então as pessoas tem mais medo. Mas, existe muito abuso, muita agressão, muito desrespeito nas relações cotidianas”*. E por isso, as agressões psicológicas também devem ser consideradas como problemas de saúde pública.

No caso do relacionamento de Beatriz e Lucas as coisas não ficaram apenas na violência verbal e psicológica; em alguns momentos de pavor, chegou a acontecer abuso de força física por parte de Lucas e até abuso sexual. Beatriz conta que sempre se sentia na obrigação de transar com Lucas, mesmo quando ela não queria. Os dois sempre chegavam em casa exaustos depois de sair à noite, por conta das brigas intermináveis do casal e ela só queria dormir; enquanto Lucas fazia investidas sexuais, o que fez Beatriz transar inúmeras vezes sem vontade. Até que um dia, ela realmente resistiu e disse que não queria. O namorado não se importou muito com a opinião dela e a violou mesmo assim, rasgando seu pijama e não parando mesmo com a menina chorando. *“Hoje vejo que ele me estuprou, acho essa palavra forte... mas aconteceu”*.

A violência sexual está presente em diversos casos de relacionamento abusivo, principalmente pelo homem achar que

a parceira tem obrigação de manter relações sexuais com ele a qualquer hora que ele quiser, sem respeitar as vontades dela também. Esse contexto é só mais um sintoma do machismo presente na sociedade atual. É difícil falar desses comportamentos machistas, porque muitas vezes eles são involuntários e frutos de um pensamento que foi criado para que se aja de determinada forma. Um exemplo disso são atitudes e discursos de cunho machista presentes principalmente na indústria do entretenimento, que fazem muito sucesso e nem são vistos como algo que fere o direito das mulheres. Por exemplo, a música sertaneja “A Mala é Falsa” do cantor Felipe Araújo, com participação da dupla Henrique e Juliano:

“A mala é falsa, amor  
Engole o choro, embora eu não vou  
Agora vê se aprende a dar valor  
Mata minha sede de fazer amor”

Nessa última estrofe da música vemos claramente uma pressão psicológica em cima da mulher. O eu lírico da música está dizendo que fez uma mala para assustar a parceira, dando a entender que ia embora; mas que é pra ela engolir o choro porque ele não vai, contanto que ela dê valor a ele e mate a sua “sede” por uma relação sexual. É de conhecimento geral que relacionamentos sexuais fazem parte de um relacionamento afetivo; entretanto, os limites de ambos os envolvidos devem ser respeitados.

Beatriz não conseguiu sair dessa história depois desse acontecimento. Apesar de um estupro ser motivo suficiente para se afastar e acabar com o relacionamento, quem se encontra

dentro de uma situação abusiva não enxerga os fatos com clareza; às vezes até enxerga, mas não está em condições de julgar cada fato com seu real peso. Ao questionarmos para a psicóloga Maria Ivone March Costa, também entrevistada para a produção deste livro, sobre a dificuldade das mulheres em saírem desses relacionamentos abusivos, ela respondeu que muitas vezes, as mulheres não conseguem nem perceber que estão em uma relação de fato abusiva.

Bia só conseguiu de fato reunir forças para dar fim ao seu namoro com Lucas depois desse fato. Era uma festa de aniversário de um amigo numa chácara da cidade. O casal Beatriz e Lucas foi acompanhado da irmã da moça e seu namorado. No meio da festa, Lucas já se encontrava sob o efeito do álcool; a história se repetiu e o casal começou a brigar. Os dois se dirigiram para o outro lado da casa a fim de maior privacidade para a discussão, Beatriz tremia de raiva e as coisas ficaram piores. Até que a moça beliscou o menino para que ele a soltasse. O rapaz, possuído pela raiva, a arrastou para um quarto da casa e começou a desferir socos e chutes em Beatriz, que começou a berrar pedindo por ajuda. Até que o cunhado da menina apareceu e bateu em Lucas. *“A festa toda foi lá, eu não sabia onde enfiar minha cara (...). Foi a maior vergonha da minha vida”*.

Beatriz terminou com Lucas por telefone naquele mesmo dia. *“Depois disso terminei por telefone, minha irmã levou as coisas dele. Não contei pra ninguém, só minha irmã sabia com meu cunhado”*.

Lucas não aceitou nada bem o fim do namoro. Ligava para a ex-namorada durante a noite dizendo que ia se matar, que estava em cima de pontes da cidade e que se eles não voltassem, ele iria se jogar. Quando Beatriz não atendia, Lucas ligava para seus

pais para tentar falar com a garota mesmo assim. Por um período, Bia passou por um inferno; até Lucas desistir, seguir em frente e os dois nunca mais se falarem. Beatriz tocou a vida e pouco tempo depois, passou no vestibular e mudou de cidade, dificultando finalmente o encontro com o ex-namorado em alguma ocasião. Até que na virada do ano de 2016 para 2017, em função de amigos em comum, ambos foram parar na mesma festa de Réveillon. *“Eu fiquei muito desconfortável. Mas espero e torço muito pra que ele tenha se tornado um homem melhor, pois hoje ele é casado e tem uma filha”.*

Após o término definitivo do namoro, Beatriz não procurou ajuda psicológica, ela se fechou. Quanto à sua família; tirando sua irmã e seu cunhado que sabiam da história, todos sempre a questionavam o porquê do término. Ela afirmava não gostar mais do menino e que queria seguir em frente. *“Tinha muita vergonha de falar disso, de falar que cheguei a apanhar, das pessoas me acharem idiota por ter permitido chegar nesse ponto. Daí me fechei.”* Apesar de não ter recorrido à ajuda profissional, esse relacionamento trouxe e ainda traz consequências para Beatriz, principalmente quando o assunto é se relacionar novamente. *“Sinto que não confio em homens. Demorei muito tempo pra namorar novamente. Na verdade, namorei ele e uma menina apenas (depois de Lucas) (...) Sempre quis ficar com meninas, mas é fato que ficar mais com meninas e ter preguiça de meninos tem influência. Sou atraída sexualmente por homens, mas eles me dão muita preguiça hoje em dia.”*

Apesar de Beatriz ter sofrido violência psicológica, verbal, física e sexual durante o relacionamento com Lucas e sofrer com as consequências que perduram até hoje na vida dela, podemos dizer que o final foi “feliz”. Muitas garotas não têm a oportunidade de seguir em frente que a protagonista desse relato teve.

Por diversas razões; seja por não conseguirem se desvencilhar do parceiro por dependência afetiva, seja por não enxergarem as atitudes abusivas como de fato algo não saudável, por dependência financeira no caso de relacionamentos mais estáveis, ou mesmo por violências extremas, como ameaças de assassinato. Muitas meninas até conseguem cortar o vínculo, mas ficam com sequelas graves na saúde psicológica, podendo desenvolver depressão, crise do pânico e transtorno de ansiedade.

Ao refletir sobre o que esse relacionamento representou em sua vida, Beatriz aponta o quanto o feminismo é importante. De cidade pequena no interior de São Paulo, a garota pouco soube sobre o que é feminismo e o que ele representava para as mulheres, sobre o que a falta de empoderamento podia resultar e, principalmente, não entendia que atitudes como as que Lucas teve não são consequência de amor, mas sim de um comportamento criado pela sociedade como forma de tornarem as mulheres dependentes e submissas. *“Quando penso nesse relacionamento, não me vem coisas boas, me vem um retrocesso na mente, na questão de ter vivido algo bacana com alguém. Mas ao mesmo tempo penso que foi um salto gigantesco, porque se não tivesse passado por isso, talvez permitiria que isso acontecesse atualmente”*. Beatriz ainda faz referência a um tradicional consenso social de que as pessoas aprendem com a dor. Ela discorda disso, discorda de que sempre deve existir dor para que se tenha um aprendizado, mas afirma que no caso dela, foi o que aconteceu.

Ao final de todas as entrevistas fizemos a mesma pergunta para todas as garotas. O que a Beatriz de hojealaria para a Beatriz daquela época, se tivesse oportunidade: *“Eualaria que não foi culpa dela, que ela não precisa sentir vergonha do que passou, que as coisas vão sempre ficar bem. Queria convencer ela que nem*

*todo relacionamento vai ser assim, que ela não vai mais sentir medo da pessoa que ela ama.”*

Após cada relato fica cada vez mais claro que a temática dos relacionamentos abusivos merece atenção e mais do que isso, merece ações. Ações que previnam meninas cheias de vida de se verem em amarras afetivas abusivas das quais não conseguem sair por determinados motivos. Segundo Giardini, Bucher-Maluschke e Diniz (2015, p.206) “A prevenção da violência no namoro, articulada à promoção de empoderamento dos adolescentes, pode ser uma estratégia útil para o enfrentamento dessa questão”.



# 5

## “A PERMISSIVA”

**Camila Pontes. 23 anos.  
Estudante de Relações Públicas**

Nossa sociedade é machista. O mundo e os comportamentos da sociedade são cada dia mais influenciados por pensamentos machistas. Mulheres sofrem com o feminicídio ao redor do mundo por causa do machismo todos os dias. A gente ouve isso diariamente. Mas afinal, o que é ser machista?

Machismo. No sentido gramatical, significa qualquer comportamento, seja por expressões ou atitudes, que nega a igualdade de direitos dos gêneros, enaltecendo a superioridade masculina. Algo construído socialmente, desde o homem das cavernas. Afinal, desde o início, era o provedor da família, o mais forte, o mais viril e à partir de toda essa exaltação, detento de todo tipo de direito. Inclusive de subordinar aquelas consideradas mais frágeis, submissas, feitas para o casamento e para a família. As mulheres, que já nascem com o estigma da subordinação, pelo simples fato de possuir um cromossomo XY. A biologia justifica tudo, não é mesmo?

Já no sentido prático, o machismo se esconde nas expressões mais banais. Frases que toda mulher já deve ter ouvido pelo menos alguma vez na vida. “Que brava, deve ser muito mal ama-

da”. “Mulher que transa no primeiro encontro não foi feita pra casar”. “Está nervosa, está de TPM?”. “Mulher que bebe faz papel de ridícula”. “Além de bonita, é inteligente”. “Mulher chora por tudo, sexo frágil, não aguenta o tranco”. “Pode até trabalhar fora, mas tem que cuidar de casa”. “Mulher que não pensa em casar só pode ser lésbica”. Que atire a primeira pedra a mulher que nunca escutou pelo menos uma, senão todas as frases acima, vinda de algum homem, ou até mesmo, de mulheres.

Ser mulher não é fácil. Lidar com o machismo diário, menos ainda. E os relacionamentos atuais enfrentam o problema do machismo todos os dias. Com toda certeza, o problema do relacionamento abusivo não é só machismo, mas essa é apenas mais uma característica do opressor, que faz com que em sua maioria, os relacionamentos se tornem abusivos e tóxicos. Que limitam as atitudes das mulheres e as tornam subservientes de seus parceiros. Fazem com que percam sua essência, seu brilho, sua voz. Exatamente o que aconteceu com Camila Palma.

Camila sempre foi cheia de vida. Nascida em São Paulo. Vivendo intensamente seus 20 anos, cursando a faculdade de Relações Públicas que sempre quis. Camila sempre foi daquelas mulheres intensas, que se joga de corpo e alma. Que luta incansavelmente pelo que quer. Amante de uma boa música, de boas festas, boas bebidas e boas amigas ao seu lado. Vivendo a vida universitária que sempre quis. E homem nenhum iria mudar seu estilo de vida, sua personalidade e tirar seu sorriso; aliás, sua marca registrada. “*Pensava que quando eu entrasse num relacionamento isso nunca ia acontecer comigo, o que é mais irônico. Eu era empoderada o suficiente pra não cair nisso*”, diz ela logo no começo da entrevista.

O brilho foi apagado. Foi questão de tempo pra que toda

a vida que tomava conta do ser de Camila fosse destruída, pouco a pouco, de forma sutil. Antes mesmo que ela percebesse, já estava envolvida em um relacionamento que trouxe consequências sérias pra sua vida até hoje.

É só começar a contar sua história, que Camila muda de postura. O riso natural se torna um riso nervoso, contido. Os incontáveis cigarros, um atrás do outro, mostram o quanto Camila ainda se abala com a situação que viveu. Seu olhar demonstra sua força, mas também sua fragilidade ao expor algo que lhe doeu tanto e que lhe deixou marcas. Marcas por dentro, que representam sua capacidade de superação, sua sede por liberdade e de sua vontade ser aquilo que sempre foi. Marcas que a lembram todos os dias do seu valor e de que ela merece algo melhor. Merece ser feliz. Feliz e livre para ser o que quiser, fazer o que lhe der vontade. Ir para onde quiser.

Camila sempre foi de falar tudo que pensa. Ninguém era capaz de calar sua voz. Uma marca da sua personalidade forte, motivo pelo qual a fez escolher um curso de Comunicação. E sua vontade de crescer profissionalmente também sempre falou mais alto. Camila queria um propósito na sua vida, queria fazer aquilo que gostava.

Em 2015, Camila tinha um namorado que já não era mais aquilo que ela queria. Ele não a ajudava a crescer, e nem queria crescer também. Camila precisava de mais. Tinha sede disso.

E a oportunidade que mudaria sua vida surgiu. A menina prestou um processo seletivo para se tornar responsável pela área de Comunicação de um projeto de extensão bem conhecido da faculdade. Ela passou. Finalmente, ela ia ter a chance de fazer o que gosta e se sentir preenchida. Terminou o namoro e iniciou uma nova etapa em sua vida. Se jogou, sem olhar pra trás.

Aos poucos, ela foi se adaptando ao novo ambiente. O projeto, em sua maioria, era composto por homens e logo, um despertou seu interesse. Leandro. Um menino que, visivelmente não chamava atenção, mas que ia ganhando a admiração da jovem cada dia mais. *“O Leandro começou a me chamar atenção por ser uma pessoa que se mostrava competente e muito sério. Uma pessoa que tinha perspectiva, completamente o oposto do meu ex. Ele queria ser o melhor em tudo”*. Ele tinha o que ela procurava. Perspectiva de futuro. Planos. Era tudo o que ela mais queria no momento. E ela não ia desistir até conseguir.

Logo começaram a ficar. Primeira. Segunda. Terceira. Incontáveis vezes. Os encontros e ficadas eram cada vez mais frequentes. A proximidade, dentro do ambiente profissional e fora dele, em nada atrapalhava seus desempenhos e tudo conspirava a favor. Passou outubro, novembro, dezembro. E janeiro chegou. E junto com ele, trouxe o primeiro indício de que algo poderia não acabar bem. *“Numa festa na república dele, foi a primeira vez que ele me desrespeitou. Ficou de graça com uma menina e discutimos. Apesar de não termos nada sério, eu o questionei e ele falou que era melhor a gente parar de ficar porque estávamos nos envolvendo e conversando muito”*.

Camila sentiu a dor. E mais ainda, sentiu o quanto aquele relacionamento havia se tornado importante para ela. Isso ficou explícito quando, depois de um tempo, Leandro voltou. Disse estar arrependido. Sentiu saudades. E o que ela mais queria aconteceu: a exclusividade. Ela não ia precisar dividi-lo com mais ninguém. E nem ele. Um relacionamento sério, praticamente. Ela não pensou duas vezes. Ela aguentaria qualquer tipo de situação para sentir a sensação de estar só com ele. E só aquilo importava.

Mas Camila não deixou de ser quem ela era no primei-

ro momento. Apesar de tudo, ela ainda era aquela menina que gostava de sair. Que topa um barzinho e uma cervejinha com as amigas. Que possui amigos homens e que faz o que bem entende. Mesmo com o jeito mais contido e sério de Leandro, ela ainda não tinha perdido sua voz e suas vontades. Ela queria continuar sendo ela mesma, mas com ele do seu lado.

Em meados de 2016, ela o convidou para ir num bar popular da cidade, ponto de encontro da vida universitária. Ele recusou; preferiu ficar tomando uma cerveja com os amigos em casa. Mas ela foi. Afinal, era o que ela queria. *“Até aí tudo bem, eu fui com as minhas amigas. O bar fechou e continuamos lá. Fui comprar mais bebida no posto na mesma rua com um conhecido porque as meninas não queriam mais ir comigo. Nada aconteceu, era meu amigo”*. Até por quê, era de madrugada. Nada mais justo uma mulher pedir companhia pra um homem, seu amigo, para acompanhá-la a pegar bebida. As mulheres têm motivos para terem medo de andarem sozinhas à noite, nunca se sabe quando o assédio pode acontecer. Mais uma das muitas consequências do machismo.

E ela voltou pra casa. E no dia seguinte marcou de ver Leandro. Ele ia passar para vê-la. Na mais perfeita normalidade. *“Vou passar no posto antes para abastecer”*. Ela disse: *“Tudo bem”*. E quando Leandro chega à sua casa, tudo havia virado um caos. *“Ele foi abastecer no mesmo posto que eu havia ido no dia anterior comprar mais bebida e que frequentávamos sempre. O frentista disse à ele que a ‘mina’ dele tinha estado lá com outro cara na noite anterior”*. Olha aí, o machismo mais uma vez. Uma mulher acompanhada de outro cara comprando bebida à noite? Só pode ser má intenção. Leandro tinha que ficar esperto com a mulher que tinha ao lado, segundo a lógica machista atual. *“Ele chegou na minha casa e eu estava muito feliz com a situação da gente de volta. Mas ele não con-*

*seguiu disfarçar que estava chateado, e perguntou: ‘Com quem você estava no posto ontem?’. Eu respondi dizendo que havia ido comprar cerveja com um amigo.’ Ir comprar cerveja com um amigo já foi o gatilho para que Leandro começasse a insultar Camila. “Isso é falta de respeito”. “Você está maluca de ir num posto com outro cara?”. “A partir de hoje, você morreu pra mim”. Camila começou a chorar descontroladamente. E sentiu culpa. “O Leandro deixou bem claro que eu ter ido com um menino no posto já era inadmissível, não importava se eu já tinha ficado com o menino ou não. Ele não tinha dó de mim, eu tentava abraçar ele, ele me empurrava. Dizia que tinha nojo de mim, e eu pedia perdão, implorava perdão”.*

Aquilo que estava indo tão bem foi por água abaixo mais uma vez. Camila não conseguia enxergar que o verdadeiro culpado era o machismo. Ele é sempre o vilão. Que faz com que mulheres fortes se enxerguem menores do que são. E sintam uma culpa que não é sua por direito. E Camila foi atrás. Deixou todo o orgulho de lado, para ter que escutar: “*Camila, acabou, eu não quero mais nada com você*”. E uma frase em especial a marcou para o resto da vida: “*Não estou mais com você porque você é muito permissiva*”. E aquela palavra “permissiva” a intrigava. Na época, Camila nem entendia o significado desse termo. E o porquê ele usava para se referir a ela. Ela se permitia muito e Leandro era incapaz de aceitar isso.

Ela continuou atrás, mas Leandro não mudou de ideia. Camila já estava muito envolvida pra desistir. Sempre foi assim; nunca desistiu de algo que queria muito. Insistiu por muito tempo. Três meses exatamente. Mesmo depois de tudo que teve que ouvir da pessoa que ela mais havia gostado na vida. A garota sabia de tudo que acontecia na vida de Leandro. Até que um dia ela recebeu uma mensagem, a que ela vinha esperando por todo esse

tempo. Ele tinha sentido sua falta. Camila estava tão feliz! Estava disposta a tudo. *“Eu pensava que ele já tinha brincado comigo duas vezes, mas eu estava completamente apaixonada e resolvi dar uma chance outra vez. Ele dizia que gostava de mim, mas era complicado porque eu tinha esse meu jeito expansivo, mas que talvez se a gente conversasse e eu mudasse, a gente poderia ficar junto”*.

E nesse momento, ela se viu disposta a mudar sua personalidade. Seu jeito “permissivo”. E Leandro começou a ditar regras. Ele não queria Camila como ela era de verdade, com seus defeitos e qualidades. Leandro queria alguém que fosse digna de estar ao lado dele, que se adequasse ao que ele achava certo. Queria uma versão nova de Camila. Afinal, o erro estava nela. *“Ele disse que eu não podia conversar com os caras de forma que eu parecesse interessada, porque ‘os amigos dele falavam de mim’. Eu não podia conversar com os caras da república dele, com os amigos dele, e eu aceitava tudo. Ele deixou bem claro que odiava meu comportamento quando estava bêbada, que ele tinha aversão a isso”*. Ela estava disposta a mudar, a ser uma pessoa diferente. Ela o tinha de volta, o mínimo que ela podia fazer era mudar sua postura; pelo menos era esse o pensamento que a guiava. Naquele momento, quando voltaram a ficar juntos depois de todas essas imposições, Camila já tinha percebido que havia algo errado. E começou a ir numa psicóloga.

*“Eu não consegui deixar de ser quem eu sou. Eu não conseguia ser diferente, alguém pra ele e alguém pras outras pessoas. Então o que aconteceu ali foi que eu me perdi completamente, eu não sabia mais quem eu era sem ele e quem eu era com ele. Comecei a ficar com aquilo na cabeça, eu pensava: ‘O que eu tinha que deixar de fazer para agradar ele?’. Ele achava minhas amigas vagabundas e eu comecei a prestar atenção nas minhas amigas e deixei de gostar da*

*minha vida, das minhas amigas*”. Camila passou a sentir na pele os efeitos do *gaslighting* que estava sofrendo.

O que é *gaslighting*? É uma das formas que o abuso se manifesta, através da violência emocional. A manipulação psicológica leva a mulher a achar que enlouqueceu ou que é incapaz de fazer as coisas sozinha. Na maioria dos relacionamentos abusivos, essa prática é recorrente, levando a um esvaziamento da autonomia da vítima e fazendo com que a vítima deixe de lado suas opiniões e abra mão de suas escolhas. O termo surgiu em 1944, quando um filme que leva o mesmo nome retratou a história de um homem que descobre que pode roubar a fortuna de sua mulher se desenvolvesse artimanhas que provassem que ela era doente mental. Essas práticas criadas pelo homem fazem com que a mulher pense que ela enlouqueceu de fato, devido ao controle emocional e psicológico exercido por seu parceiro. O filme pode ser de 1944, mas essa prática ocorre hoje, na vida real.

Carol foi perdendo sua essência. Esquivando-se das pessoas. Ia para os seus lugares preferidos com as pessoas que mais gostava e ficava de canto. Estava com preguiça de tudo e de todos. Seu psicológico estava sendo afetado devido à imposição feita por Leandro; ou ela mudava sua personalidade, ou não merecia tê-lo ao seu lado. *“Eu contava tudo para minha psicóloga. Ela resolveu fazer uns testes e indicou que eu fosse a um psiquiatra. Eu fui e foi bem pesado, porque nessa altura eu já tava completamente refém de tudo e eu fui diagnosticada com depressão. Comecei tratamento com antidepressivo”*.

E sua relação se encontrava cada vez mais desgastada e abusiva. Leandro sempre foi um cara fechado, criado dentro de uma família tradicional. Camila sempre foi autêntica, com uma criação totalmente aberta com sua família, e isso fazia com que

os dois tivessem vários embates ideológicos. Mesmo com toda a pressão, Camila ainda tentava mostrar o feminismo, a igualdade entre os gêneros e explicar seu ponto de vista. *“Eu ainda tinha voz pra debater sobre feminismo, sobre essas coisas. Eu ainda tinha um posicionamento sobre isso e eu tentava ser didática com ele, mas o pensamento não mudava”*. Suas posições ideológicas se mantinham, mas Camila não tinha forças para se posicionar dentro do seu próprio relacionamento. Em questão de tempo, sua dose do antidepressivo subiu do 25mg para 200mg, o máximo permitido. *“Eu falei pra ele do antidepressivo e ele se assustou. Não entendeu o que me deixava triste, disse que eu não transparecia, não entendeu nada. Disse que eu podia contar com ele, mas eu quis abafar e não tocar mais no assunto. Na época eu realmente achava que o remédio não era por causa dele, mas sim por minha causa”*.

Um dos episódios de abuso do relacionamento de ambos, aconteceu no contexto de aniversário de um dos caras que fazia parte do projeto de extensão. Esse mesmo cara era conhecido do ex-namorado de Camila. Seu ex-namorado mandou mensagem perguntando de onde eles se conheciam. Uma conversa normal. Sem intenções. Apenas duas pessoas que já namoraram e podiam muito bem manter uma relação civilizada. Durante a troca de mensagens, Camila usou o termo “Uxi”. Leandro viu a conversa e pediu para ver as mensagens, e Camila deixou; mesmo que eles não tivessem o hábito de mexer nas coisas um do outro. Leandro ficou meio enciumado, bravo, mas passou. Não tinha motivos mesmo. Mas Leandro também se apegava aos detalhes. E um dia, Camila usou o mesmo termo “Uxi” em uma troca de conversas com Leandro. Mais um estopim. *“Não é pra você usar essa palavra comigo, “Nunca mais dirija essa palavra a mim”, “Você não pode reciclar as palavras que usava com seu ex”*. Tudo era sinô-

nimo de discussão e tudo era motivo para que Camila perdesse seu jeito de ser, sua naturalidade e espontaneidade. “O Leandro é uma pessoa muito boa de argumentação. O objetivo dele numa briga é, por mais que ele estivesse errado, que eu saísse como errada. E muitas vezes eu preferia pedir desculpas para parar de brigar”.

“Um dia eu acordei atrasada para a reunião do projeto que fazíamos juntos e peguei o primeiro shorts que vi pela frente. Era um shorts curto e despreocupado, mas os caras também iam do jeito que queriam para reunião. Depois da reunião eu tomei um esculacho: ‘Por que você foi com aquele shorts, quando você levantou todos olharam para sua bunda’. E aí eu ainda tentava bater de frente e falei que o problema era dos caras, que eram amigos dele, que olhavam pra minha bunda, não meu. E em relação a isso eu batia de frente. O que acontece é que eu não uso esse shorts até hoje na minha vida, porque ele falava que era muito fácil pegar uma menina que se vestia assim. E eu falava: ‘O problema é dos seus amigos, não meu’. Pior ficava. Até que eu comecei a criar uma fobia social real, eu não tinha vontade de sair de casa, de estar com ninguém, a não ser para fazer as coisas que eu fazia com ele. E eu achava natural porque achava que eu estava amadurecendo, estava indo pro quarto ano da faculdade. Mas não era, era porque eu tinha medo da gente brigar”.

O medo de brigar. Medo de perder. Medo que um dia ele se cansasse e desistisse de tentar fazer dar certo. Medo de errar. Medo de assumir sua própria personalidade. Medo, medo, medo. Sentimento constante na vida de Camila por praticamente um ano, o tempo que já estavam juntos. Camila se via cada vez mais sozinha, sem apoio de ninguém em seu relacionamento, que ela lutou tanto para conseguir e manter. Lutou com a consciência de todas as consequências que estava enfrentando devido à sua decisão. “As minhas amigas não gostavam dele, mas eu gostava. Então

elas ficavam tipo: ‘Se você gosta dele; a gente sabe que ele te faz mal’. Eu falava: ‘Eu sei’, só que não é assim ‘eu sei’, eu sei só agora. Eu sabia, mas aceitava porque eu queria continuar com ele, porque eu achava que valia a pena na época. Poucas coisas que minha mãe soube sobre ele, ela reagia: ‘Que tipo de pessoa é essa?’ Tanto que eu nunca me empolguei pra mostrar ele pra minha mãe, sabe? Eu sabia que minha mãe não ia gostar dele”.

Mesmo assim, ela queria mostrar para os outros que todos estavam errados. Ela ia conseguir fazer dar certo. Não importa o quanto ela tivesse que mudar. E nem o quanto ela tivesse que se perder. Independente do mal psicológico que aquilo estava lhe causando. Ela queria provar pra ele e pra si mesma que ela merecia viver aquilo, que ela merecia seu amor, que ela havia se tornado alguém digna de estar ao lado dele. Nesse momento, o amor próprio não existia mais; tudo girava em torno apenas dele.

Já fazia praticamente um ano que Camila tinha entrado nessa. E talvez o episódio a seguir seja uma das lembranças mais dolorosas que Camila tem até hoje. Depois de tantas mudanças, ela gostaria de conhecer a família de Leandro. Afinal, eles estavam namorando praticamente. E ela tinha mudado o suficiente pra merecer essa honra. Sem medo algum da resposta, Camila o questionou sobre isso. “Meu, eu nunca fui pra sua cidade, nunca conheci sua família”. “Vamos esse final de semana”, foi a resposta. Camila não podia se conter de felicidade. “Eu achei até meio humilhante eu ter falado isso, mas falei”. Combinaram de ir no dia seguinte a uma festa da faculdade. Nada poderia dar errado. Finalmente Camila ia provar para o mundo que tinha conseguido; ia conhecer a família de Leandro e isso representava um momento importante. Ele tinha aceitado sua proposta, ele a considerava a ponto de querer que ela conhecesse seus pais. As coisas tinham

mudado, e para melhor. Pena que não por muito tempo.

*“Cheguei na festa e ele estava meio esquisito, querendo ficar só com os amigos. Beleza, eu fui ficar com as minhas amigas, fazer minhas coisas. Até que no meio da festa ele começou a me acusar de estar bêbada, como se fosse um crime. Duas amigas minhas chegaram e perguntaram onde eu estava, e eu falei que estava baforando lolô com os caras de outra república. Ele ouviu e começou a me acusar dizendo que era um absurdo eu estar com os caras de outra república. Me chamou de drogada, delinquente, filha da puta. E eu tentando amenizar, dizendo que eu só estava lá, não necessariamente usando drogas. Mas enfim, eu estava tão inconsequente que pra sair da situação, eu fingi um desmaio e ele caiu na minha”.*

Camila estava com tanto medo, se sentindo tão culpada por ter causado mais uma confusão e de ter que ouvir mais uma vez Leandro insultá-la, que não teve forças para revidar. Não aguentou ter que lidar com isso mais uma vez, logo quando as coisas estavam indo tão bem. Simulou um desmaio para não ter que enfrentar mais essa humilhação; afinal, a festa estava lotada, todo mundo viu o que estava acontecendo. *“Ele e uns amigos dele me levaram pro carro, puto da vida por estar perdendo a festa. Chegamos em casa e eu tentando conversar com ele, porque no dia seguinte teoricamente nós iríamos pra cidade dele”.* E Camila teve que ouvir uma das frases que mais lhe machucaram, saindo da boca da pessoa que mais amava. *“Ele chegou na porta do meu quarto e falou: ‘Porque você não é o tipo de mulher que vai conhecer meus pais, você não vai mais’. Fechou a porta do meu quarto e foi embora. Eu não era mulher o suficiente pra conhecer seus pais”.* Doeu mais do se ele tivesse lhe dado um tapa. Porque todo o esforço tinha sido em vão. E mais uma vez, a culpa era sua.

Antes de Camila, Leandro não tinha tanto jeito com as

mulheres. Todas as meninas que Camila sabia que ele tinha se envolvido, eram completamente opostas a ela. Leandro sempre foi um cara mais introvertido e inseguro. *“Ele não sabia lidar comigo porque eu sou muito expansiva, chamo atenção e ele é o oposto de mim. Ele sofreu bullying na escola por ser muito magro, então ele sempre teve uma autoestima muito baixa. E eu percebi que até ele ficar comigo, as outras meninas que eu sabia que ele tinha ficado, eram muito diferentes de mim, eram mais na delas, mais apagadas. Então eu acho que ele não soube lidar com o que ele tinha ali naquele momento, que era eu”*. Leandro jogou todas as suas frustrações em Camila. Somado isso a uma criação completamente rígida e conservadora, Leandro tinha dificuldades em lidar com alguém tão oposto. Camila não era digna de conhecer sua família, não era uma mulher para “casar”. Afinal ela ia com amigos ao bar na madrugada. Bebia em festas e andava com homens que usam drogas. Inaceitável para o machismo que vemos todos os dias. Um estigma que todas as mulheres têm que enfrentar todos os dias; afinal, na mentalidade machista, as mulheres que não se dão ao respeito, também não merecem respeito.

Leandro foi para a casa dos seus pais sem Camila. Ela se sentiu a pior mulher do universo. Sentiu raiva de si mesma. Passaram o final de semana inteiro sem se falarem. *“No domingo ele voltou, nós nos vimos e bola pra frente, como se nada tivesse acontecido. Eu falei de novo que não aconteceria mais isso”*. E Camila se dava sempre uma nova chance de tentar ser diferente. Afinal, o amor dói. Tem que ser sofrido. Se ele me perdoou, quer dizer que ele me ama. As brigas acontecem, mas o amor prevalece. Esse pensamento romântico que as mulheres aprendem desde crianças, que faz com que elas romantizem atitudes abusivas e tenham dificuldades em sair dos seus relacionamentos. Que faz com que

elas se anulem em detrimento do outro. Que traz a crença de que elas só poderão ser felizes com um homem, mesmo que ele lhe maltrate. Doce ilusão.

Tudo permaneceu bem depois disso. Viveram alguns dias de paz. Como se nada tivesse acontecido. Os xingamentos proferidos por Leandro logo já tinham sido esquecidos. Mas a vida universitária era uma realidade dos dois. Camila sempre gostou de festa, Leandro morava em uma república. E eis que chega o momento mais esperado do ano: os jogos universitários. Onde os jovens esquecem os problemas por três dias, com muita festa, bebida, clima de romance e beijo na boca. E os dois foram juntos. Propuseram-se a isso. Mais uma prova de que eles podiam dar certo; irem juntos para esse evento era tudo que Camila mais podia querer.

*“O primeiro dia deu tudo certo, festa à tarde legal. A noite ele foi com os amigos porque estava muito cansada. No dia seguinte, ele foi pra festa com a van da república dele, e eu não fui junto, estava em outra van de amigos dele, porque tinha mais bebida. Deixei minhas amigas, pra ficar com ele, mas tudo bem. Chegando na festa, demorei um pouco pra entrar, porque ainda tinha bebida na van. Até que o pessoal de uma outra república chegou e eu coleí um adesivo deles no colo, no meu decote. Entrei na tenda, encontrei com eles, ele olhou pra mim, e perguntou ‘Que porra é essa?’. Eu achei que ele estava brincando, que não estava irritado. ‘Essa tatuagem nos seus peitos, outra república de homem, cê tá louca?’. E aí ele começou a me ofender, falar que era coisa de vagabunda e tal. Aí ele tirou a bata dele, e pediu pra um amigo escrever o nome de uma república de menina nas costas dele”.* A confusão estava armada. Leandro quis provocar Camila. E Camila ficou indignada. A discussão foi ficando pesada. Camila perdeu a paciência e empurrou Leandro. Ele não queria mais falar

com Camila depois disso. Mas depois cedeu. E o clima ficou tão pesado que Camila perdeu o controle, deu um tapa na cara do seu namorado. O som do tapa foi precedido pela frase mais temida de todas: “*A partir de agora, você está solteira, segue sua vida*”.

Camila não conseguia acreditar no que tinha escutado. Começou a pedir mil desculpas. Ela tinha acabado com tudo. “*Sai daqui, curte sua festa, fica com quem você quiser. Eu não quero você, você me bateu na frente de todo mundo*”. E o que era para ser um sonho, virou um pesadelo em questão de segundos. E para provar que tinha acabado mesmo, Leandro beijou duas meninas na sua frente.

Não era só seu relacionamento que estava acabado. Seus jogos estavam acabados. Sua vida. Tudo o que ela tinha feito tinha sido em vão. E ela foi a responsável por tudo ter terminado. Ele era homem; era inadmissível uma mulher bater nele desse jeito, na frente dos amigos, tirando sua honra e sua integridade. O tapa doeu. Mas não doeu mais do que todas as humilhações que Camila tinha passado, todo o abuso psicológico que ela sofreu, todos os remédios que ela passou a tomar depois que entrou nessa relação, todos os xingamentos que ela teve que ouvir durante um ano.

O seu dia não podia piorar, mas piorou. Durante a festa à noite, Camila não falou com ele. Mas prestou atenção em tudo que ele fazia e ele estava aproveitando seu momento como se nada tivesse acontecido, beijando outras garotas. A dor do tapa já tinha passado, nem marca ficou. Mas a dor que Camila estava sentindo era tão forte, que as marcas ficaram até hoje. Camila não aguentou e tudo que estava preso dentro dela fez com que seu corpo reagisse. “*Parecia realmente que ele estava cagando para mim. Daí eu entrei em estado de choque e eu desmaiei real. Ele viu*

*e ficou muito preocupado. Ai eu fui no ambulatório; ele foi comigo, esperou eu me acalmar, ele sabia que eu estava assim por causa dele, então eu via que ele estava ali pra aliviar a culpa. (...) Foi o pior dia da minha vida.”*

No dia seguinte eles conversaram. Leandro pediu desculpas e prometeu não ficar com mais pessoas na sua frente. Mas voltar era impossível. “*Você me deu um tapa, isso é inadmissível!*”. Camila não podia acreditar. E aproveitou pra chutar o balde e fazer como ele, aproveitar a vida e beijar quem ela quisesse. Mas teve que ouvir mais xingamentos depois. O término aconteceu em novembro. E Camila tentou voltar com Leandro até fevereiro, mas ele nunca mais lhe deu condição.

O amor próprio não existia mais. A Camila de antes do Leandro também não. Voltar com ele era a única maneira dela ser alguém, mesmo que não fosse ela de verdade. Camila precisava se reencontrar. E se amar de novo.

Ainda bem que o tempo, “*senhor dos destinos*”, passou. As sessões de terapia e o apoio das amigas foram fundamentais. Apesar de ainda tomar seus remédios, Camila já voltou a sorrir. Talvez com um sorriso um pouco nervoso, com algumas frases e palavras ainda ecoando em sua mente. Mas com o brilho no olhar de saber que vale a pena lutar por ela mesma, correr atrás de si para se encontrar de novo. “*Hoje eu vejo esse relacionamento como extremamente tóxico, ele acabou com tudo que eu tinha, com a minha autoestima. Eu achava que eu era incapaz de tudo, de fazer qualquer coisa. É que pra mim, dizer que uma pessoa é incapaz é a pior coisa que você pode falar, mas era o jeito que eu me sentia. Se eu me amasse o quanto eu me amo hoje naquela época eu nem teria entrado naquele relacionamento. Hoje, depois de sete meses, eu vejo que não valia pena, que eu não ia chegar a lugar nenhum por mais*

que eu mudasse. Se eu tivesse a força que eu tenho hoje, muita coisa teria sido diferente”.

Mas os traumas ainda ficam. Camila ainda tem muitos traumas para serem curados. Seus próprios demônios que precisam ser destruídos. Mas tudo a seu tempo. Ela nem pensa em entrar em outro relacionamento agora. Enfim, aprendeu a se colocar em primeiro lugar. *“Agora eu penso assim, se alguém acha que tem o direito de falar da minha roupa, já não é uma pessoa, é carta fora do trabalho. Não é porque não deu certo com um que eu não vou conseguir me relacionar com ninguém e morrer sozinha. Deu errado com esse e talvez vá dar errado com outros, eu só não quero que dê errado na mesma circunstância”*.

Camila não quer mais ninguém. Ela quer a si mesma. Quer se fortalecer de todas as formas pra poder ser a pessoa que sempre foi. Ser alguém na vida antes de pensar em se relacionar com outra pessoa de novo. *“Quero cuidar de mim, porque foi uma coisa que eu deixei de fazer total, deixei de ir no salão, engordei pra caramba”*. Se amar acima de tudo.

E fique tranquila, Camila. Você é mulher suficiente sim. Suficiente para ser a melhor pessoa da sua própria vida. Da maneira que você achar melhor. Com a roupa que você se sentir bem. Permissiva ou não. Ditando suas próprias regras. Que bom que você voltou a brilhar!





# 6

“VOCÊ SABE QUE EU NÃO LIGO NÉ?”

**Giuliana Montanhez\*. 23 anos.  
Estudante de Geografia.**

O relacionamento de Giuliana durou apenas seis meses, mas foi o suficiente para se mostrar abusivo e fazer com que a garota passasse por maus bocados.

Giuliana tinha 21 anos quando conheceu Bruno\*, de 19. *“Foi em um aniversário de um amigo, em uma cidade que eu havia acabado de me mudar que eu o conheci. Ele era o cara do violão”*. O fato de Bruno ter a personalidade muito parecida com a dela, fez Giuliana se interessar. Ele era expansivo, brincalhão e engraçado de acordo com ela, e logo na segunda vez que se viram, começaram a ficar. E foi assim por um bom tempo. Bruno dizia para Giuliana que não gostava de rotular os relacionamentos: *“Todo mundo dizia que éramos um casal perfeito. E eu acreditava nisso. Dançávamos na rua, fazíamos graça em locais cheios de gente, ele interpretava cenas de filmes clássicos. E então me vi apaixonada”*.

Giuliana conta que as atitudes abusivas começaram sutis e foram aumentando gradativamente, o que a fez não perceber com clareza a “teia” em que estava se prendendo. No começo, completamente apaixonada, a garota via em Bruno um guia para a vida, ele a ensinava de tudo. Hoje ela vê que a atitude dele era

mais para se sentir e se mostrar superior a ela: *“Era mais como um: ‘Você não sabe fazer direito. Não é assim. Que sorte que você tem eu pra te ajudar’”*.

A moça relata que o tempo foi passando e Bruno foi se tornando mais arrogante no modo como a tratava, com a desculpa de que se sentia tão confortável com ela que não precisava de cuidados, não precisava usar uma “máscara”; podia dizer tudo como bem quisesse, por exemplo: *“Você sabe que eu não me importo né?”*; *“Estou com preguiça de te ver”*; *“Hoje tenho coisas importantes, não quero conversar”*. Hoje, Giuliana se assusta com isso, mas na época, era tudo tão natural que as palavras não doíam. A moça, que sempre fora do tipo “durona”, que nunca havia sofrido por relacionamentos anteriores se via presa a Bruno. Giuliana chegou a extremos: *“Fui mandada embora de uma casa porque ele chegava depois da meia noite fazendo ferver, saí de lá com raiva das meninas com quem morava porque achei que elas queriam meu mal e ele meu bem”*.

O caso mais grave do relacionamento ocorreu em uma discussão dos dois no meio da rua. Bruno estava irritado com Giuliana e na hora de atravessar a rua, agarrou seu braço com força. A menina sentiu dor e disse ao namorado que ele a havia machucado. Bruno não se importou, chamou de drama e se recusou a levar a garota ao hospital. Naquela época, Giuliana já se via completamente dependente de Bruno: *“Eu, na cidade grande, dependia dele pra quase tudo. Ele fez com que fosse assim também”*. Uma semana após a discussão, a menina não aguentava mais de dor no braço e insistiu para que o namorado a levasse ao hospital, ouvindo da boca dele: *“Vou te provar que é drama seu”*. O diagnóstico chegou e para a surpresa de ambos, Bruno havia quebrado o braço de Giuliana em mais de um lugar. *“Calcificou em cima de um*

tendão e eu quase perdi o movimento de pinça de uma das mãos”. Na saída do hospital, Bruno disse: “Você sabe que eu não me importo né?”.

“Eu não conseguia desabafar com ninguém, pois achava que eu que provocava essas atitudes, e que minhas amigas só iriam me criticar”. Claramente, dentro do relacionamento, Giuliana vivia com uma carga de culpa por tudo que não dava certo: “A gente não discutia muito. Foram poucas as vezes e ele fazia parecer que não eram discussões, que ele estava falando ‘de boa’ pra que não virasse um problema. Mas sempre eu era a errada, mesmo quando a atitude era igual dos dois”. Os direitos não eram os mesmos. Bruno podia sair com os amigos, mas era melhor se Giuliana não quisesse fazê-lo. Giuliana ainda conta que quando o casal tentava ter relações sexuais no começo, o garoto por vezes broxou e em todas elas, culpava Giuliana. Dizia que por ser virgem, a garota não sabia das coisas e por isso eles não transavam: “Isso destruiu minha autoestima de um jeito que não sei nem mensurar...”.

Giuliana então decidiu terminar. Viu que aquilo que ela chamava de relacionamento não a fazia bem e não era saudável. Mas não conseguiu de fato. Bruno disse que ia mudar e realmente mudou, por um dia. Logo após essa reconciliação, o casal teve sua primeira vez. Uma semana se passou e Bruno ignorava Giuliana. Eles haviam combinado de ser ver no outro dia, mas Bruno não apareceu e só foi avisar horas depois; além de não responder às mensagens da namorada durante essa semana. Giuliana então decidiu sair com uma amiga.

Era uma sexta-feira à noite quando na fila da sua balada favorita avistou Bruno, aos beijos, com sua melhor amiga. “Quando ele me viu ele tentou vir conversar, daí eu só falei que não ia conversar com ele”. O desfecho mais comum para esse episódio seria Bruno

pedir desculpas, ao menos tentar explicar a situação, mas ele não o fez. Bruno lotou o celular de Giuliana com mensagens cheias de xingamentos e a culpando de se fazer de vítima: “A gente brigou, mas no final eu tava quase pedindo desculpa pra ele”. O casal terminou depois disso. Bruno não insistiu e não pediu desculpas à ex-namorada; ele apenas a alertou, dizendo que ela se arrependeria de terminar com ele: “No começo nós até tentamos ser amigos, mas não rolou.”.

“Eu percebi que era abusivo só depois que terminou. Contava mais ou menos as coisas que aconteciam, e mesmo assim, me falavam pra terminar porque não era bom.” Como Giuliana, muitas meninas não percebem o quão abusivo são as atitudes dos namorados enquanto estão com eles, por inúmeras razões. Seja por intimidade, por achar que é o jeito da pessoa, por não entender o quanto uma simples atitude abusiva pode levar a consequências drásticas em sua própria vida e, principalmente, pelo comportamento do rapaz diante de outras pessoas: “Mas quem conhecia ele o achava uma pessoa ótima porque ele é muito carismático”.

Na cabeça de muitas meninas, o comportamento abusivo do namorado é causado por algum comportamento dela, como se ela pudesse ativar atitudes grosseiras, como se fosse sua culpa. O pensamento é simples: se ele é tão simpático com outras pessoas e trata todo mundo tão bem, por que comigo é diferente? Só pode ser alguma coisa que eu faço... É aí que está o perigo. A partir do momento que o namorado reconhece essa vulnerabilidade e usa a culpa contra a vítima, ele entende que tem o direito de controlar o rumo do relacionamento.

“Só criei coragem pra terminar quando eu encontrei ele ficando com a menina (...). Depois descobri que eles tinham um caso”. Não é regra de todo relacionamento abusivo, mas em muitos,

como no caso de Giuliana, a traição é mais uma forma de violência contra a vítima. Traição nada mais é do que uma mentira, e se achar no direito de enganar alguém que você diz amar. É sim uma forma de abuso, além da questão de saúde envolvida nesse contexto. A partir do momento em que você confia no parceiro e pensa que está em um relacionamento de confiança, medidas como o uso da camisinha por muitas vezes são deixados de lado. O problema é quando o parceiro não tem uma vida sexual ativa somente com a namorada, podendo colocar os dois em risco de contrair doenças sexualmente transmissíveis. Não foi o caso de Giuliana, mas é a realidade de outras meninas que foram enganadas por seus namorados.

*“Demorei um tanto pra superar, e vira e mexe às vezes aparecem gatilhos que me dão recaídas. Hoje eu estou com um cara legal, que entende tudo que eu vivi, e me respeita. Minhas amigas me ajudaram...”* Giuliana já está envolvida com outra pessoa, mas mesmo assim diz encontrar muitas dificuldades com isso após seu caso com Bruno. *“Eu tive muitos problemas, tanto de autoestima quanto pra conseguir confiar em alguém de novo (...). O meu atual namorado, acho que ele sofre bastante com isso (...) ele sabia das coisas. (...) Mas eu vejo que muita coisa que eu cobro dele no relacionamento, eu não cobrava antes sabe? Eu sempre fui muito ‘sussa’ em relacionamento, eu não tinha ciúmes de nada, não cobrava nada. Só que o Bruno parece que ele abusou dessa minha bondade no relacionamento entende? (...) Eu achava que se eu fizesse qualquer coisa de legal pro Maurício\* (novo namorado) ele só ia estar se aproveitando de mim. Eu sei que não é dele mas...é que o Bruno fez eu duvidar de todo mundo entende?”*

Ao ser questionada sobre o que levava Bruno a agir daquela forma, Giuliana é sucinta e não reflete muito sobre o assun-

to, diz logo: “Acho que ele tinha essas atitudes por ser da índole dele mesmo. Existem pessoas boas e pessoas ruins”. Giuliana não tem mais contato com Bruno, disse ter visto ele na faculdade algumas vezes, mas sem interações. O relacionamento mexeu tanto com a menina que a fez largar a faculdade, inclusive. “Perdi todo o semestre da faculdade. Depois disso nunca mais consegui recuperar e esse ano (que seria meu último ano - 2017) larguei o curso”.

“É difícil dar conselhos na vida dos outros porque cada caso é um caso e a pessoa só vai conseguir sair e se livrar quando ela mesma perceber o que que acontece. Até lá todo mundo pode falar o que quiser, fazer o que quiser mas isso não muda muita coisa”. Na frase acima, Giuliana reafirma o que outras entrevistadas disseram. É muito difícil se ver na posição de vítima de um relacionamento abusivo e conseguir sair disso tendo consciência da gravidade da situação. Normalmente as vítimas levam até onde é possível, por estarem muitas vezes sem seus julgamentos plenos.

“Não vai ter nenhuma lição de moral ou superação (...) Mas tô feliz por ter conseguido falar tudo sem chorar uma única vez”.



# 7

## “RESSURGINDO DAS CINZAS”

**Maria Clara Lourenção. 20 anos.  
Estudante de Arquitetura**

Desde pequenas, as mulheres são criadas com a visão de que o amor é lindo. As histórias de amor são romantizadas. Que menina nunca ouviu as histórias famosas dos desenhos e dos filmes clássicos e nunca quis viver um amor que acabasse com o final “e viveram felizes para sempre”? Uma história onde acontecem vários obstáculos, mas no fim eles permanecem juntos, vivendo um amor duradouro?

Essa questão remete à romantização de relacionamentos abusivos. Muitas vezes, mulheres são vítimas de abuso, de agressões verbais e psicológicas, mas acreditam que isso é uma espécie de prova de amor. Passam a aceitar que o sofrimento faz parte de todo relacionamento. Que o amor verdadeiro é aquele que dói, machuca, mas que vale a pena. Porque depois, isso vai render uma boa história de amor. Quer prova de amor maior que essa, mesmo depois de tanto sofrimento, o amor prevalecer e as pessoas ficarem juntas mesmo assim?

As mulheres cada vez menos sabem como é serem amadas de verdade. Existe uma frase do filme “As vantagens de ser invisível”, 2012 que explicita bem isso: “Aceitamos o amor que achamos que merecemos”. As mulheres, historicamente, já são vis-

tas como menores e inferiores que o homem. Então, qualquer tipo de amor que lhes é oferecido, é aceito, sem questionamentos. E isso gera uma série de relacionamentos abusivos.

Maria Clara Lourenção sabe muito bem disso. Ela acreditou no amor até o fim. Mesmo com toda a dor que isso lhe causou, ela insistiu, lutou; tudo em nome de um grande amor. Porque sim, apesar de tudo, era amor. E Maria Clara queria que desse certo. E se submeteu a muitas coisas, colocando sua sanidade e sua liberdade em risco.

Maria Clara é uma jovem de 20 anos, do interior de São Paulo. Hoje, uma mulher forte, independente, mas que guarda em seu olhar toda a mágoa e tristeza que sentiu quando ainda era muito nova. Teve seu primeiro relacionamento com 15 anos. Foram dois anos de momentos felizes, mas também de momentos que arrasaram a sua vida, seu psicológico e sua autoestima. Dizem que o primeiro relacionamento a gente nunca esquece. O que Maria Clara mais queria na vida era poder esquecer, mas sabe que isso é impossível. As lembranças estarão sempre com ela.

Eles começaram a se aproximar, quando seu ex-namorado ficava com uma de suas amigas. Mas ele foi “trocado”. E dessa forma, Maria Clara começou a se aproximar e conversar com ele. Não queria vê-lo triste depois dessa decepção e a amizade foi crescendo, conversavam todos os dias. E depois de três meses, aconteceu o primeiro beijo. A partir disso, o que era amizade foi ficando mais sério, mesmo que ninguém tocasse no assunto namoro. Ele ia até à casa de Maria Clara todos os dias. Maria Clara não ficava com mais ninguém, e ele aparentemente também não. Só depois do término que Maria Clara descobriu que ele nunca deixou de ficar com outras pessoas. Foram quatro meses em que não se desgrudavam. As coisas foram ficando intensas e Maria

Clara se viu completamente envolvida.

*“Em outubro ele me deu uma aliança. Eu nunca gostei disso. Já tinha uma certa opinião formada que não era prova de fidelidade, mas só um anel. Falei isso na hora que ele me deu. Ele ficou triste, magoado. E eu cedi pra tentar fazer ele ficar feliz. Fiquei com o sentimento de culpa por ter machucado ele emocionalmente”.* Maria Clara sentiu culpa pela primeira vez. Sentiu culpa por dizer o que pensava. E ele apenas tinha sido romântico; para ele, a aliança era uma prova de amor. Ela aceitou, mesmo não querendo. Ferir os sentimentos dele era a última coisa que Maria Clara queria na vida. Mesmo que pra isso, ela tivesse que aceitar a fazer coisas que não concordava. O sinal de alerta já tinha sido ligado naquele momento. Pena que ela não viu a tempo.

*“Era meu primeiro namoro sério. Eu já tinha lido várias coisas sobre relacionamentos, mas era a primeira vez que eu sentia e vivia aquilo. Eu me deixei levar. E foi assim que eu comecei a ceder ao que a pessoa gostava, acreditava que era bom para satisfazer a ele. Eu colocava a felicidade dele acima da minha. E não percebia isso. Pra mim ele feliz, eu ficava feliz. Eu, sem querer, por inocência, romantizei muita coisa que aconteceu”.* A culpa não é sua, Maria Clara. As mulheres são educadas para isso. Idealizam os relacionamentos. Desde pequenas, são incentivadas a terem o primeiro “namoradinho” da escola. O “paquerinha” do colégio. Até eles se tornarem namorados de verdade. E já dentro desses relacionamentos, as mulheres não se dão conta que, na maioria das vezes, perdem sua identidade em função de ter um relacionamento feliz e de ser aceita a qualquer custo pelo seu parceiro. Deixando suas vontades de lado. Infelizmente, essa é uma realidade muito mais próxima de nós do que imaginamos. E é muito difícil de enxergar o quanto essa brincadeira que começa na infância pode se tornar

algo sério no futuro.

Dia após dia, Maria Clara perdia suas vontades e suas escolhas, feitas muito antes de seu ex-namorado aparecer na sua vida, em detrimento do que ele achava legal. Cada dia mais, Maria Clara se via sozinha. *“Ele não gostava dos meus amigos. Eu estudava em escola particular na época. Ele falava várias coisas sobre eles serem mimados, serem falsos. Fazendo minha cabeça. Quando começou eu ofereci certa resistência, queria que ele os conhecesse melhor mas ele sempre se recusava. E eu preferia ficar com ele do que sair sem ele. Fui me afastando dos meus amigos”*. Maria Clara tinha um melhor amigo. E ela se afastou dele completamente. Nas suas maiores brigas com seu ex, na maioria das vezes, o que ela mais queria era um abraço daquele que sempre esteve ao seu lado. E chorava por não poder tê-lo próximo nos seus momentos de crise, quando brigava com seu parceiro. Até porque, se ela o procurasse, iria causar mais confusão e ela não queria isso. Preferia sofrer calada.

Aos poucos, a mesma atitude foi se estendendo para a família de Maria Clara. *“Depois de um tempo ele começou a fazer a mesma coisa com a minha mãe. Mas eu sempre tive uma cabeça diferente da dela e nós duas temos personalidades fortes. Ela nunca impediu minha liberdade de escolha. Na adolescência tivemos várias brigas, mas era uma coisa natural entre mãe e adolescente. Mas por conta disso eu concordava com as coisas que ele falava sobre ela. Eu parei de conversar com a minha família também”*. Maria Clara morava com a sua mãe. Filha de pais separados desde quando era muito nova, Maria Clara dividia quarto com a sua mãe na casa da sua avó. Eram próximas, dormiam e acordavam juntas. Mas Maria Clara começou a ficar cada vez mais distante. Já não era mais a mesma. *“Eu deitava e acordava do lado dela, mas a gente não conversava. Ela me levava pra escola e me buscava, mas a gente não se*

*falava. Só o mínimo. Quando eu estava em casa ficava o tempo todo no quarto. Ela trabalhava então eu ficava sozinha. Não conversava com os meus avós que já eram aposentados e passavam o dia em casa também”. Algo estava dando muito errado.*

Maria Clara também sempre foi muito ativa. Adorava praticar esportes. Gostava de estudar. Praticava judô, jogava basquete. Adorava as aulas de educação física, eram suas preferidas inclusive, participava duas vezes por semana. Aquilo lhe enchia de vida, gostava de se sentir ativa. Mas depois dele, tudo mudou. *“Quando eu comecei a namorar eu parei com tudo. Nem a minha aula obrigatória de educação física eu fazia, ficava sentada na arquibancada ouvindo música. Só eu comigo mesma. Eu só tinha contato com outra pessoa quando era com ele, com a família dele, quando estava na casa dele. E ainda não muito, só o mínimo também. A maior parte do tempo a gente ficava dentro do quarto.”* Ela e ele. O tempo inteiro. Na maioria das vezes dentro do quarto dele. Jogando, transando, dormindo. Até fazer as refeições eles preferiam fazer sozinhos, os dois, no quarto. Uma verdadeira prisão domiciliar. Maria Clara era muito nova para entender o quanto aquilo não era sadio.

Naquele momento de sua vida, Maria Clara tinha apenas uma amizade. Ela era da sua sala, e por sinal, era amiga de infância do seu ex-namorado. Ela era sua única confidente. Além dele, era a única para quem Maria Clara contava tudo, inclusive coisas sobre ele que ela não contava para mais ninguém. *“Nós duas éramos bem novas. E ela como eu também romantizava. A gente criou uma confiança muito forte. Quando a barra ficou mais pesada quase no final foi pra ela que eu liguei desesperada. Era a única pessoa que eu tinha. Aliás, ela é uma das poucas amizades que eu mantenho da minha cidade.”* Hoje, Maria Clara estuda fora da sua cidade. Mantêm

pouco contato com as pessoas de Birigui. Ela não gosta de voltar para casa, por conta de tudo que aconteceu e todas as lembranças que essa cidade lhe remete. E sua família sente isso até hoje, mas já aprenderam a lidar. *“Minha família até sofreu um pouco no começo com isso, porque eles não entendiam. Até hoje eles não sabem de muita coisa que aconteceu entre mim e o meu ex. Eles não sabem de quase nada na verdade, só o que eles viam por fora. Eles entendiam que eu não queria ver eles. Com o tempo que eu fui me recuperando e foi melhorando”*.

Já que sua vida durante o namoro girava em torno de seu ex-namorado, Maria Clara passou a andar com os amigos dele. Para ela, aquilo era o modelo certo de namoro. Ela não tinha referência nenhuma com relacionamentos antes dele, mas estar junto do seu parceiro todo o tempo era uma atitude esperada de uma namorada, não é mesmo? Estar com ele em todos os momentos possíveis. E Maria Clara seguia à risca tudo aquilo que ela imaginava serem sinais de um relacionamento saudável. Mas as coisas foram mudando aos poucos. O que era ruim foi se tornando cada vez pior.

*“Ele entrou numa banda de uns caras que ele não conhecia também. Eu me lembro do primeiro dia que ele foi se encontrar com eles. Eu não achei problema, ele não quis que eu fosse. Fiquei estudando pra prova em casa. A gente tinha combinado de se ver depois do ensaio. Era umas 22h, chegou uma mensagem dele falando que não ia dar. Eu falei que tudo bem, apesar de ficar um pouco chateada. Eu já estava um pouco dependente. Nessa época eu acho que era apego mesmo. Todo dia a gente se via e do nada, naquele dia, eu não ia ver mais. Eu acho que foi um marco. Ele meio que deu uma premonição de como ia ser daí pra frente”*. Antes desse episódio, o namoro era só paz e tranquilidade. Eram somente os dois, nada podia atra-

palhar. Eles se viam todos os dias, passavam os finais de semana inteiros juntos. E ele sempre a lembrava do quanto ela era maravilhosa. Ele lhe dava atenção a todo momento. Ele sempre lhe dizia como ela cantava bem, como ela desenhava bem, o quanto ela era inteligente. Tinham os mesmos gostos, os dois gostavam de rock. Identificavam-se um com o outro. Detalhes que marcam Maria Clara até hoje. No dia que Maria Clara não o teve do seu lado, foi um momento marcante. Se aquilo acabasse em algum momento, como ela poderia ficar um dia da sua vida sem ele?

*“Depois que ele começou a andar com os meninos da banda, todo mundo lá era melhor que qualquer um. Ele não falava, mas eu tinha a impressão de que eram melhores do que eu também. A gente só saía pra ir na casa de um deles, que era onde todo mundo se juntava. Eu só podia ficar até às 22h por causa da minha mãe”. Sua mãe nunca foi de regular suas saídas, mas depois que Maria Clara começou a namorar, ela começou a “ficar mais chata”, segundo a jovem. Sexto sentido de mãe nunca falha.*

Um dia, Maria Clara foi num churrasco da sua sala. Primeira vez desde que começou a namorar que saiu sozinha. Foi com sua amiga e um amigo de seu ex-namorado. Seu ex disse que tinha um churrasco do tiro de guerra. Ou pelo menos disse que tinha. Sua dissimulação era tanta que não dá para saber hoje o que era verdade e o que era mentira. *“Ele me ligou no meio do churrasco e ficou falando um monte. Falou até eu começar a chorar. Chorar muito. E aí o nosso amigo em comum ficou com dó de mim, eu acho. Ele me contou que meu ex estava cheirando cocaína com a galera da banda. Quando ele ia me levar pra casa e voltava depois dos ensaios, eles começavam. Eles me escondiam várias coisas. Comigo eles eram legais, mas na verdade eles não eram eles mesmos comigo. Pelo menos não me mostravam tudo o que eram. E nessa época ele*

começou a ficar mais agressivo. As brigas eram muito mais frequentes. A gente brigava por tudo”.

As brigas começaram a ficar mais sérias e piorar cada dia mais. O ciúme começou a fazer parte da rotina do casal. Ele cobrava de um lado, Maria Clara cobrava de outro. Ela tinha ciúme de outras meninas; ele, não queria que ela tivesse amigos e contato com mais ninguém. *“Ele tinha mais liberdade que eu. Meio óbvio, ele estava dominando a relação, mas eu não via isso”*. Trocaram senhas de redes sociais. Começaram a controlar um ao outro. Vasculhavam curtidas, conversas, comentários, pessoas adicionadas. Os dois ficaram paranoicos. *“Teve um dia que ele começou a excluir pessoas do meu Facebook. Até hoje não consegui recuperar todos os contatos de amigos do Peru, do intercâmbio que fiz um ano antes do namoro. Eu cheguei a conversar com outra pessoa que estava dando em cima dele, me passando por ele”*. O respeito acabou ali. Os dois não tinham mais privacidade. Maria Clara se sentia ameaçada, tinha medo de perder o que tinha com ele. E ele queria controlar sua vida, quer dizer, queria que ela não tivesse mais vida própria. E Maria Clara foi entrando no jogo dele. Até porque, ciúme para ela era uma prova de amor.

Seu ex não tinha vida própria. Na época em que namoravam, ele fazia tiro de guerra, obrigatório para os meninos. Mas ele não tinha nenhuma responsabilidade. Não tinha um propósito de vida. Sua vida era sua banda e sua namorada. A única responsabilidade que ele tinha, ele não cumpria. E Maria Clara se preocupava com ele. *“Ele nunca acordava pra ir ao TG. Eu ia pra escola e ficava ligando até a hora do intervalo, que era umas 9h30, pra tentar acordar ele. Mas ele nunca atendia. Ele foi desligado por dois anos porque não ia pro tiro de guerra”*. Ele foi trabalhar, um dia, numa festa da escola para arrecadar dinheiro. E ela foi só para ver ele. Mas na frente dos

outros, ele nem deu moral para Maria Clara. Desfez dela na frente das outras pessoas. Queria mostrar para todo mundo que não precisava dela. Mas no fundo, era só um cara inseguro e solitário, e Maria Clara era a única que estava ao seu lado, disposta a fazer tudo para vê-lo bem.

Fazia tudo para vê-lo bem. Mas não se cuidava mais. Esqueceu de cuidar de si mesma. *“Eu estava bem mais magra, pesava uns 49 quilos. Não tinha fome, comecei a ter refluxo. Minha autoestima essa época tava lá embaixo. As meninas na escola começaram a fazer academia. Eu via todo mundo bonito, o corpo definido e eu quase puro osso”*. Seu corpo estava revelando o seu estado de espírito. Ela já não tinha vontade de fazer algo por si mesma, todos os seus esforços eram voltados para seu ex-namorado. E ela se sentia mal. Sentia-se ameaçada pelas outras garotas. *“Qualquer mina que se aproximava dele pra mim era um risco de perder a única pessoa que eu tinha. Meu mundo era ele, eu não enxergava outra forma de levar a vida”*.

Maria Clara estava visivelmente mal. Por dentro e por fora. Até estudar ela não queria mais. Começou a matar aulas, coisa que ela nunca faria normalmente. Fazia o mínimo para poder passar nas matérias e sua mãe não estranhar muito. Matava aula para ficar na casa dele, sozinha, esperando ele voltar do trabalho. Ou então, ia à loja da sua cunhada ficar conversando até dar a hora dele sair do trabalho. *“Eu nunca mataria aquelas aulas se eu existisse. Porque naquele momento, eu vejo que eu não existia mais. Só ele”*.

A madrasta de Maria Clara foi uma das primeiras pessoas próximas dela que começou a perceber que as coisas não estavam bem. Aquilo não era um relacionamento bom. Uma das poucas pessoas que ele gostava da família de Maria Clara era sua cunhada. *“Uma das primeiras vezes que levei ele na casa do meu pai,*

*minha madrasta sacou que estava acontecendo alguma coisa estranha. A gente ficou no sofá travados, sem fazer carinho um no outro. Ele falou muito pouco. Ele sempre fazia isso quando conhecia alguém novo. Mas logo a simpatia e a simplicidade da minha madrasta e da minha cunhada quebrou o gelo e ele começou a conversa. Mas minha madrasta sacou. Teve uma hora que ele ficou bravo, sabe lá Deus o porquê”. Seu ex-namorado sempre tinha esses momentos. Sem motivo algum aparente, ele ficava bravo, arredio, e Maria Clara ficava sem entender a causa disso. Querendo ajudar, mas não sabia como. Talvez seja fruto de alguns traumas que ele teve na infância e adolescência. Maria Clara já havia sugerido várias vezes que ele procurasse um psicólogo. “Então, ele ficou bravo uma hora. A gente estava na área, ele sentado na cadeira. Eu estava no chão do lado dele. Fui tentar fazer carinho pra acalmar ele. Ele pegou firme minha mão, de repente, e tirou ela, de um jeito brusco. Minha madrasta viu aquilo e guardou pra ela. Quando tava só nós duas outro dia ela falou: ‘Você percebeu o que ele fez com você quando tentou acalmar ele com carinho? Esse menino é violento. Não gostei disso”.*

Mas, para Maria Clara, não tinha mais como voltar atrás. Passou a se acostumar com o jeito dele. Ela o amava, tinha que aceitá-lo do jeito que ele era. Mesmo que aquilo lhe machucasse muito. Depois de um tempo, parou de contar as coisas para a sua madrasta. Ela, que era uma das suas melhores amigas desde os 12 anos. Tinham uma relação muito boa desde que se conheceram. E conforme as coisas foram piorando, seu ex começou a enfrentar problemas com seu vício, descontando tudo em Maria Clara. “Na época, eu comecei a não aguentar mais. Algumas coisas eu comecei a contar pra minha cunhada. A gente criou uma confiança muito forte também, por conta das tardes que eu ia na loja. Meu ex já não conversava tanto comigo. Até que teve um dia, o meu primeiro surto”.

Eles estavam na casa de um amigo dele, da sua banda, conversando tranquilamente. Na época, seu ex-namorado estava desempregado. Foi mandado embora de dois empregos porque não trabalhava direito. Ele só procurava emprego quando o dinheiro faltava. Enquanto isso, ele usufruía do seguro desemprego que recebia. Mas, foi só sair da casa do amigo dele, que ele mudou completamente. Parecia outra pessoa. Mas Maria Clara não aguentava mais essa situação, e toda a pressão psicológica que veio sofrendo durante todo o relacionamento, fez com que ela perdesse o controle de si mesma. *“Ele só andava e eu tentando puxar conversa. Ele não respondia, nem olhava pra mim. Chegou uma hora que eu falei: ‘Mas você é meu namorado, como que não tem nada pra falar pra mim?’ A gente andou uns três quartos assim. Eu tive um surto de raiva. Eu não tive controle de mim, ele continuou me ignorando e eu soquei a cabeça dele num muro”*.

Na hora, Maria Clara sentiu vergonha. Como ela podia ter feito isso com a pessoa que mais amava? Como ela poderia ter perdido o controle daquela maneira? Ela realmente estava ficando louca e a culpa era totalmente sua, sentiu-se perdida e começou a chorar desesperadamente. *“Eu me desesperei, eu não conseguia imaginar como ficar sem ele se ele terminasse comigo. Eu nem pensava se ele ia me bater de volta ou não. Na verdade, quando eu percebi que ele não ia fazer isso, na minha cabeça era uma prova de que ele me amava. Eu estava completamente desnordeada psicologicamente”*. Quando chegaram à casa dele, ele entrou no banheiro. Ligou o chuveiro. E ficou quase duas horas lá embaixo. Socando a parede e deixando a água cair. E Maria Clara não sentiu medo dele, o seu medo era perdê-lo. Implorou pelo seu perdão. *“Falei que ele era a única pessoa que entendia a minha loucura e que ninguém mais no mundo era assim. Até que ele saiu do banheiro, transamos, dormimos.*

*E tudo continuou”.*

Maria Clara até esqueceu-se da gravidade da sua ação; em outros tempos, ela nunca teria tido uma atitude daquelas. Mas ela teve o perdão, tudo iria continuar. Para ela, ele continuar com ela depois disso, era a maior prova de amor que podia receber. Não tinha a noção de que ele, com todo o seu controle, os seus surtos de humor e seu ciúme estavam causando um grande dano ao seu psicológico.

Até o sexo já estava se tornando algo forçado. Ele não se importava se ela queria ou não. Se ela gostava ou não. Ele queria, e ela não se negava. Porque ele tinha vontade e isso já era o suficiente para que acontecesse, quando ele bem entendesse. Não era algo mais natural, se tornou algo mecânico. Mas ela era sua namorada, tinha que satisfazê-lo, ela não sabia dizer não.

E o segundo surto aconteceu. Foi na festa da sua sala. Maria Clara estava arrecadando dinheiro para formatura, ela estava no terceiro ano. Ela estava trabalhando; assim que acabou seu turno, a primeira coisa que fez foi procurá-lo. E ela viu o que não queria. Uma coisa boba, mas que fez com que sua autoestima fosse lá embaixo e o seu medo de perdê-lo falasse mais alto. *“Ele estava conversando com uma menina, que não era mais amiga, porque eu descobri que ela dava em cima dele quando a gente já tava sério. Ela foi a primeira com quem cortei relações. Eu fiquei possessa. Eu fui até ele e a gente começou a brigar. Eu surtei”.* Nessa época, Maria Clara não fazia a menor ideia do que era ter sororidade. Ou de ter a noção de que as mulheres não estão numa competição. Ela, que já estava quebrada por dentro viu aquilo como uma ameaça. Ela, que achava que todas eram melhores, afinal, ela já não se sentia bem consigo mesma há muito tempo. Mais uma vez seu corpo reagiu. Ele tentou acalmá-la. Ela tremia de raiva. *“Eu comecei a me arranhar.*

*Ali, pra quem quisesse ver. Ele me tirou de lá. A gente ficou na rua. Ele tentou me acalmar. Eu comecei a ficar mais calma longe de todo mundo. A gente foi pra casa dele, transamos, dormimos, e tudo continuou”. Mais uma vez as coisas eram resolvidas na cama. Era a forma que ele encontrou para controlá-la.*

Maria não tinha noção de que, se fosse ao contrário, poderia ser muito pior. Se fosse ela conversando com outro. Mas ela nunca faria isso, ela nunca daria motivos para magoá-lo. Tentava evitar brigas ao máximo. Não enxergava que ele não tinha o mesmo cuidado. Sua autoestima estava tão quebrada, que sua vontade era de sumir para um lugar só com ele, para que vivessem apenas os dois, e ninguém pudesse atrapalhar o seu amor.

*“Um dia ele estava tomando banho, e eu estava jogando no celular dele. Chegou uma mensagem do nosso amigo da chácara perguntando de outra menina que meu ex estava conversando. Eu fui brigar. Comecei a bater na porta do banheiro até ele abrir. Quando eu comecei a falar ele fechou a porta e ficou um bom tempo lá ainda. Não me deixava entrar. Quando ele saiu, ele me pegou pelo pescoço, olhando no meu olho; eu também não desviei. Ele reclamou que o pai dele ia ouvir minha gritaria. Eu falei que o problema era dele, ele estava errado e eu estava pouco me fudendo se o pai dele ia saber ou não”. Maria Clara não apanhou. Mas foi agredida pelo olhar dele. E sentiu seu ex a olhando de uma maneira diferente. Que ela nunca havia visto. Ela o enfrentou, mas sentiu medo daquele olhar. E do que aquilo poderia lhe causar. “A raiva e ódio que ele tinha no dia que ele me pegou pelo pescoço; foi só isso que eu via no olho dele. Raiva e ódio”.*

Um dia, Maria Clara passou mal enquanto estavam transando. Sentiu um mal-estar. *“Ele não estava mais ligando pra mim, como eu já falei. A sensação de dor e de prazer eram simultâneas. Tudo era muito forte. Minha pressão caiu, eu fiquei desmaiada por alguns*

momentos”. Ela acordou pelada e no chão. Ele nem sequer lhe ajudou. Continuou a olhar para ela sem expressão nenhuma; estava decepcionado por não ter recebido o que queria. *“Eu fiquei muito chateada por ele não ter cuidado de mim, nem pra me colocar em outro lugar”*. Guardou aquilo só para ela. Mas quando ela lembra, ainda dói como se fosse hoje.

Uma série de coisas acontecendo seguidas uma da outra. Maria Clara já não tinha mais vida. Olhava-se no espelho e não se reconhecia mais. Olhava para dentro de si mesma, e se sentia vazia. Presa dentro de algo que ela não conseguia sair, e nem queria. Estavam vivendo um drama; sua mãe queria que ela fosse fazer cursinho em São Paulo e morar com a sua tia. Tudo ia ficar mais difícil entre eles. E ela não conseguia aceitar isso. Toda a tensão que estavam vivendo era refletida nas brigas e nos surtos contínuos dos dois. E o pesadelo cada dia ficava pior. *“A gente estava no quarto dele. E eu surtei, provavelmente por causa de ciúme também. Eu não lembro de nada. Mas depois do surto eu sempre ficava muito fraca, eu acabei apagando. E quando eu acordei, estava dormindo deitada do lado dele. Ele estava todo arranhado, machucado. Ele disse que tinha sido eu. Liguei para nossa amiga em comum, eu precisava de ajuda. Eu estava completamente fora de mim. Eu só conseguia chorar no celular. Ela não estava entendendo nada. Quando ela chegou, estava o namorado e nosso amigo. Ninguém ligou pra mim, só ela. Eu estava chorando ainda, em crise e só ela falava comigo. Os outros três estavam conversando na cozinha, normal. Nada estava acontecendo pra eles”*.

Na época, ela contava o que acontecia para sua cunhada. E ela a aconselhava a sair daquilo, se afastar. Questionava se ela não pensava em terminar. Mas Maria Clara queria ajudá-lo. Curá-lo de todos os seus traumas, já que ele havia perdido a mãe adotiva muito recentemente. O seu amor podia sarar todas as suas feri-

das, ela acreditava. Mas o tiro saiu pela culatra. *“Eu queria que ele se sentisse amado, que ele conhecesse coisas boas. Mas no fim, foi ele que me arrastou para o mundo dele, fui eu que conheci as coisas ruins”*. Ele não tinha perspectivas. Não arranjava trabalho, não se fixava a nada, só se afundava numa escuridão sem fim e queria levar Maria Clara com ele.

E Maria Clara foi pra São Paulo. Não foi fácil deixá-lo naquela situação. Para ele, chegou a ser a pior. Como ela podia deixá-lo ali, sozinho? E abandoná-lo daquela maneira? *“Ele me ligava todo dia. Às vezes eu deixava carregando meu celular e começava a estudar, então demorava um pouco pra responder. Quando eu ia dar uma olhada, tinha 200 mensagens e 30 ligações perdidas. Sem exagero. Meu celular chegava a travar”*. E quando ela atendia, era só chantagem emocional. Ela era obrigada a escutar coisas que não merecia. Ele falava até fazê-la chorar. Até ela se sentir culpada por estar indo atrás do seu futuro. Ela tentava disfarçar pra que ninguém na casa da sua tia escutasse, mas não tinha jeito. Todo mundo escutava. A situação estava insustentável.

*“Meu tio foi a primeira pessoa que eu consegui ouvir. Ele me disse que namoro é uma coisa que tem que te fazer feliz. Ele foi muito sutil e acho que é por isso que eu o ouvi.”* Maria Clara nunca gostou de gente mandando em sua vida, olha que contradição! E naquela situação, com a sua cabeça completamente controlada, qualquer um que quisesse impor que ela devia se afastar dele, ia fazer com que surtisse o efeito contrário.

No feriado ela voltou para casa. Estava decidida a terminar com tudo. Ficaram conversando no quarto do amigo deles. Ele tentou convencê-la a transar com ele. *“Ele não me deixou sair do quarto. Eu não tive opção, eu só ia sair se transasse com ele. Transamos. Mesmo assim ele não queria me deixar sair”*. Maria Clara só conse-

guiu sair porque estava de carona com a mãe de sua amiga. “Ele me deixou sair por causa da minha amiga. E ela nem sonha com isso. O que ia ter acontecido se ela não tivesse ido berrar com ele na porta?” Ainda bem que você não precisou vivenciar a resposta dessa pergunta, Maria Clara.

Terminaram. Não foi nada fácil. Ele continuou indo atrás dela muitas vezes. Maria Clara teve que mudar de número duas vezes. Teve que bloqueá-lo de todas as suas redes sociais e permanece assim até hoje. Assim como seus amigos e familiares. Maria Clara foi forte. No momento em que conseguiu ficar longe dele, percebeu o tanto de vida que estava perdendo ao lado dele. O mundo de oportunidades que estavam ao seu redor. Passou numa faculdade pública. Estava tendo sua existência de volta. “Depois de tudo isso, eu não queria que minha vida se provasse por causa de uma pessoa. Eu nunca mais vou deixar que isso se repita. Eu impunha minha posição. Era um sinal que eu tinha voltado pra mim mesma. Tinha minha existência de volta. Ele não tentava chegar perto quando tinha pessoas”.

Não foi fácil. Quando Maria Clara se mudou para São Paulo, se sentiu completamente sozinha. Nos primeiros seis meses, não fez nenhuma amizade no cursinho. Estava completamente sozinha em uma cidade grande. Só tinha seus tios e primos. Não confiava em mais ninguém. Depois que conseguiu terminar, Maria Clara foi se abrindo mais para as outras pessoas. Para a vida. Para a luz que estava aqui o tempo todo, mas ela não conseguia enxergar. Porque alguém estava tapando seus olhos.

Quando mudou de cidade para fazer faculdade, essa história ainda lhe atormentava muito. Maria Clara havia descoberto que seu ex-namorado havia sido preso. Sua mãe a obrigou a fazer todos os exames possíveis de DST. “Eu descobri que tenho sífilis. Eu

só tinha transado com ele.” Aquilo mexeu com a sua cabeça, mais uma vez. Além de todo o amor mal recebido, toda a violência psicológica e verbal, todos os distúrbios psicológicos desenvolvidos devido a seu relacionamento, ainda lhe restou uma doença sexualmente transmissível.

Mas hoje Maria Clara ressurgiu das cinzas. Fez um amigo durante a faculdade que lhe ajudou a abrir os olhos. Percebeu que ainda tem uma vida pela frente. “Ele conseguiu me mostrar que essa parte da minha vida já tinha passado. Eu entrei com 18 anos na faculdade. Eu tenho uma vida ainda”. Ainda não conseguiu procurar uma ajuda psicológica, mas desabafa: “Quando sentir que quero ir vou tentar”.

Aprendeu às duras penas que, infelizmente, nem todo romance vai vir acompanhado de um príncipe no cavalo branco. Sentiu isso na pele. Nem todo amor vale à pena. Mas a gente vale. Acima de tudo e de todos. Aceitar menos do que merecemos é muito pouco. Merecemos muito mais. Porque somos mais. Somos mais do que qualquer pessoa que venha querer tirar nosso sorriso, nossa liberdade, nossas vontades. O amor só é bom quando temos a liberdade de ser aquilo que somos verdadeiramente, sem ninguém para nos limitar. E não alguém que nos leve para o fundo do poço e nos deixe lá, no frio e no escuro. Amor pode rimar com dor, mas só na poesia. Na vida real, elas podem e devem caminhar por lados opostos. E que você, Maria Clara, seja exemplo de fortaleza e superação para muitas pessoas. Como diria Frida Kahlo: “O que não me mata, me alimenta”





# 8

## “CULPADA POR APANHAR”

**Julia Teixeira\*. 25 anos.**  
**Estudante de Design**

Combinamos de conversar com Julia em uma quinta-feira à tarde na faculdade. Era por volta das 16 horas quando a encontramos e sentamos para conversar. Julia é confiante, daquelas que tem cabelo colorido e usa roupa descolada, passando a impressão de que não se importa muito com o julgamento dos outros. Durante uma conversa de duas horas, Julia deixa claro ser intensa, gostar de se entregar e fazer valer o que está sentindo. Infelizmente, suas experiências em relacionamentos trouxeram alguns traumas para sua vida, dos quais ela conversa de forma madura com a gente.

*“Tirando o Nicolas, a maioria dos meus outros relacionamentos, eu consigo ver pontos positivos. Mas na minha lembrança, obviamente, predominam os abusos e as coisas que eu não deveria ter aceitado.”* Julia contou sobre três namoros que teve e também alguns meninos com os quais se relacionou que tiveram atitudes abusivas com ela. O segundo namoro de Julia começou quando ela já estava na faculdade. Nicolas também estudava Design e era do mesmo círculo de amigos da garota.

Ela conta que o menino sempre foi ciumento, mas que a

partir do momento em que começaram a ter mais intimidade no relacionamento, ele começou a se mostrar grosseiro, controlador e abusivo e passando a censurar até as roupas da namorada: *“Eu tive que mudar meu guarda-roupa inteiro, porque eu não tinha muita escolha sabe, eu já estava namorando aquela pessoa, eu já gostava muito daquela pessoa. E ele fazia de um jeito que parecia que se eu não mudasse a roupa que eu estava usando, era porque eu não respeitava ele ou eu não gostava dele o suficiente”*. Julia ainda afirma que a censura do rapaz não acontecia de forma direta, mas vinha em forma de culpa. Ele se colocava no lugar de vítima para deixar Julia se sentindo mal em relação às roupas que ela usava: *“Aquele jogo psicológico em que ele fala ‘Mas é só uma saia, o que custa você colocar uma saia um pouco mais comprida?’. Ou então tipo, quando encontrávamos com a irmã dele, a irmã dele sempre usava umas roupas floridas fofas, aí depois que a gente saía de perto da irmã dele ele sempre soltava uns comentários do tipo: ‘Tá vendo? Por que você não usa umas roupas fofas iguais as da minha irmã?’; ‘Você ia ficar tão fofa, ia ser tão mais fácil pra mim.’ E aí você fica meio tipo: ‘E agora? Será que eu sou uma péssima namorada por usar uma roupa que não é fofa sabe? O que que custa fazer isso pra agradar meu namorado?’”*.

Além de querer controlar seu vestuário, Nicolas tinha crises de ciúmes desnecessárias, imaginando que Julia estaria flertando com amigos e conhecidos dele. Durante seu ano de veterana na faculdade, a menina fez parte de uma comissão para receber os calouros na cidade. Após o trote, era de comum acordo perguntar para os novos alunos do curso de Design se eles tinham local pra tomar banho e se secar, Julia sempre oferecia sua casa. Até oferecer para um garoto e Nicolas começar a brigar com ela na frente de todos e deixar entendido que Julia estava “dando condições” para o calouro. A história dos dois “oficialmente” não

durou muito. Quatro meses de namoro depois, a garota decidiu terminar por não aguentar mais a pressão psicológica e as crises do rapaz.

Era de se esperar que a situação melhorasse, mas não foi bem assim que aconteceu. *“Depois que a gente terminou, ficou pior ainda. Dele se machucar em festa pra tipo, chamar minha atenção (...) ele fez coisas absurdas de ficar bêbado, sair correndo e se ralar inteiro, chegar na festa sangrando e chorando e falando que a culpa era minha. Pra tipo todo mundo ficar me olhando com uma cara de tipo: ‘Você não vai fazer nada? O menino tá sangrando’. E aí eu ficava tipo: ‘Eu não quero ajudar, mas eu sou obrigada’”.*

Julia conta ainda incrédula que Nicolas chegou a ir até sua cidade natal chorar para a então ex-sogra, sobre o fim do relacionamento e que nesse episódio pediu um tempo ao rapaz, mas não cortou totalmente o vínculo com ele. E então começa o drama de Julia. No contexto em que estavam, Nicolas costumava procurá-la com frequência, indo até sua casa para tentar reatar o namoro: *“A minha história com o Nicolas se agravou muito por causa do aborto que a gente fez, né? Tipo, depois de solteira, nesse vai e vem, um dia ele foi muito bêbado em casa, e ficou falando que me amava e ‘blá blá blá’... a gente transou, com camisinha, eu suspeito que ele devia estar bêbado e talvez a camisinha saiu, ele estava bêbado e continuou, não sei o que aconteceu. Porque raramente a gente estava transando naquela época, eu não aguentava mais ele. Engravidei. E aí ‘fudeu’ né? Como eu ia ter um filho de um cara desses, que loucura, coitado do meu filho. Falei: ‘Nossa, sem condições de ter um filho de um cara desses, vou ter que abortar’”.* A saga de Julia foi dolorida e muito intensa.

Ambos decidiram pelo aborto, mas por não ser legalizado no Brasil, não é um procedimento fácil de acontecer. *“A gente*

*ficou muito próximo, porque ele era a única pessoa que sabia que eu estava grávida, então era a única pessoa que eu podia confiar.”* Depois do aborto, Julia entrou em depressão e conta como só de olhar para Nicolas, passava mal, chegando a desmaiar algumas vezes.

Os dois ficaram sem se falar por algum tempo, o que irritou Nicolas, que não entendia o porquê dela ter parado de falar com ele. Algum tempo depois, Julia o procurou para pedir ajuda. Ela queria contar para a família e amigos sobre o aborto: *“Eu precisava de apoio, precisava de alguém junto comigo, como que eu ia contar pra minha mãe que eu tinha feito um aborto sabe? Era uma coisa muito grave pra uma família católica.”* Ao perceber a vulnerabilidade de Julia na época, Nicolas manteve um relacionamento com ela, ao mesmo tempo em que namorava outra menina. Ele visitava Julia três vezes na semana, mas tentava esconder o relacionamento dos dois para que ninguém descobrisse. A garota descobriu o namoro com a outra menina, mas mesmo assim ficou com ele algumas vezes depois, por acreditar em suas palavras: *“Ele falava que ia terminar, e não terminou. Depois do Nicolas, foi muito difícil pra mim conversar com outra pessoa”.*

Ao ser questionada sobre o que dá direito aos homens de serem abusivos, Julia deixa claro sua opinião de que a culpa é do pensamento da sociedade e relembra um episódio no qual o primeiro namorado brigou com ela por tê-la encontrado na casa de um amigo: *“Meu primeiro namorado quando ele me encontrou na casa do meu amigo, e brigou comigo, e me bateu no caminho. No dia seguinte ele foi em casa, e contou a versão dele da história pra minha mãe e eu fiquei três meses de castigo pelo que eu tinha feito. E eu não tinha feito absolutamente nada. Eu tinha ido na casa de um amigo, avisado minha mãe que eu ia na casa de um amigo. E quando meu*

*namorado contou a versão dele da história, minha mãe ficou muito brava, porque ela amava meu namorado, na cabeça dela eu tinha que casar com ele". Durante essa parte da entrevista era clara a indignação de Julia com esse fato do passado, mas ao mesmo tempo a maturidade dela ao entender que infelizmente esse é o pensamento sexista que a sociedade cultiva e que por essa razão, muitos relacionamentos são ainda pautados pelo patriarcalismo, pelo direito do homem de exercer poder sobre a mulher.*

Ainda sobre o primeiro relacionamento de sua vida, Julia conta que apesar de todo o mal que Carlos, seu primeiro namorado, fez a ela, sua família ainda torce por eles juntos por não verem o lado dela da história: *"Então, eu fiquei três meses de castigo por ter apanhado do meu namorado. Meu namorado decidiu o meu castigo. E quando acabou os três meses e meu namorado foi em casa conversar comigo, eu me senti obrigada a voltar com ele, porque minha mãe passou três meses falando de como eu era burra de perder um namorado daqueles."* A reflexão após um relato como esse é instantânea: será que a sociedade ainda não está preparada para as mulheres decidirem por vontade própria o que faz bem ou não para a vida delas?

Ainda sobre esse primeiro relacionamento, o qual Julia viveu quando tinha 14 anos, ela conta o que diria à sua versão daquela época: *"O importante é focar no presente e se respeitar no presente. Tipo, se isso tá te fazendo mal agora, se isso tá te incomodando agora, é agora que você tem que se preocupar, você não vai poder esperar o cara melhorar, ou o cara perceber que você gosta dele, ou o cara perceber que você é a mulher da vida dele, ou o cara querer casar com você pro seu relacionamento melhorar"*. Muitos relacionamentos abusivos se firmam na esperança de tempos melhores. Mulheres que acreditam na mudança do parceiro e por amarem

demais ou dependerem emocionalmente do namorado, depositam seu futuro numa possível mudança de caráter e comportamento, colocando-se em situações de risco, principalmente para saúde mental.

*“Quando eu terminei esse primeiro namoro depois de quatro anos, eu entrei numa depressão profunda (...). Eu morava numa cidade pequena super conservadora, foi muito difícil (...) ainda tinha uns problemas dentro de casa que agravaram um pouco. E acabou numa tentativa de suicídio assim, eu fui parar no hospital, fiquei um tempão internada. E óbvio que não foi culpa assim do final do namoro, mas foi culpa da situação que eu me coloquei por causa do namoro sabe?”*

Baseada nessa reflexão, Julia conta que se tivesse tido mais conhecimento sobre o feminismo e que se tivesse tido o exemplo de um relacionamento igualitário em casa, as coisas poderiam ter sido diferentes em seus namoros: *“Não me foi dada a opção ‘Olha, você pode fazer isso mas você pode fazer isso’. Foi me dada a opção ‘Você tem que ser assim’. E isso é ruim né, porque sempre é dada a opção pra mulher de submissão e a opção do homem de virilidade, de poder”*.

Na entrevista com Julia, conversamos bastante também sobre a questão do sentimento para a sociedade, como ele tem pesos e medidas diferentes dependendo do gênero da pessoa e como isso pode influenciar nos relacionamentos heterossexuais: *“Eu acho que a gente assim, no geral, não aprende muito a lidar com relacionamentos né, principalmente homens. Eles não aprendem a conversar, não aprendem a expor os sentimentos, eles não aprendem nem a ouvir o que eles realmente tão sentindo”*. Por esses e outros motivos, que envolvem o modo de pensar, julgar e agir dentro de uma sociedade, que a possível chave da questão relacionamentos abusivos é a conscientização. Essa compreensão deve ser voltada

para ambos os gêneros e diferentes gerações, para que os mais velhos possam ensinar os mais novos e passar esse legado de consciência.

Para os homens deve ser ensinado não só o respeito às mulheres, mas saber dividir o espaço com o outro gênero de forma igual para igual. A diferença ainda existente na relação de trabalho entre homens e mulheres é uma realidade que influencia, inclusive nos relacionamentos afetivos heterossexuais. Para muitos homens, a mulher é ainda um ser inferior intelectualmente. Que respeito terá um parceiro para com sua parceira se esse for seu pensamento? Já para as mulheres o ensinamento é outro, é empoderamento. Falta ensinar para a mulher que ela não é obrigada a aceitar todo o tipo de abuso que vem do parceiro, falta a compreensão por parte das mulheres (fruto de falta de ensinamento) que ela não precisa se amarrar a qualquer homem por medo de ficar sozinha.

Depois de Nicolas, seu segundo namorado, e do episódio do aborto, Julia conta que foi uma saga conseguir se envolver com alguém novamente e que até hoje sente os traumas do passado. Principalmente pela decepção com o rapaz que seguiu Nicolas na cronologia de relacionamentos de Julia. *“O Lucas foi a pessoa que eu comecei a conversar depois do Nicolas (...). E assim, eu só comecei a ficar com o Lucas, porque ele é uma pessoa sem limites né, então tipo, ele fez tudo que precisava fazer pra gente ficar. Porque se dependesse de mim eu nunca teria ficado com ninguém naquela época”*.

Julia conta que o rapaz era carinhoso e atencioso no começo do relacionamento deles, mas que era muito difícil para garota se deixar envolver. Ela não conseguia conversar, não conseguia interagir e tinha crises de ansiedade por conta dele: *“Quando*

*ele ia embora eu tinha ataque de pânico. Eu tinha que ir pro quarto das meninas, ficar conversando até amanhecer, porque eu ficava muito ansiosa de ter um homem na minha cama (...) ‘Que que eu faço, tinha um homem na minha cama, e agora, se ele voltar, e se ele não voltar? Que que eu faço?’. Eu fiquei tipo louca, ‘noiada’” .*

Apesar da dificuldade, a menina não desistiu. Tentava se relacionar com Lucas até onde era confortável para ela. Os dois fizeram até uma viagem para a praia, na tentativa de se conhecerem mais e passar um tempo juntos: *“Foi a viagem mais estranha que eu já fiz na minha vida, porque eu não conseguia conversar, era um negócio que eu travei completamente”*. Julia conta que se sentiu mal por não ter contado sobre seu último relacionamento e o episódio do aborto para Lucas desde o começo. Ela deixa transparecer que poderia ter sido mais fácil se ele soubesse que ela estava fragilizada naquele momento.

No final do ano de 2016, Julia e Lucas foram a uma festa juntos. Na verdade era uma festa depois de uma festa. No ambiente universitário, é comum que depois de uma grande festa oferecida por uma república de estudantes em alguma casa de festas, haja um *“after”* só para os conhecidos dos moradores, sediada na própria república. Para o *“after”* de uma dessas festas, os dois foram acompanhados e o fim da noite não foi o que Julia esperava.

Quando já estavam na república, Julia conta que percebeu olhares suspeitos entre Lucas e outra menina, mas que na hora não ligou, por esse ser o jeito dele. Ao voltar de uma ida ao banheiro, Julia encontrou Lucas e a menina ‘dos olhares suspeitos’ se beijando. Ela conta que não sentiu raiva nem ciúmes, só não queria estar ali por não conhecer ninguém, além do próprio acompanhante inicial. Após alguns minutos sozinha, um amigo de

Lucas veio puxar assunto, para o alívio da menina. Mas ele não queria só a companhia da moça. Os dois acabaram se beijando também e foi nessa hora que a confusão começou.

De acordo com Julia, Lucas começou a gritar, disparando palavras inapropriadas para ela, chamando-a de vadia e vagabunda. *“De repente tudo que eu ouvia era que eu não tinha limites. Que eu não tinha respeito por nada. Que eu não merecia a atenção que ele me dava”*. A única pessoa que tentou ajudar foi a própria menina que estava beijando Lucas antes, entrando na discussão para acalmar o garoto. Julia conta que o menino dava murros na vidraça e gritava com ela, até simplesmente decidir ir embora da festa com seus amigos e deixar a menina sozinha e a pé, já que eles haviam ido no carro de Lucas.

Julia relata que o primeiro sentimento que a assolou foi culpa. Sentiu-se culpada por não ter conseguido retribuir a atenção que ele a dava no começo: *“Foi a primeira festa que eu consegui ir com ele e me comportar normal durante a festa. Tipo, quando eu comecei a me libertar, aconteceu tudo isso. Aí eu fiquei: ‘Caralho, a culpa é minha, porque se eu tivesse me libertado antes, se eu não tivesse conhecido o Lucas com todos os traumas que eu tinha, talvez a gente tivesse tido um relacionamento legal’”*. E foi esse sentimento que guiou Julia para fora da festa direto pra república onde Lucas morava, encontrando o menino com a outra menina no quarto: *“Fechei a porta com a delicadeza que abri. Minha intenção nunca foi fazer outra mulher passar vergonha junto comigo”*.

Depois desse episódio, Julia mandou uma mensagem para Lucas explicando seu último relacionamento e o porquê de não ter conseguido se abrir completamente com ele. A resposta foi grosseira e sem intenção, comenta Julia. Depois disso, os dois ficaram um bom tempo sem se falar. Meses depois tentaram se

aproximar, o que acabou não dando certo.

Depois de Lucas, a última tentativa de Julia foi Felipe\*, uma tentativa quase sem querer. Ambos eram amigos há muito tempo, o que facilitou o relacionamento dos dois, pois a menina se sentia bem sabendo que nenhum trauma do passado dela seria novo para Felipe. O que também teve seu lado negativo, por fazer o menino ceder demais, com medo de magoar Julia: *“A gente era muito amigo, tipo, eu e Felipe éramos muito amigos, a gente era amigo de antes de eu começar a ‘pegar’ o Lucas, a gente era amigo de quando eu namorava o Nicolas. Então o Felipe sabia do meu aborto antes de começar a ficar comigo, antes do primeiro beijo ele já sabia de toda a história da minha vida”*.

O romance dos dois foi breve, mas o único que Julia ainda não considera abusivo por parte do menino, justamente pela amizade dos dois e pelo carinho que tinham antes mesmo de ficarem a primeira vez. Ao ser questionada sobre a dificuldade em começar esse relacionamento por tudo que já havia passado, Julia conta que foi difícil, mas a dificuldade maior ficou para Felipe.

Antes de namorarem, Julia e Felipe haviam ficado poucas vezes, quando a menina viu Felipe beijando outra pessoa: *“Ele ‘pegou’ uma menina na minha frente. Eu surtei. Eu fui embora, falei: ‘Pra mim não dá, pra mim já deu isso aqui, não quero’. Aí ele percebeu que eu tinha ficado mal, foi na minha casa no dia seguinte. Aí eu falei: ‘Olha, eu sei que você não tem nada a ver com a minha vida. Eu não tô nem aí que você não tem nada a ver com a minha vida. Eu tô falando que pra mim não dá, eu não aguento, eu vou morrer, eu vou me matar, eu juro, se eu tiver outro relacionamento parecido com os outros relacionamentos que eu tive, eu vou morrer’”*. E a partir desse episódio, Felipe começou a ceder muito em função dos traumas e medos de Julia; até chegar um momento em que o menino foi sincero e

disse que a relação não estava saudável para ele: *“Assim, de todo jeito é ruim sabe, tanto quando uma pessoa cede muito, quando a outra pessoa tenta ser muito compreensiva. Relacionamento é uma coisa muito complicada, que você tem que ser muito compreensiva, se enxergar e enxergar o outro na mesma quantidade”*.

Julia deixa muito claro em seu discurso que acredita que além do machismo, outros fatores corroboram para um relacionamento abusivo: *“A paixão é uma coisa que traz à tona todos os traumas que você tem na sua vida. E se você entra dentro de um relacionamento muito apaixonado, você vai emergir todos esses traumas e com certeza vai virar um relacionamento abusivo, de uma parte ou de outra. O problema é que a parte que é abusada também tem os traumas que mantêm ela dentro desse relacionamento né?”*. Essa opinião de Julia também é defendida pela psicóloga Maria Ivone March Costa, especialista em terapia de casal, que também foi entrevistada para a produção desses relatos: *“Acho que é uma série de fatores aí, que se ligam. Por exemplo, vivências no seio da família de origem, ter tido vivências de abuso quando menor; tem a questão aí do machismo, do lugar da mulher e tem a questão da autoestima da pessoa”*.

Apesar de levar em conta os traumas e a personalidade da pessoa, Julia acredita que a sociedade tem um peso forte nesse tipo de relacionamento por não dar voz à mulher. Após o episódio da festa de república em que foi deixada sozinha e a pé por Lucas, Julia fez um *post* no *Facebook*, muito tempo depois, em que redigiu uma série de textos sobre os episódios abusivos em que tinha passado na vida e um deles continha o dia da festa e as atitudes de Lucas. Muitos acharam que a menina o fez para chamar atenção ou para se vingar do menino, mas Julia afirma que a intenção foi puramente alertar e conscientizar sobre esse tipo

de relacionamento. Um dos amigos de Lucas, inclusive, foi conversar com a menina após o *post* com uma boa intenção dizendo que era legal ouvir a versão dela da história. A garota afirma que já é um começo de mudança de pensamento, mas que mesmo o discurso dele estava errado: *“A minha versão da história não, eu contei o que aconteceu pra mim. Não interessa que pra você essa é a minha versão da história, foi o que aconteceu pra mim. Tipo, é real aquilo, você pode não ter enxergado aquilo, mas aconteceu. Não me interessa se você acredita que aconteceu ou não, aconteceu”*. Então, as pessoas já leem ou ouvem relatos femininos com a ideia de que a mulher está exagerando ou inventando alguma história, por ciúme ou vingança.

A última pergunta para Julia foi relacionada ao sentimento que ela tem hoje por todos esses caras que passaram pela vida dela. A resposta foi uma montanha russa de sentimentos, evidente para quem a ouvia. Pelo primeiro namorado, dono do castigo de três meses que Julia foi obrigada a cumprir quando tinha 14 anos, o sentimento é bom: *“Hoje em dia ele é um cara bem legal assim, a gente é amigo até hoje. E hoje em dia ele é um cara super cabeça. Várias vezes ele já me pediu desculpas, a gente já conversou sobre tudo isso”*. Apesar de afirmar que nunca o namoraria de novo por terem energias diferentes e almejem coisas distintas, Julia não tem sentimentos ruins por ele; ao contrário do que sente por Nicolas, o namorado do episódio do aborto. *“Do Nicolas eu tenho um ranço, um ranço muito grande. Eu tenho vontade de, sei lá, abrir meu peito quando eu penso nele. Se eu vejo um amigo meu conversando com o Nicolas eu tenho vontade de nunca mais conversar com meu amigo, porque parece que meu amigo ficou infectado, ele tá sujo...”*. Ao mesmo tempo em que sente raiva, a pena também é um sentimento frequente em Julia quando é lembrada de Nicolas:

*“Só que eu tenho muita dó dele ao mesmo tempo assim, ele é uma pessoa muito conturbada assim dentro dele, eu tenho dó. Mas eu quero muita distância dele”. Sobre Lucas, os sentimentos de Julia vão além da relação que eles tiveram, mas avança para um juízo de caráter: “E pelo Lucas eu tenho desprezo eu acho assim. Porque o Lucas é a pessoa que não tem motivos pra ser uma pessoa ruim do jeito que ele é, porque ele tem uma família super centrada, ele tem dinheiro, ele é bonitinho, ele tem carro; ele tem tudo confortável na vida dele, o mínimo era ele deixar a vida dos outros tão confortável quanto a dele. Então eu acho o Lucas um puta egoísta, machista, opressor, consciente do que tá fazendo (...) é um tipo de cara que não tem conserto na minha cabeça”.*





# 9

## “A QUARTA DA NOITE”

**Larissa Souza. 22 anos.**  
**Estudante de Jornalismo**

Estar em um relacionamento supostamente, segundo a lógica do amor romântico, é para ser algo saudável. Duas pessoas que desejam estar juntas, que possuem afinidades em comum, com um interesse não apenas físico, mas algo de alma. É quando a pessoa se reconhece na outra. E sente vontade de estar junto, de passar os momentos juntos e dividir a vida com a pessoa. Aquela vontade incontrolável de passar cada segundo junto e quando fica longe, já sente aquela saudade. Parece que o peito vai explodir. Relacionamento é ajudar o outro a se construir, a se fortalecer. Como diria Fernando Pessoa, “*Amor é fogo que arde sem se ver, é ferida que dói e não se sente*”. Mas perai? Amor tem que doer pra ser amor? Desde quando?

Quando a mesma pessoa que amamos com todo o nosso coração é a mesma que nos destrói pouco a pouco, é saudável? E quando passamos a não nos reconhecer mais por causa do outro, deve-se aceitar em nome de um relacionamento? E quando perdemos a saúde por causa das vontades da outra pessoa, é apenas porque o amor tem que doer pra ser verdadeiro? Todas as respostas pra essas perguntas são negativas e, quando essas situa-

ções acontecem, são sinais claros de um relacionamento abusivo.

Mas até que a pessoa ache a resposta para essas perguntas sozinha, é difícil. É um longo caminho a se percorrer. E, na maioria das vezes, vem acompanhado de muito sofrimento. Um sofrimento que não vale a pena ser mantido e nem prolongado. Larissa viveu praticamente cinco anos de um relacionamento abusivo. Entre idas e vindas, Larissa perdeu anos de sua vida, o que lhe custou caro. Os traumas vividos e as situações de manipulação e abuso foram tão impactantes, que Larissa teve uma grande dificuldade em expor essa história, em uma ordem cronológica. As lembranças lhe vinham à mente, são de episódios marcantes e que, por mais que esqueça, estarão sempre guardados em algum lugar escondido da memória. Mas nem sempre foi tudo ruim.

Ele era o galã de uma cidade pequena do interior de São Paulo, onde ela morava. Todas as meninas da cidade gostariam de tê-lo ao seu lado. Sempre teve um jeito sedutor, bonito, misterioso; com a sua voz grossa, chamava a atenção por onde passava. Larissa, uma adolescente de 16 anos, se viu encantada. Havia acabado de sair de um relacionamento um pouco conturbado, e logo viu a oportunidade de começar a conversar com Luis. Queria fazer ciúmes no seu ex-namorado. Coisas de adolescentes. E foi em 2011 que tudo começou.

Foi numa festa tradicional da cidade. Começaram a conversar. Horas conversando. O papo fluía, a conexão parecia que vinha de anos atrás. Vidas, talvez. Tinham um amigo em comum. Logo passaram a trocar mensagens. E viram a oportunidade de ficarem juntos no aniversário desse amigo que tinham em comum. 6 de julho de 2011. Rolou aquela paquera, troca de olhares. E logo, um beijo aconteceu. Começaram a ficar.

Mal esse romance começou, já teve uma primeira briga.

Nesse episódio, Larissa foi passar o final de semana em Ribeirão Preto, cidade onde sua mãe morava. Quando descobriu que Luis tinha ficado com uma amiga sua, justamente no mesmo lugar em que tinham ficado a primeira vez. E o sentimento de competição entre ela e outras meninas começou a ficar cada vez mais forte. *“Acho que desde o começo eu tinha um sentimento de competição com as outras meninas, porque todas as meninas queriam ele e aí a gente brigou por causa disso”*.

Larissa, naquela época, não entendia nada de feminismo, sororidade, ou direitos das mulheres. Em nada lembra a Larissa que é hoje. Que sabe bem o que quer e o que não quer. Conhece os direitos das mulheres e luta por eles. E, acima de tudo, sabe a importância de mulheres permanecerem juntas e unidas na luta contra o machismo. Mas naquela época, a única coisa que Larissa sabia é que ela queria vencer aquele jogo. Ter Luis só pra ela. Mesmo que pra isso, ela tivesse que se sujeitar a qualquer tipo de humilhação e situação.

Larissa voltou para sua cidade e eles voltaram a ficar. Ela, só com ele. E ele, com mais várias outras. E ela sabia disso. *“Eu estudava em Ribeirão, então ficávamos de final de semana que era quando a gente se via. Mas assim, eu era a quarta que ele ficava na noite e eu sabia disso. Só que eu me sujeitava a isso, porque eu gostava dele”*. Enquanto Luis ficava com outras meninas, Larissa esperava ansiosamente para que chegasse a sua vez. Porque ter a oportunidade de estar com ele, era tudo que ela podia querer. Mas o que será que Luis tinha que todas ficavam alucinadas?

Ele tinha o dom da palavra. Tudo era poesia. Sua sedução era através do seu modo de falar e fazer com que todas se encantassem e quisessem descobrir os seus mistérios. Tudo era um jogo. Luis brincava com Larissa, dizendo que ela era a quarta da

noite e ela aceitava. Achava lindo poder ter essa oportunidade, nem que pra isso, tivesse que dividi-lo com outras. E assim se seguiu por um tempo. Mas, chegou um momento, que o sentimento falou mais alto.

*“Comecei a criar um sentimento meio obsessivo por ele porque ao mesmo tempo em que ele era muito romântico, ele fazia isso com outras meninas e a gente ficava num rolo muito grande. E aí eu briguei com outras meninas, meio que na competição”.* Como Larissa podia aguentar viver aquilo, sabendo que o mesmo homem que falava coisas românticas todos os dias para ela, poderia estar falando isso para outras também? Conversavam a todo momento e ela se viu intimamente ligada a ele, cada dia mais. *“O tempo foi passando e a gente brigava sempre, porque eu sentia muito ciúmes. Ele jogava na minha cara a existência dessas outras meninas aí tipo, era eu apaixonada por um cara junto com outras meninas e todo mundo sabia”.*

Todo mundo sabia. E Luis não tinha vergonha nenhuma de esconder. Queria que todo mundo soubesse do que ele era capaz de seduzir a todas e ter todas as meninas que ele quisesse. E de instigar a curiosidade de todas. Suas armas eram suas palavras e ele sabia disso. Sabia usá-las como ninguém. E Larissa foi apenas mais uma vítima do jogo de Luis. Conseguia manipular a todas de uma forma doentia e eficaz. Ele era romântico, o típico Don Juan. Chamava Larissa de flor. Aliás, entregava flores a ela sempre que podia. Falava-lhe coisas bonitas. Levava Larissa para lugares especiais para passarem momentos perfeitos juntos.

E, nesse meio tempo, Luis sofreu um grande trauma na sua vida. Ele não morava mais na casa de sua mãe, havia saído de casa. Morava com seu avô, e o encontrou morto dentro de casa, vítima de suicídio. Aquilo foi um baque na vida de Luis. Talvez tenha sido

o estopim para que Luis jogasse todas as suas frustrações dentro de seus relacionamentos. Seduzir as pessoas era uma forma de refúgio, onde ele era aceito e nada de ruim poderia lhe acontecer, pois ele teria o controle da situação. *“Ele não aceitou, não soube lidar. No dia seguinte, ele já queria ir pra uma festa, meio que negando total o que tinha acontecido. Começou a beber muito, ficou perdido na vida. E eu me sentia na obrigação de ajudar ele.”* Larissa sempre teve essa relação profunda de querer ajudar as pessoas de quem gostava, ou com quem se relacionava. Além do fato de que, no dia em o avô de Luis morreu, foi a primeira vez que ele lhe disse *“Eu te amo”*. Para ele, aquilo não significava nada, mas para Larissa, aquelas palavras representavam tudo o que ela sempre quis escutar. Estava completamente apaixonada.

Viveram essa relação por quase dois anos. Não era um relacionamento sério; Luis continuava saindo com outras meninas e Larissa continuava aceitando. Era o preço para poder tê-lo ao seu lado. As situações remetiam aos filmes de adolescentes que estamos acostumadas a ver. *“Tiveram coisas absurdas. Ele ficava com uma menina escondido, no mesmo rolê que eu estava, e ficava comigo escondido. Combinava comigo de encontrar ele em outro lugar pra não trombar com a menina que ele estava ficando, essas coisas. E eu sabia disso”*. Luis continuava a ter suas inúmeras “relações”, mas Larissa não conseguia ficar com outras pessoas direito. Achava que tinha uma relação com ele e respeitava isso. Sentia-se ligada a ele o tempo todo. E ele, ligado nela e mais outras. *“Eu sofria muito, muito mesmo, mas eu achava que valia a pena. Eu acho que eu comecei a pensar que eu queria aquilo, também pra mostrar pras pessoas. Tipo eu lutei tanto, sofri tanto pra isso, como assim agora eu vou desistir?”*

Nessa época, Larissa ainda contava o que acontecia para as suas amigas. Sofria tanto, que precisava compartilhar com al-

guém. Na época, Larissa tinha uma melhor amiga de sala, que era sua confidente. *“Ela estudava comigo, e quando eu estava muito triste, às vezes não conseguia assistir aula, ficava pensando nele o tempo inteiro, não conseguia fazer nada da minha vida, só pensar nele. E ela me ajudou muito nesse tempo”*.

Durante seu relato, muitas vezes Larissa se perdia no tempo. Uma lembrança puxava a outra, e tudo que mais lhe significou veio à mente. O dia em que Luis lhe chamou para ir junto com ele a um festival de música famoso de São Paulo. Dois meses antes do Lollapalooza, Luis convidou Larissa e ela não sabia conter a sua felicidade. São Paulo era um dos lugares que Luis mais amava no mundo, seu pai também morava lá. Aquele convite foi muito significativo. Ele queria que ela estivesse junto com ele naquele momento. No show de uma banda que eles gostavam muito. Tinham até uma música que consideravam como *“a nossa música”*. Isso deveria significar alguma coisa. Larissa comprou o ingresso, ia ficar na casa de uma amiga que havia mudado para São Paulo para fazer faculdade. Ia encontrá-lo lá. Estava tudo perfeito para ser um dia inesquecível.

*“Umás duas semanas antes, eu falava sobre o show com ele, ele mudava de assunto. Tipo, mudou de ideia e ele conseguia me manipular muito, porque ele falava muito subjetivamente.(...) Na minha cabeça, nós íamos sim esse tempo inteiro. E então ele mudava de assunto e eu não ia cobrar ele do porquê. Muito perto do show, ele parou de me responder e eu já tinha comprado o ingresso. Eu falei que ia de todo jeito, que eu ia chegar lá e tentar encontrar ele”*. Chegou a São Paulo na sexta, o show era no dia seguinte. No sábado de manhã, Luis mandou uma mensagem falando para eles se encontrarem lá, ele iria levar o celular. Ela foi. *“Aí ele sumiu. Eu mandava várias mensagens pra ele e ele nem respondia, eu não encontrei ele. Tocou a*

*‘nossa música’ e eu muito triste lá sofrendo, chorando. Eu tinha certeza que ele estava com alguma pessoa e eu estava sofrendo muito”.*

No dia seguinte, Larissa viu uma foto dele e de uma menina de São Paulo que ele mantinha contato. Juntos. E na foto, a legenda era justamente a música deles. Para ele, aquilo não era tão significativo quanto era para ela. E Larissa chorou como se não houvesse amanhã.

Nesse mesmo ano, Larissa havia entrado na faculdade. Em Bauru. Longe de Luis. Mas, mesmo assim, conversavam todos os dias. Luis não aceitava Larissa longe dele. Não queria acreditar que ela pudesse ter uma vida que não fosse ao seu lado. Queria manter todas sob seus olhos, para que pudesse fazer o que quisesse, na hora que bem entendesse. E o jogo psicológico passou a ser mais intenso a cada dia. *“Ele sempre me ligava bêbado, porque ele bebia muito. Ele dormia comigo no telefone, enquanto estávamos conversando e fazendo planos, porque a gente estava a dois anos já ligados. E nesse ponto ele já estava com medo de me perder. Eu tinha entrado na faculdade, era um mundo totalmente novo. Ai a gente fazia uns planos, ele me deixava falando sozinha. Às vezes a gente estava brigando e ele parava de me responder. Era horrível, eu estava sofrendo muito”.* Mas ele sempre dava um jeito de dar a volta por cima quando Larissa lhe cobrava mais atenção. Ele pedia desculpas e Larissa confiava nas suas palavras mais que tudo no mundo. Mais do que na sua própria intuição.

Luis estava perdido. Tinha terminado o colegial um ano antes que Larissa e começou o curso de Administração em São Paulo. Ficou 15 dias e largou. Transferiu para Psicologia, terminou o ano, e desistiu também. Voltou para a cidade deles e Larissa tinha começado a vida universitária. Não tê-la ao seu lado fez com que ele começasse a bolar jeitos para que ela se sentisse cada vez

mais presa a ele, não queria perdê-la. Começaram a combinar de sair como casal. As coisas foram ficando mais sérias. *“Ele odiava saber que eu tinha uma vida. Aí eu comecei a sofrer muito com isso, porque eu estava longe e com saudades dele e ele sendo escroto comigo. Me ligava bêbado, era grosso, me dava uns cortes. Eu não tinha muita voz, só a vida dele tinha espaço”*.

Percebe-se durante nossa conversa que, dentro da cabeça de Larissa, um turbilhão de pensamentos a invadem. E a arrastam para aquela época em que sua vida era regida por outra pessoa. Como quando Luis a havia convidado para fazer um mochilão. Mas, logo depois, brigaram e ela não sabe nem mais o porquê. Larissa estava tão chateada, que foi a uma festa para tentar se distrair. Acabou ficando com um cara, conhecido de Luis. *“Ele descobriu. Eu fiquei com esse menino conhecido dele, cheguei em Bauru, ele me ligou. Começou a falar muito mal de mim, me xingar, a falar que eu não merecia o carinho que ele me dava, que como assim eu tinha ficado com um cara que ele conhecia. Eu me senti muito mal, chorei. Ele gritava no telefone, eu me sentia muito culpada, como assim eu tinha feito isso? Aí ele falava que não era mais pra eu ir viajar com ele, e eu ia me afundando”*. Larissa morava com mais duas meninas, dividindo apartamento. Acompanharam todo o sofrimento de Larissa de perto. Ficaram duas horas no telefone, onde Larissa foi humilhada e ela, se sentia culpada e merecedora de estar ouvindo todos aqueles xingamentos. Suas amigas a aconselhavam para parar de falar com ele. Mas já era muito tarde para que ela conseguisse deixar isso pra lá. Já havia tomado conta da sua vida completamente. *“Eu não conseguia fazer nada da minha vida por uns dias assim. Eu ficava mandando mensagem pra ele nos dias seguintes falando que estava arrependida, pedindo pra ir com ele, pedindo: ‘Por favor, pelo amor de Deus, me deixa ir com você’. E aí*

*passou uma semana, ele me deixou ir com ele. Mudou de ideia, e eu fiquei super feliz*". Ele tinha mudado de ideia; na cabeça dela, ele a queria de novo. E ela não o decepcionaria mais.

Larissa fez essa viagem escondida dos seus pais. Mentiu para eles, dizendo que estava em Bauru. Usou um dinheiro que não tinha para comprar passagens de ônibus, para encontrá-lo sozinha em uma cidade perto da Serra da Canastra. Mas ela iria passar dias inesquecíveis ao lado dele, nada mais importava. Aliás, seus pais tinham posicionamentos diferentes. Larissa morava com seu pai. Tinha um relacionamento aberto com ele, contava as coisas de Luis e o que acontecia. Por ela ser sempre a última menina da noite, Larissa chegava de manhãzinha em casa. Seu pai estranhou no começo, mas aceitou, porque Larissa só contava as coisas boas de Luis. Sua mãe morava em Ribeirão Preto, uma cidade maior. Ela percebia que todas as vezes que Larissa ia lhe ver, ela estava triste, sofrendo de saudade ou mal por causa de alguma briga. Não apoiava porque sentia seu sofrimento. Ficar longe dele era o seu pior castigo e ela não conseguia cogitar perdê-lo.

Foram viajar juntos. Tiraram fotos, comeram coisas gostosas, conversaram até não poder mais... Larissa não se sentia mal de esconder o que fazia dos seus pais. Já havia ido visitá-lo em São Paulo escondida também, outra vez. *"Eu estava fazendo porque eu sentia que eu queria, era um sentimento tão forte que eu não conseguia ir contra"*. Até que ele foi a Bauru pela primeira vez. O que ela sempre quis; poder apresentá-lo para todo mundo que fazia parte da sua nova vida. Queria desfilá-lo na frente de todo mundo para provar que tinha vencido aquele jogo. Ela tinha conseguido o que sempre quis e só conseguia pensar: *"Como eu consegui trazer esse rapaz, deus da minha vida, até a cidade em que eu moro?"*. Larissa o colocava num pedestal e ela, com

uma autoestima tão prejudicada, não conseguia ver a sua própria importância e valor. Ela o levou a uma festa junina da faculdade. Mas nem tudo foi como ela imaginou. *“Eu fiquei muito chateada porque ele não queria entrosar com meus amigos. Ficamos sentados a festa inteira num canto conversando, acho que a gente deve ter brigado também, porque brigávamos sempre. Eu fiquei excluída dos meus amigos pra ficar com ele, só que tudo bem”*. Passaram uma semana de amor. Enquanto ela estava na aula, ele passeava pela rua e colhia flores pra ela. Cozinhava coisas gostosas, porque tudo que ele fazia era perfeito. Se ela quisesse fazer, ele dizia que ia sair errado. E jantavam á luz de velas. O verdadeiro clichê romântico. Como num sonho.

Exatamente dois anos depois do primeiro beijo, ele a pediu em namoro. Ele tinha lembrado da data. 6 de julho de 2013. Ele a levou para a fazenda do avô dele, era uma espécie de refúgio para ele. Ela estava encantada. Velas, pétalas de rosa, uma caixinha de charuto chamado Dona Flor, que era como ele a chamava. *“Ele não quis me dar uma aliança, porque acho que ia aparecer né, como ele ia viver usando uma aliança? Ele me deu um brinco que era uma flor, aquela era uma aliança do nosso namoro ‘só pra mim’”*. Larissa ficou tão emocionada que não conteve o choro. Chorou descontroladamente. Aquilo era muito mais do que ela achava que merecia. Finalmente, eles iam colocar uma borracha no passado e escrever um futuro juntos, deixando para trás todos os erros e sofrimentos. *“Eu lembro de não conseguir nem respirar. Aí estragou o clima de romance porque eu estava louca de chorar. Aí ele também ficou bravo com isso, porque eu estava chorando e estragando tudo”*. Mais uma vez, ela não podia ser ela mesma; tudo girava em torno do que ele tinha planejado e do como ele achava que as coisas deveriam ser. Aos poucos, Larissa tinha perdido até o direito de

chorar de felicidade.

Larissa entrou em greve na faculdade. E voltou para sua cidade. Foi aí que eles passaram a praticamente morarem juntos. *“Quando o avô dele morreu, deixou a casa pra eles; a mãe dele morava no fundo da casa, numa edícula, e ele ficava com a parte da frente. Aí a gente ficava lá o dia inteiro. Eu não via mais meu pai, eu só ficava lá com ele”*. Larissa não tinha mais seu próprio espaço, era só o dele que importava. E ele sempre podava suas opiniões, apenas a vida dele importava. Sua vida só interessava quando ele fazia algum tipo de chantagem emocional, como quando ele lamentava o fato que a greve ia acabar algum dia e ela ia ter que voltar pra faculdade e deixá-lo sozinho. Eles iam ter que namorar a distância. Larissa sofria com essa possibilidade que se aproximava cada dia mais.

*“Ele estava sempre no celular conversando com outras meninas e eu ficava muito noitada, ficava vigiando, meio obsessiva com isso. Enfim, ele sempre dava também umas indiretas pra mim de que ele estava conversando com essas meninas, mas que eram amigas dele. E eu começava a fuçar em tudo quando ele não estava perto pra ver conversas”*. Luis não deixou de ser quem sempre foi. Provocava ciúmes em Larissa, porque adorava manipular o jogo. Tê-la sob o seu controle. Sabia que ela o amava e que ela não iria suportar perdê-lo em algum momento; e ele, mesmo com toda a sua postura inabalável, era inseguro o suficiente, com necessidade de fazer com que esse amor se provasse a todo momento, através do ciúmes descontrolado. E as meninas da cidade sabiam de tudo que Luis aprontava debaixo dos olhos de Larissa. *“Fomos num rodeio à noite e eu quase bati em umas meninas porque eu passei por elas e elas falaram alguma coisa, me zoando assim. Porque uma delas era uma dessas meninas que ele conversava, aí eu fui pra cima*

*delas e me seguraram. Comecei a falar um monte pra elas, aí ele veio brigar comigo. Essa foi a vez que ele quase me bateu.” Luis nunca bateu em Larissa. Mas, até hoje ela pode sentir o peso das suas palavras. Lembra como se fosse ontem da pressão que seu corpo fez quando Luis a jogou numa grade de alumínio. E lembra exatamente da força com que Luis batia no alumínio e o estrondo que ele fazia. Foi horrível. “O segurança chegou do lado e perguntou pra ele se estava tudo bem, ele falou que estava. E eu chorando desesperada porque eu não sabia o que eu estava fazendo”.*

Aos poucos, Larissa foi ficando cada dia mais submissa. Sempre esperando por ele. Recebendo suas ordens. Esperando ele ditar qual seria o próximo passo a seguir. Marcavam de se encontrar, ele chegava uma hora depois do combinado. Tinha que estar com o celular 24 horas por dia ao seu lado, esperando uma mensagem dele. *“Eu botava despertador pra acordar pra ver se tinha mensagem dele, eu não conseguia mais dormir direito sabe? Eu acordava no meio da noite ou ficava conversando com ele até tarde, eu não me permitia dormir”.* Se ele demorasse a responder, ela não podia cobrar, mas se ela demorasse, era motivo para brigas. *“O que eu fazia era esperar por ele. Era quando ele podia, quando ele queria, e fazer alguma coisa era só com ele. Eu não saía mais com as minhas amigas, todo lugar que eu ia, eu levava ele. A gente tinha uma vida só nós dois. Eu saía só com os amigos dele, isso era uma coisa que me fazia sofrer”.* Nessa época, Larissa nem contava mais o que acontecia para as suas amigas; era sempre a mesma história, não conseguia enxergar o quanto aquilo estava sugando sua felicidade aos poucos. Suas amigas não tinham mais argumentos suficientes para tentar abrir os olhos de Larissa. Até porque, eles estavam vendados, pelas mãos de Luis.

Toda vez que saía com os amigos de Luis também era

uma humilhação. “*Eu era o palhaço da turma quando estava todo mundo junto, porque o Luis tinha muita história sendo escroto comigo e eles ficavam lembrando disso e eu lá rindo junto sabe? E me magoava muito*”. Os amigos de Luis ficavam relembando histórias das meninas que Luis já tinha se relacionado. Mas Larissa queria ser a namorada perfeita. Não queria fazer uma cena na frente dos seus amigos. Ria, mas por dentro sangrava. Sentia dor da humilhação e engolia cada palavra calada. Ela queria ser a companheira ideal para Luis, para satisfazer seu ego e suas frustrações. Pois naquele relacionamento, ele poderia fazer tudo, pois sabia que tinha Larissa nas mãos. “*Eu não tinha espaço do lado dele. Eu era só uma pessoa que estava lá de enfeite.*”

E assim, durante aqueles meses, Larissa se tornou uma prisioneira de seu relacionamento, de maneira muito forte. Só saía com ele, passava seus dias com ele. Sua família, amigos, ela mesma; nada mais importava. Aproveitar cada segundo ao lado de Luis era essencial para a sua felicidade, era o motivo para que ela acordasse todos os dias de manhã. Mas logo, Larissa teve que voltar para a faculdade. Os dias, que eram eternos ao lado de Luis, acabaram e eles iam ter que enfrentar o namoro à distância. Era a chance de Larissa ter mais tempo para ela, para a faculdade, para os amigos. Mas ela não estava nem um pouco interessada nisso. Luis logo tratou de limitar toda a liberdade que Larissa poderia ter nesse período. “*Quando eu voltei pra Bauru a gente trocou senha de Facebook. Eu lembro que a gente tinha quase terminado, estava mal, aí deve ter sido em um desses papos de confiança sabe? E aí decidimos. Aí o que aconteceu, eu entrei um dia no Facebook dele. Eu relutei muito pra entrar porque eu não queria fazer isso*”.

Luis brigava com Larissa porque mantinha conversas com um amigo de Ribeirão Preto. Ela era obrigada a apagar todas as

mensagens com seu amigo no *Facebook*, porque Luis entrava e violava sua privacidade. No dia em que Larissa tomou coragem para entrar no *Facebook* dele, viu coisas que não queria ver. “*Eu vi uma conversa dele, daquele dia mesmo, com uma vizinha. Ele conversando com a menina e de como seria legal se eles ficassem de novo e a gente namorava sabe? E eu vendo aquilo.*” Larissa apenas engolia a seco. Aceitava que ele era assim, afinal desde o começo ele tinha essa relação com outras meninas. Não queria cobrá-lo, evitar brigas. Fingia não ver toda a humilhação. Estava completamente cega.

Durante toda a conversa, Larissa ia se lembrando de momentos em que ela teve que fingir que não estava vendo o óbvio. Hoje, ela tem certeza de todos os momentos em que Luis foi desrespeitoso e controlador durante todo o tempo em que ficaram juntos. Como quando Luis foi fazer um mochilão para o Uruguai sozinho. Ela o ajudou a fazer as malas e sofreu de saudades. Ele lhe trouxe flores colhidas dos lugares por onde passou. Mas teve que aguentar cada minuto em que ouviu seu namorado falando de uma menina que conheceu na viagem. Sua intuição sabia que eles haviam ficado, mas não era ela que iria questioná-lo ou cobrá-lo de algo. Hoje, Larissa tem certeza do que aconteceu sem nem precisar ter feito a pergunta.

Ou quando Larissa o levou numa festa em Bauru, na república de seus amigos de sala. E teve que aguentar calada Luis dando em cima de suas melhores amigas. E ver que, todos os seus amigos o adoravam e o achavam uma pessoa ótima; afinal ele era simpático, boa pinta, tinha uma boa conversa. Na república, eles mantinham uma parede com rabiscos de quem já havia beijado quem entre os amigos. Coisa de universitários. Mas para Luis, foi o suficiente para que ele passasse a ser grosso com Larissa na frente de todo mundo. Na época foi triste, mas hoje, Larissa en-

xerga o quanto essa situação foi ridícula.

Nesse mesmo dia, Luis quis ir embora cedo. Chegou em casa e começou a chorar. “*Ele começou a chorar porque era muito difícil pra ele saber que eu tinha uma vida antes dele e que ‘Como assim eu já tinha ficado com outras pessoas?’ E eu fiquei triste real tipo: ‘Como assim eu tinha uma vida antes dele? Que absurdo. Como eu consegui fazer isso com ele?’*” Mais uma vez, Luis havia dado a volta por cima. Sabia os pontos fracos de Larissa. Seu ponto fraco era amá-lo demais, mais do que a ela própria. E esse era o maior trunfo que Luis podia ter para conseguir o que queria: mantê-la ao seu lado. Larissa chorou, pediu desculpas e tudo voltou a ser como era antes. Abusivo e doentio.

As aulas haviam voltado. E Larissa não sentia a mínima vontade de sair de casa quando estava em Bauru. “*Eu parei de sair completamente, só ficava em casa porque a gente se falava por Skype todo dia. Eu em Bauru e ele em Santa Rita. Eu não sentia vontade de sair, eu lembro que as meninas iam direto pras festinhas e eu não sentia vontade de ir*”. O tempo passou, e chegou a data de aniversário de quatro meses de namoro. Luis havia combinado uma surpresa com a colega de apartamento de Larissa. Pediu a ela para que comprasse um buquê de flores, escrevesse um bilhete e deixasse em cima da cama de Larissa. Mas, o que parecia um plano romântico, se tornou em mais um plano para danificar cada vez mais o psicológico dela. Era de madrugada e Larissa entrou no seu quarto chorando. “*Eu vi tudo aquilo na cama e comecei chorar mais ainda porque ele tinha terminado comigo aquele dia, nos nossos quatro meses. Tipo, ele não tinha terminado de fato, mas que queria porque não estava dando, e eu ficava tipo, como assim? É nosso aniversário. E ele jogava na minha cara que era muito difícil estar longe, que ele tinha pedido pra minha amiga fazer aquilo tudo pra mim, mas que*

não dava certo, porque eu estava longe e ele não conseguia com isso; *‘Como assim eu não tinha ficado mais tempo em Santa Rita?’*” No fim, eles não terminaram de fato. Foi só mais um dos episódios em que Luis precisava de atenção e se sentir amado, sendo abusivo com a pessoa que largava tudo para estar ao seu lado. Pena que isso ia afundando Larissa aos poucos.

*“Eu lembro que em semana de trabalho de final de semestre e tais, eu não conseguia fazer os trabalhos direito porque eu estava sempre triste, a gente brigava todo dia. E a minha amiga tentava me ajudar, já teve vezes que ela teve que me dar comida na boca porque eu não conseguia levantar da cama, num limbo, fundo do poço. E isso a gente namorando”*. Larissa cogitou várias vezes largar a faculdade para ficar mais perto dele. Mas logo, chegaram numa decisão juntos para aliviar a distância.

Luis decidiu ficar mais perto de sua namorada. Iria morar perto dela. Para isso, ele teve a brilhante ideia de prestar a mesma faculdade que Larissa, mas em outra cidade. Marília, pertinho de Bauru. Luis se empenhou para estudar e passar na faculdade de Ciências Sociais. Ele passou em 2014. Passou a morar com mais dois meninos. Ao mesmo tempo em que estava mais perto dela, agora Luis tinha a oportunidade de ver qual era a realidade de Larissa. E ela ia precisar ser compreensiva; ele começou a ir a festas todo dia. *“E eu tentando entender a fase dele; ele ia pras festas todo dia e tudo bem ele ir em festas, porque eu não queria ser a chata”*. Pelo menos eles estavam mais perto um do outro. Isso já era um consolo para ela.

Logo, o que era para ser uma solução, acabou virando mais um capítulo de pesadelo e decepção. Logo, Luis parou de responder às mensagens de Larissa. *“Ele falava que não queria ficar preso no celular, sendo que eu tinha que ficar presa no celular. Porque*

ele tinha a vida dele e tinha as coisas dele pra fazer, e que a gente ia se falar quando desse”. Passou a ligar bêbado, falando de outras meninas. Quando ia pra lá visitá-lo, Larissa tinha que ver seu namorado claramente dando em cima de outras meninas. Sendo sedutor da mesma forma que ele era quando se conheceram. Enquanto ela tinha que fazer o papel de empregada, limpando sua casa quando estava lá. “*Eu ficava mal com isso, mas eu tentava me impor e ser a legalzona, a que aceita tudo, a descolada, que jogava sinuca e a gente bebia, fumava. Enfim, eu era a namorada ideal e as outras meninas ficavam todas em cima dele também.*” Larissa achava que estava tudo bem quando pegou o celular de seu namorado e viu uma conversa dele com outra menina. Ela achava que merecia isso. Sua autoestima inexistente a fazia pensar que, talvez ela não fosse boa o bastante e ele quisesse estar com outras. Mas como ela o amava, aceitava. Queria que ele fizesse o que ele achava que era melhor pra ele. Se ele estava feliz assim, ela fingia estar feliz também. Mesmo que estivesse aos pedaços por dentro. Ela sentia que ele o amava, mas aquele era o jeito dele. Não tinha a noção que tem atualmente; que talvez o que ele sentisse era apego; ela talvez tenha sido apenas vítima da obsessão de um homem inseguro e com problemas internos, que Larissa não tinha obrigação de curar.

Ele nem ia mais vê-la em Bauru. Pensaram em terminar, claramente as coisas não estavam indo bem. Talvez ele quisesse que Larissa sentisse na pele o que ele sentia quando ele estava em Santa Rita e ela na faculdade. O tiro foi certo, porque ela sentiu. E se sentiu mais culpada ainda. Depois de muito esforço, ela conseguiu que ele fosse para Bauru vê-la. Mas era melhor que ele nem tivesse ido. “*Ele veio e a gente brigou muito feio porque eu comecei a cobrar certas coisas e comecei a não admitir certas coisas.*

*Aí a gente brigou, ele ameaçou de ir embora, fez a mala, estava no elevador e eu chorando. O prédio inteiro ouvindo e eu pedindo pelo amor de Deus pra ele ficar, e ele me pisando”.*

Luis constantemente a humilhava na frente dos outros. Falava dela para outras pessoas, na sua frente. *“Ele falava que não gostava da minha voz, não me deixava cantar. Eu gostava muito de escrever. Eu parei de escrever quando eu estava com ele, porque ele escrevia muito bem também e eu me sentia totalmente inibida por causa disso, eu comecei a ter outra rotina. Eu tinha hora pra acordar, pra responder ele, eu parei de escrever, de cantar, de sair”.* Tudo aquilo que representava sua personalidade já não existia mais. Quem era Larissa naquele momento? Até hoje, não se sabe a resposta dessa pergunta. Uma perfeita desconhecida.

Continuaram juntos mesmo assim, ela o amava, os dois dependiam um do outro. Amor não tem nada a ver com dependência e sim com colaboração, deixar o outro livre com a certeza que ele vai escolher estar ao seu lado, livres para serem e fazerem o que quiserem. Mas os dois eram muito imaturos para saber o que é isso na prática. Luis sabia de falar bonito, de ser romântico, mas não sabia o que era o amor. Larissa dependia daquilo, queria fazer de tudo para vê-lo bem, fazia o que fosse preciso, esquecendo-se do amor mais importante: o próprio. Sem perceber que aquele a quem amava estava tirando aquilo que lhe era mais importante. Luis estava perdido, mas sabia que Larissa estaria junto dele, independente de qual decisão ele tomasse. Logo, ele largou a faculdade mais uma vez.

E mais uma vez, Larissa voltou à saga de voltar todo final de semana para casa. Não via seu pai, ia direto para estar com ele, que passou a trabalhar numa locadora da cidade. Gastava dinheiro toda semana com caronas, com passagem de ônibus, não

media as consequências. Em Bauru, só ia de casa pra aula, da aula pra casa, isso quando ela estava bem o suficiente para ir. E, em mais uma reviravolta, Luis largou tudo e foi morar em São Paulo. Começou a fazer fotografia e trabalhar numa loja. Ele queria que ela largasse tudo, para ir com ele. Mais um motivo de atrito dentro do seu relacionamento. *“Ele pediu que eu fosse, pediu bem assim. E eu falei que não, assim, que era um absurdo; eu já estava começando a ter mais noção assim das coisas. Que eu não ia com ele pra São Paulo, mas eu cogitei. Falei com minha mãe, ela ficou puta comigo, como assim que eu tinha pensado em largar a faculdade e tal”*.

Larissa começou a ficar mais esperta para as coisas. Foi vê-lo em São Paulo e depois o via em outros dias quando voltava para casa. Mas algo começava a lhe apontar que as coisas estavam estranhas. Não estava certo. Ele fazia o que queria e ela ficava, empacada, esperando por ele. Mas não era tão simples assim. *“Eu já estava muito desencanada, queria terminar, mas eu não conseguia. Eu escrevia poemas falando que a mala já estava na porta, umas coisas assim. Mas eu não conseguia imaginar viver sem ele”*. A dificuldade para sair de relacionamentos abusivos é a principal causa de sofrimento. Enxergar que é abusivo já é uma tarefa difícil; sair dele, é uma tarefa dolorosa e que leva tempo. Larissa ainda não tinha noção de que era abusivo, não imaginava que aquilo poderia estar acontecendo com ela e que todos estão sujeitos a isso quando começam a se relacionar com alguém.

Um dia, Larissa foi visitá-lo em São Paulo. Na época, ele estava morando com o pai e ela estava na casa da amiga dela, que morava na cidade. Foram jogar sinuca no apartamento dela, e a prima da amiga dela estava lá. E ele estava dando em cima dela, obviamente. *“Chegamos em casa e brigamos. Ai eu briguei com ele, como assim ele ficava dando em cima da menina na minha frente*

descaradamente? *Aí nisso ele já começou a me xingar muito e eu já estava desencanada e conversando com esse meu amigo que ele odiava. E a gente estava falando coisas do tipo, lembrando da vez que ficamos e tal. Mas tipo, a gente é muito amigo, mas eu reconheço que não tava pensando só na amizade porque eu não queria mais estar com o Luis, mas não sabia como sair. E aí passou esse dia que eu briguei com ele, nos vimos no dia seguinte*". Larissa só não sabia que ele havia pegado seu celular e visto as mensagens.

No dia seguinte, ela queria resolver as coisas, que já não estavam tão bem. *"Aí não rolou e ele começou a falar que não ia fazer esforço pra me ver, jogando indiretas, mexer com minha cabeça, de que ele tinha visto uma coisa que tinha feito mal pra ele. Durante uma hora esse tom de conversa. Aí eu comecei a vomitar porque eu era muito ansiosa*". Larissa tinha desenvolvido uma forte gastrite emocional naquela época. Quase desmaiou naquele dia, de tanto nervoso, com a possibilidade de ter feito algo errado. Ela sabia do que ele estava falando. E viu que tinha cometido um "erro". Mas queria ouvir da boca dele. Mas quando ela ouviu, veio junto de uma série de coisas que Larissa não merecia ouvir. *"Ele começou a me chamar de vagabunda, de puta, de prostituta, aí ele desceu mesmo o nível. Isso por mensagem, aí ele falou que não queria mais nada comigo*".

Foram muitos momentos que marcaram Larissa de forma significativa. Como quando ela ficou esperando sentada um dia inteiro na frente da loja em que ele trabalhava, sem comer e fraca, só para entregar um desenho que ela havia feito e tentar resolver as coisas. Ou a forma como ela não conseguia mais ficar sozinha, com sintomas de ansiedade. Ou quando ela chorou tanto num restaurante, estava tão fraca, que vomitou e ele ainda brigou com ela, pois estava fazendo-o passar vergonha. Quando ela teve uma

crise de ansiedade no metrô, sozinha. Cenas que lhe causam tristeza e que a faz se perguntar todos os dias, onde estava a Larissa que ela conhecia? Pra quê aguentar tanta humilhação? Ela não merecia isso. Ninguém merece.

Terminaram. Mas, mesmo terminados, ficavam sempre. E ela ficava feliz momentaneamente, mas entendia que as coisas não estavam como deveriam ser. Uma vez, ela estava num barzinho. Ele foi até lá, falou para ela entrar no carro. Ela foi, como *“boa manipulada que era”*. Conversaram, andaram de carro por duas horas. Ela queria ficar com ele. Transaram no carro. Mas foi horrível. Ele não se preocupou com ela, apenas queria se satisfazer. *“Voltei pra casa, péssima, falei pra todo mundo que tinha ficado com ele e eu dando risada porque eu estava feliz que tinha ficado com ele. Foi a partir daí que eu comecei a entender que as coisas não estavam certas.”*

Ele começou a namorar outra menina em São Paulo, com foto em rede social e tudo. E ficava com ela, alternadamente. O mundo dela caiu. E sua saúde mental foi junto pro buraco. *“Eu fiquei muito mal, não conseguia comer, não conseguia sair da cama. E era final de semestre, eu tinha que entregar um monte de trabalho, a minha amiga fez muita coisa pra mim. Aí no primeiro dia de férias foi quando eu tive um ataque de ansiedade. Meu corpo entendeu que eu não precisava mais fazer esforço, porque eu acho que na época eu entendi que ele não estava mais comigo, já estava namorando outra pessoa e etc. Aí meu corpo reagiu a isso. Eu estava na república dos meus amigos; os meninos tiveram que me trazer pra casa no colo, me colocar dentro de casa, me fizeram dormir. Eu não conseguia levantar, quase desmaiei.”* Os primeiros sinais começaram a aparecer, de que todas as coisas ruins que ela havia passado durante tanto tempo estavam refletindo de forma significativa na sua saúde. Sua

qualidade de vida já não era tão boa durante o relacionamento, não dormia, não comia direito. Mas as coisas estavam ficando sérias. Saúde mental é uma coisa séria e tem que ser levada em conta. Começou a ir numa psicóloga.

As aulas voltaram. No primeiro dia de aula, Larissa teve seu primeiro ataque de pânico. *“Eu estava em casa, meu pai ficou sete horas comigo no telefone, que eu estava muito mal. Ele me ouvia vomitar, me colocou no banho pelo celular”*. No outro dia, Larissa tomou um ml a mais de Maracujina e começou a ter crise de ansiedade, achando que ia morrer. *“Aí eu liguei pro meu pai, porque eu queria um conforto e porque eu estava cansada já de sentir aquilo, a cabeça não para. Ele falou na hora que ia me buscar, porque eu não estava bem pra morar aqui sozinha. Aí ele chegou, era umas quatro da manhã e me levou pra Santa Rita”*. Larissa chegou e foi direto para um psiquiatra. Ele lhe disse que ela havia se despersonalizado. *“Porque tudo que eu fazia era por ele, para ele e como eu não tinha mais essa conexão com ele, que eu já vi que ele estava com outra pessoa, eu fiquei sem nada tipo, quem eu sou? Não tinha mais um sentido, eu não sabia nada aí eu pirei por causa disso”*.

Larissa se afastou da faculdade por dois meses. Passou a tomar remédio, não podia mais beber, nem fumar. Cortou o cabelo. Começou a se sentir melhor. Passou a se reencontrar aos poucos. Se despir daquela pessoa que ela nem sabia quem era, para que a Larissa pudesse nascer de novo. Forte. Sobrevivente. Exemplo de luta e de superação. Um dia, ela até se encontrou com ele de novo. Contou tudo o que o psiquiatra havia falado. E recebeu como resposta: *“Fuma um que passa”*, *“Você está viajando”*. Menosprezando e negando tudo o que havia acontecido e que ele havia causado. *“Foi nesse dia que eu percebi que nada estava certo. Aí eu fui pra casa, falei pra ele que eu ia bloquear ele. Porque*

*eu não estava conseguindo lidar com a situação. Aí eu bloqueei ele no Facebook e no Whatsapp. Aí começamos a trocar e-mails. Teve um dia que eu falei que estava cansada de trocar e-mail, aí nesse dia cortamos nossos laços total”.*

Larissa estava se recompondo. Ainda mal com tudo que havia passado, mas já conseguia viver bem e se abrir para o mundo. Para as novas oportunidades. Para as pessoas. Para os amigos. Para a vida toda que ainda tem pela frente. O último episódio marcante foi no Carnaval do ano passado. Larissa se encontrou com ele. Ele perguntou se ela não ia olhar na sua cara. Ela perguntou o que ele queria. E a resposta veio como um soco no estômago: *“Enquanto a gente namorava eu te trai com 180 pessoas, se você quiser você pode dar um soco na minha cara”*. Larissa foi pra cima dele. Larissa queria que ele sentisse na pele toda a dor que ela sentiu na alma durante quase cinco anos. Mas isso seria impossível. A dor emocional é infinitamente pior do que qualquer tapa na cara.

Ele foi atrás dela querendo conversar. E ela foi forte o suficiente para dizer não, foi firme. Larissa chegou a alertar a nova namorada de Luis um tempo depois. Queria que sua história servisse para ajudar outras pessoas e que nenhuma menina mais passasse pelo que ela passou. A menina não quis dar ouvidos. Mas Larissa ficou com a consciência tranquila, fez o que tinha que ser feito.

*“Parece que eu nem vivi isso. Eu te conto essas coisas, mas parece que não era eu. Tipo, ver as coisas pelas quais eu me sujeitei, eu me jogava no chão por ele. Eu fazia tudo por ele. Me privei de muita coisa. Tanto que eu fiquei um ano sem me relacionar com ninguém. Porque eu não estava conseguindo. E eu falei que não ia me sujeitar a nada do que eu tinha vivido”*. Larissa aprendeu a lição. Hoje em dia,

o sentimento que fica de tudo isso é gratidão. Toda a dor valeu para que ela entendesse tudo sobre o mundo, sobre os relacionamentos, sobre ela mesma. Sem isso, ela nunca iria perceber o quanto precisava se fortalecer e criar uma identidade sólida. Princípios. E saber o que faz bem ou não.

Mudar o que somos nunca surtirá efeito. Somos nossa própria companhia desde que nascemos, precisamos ser completas. Relações que fazem com que a gente mude pela imposição ou pelo controle são tóxicos, roubam nossa identidade e não nos sobra nada no final. *“Só a gente sabe o que está passando, ao mesmo tempo que você sabe que está te fazendo mal, você se torna dependente. Fazia um nó na sua cabeça e você não consegue sair dessa. E você acha que o amor é aquilo, só é bom se sofrer e não é cara, o amor só é bom quando compartilhado, quando é bom pras duas pessoas sabe?”*. Como é bom ouvir a Larissa de hoje falando isso. Sabemos, Lari. E mais que o amor compartilhado com outra pessoa, o melhor amor ainda é aquele da gente pra gente mesma. E ninguém pode nos tirar isso e nem nos roubar de nós mesmas!



# 10

## “A CULPADA POR TUDO”

**Marina Santos\*. 22 anos.**  
**Estudante de Química**

O relacionamento de Marina e Thiago já começou um tanto quanto conturbado. Thiago era veterano da menina e ambos se conheceram logo nos primeiros meses de faculdade dela, em 2013. O garoto logo demonstrou interesse: *“Ele insistiu muito para a gente ficar junto, ficava falando comigo direto, me dava chocolate, estava sempre me rondando”*. Marina, no entanto, namorava e não deu confiança para Thiago de início. Até uma festa da faculdade em que ambos estavam alcoolizados e acabaram se beijando. Marina conta que depois desse episódio, terminou o namoro com o antigo namorado e ficou com Thiago por dez meses.

Durante a entrevista, Marina relembra do pior momento da relação. Eles ainda estavam ficando, não havia um compromisso efetivo. Os dois estavam na cama de Thiago, nus e se beijando, mas a todo momento, Marina deixou claro que não queria transar com ele naquela noite. Ela queria continuar exatamente do jeito que estavam, se beijando e nada mais do que isso. Mas Thiago não deu ouvidos e continuou forçando; forçou tanto que conseguiu o que queria: *“Durou cinco minutos. Ele gozou, saiu de cima de mim e foi se limpar. Eu reclamei do tempo e falei que estava*

me sentindo mal. Ele disse que se eu não tivesse demorado tanto pra ceder ele poderia ter aguentado muito mais”.

Logo depois do sexo forçado, os dois voltaram para a faculdade e Marina chorou a tarde inteira. Até que resolveu tirar satisfação com o garoto e se assustou com a resposta dele: “Ele disse que queria decidir se o que ele sentia por mim era amor ou se ele só tinha tesão em mim, que esse era o único motivo daquela insistência”. A garota ficou ainda mais confusa e o questionou, perguntando ao garoto se ele só transaria com ela e não mais se importaria, caso fosse só tesão. Pelo que Marina conta, Thiago também estava muito confuso, pois disse que precisava pensar, que a menina estava entendendo errado e ainda deu a entender que ela estava louca sobre o assunto.

Thiago percebeu que gostava mesmo de Marina e queria continuar com ela, mas o namoro era recheado de brigas, ciúmes e situações desagradáveis para Marina. A garota conta que o casal brigava por tudo. Thiago sentia muito ciúmes dos amigos homens de Marina e brigava com a garota quando a mãe dela não a deixava dormir na casa do namorado: “Ele era muito possessivo. Ele não fazia questão nenhuma de tratar meus amigos bem e se eu fosse sair com eles era sempre um drama”. A garota ainda lembra de um episódio em que saiu com os amigos do curso de inglês e o namorado ligou 27 vezes para seu celular, deixando diversas mensagens que insinuavam diretamente que ela estava traindo-o. A maioria das mensagens diziam coisas como: “Não está me atendendo porque está me traindo?”; “O que você está fazendo de tão bom que não pode me atender?”. Nesse dia, quando se viram à noite, Marina e Thiago brigaram feio e a menina pediu desculpas, por achar que estava errada.

Ao ser questionada do porquê Thiago fazia isso com Ma-

rina, do porquê ele contornava os acontecimentos para que ela se sentisse culpada no fim, a garota afirma que não tinha força para revidar e ele sabia disso, por isso se aproveitava do “poder” que tinha sobre a menina. E ela sabia que o relacionamento não era bom.

*“Eu percebi que algo estava errado desde a primeira vez que a gente transou, mas acredito que a gota d’água foi quando percebi que estava afastando meus amigos com o meu comportamento. Eu vivia com raiva, não queria chegar perto de ninguém. Era como se eu estivesse absorvendo a raiva que meu namorado sentia de tudo e de todos”. Marina quase não saía mais com seus amigos, evitava conversar com as pessoas por conta do ciúme obsessivo de Thiago e prejudicou a relação com a mãe, por viverem brigando em função do namorado da menina. Marina inclusive reconhece que se privou de muitas coisas enquanto namorava, desde festas de amigos próximos até conversar com pessoas que o Thiago não aprovava. Mas mesmo assim, continuou com ele por pensar não merecer um relacionamento legal, já que tinha deixado para trás o seu último namorado que a fazia bem: “Eu me sentia culpada de ter terminado meu antigo relacionamento por causa de um cara assim (...). Era como se agora que eu larguei um cara legal, tenho que fazer dar certo com ele. Não posso ter largado em vão”.*

Marina deixou claro que nunca chegou a apanhar de Thiago, mas que teve medo disso acontecer muitas vezes. Quando brigavam, ele ficava muito violento e sempre socava o que estivesse perto de Marina; a parede, o volante do carro, janelas ou portas. Apesar de nunca ter encostado de forma agressiva na namorada, a garota se sentiu violentada diversas vezes: *“As agressões foram sempre psicológicas. Ele fazia eu me sentir culpada porque ele sentia ciúmes de qualquer coisa. Eu me sentia culpada se ele estava*

*com raiva, se ele estava triste... Ele fazia eu sentir que tudo era culpa minha. Que o relacionamento estar ruim era culpa minha, que eu não conseguir ficar com ele era culpa minha”.*

A questão exata por trás do comportamento abusivo mostrado em diversos relatos desse livro ainda é muito questionada e uma incógnita para muitas pessoas, afinal, o que leva alguém a tratar mal o seu parceiro? E o que leva esse parceiro a aguentar tais desrespeitos? Questionamos isso em uma entrevista com a psicóloga Maria Ivone Marchi Costa, professora no curso de psicologia da Universidade do Sagrado Coração e psicóloga clínica especializada na área de terapia em casal e a resposta foi uma mistura de razões: *“Normalmente é uma pessoa insegura, o abusador. Uma pessoa insegura e que tem necessidade de controlar o outro (...). Logicamente, que quando a gente fala de homem e mulher, também tem a questão do machismo aí por trás. Mas um machista inseguro. Porque o machismo ainda tá aí, o patriarcalismo ainda tá aí no ar, embora tenha mudado, mas ainda tá aí. Mas quem faz uso dele no relacionamento, quem é machista e acha que deve ter um maior controle e que a mulher tem que se submeter, e se não se submete vai para agressão, vai para manipulação, é o machista inseguro”.*

No caso de Marina, a garota ainda acrescenta que pelo fato de Thiago ter sido criado em um ambiente com muitos amigos/primos/irmãos homens que tinham o pensamento focado em álcool e drogas, onde mulheres não representavam nada além de um “plus” como diz a garota, isso ajudou a formar seu caráter e conseqüentemente seu comportamento, diz Marina. As ações de Thiago sempre foram abusivas. Marina deixa claro que o garoto sempre teve essas atitudes, mas que foram aumentando gradativamente à medida que o tempo do relacionamento ia aumentando.

O relacionamento acabou quando Marina viu que estava afastando os próprios amigos e as pessoas mais próximas de sua vida, em função de um namoro que não a fazia bem. *“Durante o tempo em que a gente ficou junto eu passei muita raiva e vivia sempre triste. Eu estava sempre com o coração apertado e sempre me policiando, seja na maneira de falar ou pensar. Na hora que acabou doeu muito, mas ao mesmo tempo foi como se eu tivesse tirado um grande peso das costas. Acredito que esse relacionamento foi fundamental para o meu crescimento e desenvolvimento pessoal. Eu sou uma mulher bem mais resolvida agora”*.

Marina é uma das poucas mulheres que sofreu em um relacionamento abusivo e conseguiu sair por conta própria, quando sentiu que a relação não estava mais fazendo bem. Na opinião da psicóloga Maria Ivone, é difícil para essas mulheres até falarem do que estão passando: *“Tem pessoas que não percebem (...) que estão vivendo uma relação abusiva. Mas tem outra que é questão fundamental aí. Às vezes, a pessoa não leva em frente, não sai da relação, não denuncia, porque acha que ela é a culpada. Que ela que provoca isso. De novo, não sabe o quanto vale (...) a tal da autoestima. Como se isso justificasse e desse o direito da pessoa fazer isso entende? Então, no fim, a pessoa acha que ela é culpada.”* No caso de Marina, existia culpa sim, mas ao ser questionada se já havia pedido ajuda ou contado a alguém sobre o relacionamento, ela respondeu que não queria incomodar ninguém com sua história e queria fazer a relação dar certo, por não acreditar de fato que pudesse estar em um relacionamento abusivo.

Perguntamos para Marina se durante o namoro ela conseguia identificá-lo como de fato abusivo e violento: *“Só percebi que eu estava em um quando saí dele e consegui avaliar com calma tudo o que eu passei. Durante o relacionamento nunca achei que*

*pudesse estar em um relacionamento abusivo”.* E isso de fato acontece. Muitas meninas entrevistadas para a produção desse livro não reconheciam o fator abusivo em seus relacionamentos, por diversas razões. Desde o sentimento envolvido, passando pela culpa em que sentiam por suas próprias ações, até chegar ao fato da ausência da violência física. Como disse a psicóloga Ivone, ao ser questionada sobre os traumas psicológicos que deixam as relações abusivas: *“Hoje o físico ele é mais evidente, então chama mais atenção, as pessoas tem mais medo né? Foi pro físico, tem a barreira né? Então as pessoas têm mais medo. Mas existe muito abuso, muita agressão, muito desrespeito nas relações cotidianas”.* Por não existir a presença da violência física, diversos relacionamentos abusivos não são considerados como abusivos; entretanto, os traumas causados pela violência psicológica podem ser, por vezes, até maiores do que os traumas de uma violência física.

*“Acredito que eu não seria a mulher que eu sou hoje se não tivesse passado por isso. Acredito que eu não teria tanta solidariedade com outra mulher da mesma forma que eu tenho agora”.*



## CONCLUSÃO

Todos os relatos aqui apresentados representam histórias de mulheres reais, que sofreram na pele e na mente as consequências de relacionamentos abusivos e tóxicos. Todas sentiram a necessidade de expor todos os momentos de humilhação e agressão que sofreram, com uma única vontade: fazer com que outras mulheres que talvez estejam passando por isso se identifiquem, e tenham força suficiente para saírem enquanto é tempo.

Relacionamentos abusivos representam um mal na sociedade e, muitas vezes, é algo que não é visto. Não é discutido. O assunto só vem à tona quando alguém próximo passa por essa situação e, até que se perceba que se trata de um relacionamento abusivo, muita coisa já aconteceu para suas vítimas. Um problema social que ainda passa despercebido e não produz as discussões necessárias para que se evite esse tipo de situação e erradique toda a violência que as vítimas passam, na maioria das vezes, mulheres. É uma questão de saúde pública. E vai muito além do machismo diário.

Não existe uma causa específica para que o abuso comece a fazer parte da rotina dentro de um relacionamento amoroso. É uma relação de mutualidade. O abuso é praticado e a vítima aceita. Porque ele é praticado? As razões podem ser muitas. Aquele que abusa, que manipula, que fere, que violenta, verbal ou psicologicamente, também foi uma vítima em algum momento da

sua vida. Temos exemplos claros nos relatos que confirmam isso. Muitos são vítimas de *bullying* na infância, alvo de piadas, fazendo com que se tornem adultos inseguros. Outros presenciaram dentro da própria casa cenas de abuso ou de violência, fazendo com que interpretem essa situação como algo normal. Alguns abusadores, às vezes, só cresceram dentro de uma sociedade machista, com uma família patriarcal, que acredita que a mulher deve ser feita para o lar e tem que ser uma “moça de família”. A famosa família tradicional brasileira. Onde o homem manda e a mulher obedece. E aí daquela que não for assim, submissa... Vai ser controlada pelo seu parceiro sim, até aprender a lição, nem que para isso seja usada a força física e a violência verbal.

Em outros momentos, aquele que abusa também pode ter sido exposto a diversos tipos de traumas. Morte precoce de pessoas importantes. Rejeição por parte da família. Muitos não possuem um rumo traçado na vida, pessoas que não encontraram uma satisfação profissional ou algo que gostem muito de fazer. Os motivos podem ser vários, mas todos são definidores de um único perfil psicológico: pessoas inseguras. A psicóloga clínica, Maria Ivone, define esse perfil: *“Normalmente é uma pessoa insegura, o abusador. Uma pessoa insegura e que tem necessidade de controlar o outro, a parceira ou o parceiro. Se ele é abusivo, é porque ele tem espaço pra isso. Porque o outro complementa entende? Então é uma relação. Que um invade, tem necessidade de controlar, às vezes não consegue ou a pessoa não faz aquilo que a pessoa quer. Então é uma pessoa insegura, e que pra conseguir o controle, pra conseguir com que o outro faça e haja do jeito que ela quer, usa as armas que tem. Da agressão, da agressão verbal, da imposição, da manipulação e por aí vai.”*

E aí, na maioria das vezes, o que era para ser algo saudável,

se torna abusivo e desastroso. Essas pessoas inseguras entram em relacionamentos e a maioria das suas vítimas, que são mulheres, passam a aceitar tudo o que acontece sem questionar. Pois as mulheres são educadas para fazer o que o homem lhes impõe. Crescem com a ideia da romantização dos relacionamentos, onde aqueles que amamos tornam-se príncipes. Tudo o que ele faz é para o bem. Se ele agride, é porque ela mereceu. Se ele xingou, foi porque ela fez algo que lhe desagradou. Os homens se tornam donos da relação e as mulheres passam a se sentir culpadas de qualquer briga ou tensão que aconteça.

As vítimas têm a sua autoestima destruída. E é por isso que a maioria não consegue sair por vontade própria de seus relacionamentos tóxicos. Até porque, não existe mais vontade própria. Não existem mais as próprias vontades, não existem mais seus próprios amigos, não existe mais amor próprio. A maioria das ações são condicionadas de acordo com que o parceiro aceita. Com o que o parceiro acredita ser o certo.

A vítima é completamente anulada e não consegue enxergar com os próprios olhos a realidade que está vivendo. Passa a aceitar tudo o que o parceiro lhe impõe, todas as situações de humilhação a que é exposta, pois acredita que merece. Não acredita que possa existir outro tipo de amor, pois dentro de seus relacionamentos, passam a aceitar que não existirá mais vida sem aquela relação. Sem aquele homem que ama, mas que também agride. Aquilo que era para ser um laço se torna um nó. Forte. Difícil de ser desatado. E que, cada vez que se tenta desmanchar, machuca os dedos. Sangra, fere e sufoca.

O sofrimento que vítimas de relacionamentos abusivos enfrentam não é exposto de forma escancarada. Uma vez ou outra, alguns casos viralizam nas redes sociais. Mas não se sabe

os desdobramentos da situação. Ninguém quer enxergar todo o sofrimento passado até que essas mulheres tomem coragem de expor seus parceiros, sem temerem pela sua própria vida. Problemas psicológicos graves são desencadeados em vítimas de relacionamentos abusivos. Depressão, síndrome do pânico, crises de ansiedade, transtornos alimentares, tentativas de suicídio. Casos que se tornam de responsabilidade da saúde pública, mas as causas dos transtornos não são discutidas. A pauta das mulheres nunca tem voz. Elas são as loucas. As exageradas. As frágeis e paranoicas.

E é por isso que esses relatos servem para fomentar algum tipo de discussão social. A maioria dos adolescentes e jovens passam por diversas situações que os transformam psicologicamente, gerando transtornos e atitudes que podem ferir a outras pessoas, à longo prazo. E as mulheres se tornam vítimas fáceis, por serem educadas desde cedo a serem submissas e aceitarem o amor que acham que merecem. E, a partir das relações amorosas, não possuem sua identidade totalmente formada. Possuem uma autoestima frágil e são condicionadas pelo machismo, acatando as atitudes masculinas por acharem que eles possuem mais poder. Mais autoridade. E que são superiores a tudo e a todos, passando por cima da outra pessoa, sem que haja questionamentos.

O movimento feminista, que vem ganhando mais força a cada dia, traz como pauta a erradicação desse problema, fazendo com que as mulheres se lembrem a cada dia da sua força e da sua capacidade de ser o que quiser. Ainda mais dentro de uma sociedade que ainda tem o machismo predominante, onde as mulheres adquiriram seus direitos recentemente e vêm lutando para conquistar o mesmo espaço dado aos homens há anos. Em

todos os sentidos, seja no âmbito profissional, social ou comportamental.

A importância de uma educação desde a infância, pautada nos princípios da igualdade de gênero, pode ser uma chave poderosa capaz de fazer com que o número de meninas dentro de um relacionamento abusivo diminua. E fazendo com que um grande número de meninos deixe de se tornar possíveis abusadores. Fazendo com que elas se lembrem de que não podem aceitar que os homens as façam submissas dentro dos relacionamentos. E que eles devem respeitar o espaço das mulheres e valorizar a força da mulher que tem ao seu lado. E lembrar que as mulheres não devem aguentar humilhações e agressões, sejam elas verbais, físicas ou sexuais. Pois todas possuem efeitos igualmente perigosos para a estabilidade mental e social. E que o homem seja educado a respeitar a mulher, seu corpo e suas vontades, sem invadir de forma abusiva sua mente e os limites do seu corpo.

E que ninguém deve lhe impedir de fazer o que quiser e de ser o que se quer ser em nome de um amor. Amor não nos transforma, o amor nos aceita exatamente como somos e nos ajuda a sermos pessoas melhores. O amor não impõe, ele nos ajuda a enxergar os caminhos mais adequados e as melhores decisões a serem tomadas em conjunto. O amor não agride, o amor cura. O amor não controla, ele deixa livre. E, acima de tudo, o amor não foi feito para doer. Que todas as mulheres no mundo tenham essa certeza todos os dias.

E, caso você esteja passando por isso, lembre-se: existe vida pós-relacionamento abusivo sim! Uma vida inteira pela frente, disposta a te lembrar todos os dias o quanto ela é bonita e cheia de oportunidades. Cheia de pessoas novas a serem conhecidas. Repletas de sonhos esperando para serem realizados.

Esperando que seu sorriso mais sincero desabroche do seu rosto e suas vendas finalmente de seus olhos caiam, para que a luz entre de novo no seu caminho. Fazendo-a enxergar novamente que você não está sozinha. E nenhum sofrimento vale a pena e nenhum amor deve ser aceito quando ele dói. Quando há mais lágrimas do que sorrisos. Quando há mais dor do que carinho. E quando há mais a outra pessoa do que você mesma. Abre a janela e deixa que o sol invada e te convença do quanto você é importante e só você pode ser protagonista da sua própria história. E ela merece ter um final feliz.

