DiArio de um Magro

(15 **dias** num **spa**)

de

MARIO PRATA

ilustrações

PAULO CARUSO

prefácio

FERNANDO MORAIS

5ª Edição

EDITORA

DADOS DE COPYRIGHT

Sobre a obra:

A presente obra é disponibilizada pela equipe ***Le Livros*** e seus diversos parceiros, com o objetivo de oferecer conteúdo para uso parcial em pesquisas e estudos acadêmicos, bem como o simples teste da qualidade da obra, com o fim exclusivo de compra futura.

É expressamente proibida e totalmente repudiável a venda, aluguel, ou quaisquer uso comercial do presente conteúdo

Sobre nós:

O ***Le Livros*** e seus parceiros disponibilizam conteúdo de dominio publico e propriedade intelectual de forma totalmente gratuita, por acreditar que o conhecimento e a educação devem ser acessíveis e livres a toda e qualquer pessoa. Você pode encontrar mais obras em nosso site: ***LeLivros.site*** ou em qualquer um dos sites parceiros apresentados neste link.

"Quando o mundo estiver unido na busca do conhecimento, e não mais lutando por dinheiro e poder, então nossa sociedade poderá enfim evoluir a um novo nível."

DiArio

de um Magro

(15 **dias** num **spa)**

de

MARIO PRATA

ilustrações

PAULO CARUSO

prefácio

FERNANDO MORAIS

511 Edição

globo

E D I T O R A

Se um dia a vida resolvesse encarnar no corpo de uma pessoa, certamente escolheria

a Mônica Araújo, a quem dedico este trabalho.

Tão gostoso quanto ela.

Prefácio

11a

Uma Generosa Capa de Bacon

Tenho a impressão de que o Mario Prata me escolheu para prefaciar este livro como uma espécie de retribuição. Afinal, fui eu quem o arrastou para essa aventura. Eu me explico. Nunca fui gordo. Ou melhor: ficar gordo nunca foi uma de minhas preocupações. Mas em 1990, depois de 33 anos consumindo dois maços de cigarros por dia, capitulei ao terrorismo antitabagista do doutor Adib Jatene e a uma pneumonia dupla - e parei de fumar cigarros. 0 primeiro resultado foi o aparecimento (lento, gradual e seguro, como uma democracia de general) de uma generosa capa de bacon em torno da minha cintura. Meu peso, que nunca exce-dera os 72 quilos desde que me tornei adulto, deu um salto acrobático para oitenta quilos. Para encurtar a conversa, em mea-dos de 1996 eu estava pesando 88 quilos.

Menos por vaidade, mas principalmente por medo de car-diopatias que mataram meus avós e que acabariam levando meu pai, resolvi tomar vergonha na cara e emagrecer. Foi aí, por volta de agosto do ano passado, que eu vi, na primeira página da *Folha*, uma foto do ator Antonio Fagundes com cara de menino, apesar da barba grisalha, como resultado de uma dieta que lhe subtraíra dez quilos. Os autores da proeza, dizia a reportagem, eram os médicos de um spa em Sorocaba, a cem quilômetros de São Paulo.

Sempre achei que spa era um lugar que ricos freqüentavam para aparecer em colunas sociais, mas ali na capa da *Folha,* em cores, estava uma prova eloqüente de que o negócio parecia funcionar.

Apesar de velho admirador do ator (desde que, trinta anos atrás, ele fez o Chicó do *Auto da Compadecida,* dirigido por George 7

Jonas), nunca tive intimidade com Fagundes. Mesmo assim, enviei-lhe um fax pedindo mais informações sobre a metamorfose que vivera. Gentilíssimo, ele respondeu no mesmo dia e fez, ao telefone, um convincente comercial do lugar (que contou chamar-se São Pedro - Spa Médico). Depois de dez dias lá, a mudança não tinha sido apenas no peso, mas principalmente na cabeça. Entrou gordo e estressado e saiu magro e zen. "Descobri prazer até em tomar água", disse ele. "Pode ir que você vai adorar."

Eu já estava decidido a ir, mas ainda temia que passar duas semanas cercado de

gente chata e obsessiva com gordura pudesse ser uma pedrada. Resolvi cooptar alguém para compartilhar o que eu i maginava serem 1 catorze dias de infortúnio, e a primeira vítima que me ocorreu foi o Mario Prata. 0 escritor e dramaturgo sempre teve uma silhueta de bailarino espanhol, mas amigos comuns me diziam que ele andava meio macambúzio pelos bares da moda (suspeita que ele confirmava em sua coluna no *Estadão,* na qual vivia fazendo apologia de Prozac, Zoloft, Anafranil, Frontal, Lexotan e outras novidades inventadas pela química para desen-tristecer as pessoas). Prata topou no ato, e dias depois nós cruzáva-mos os portões de ferro dos doutores Castanho e Sérgio, no São Pedro - Spa Médico, em Sorocaba. Portões que, imaginávamos os dois, deveriam ter no pórtico o trecho do verso da *Divina Comédia:*

"Lasciate ogni speranza, vol che entrate". Engano ledo e ivo.

0 resultado está aqui, neste delicioso *Diário de um Magro (ou Me Ajuda, São Pedro!).* Com o humor e a ironia que são marcas registradas de quase tudo o que Mario Prata escreve, este livro, além de divertir muito o leitor, mostra que o tal de spa, que ambos víamos com enorme preconceito, é verdadeiramente eficiente. E

que, além de não doer, é mesmo (como Fagundes anunciara) um excelente lugar para desentupir não apenas as coronárias, mas a alma. E a fauna, que imaginávamos formada por gordos loucos, é composta, pelo menos no que pudemos ver nas duas temporadas que passamos no São Pedro (sim, nós voltamos lá mais de uma vez), de gente encantadora. Não dá para botar aqui o nome de todo Q

mundo, mas ganhei lá, entre outros, amigos como o maranhense Joaquim Haickel, o paulistano Ladislau, os mineiros Vavá e Marcelinho e a pernambucana Mônica, a quem o Prata dedica este livro.

Recomendo *Me Ajuda, São Pedro! (ou Diário de um Magro)* não apenas às pessoas que estejam interessadas em perder peso, mas também a quem quiser passar algumas horas hilariantes em companhia do Mario Prata.

A simples leitura deste livro não vai emagrecer ninguém, natu-ralmente, mas pode ajudar a reduzir o estresse. Bom apetite.

PS.: Por último, mas não menos importante: acabo de subir na balança e o ponteiro não deixa margem a dúvidas. Estou pesando 73 quilos.

Fernando Morais

9

SPA

• nome teve sua origem na estação de águas da província de Liege, Bélgica, onde a hidropatia foi desenvolvida a partir de 1626.

• maior do mundo em termos de acomodação é o de Vichy, em Altier, França, com 14 mil apartamentos.

• francês localizado à maior altitude fica em Barège, Hautes Pyrénès, a 1.240 metros acima do nível do mar.'

1 Guinness Book, 1996. Editora Três.

1 1

dez...

i

À

çc

-

o21

Tudo gente fina.

Nu

Eu estava preocupado com o meu carro, a minha mala e o computador.

Quando o pesado portão de ferro se abriu, um sujeito pediu meus documentos e a chave do carro. Apontou a recepção. E o portão se fechou, deixando o mundo lá fora.

-Tire a roupa!

- Como, senhora?

- Fica de cueca e sobe ali.

Uma enfermeira, talvez. Eu já tinha conhecido todo o lugar com uma recepcionista e o diretor administrativo daqui.

- Sobe ali.

Num negócio que parecia tudo, menos uma balança.

Era, era uma balança.

- Agora fica esticadinho ali, que eu vou ver a sua altura.

- Esses fios todos são para quê?

- Eletro. Deita ali, Mario.

Como ela já sabia o meu nome?

Devo confessar que eu estava com a meia de ontem e não tinha tomado banho naquele dia. Tinha chegado de viagem. Guiado.

Suado. A noite anterior... Minha cabeça...

Minha meia estava fedendo. Pra valer. Ela pediu que eu tirasse a meia também. Não sei se para o exame geral ou pelo exame particular ao qual ela já havia se submetido.

- E o seguinte, o meu carro... 0 computador, sabe?

- Não fala nada agora.

Meu Deus, onde é que eu estou?

- Agora você vai soprar aqui. Puxa o ar, segura e solta com toda a força aqui neste tubo. Isso.... Isso. Assim! Agora solta!!!

Soltei, fiquei tonto, disfarcei.

- Agora você vai falar com a endo.

- Com quem?

- Com a endo.

- Ah, claro, a Endo (deve ser uma japonesa). E o meu?...

- Fica tranqüilo. E aquela lá, a endo, ó.

- Claro.

Era um fim de tarde de uma quarta-feira de outubro. A pri-mavera estava

começando a colocar as manguinhas de fora e o sol baixo vinha bem na direção da porta do meu chalé, como se a abrisse para mim.

Entrei e estava tudo lá, bonitinho. Mas, o carro, eu nunca mais veria.

Fecho a porta, deixando o bosque para trás, e algo me chama a atenção: tinha um aviso no quarto. Ao paciente. Percebi que o paciente era eu.

E eu, que vim para cá achando que era hóspede?

Cesariana'

Quando não tinha nada, eu quis.

Bomba

O que mais tem me impressionado aqui, neste primeiro dia, é como todos eles, os funcionários, os médicos, todos enfim, são eficientes e simpáticos.

Te juro que logo nas primeiras horas eu estava achando meio demais, meio viadagem. Comecei a achar que era falso. Cortesia demais para o meu gosto. Depois, pouco tempo depois, eu vi que era assim mesmo.

Você pode estar onde estiver que, quando eles querem, te acham. E olha que isto aqui é um bosque meio grandinho. Se você tem uma entrevista ou consulta com alguém, eles te localizam.

Tem uma máquina aqui, parecida com a bomba, aquela bomba 2 Toda nota com o nome Cesariana é uma homenagem do autor a Chico César.

18

de comer.Você entra nela, ela se fecha, acendem umas luzes esqui-sitas lá dentro. Sabe pra quê? Bronzear. Pode?

Pois eu estava lá dentro, na bomba, numa boa, pegando uma cor e ouço lá do mundo exterior:

- Mario, psiquiatra daqui a meia hora.

Grito:

- Como é que você sabe que sou eu que estou aqui dentro?

Ela já tinha ido. Relaxei e me queimei.

Sacanagem

Nunca tive muita paciência com os velhos e as velhas.

Principalmente depois que, agora, chamam-se idosos.

Sei lá por quê, eu sempre achei que toda velhinha era puritana e beata.

Coisa da minha infância, colégio de padres, bisavó caduca, não sei.

Pois aqui eu (ia me esquecendo de dizer que aqui também tem mulheres pacientes. Muito pacientes) comecei a conversar com elas. A gente começa contando piadinha de salão, vai ficando amigo, depois parte para uma mais picante e, de repente, tá uma pornografia que você jamais poderia imaginar.

Como as velhinhas são sacaninhas, gente! Sacaninhas, não.

Sacanas mesmo! No melhor sentido que a palavra possa ter. Que velhinho era sacana, eu já sabia.

Não existe nada melhor no mundo do que uma sacanagem bem feita, pensei outro dia, roubando um palito de cenoura de um paciente que estava no restaurante, ao meu lado.

-Você viu um palito de cenoura por aí? Um assim de meio milímetro de largura por dois de comprimento? Vestido só de vi-nagre?

- Eu?

19

Gordos

f ,

Sábados e domingos são dias de visita.

, o

Da uma às cinco. Como ninguém me

-

,

o 0

visita, como no romance do Campos de

,

- „ o 7°

Carvalho, fico na sala vendo os visitantes Q

~'7

o

dos outros pacientes, pensando em com-

'

9

0

prar um deles (visitantes) para me visitar.

Interessante como quase todo gordo

ou gorda tem uma família de gordos. (Já

me disseram que aqui não se usa a palavra gordo. Usa-se obeso.

Agora eu pergunto para você: obeso não é muito mais pornográ-fico que gordo?)

Não sei se eu já contei que aqui são todos gordos. Homens e mulheres, jovens e velhos.

Menos eu.

Quando eu cheguei, éramos quase metade homens. Hoje, oito dias depois, somos cinco homens e 25 mulheres. Um dos homens é velhinho, outro está com a mulher, um não sai do quarto e o outro parece não gostar da coisa.

Sobro eu.

Vinte e cinco gordinhas, no bosque, só para mim.

Depois eu conto o engraçado que é a nossa relação. Hoje adoro as minhas gordinhas, desde que as conheci.

Meia

- Você acha que eu estou meia gordinha?

- Não é meia, é meio.

- Como é que é?

- Não é meia gordinha que se diz. É meio gordinha.

- MEIO gordinha? Imagina. Meio gordinha... Não acredito.

- Se você fosse meia gordinha, significaria que você é só meia, **20**

só metade, entende?, só metade gordinha. A outra metade, magrinha.

- Qual parte e? A de cima ou a de baixo?

Arvore

A árvore brônquica relaxa, tornando a respiração mais fácil. A capacidade pulmonar aumenta. A função pulmonar aumenta em até 30%. Isso, após 72 horas sem fumar.'

Já pensou?

Veríssimo

Estou aproveitando a minha vida aqui para ler. Trouxe de tudo, mas nada tem me dado tanto prazer como as *Novas Comédias da Vida Privada*, do Luis Fernando Veríssimo.

Eu não tenho nenhuma dúvida de que ele é hoje o nosso maior escritor. Mas, como é humorista, a mídia e a crítica não o levam muito a sério. Já fizeram isso com um cara chamado Shaw E, hoje, a comédia da vida privada é a que eu estou vivendo aqui. É o lugar mais engraçado do mundo. Pelo menos do mundo dos loucos e demais ETs que... estamos aí.

De vez em quando, vou dizer uma frase do Veríssimo aqui.

Apelido

Acho que é o apelido que salva qualquer casamento. A primeira coisa que os noivos devem providenciar, antes mesmo das alianças, é o apelido. E tem que ser apelido novo, não vale apelido de infán-cia. 4

Quer coisa mais gostosa do que chamar a mulher da gente de gorda?

3 Sociedade Americana do Câncer.

4 Luis Fernando Veríssimo.

Rodrigueanos

Os grandes personagens do mestre Nelson Rodrigues são gordos e gordas. Os melhores, os mais espertos. E debochados.

Ricota

Este lugar é fantástico. Recebe só trinta pessoas de cada vez e tem dois funcionários para cada hóspede. 0 candidato a emagrecer passa por uma série de exames antes de começar o regime, que, realmente, é rigoroso. Às sete da manhã, comia duas minitorradas de glúten com ricota, um iogurte natural desnatado e chá ou café com adoçante.'

Novata

E quando aquela senhora, que havia chegado naquele dia, recusou o espinafre?

- Detesto espinafre! Desculpe...

Fez-se um silêncio sepulcral no restaurante.

- Mas como? Alguém recusou alguma coisa? Onde? Quando?

Por quê? Jura que viu?

Quando eu, lívido, levantei a cabeça, vi que todos os companheiros e companheiras olhavam na direção dela.

Olhares de profunda reprovação foram dirigidos para a mesa dela. Para ela, como setas envenenadas.

Mas os olhares mais significativos, imediatamente depois, foram para a bandeja onde o espinafrado espinafre jazia no caminho para a cozinha. Caminho sem volta, sabiam todos.

- Daqui a dois dias, ela vai estar implorando por esse espinafre.

Deixa ela, deixa.

5 Antoruo Fagundes, que passou por aqui antes de nrim.Tá na Caras.

22

Curinga

Estou pensando em convidar o Paulo Caruso para fazer as ilustrações deste livro.

Chuvinha

Estávamos eu e o escritor Fernando Morais a comer as nossas poucas calorias do almoço.

Eis que chegam as duas senhoras mais velhas entre as pacientes.

Elegantes, cheias de porte. Milionárias, as duas. Gado e café. Passos miúdos, como convinha. Cada uma trazia um livro na mão para os nossos autógrafos. Fernando autografa o *Olga e* eu, o *Mas Será o Benedito?*. Elas ficam emocionadas. Nós também. Partimos para o chazinho.

Depois do almoço, como sempre fazia, ficava a ler os jornais na varanda do meu chalé. Começa a cair uma chuvinha fina, dessas bem encardidas. E você não sabe o que eu vi: Descendo a ladeira, em passos bem curtinhos, como só as velhinhas sabem andar, apesar da chuva, as duas simpáticas velhinhas.

Para se protegerem da água, uma trazia *Olga*, aberto, sobre a cabeça.

E a outra, o meu *Benedito.*

PS.: Depois eu contei o caso para o Caruso que, entre risadas, ironizou:

- Por isso é que vocês vendem muito. Lançam os livros na época da chuva...

Cesariana

Quando tudo era ausência, esperei.

23

Prazer

Piadinha que uma companheira me contou:`

- Mulher de gordo sempre tem prazer duas vezes. Quando goza e quando o marido sai de cima.

nove...

Pijama

Sexta-feira, segundo dial quatro da tarde, telefonema:

- Baile do pijama, pai?

-Qual é o problema?

- Isso aí eu fazia quando tinha dez anos, nos acantonamentos, pai.

- Mas é o programa de hoje.

- Pai, mas é muita caretice.Você tem pijama aí?

-Vou de roupão.

- Sei não, pai. Sei não.

Sexta-feira, segundo dia, onze da noite, telefonema:

- Antonio, é impressionante.

- 0 baile?

- Impressionante como as pessoas aqui vão virando crianças conforme vai passando o tempo. E a agilidade das gordinhas dançando, então... De repente, você vê um alto executivo de multinacional dançando feito adolescente. E rindo. Como se ri por aqui, filho.

- Pai, eu estou achando que isso não vai dar muito certo, não.

Cuidado, bem?

- Fica frio. Estou adorando. Estou rejuvenescendo.

- Pai...

Palco

"0 homem passa por várias fases na sua breve estada neste palco que é o mundo", segundo Shakespeare:

• recém-nascido: bom mesmo é mãe.

• bebê: bom mesmo é papinha.

s na infância: bom mesmo é cheiro de Vick Vaporub.

• na adolescência: bom mesmo é acordar na segunda-feira com febre e não ir à escola.

29

*já maduro: bom mesmo é sexo.

• mais tarde: bom mesmo é figada com queijo. Melhor do que sexo? Bem... Cada coisa na sua hora.

t

• depois: pensem o que quiserem - pra mim, bom mesmo é discurso de baiano.

• já com pressão alta: bom mesmo é sal.

* já idoso: bom mesmo é escada rolante.

• no final da vida: bom, bom mesmo, é não precisar ir a lugar nenhum, mesmo sem febre."

J-1

44

\

- Só saio daqui quando meu

corpo entrar num jeans tamanho

44, disse aquela mocinha.

Padaria

Perto daqui, um ex-paciente montou uma padaria, a Real (talvez porque toda a comida aqui pareça imaginária), que não fecha nunca.

A especialidade: coxinhas de galinha recheadas com queijo Catupiry derretido (1.200 calorias, o equivalente para nós a quatro dias de café da manhã, almoço, lanche, jantar e ceia).

Alguns pacientes já foram flagrados tentando subornar passantes para descolar uma coxinha.

Dizem que a mulher de um conhecido industrial de São Paulo ofereceu ao porteiro setecentos dólares por uma unidade, me informou o Fernando Morais. 0 porteiro não cedeu.

Folclore? Muito provavelmente.

Mas que as coxinhas (comi uma, quando tive alta) são realmente uma maravilha, não posso negar.

Gula

Mais folclore: a revista *Gula* seria muito utilizada pelos pacientes adolescentes para a masturbação no banheiro.

Da mesma forma, um paciente um dia pediu um filme pornô: o video *Frugal Gourmet,* de Jeff Smith, da CNN.

Não foi atendido.

- Pornografia, não!

Se você tem entre 45 e 65 anos, preste bastante atenção ao que se segue. Se você for mais novo, preste também, porque um dia vai chegar lá. E, se já passou, confira.

Sempre me disseram que a vida do homem se dividia em quatro partes: infância, adolescência, maturidade e velhice. Quase cor-reto. Esqueceram de nos dizer que, entre a maturidade e a velhice (entre os 45 e os 65), existe a ENVELHESCÊNCIA.

A envelhescência nada mais é que uma preparação para entrar na velhice, assim como a adolescência é uma preparação para a maturidade. Engana-se quem acha que o homem maduro fica velho de repente, assim da noite para o dia. Não. Antes, a envelhescência.

E, se você está em plena envelhescência, já notou como ela é parecida com a adolescência? Coloque os óculos e veja como este nosso estágio é maravilhoso:

• Já notou que andam nascendo algumas espinhas em você?

Notadamente na bunda?

• Assim como os adolescentes, os envelhescentes também 7 Crônica publicada inicialmente no jornal *0 Estddo de S. Paulo.*

gostam de meninas de vinte anos.

• Os adolescentes mudam a voz. Nós, envelhescentes, também.

Mudamos o nosso ritmo de falar, o nosso timbre. Os adolescentes querem falar mais rápido; os envelhescentes querem falar mais lentamente.

• Os adolescentes vivem a sonhar com o futuro; os envelhescentes vivem a falar do passado. Bons tempos...

• Os adolescentes não têm idéia do que vai acontecer com eles daqui a vinte anos. Os envelhescentes até evitam pensar nisso.

• Ninguém entende os adolescentes... Ninguêm entende os envelhescentes...

Ambos são irritadiços, se enervam com pouco.

Acham que já sabem de tudo e não querem palpites nas suas vidas.

* As vezes, um adolescente tem um filho: é uma coisa precoce.

As vezes, um envelhescente tem um filho: é uma coisa pós-coce.

• Os adolescentes não entendem os adultos e acham que ninguém os entende. Nós, envelhescentes, também não enten-demos eles. "Ninguém me entende" é uma frase típica de envelhescente.

• Quase todos os adolescentes acabam sentados na poltrona do dentista e no divã do analista. Os envelhescentes, também a con-tragosto, idem.

• O adolescente adora usar uns tênis e uns cabelos. 0 envelhescente também. Sem falar nos brincos.

* Ambos adoram deitar e acordar tarde.

* 0 adolescente ama assistir a um show de um artista envelhescente (Caetano, Chico, Mick Jagger). 0 envelhescente ama assistir a um show de um artista adolescente (Rita Lee).

• O adolescente faz de tudo para aprender a fumar. 0 envelhescente pagaria qualquer preço para deixar o vício.

* Ambos bebem escondido.

• Os adolescentes fumam maconha escondido dos pais. Os envelhescentes fumam maconha escondido dos filhos.

• 0 adolescente esnoba que dá três por dia. 0 envelhescente, quando dá uma a cada três dias, está mentindo.

* A adolescência vai dos dez aos vinte anos: a envelhescência vai dos 45 aos 65. Depois, sim, virá a velhice, que nada mais é que a maturidade do envelhescente.

* Daqui a alguns anos, quando insistirmos em não sair da envelhescência para

entrar na velhice, vão dizer: "é um eterno envelhescente"! Que bom.

Tardinha

Caminhar muito na praia à tardinha, se não é para pegar marisco, é infelicidade.'

Cesariana

Quando tive frio, tremi.

Exames

A enfermeira me deu um kit muito bonitinho. Uma latinha com um palito de sorvete e um vidrinho com uma marca no meio.

-Aqui você colhe as fezes e neste a urina até essa marquinha.

Tem que ser de manhã, em jejum. 0 primeiro jato da urina não vale. Tem que ser o segundo.

- Pode deixar.

Quase não dormi só de pensar no trabalhão que aquilo iria me dar na manhã seguinte.

A urina, tudo bem. Primeiro jato, não! Segundo jato no vidrinho.

O problema era o cocô. Como é que eu vou embirocar o material aqui nessa latinha de, no máximo, dois centímetros de largura por meio de altura?

$ Luis Fernando veríssimo.

33

Será que esse palitinho de sorvete é para ir direto ao local e dar uma geral? Gente, que dúvida!

Lá estou eu no banheiro. A urina já recolhida (segundo jato), mas o resto...

Pensei: vou fazer no bidê, depois uso o palitinho. Lavei o bidê.

Vai que uma sujeira aí venha depois a comprometer as minhas saudáveis fezes! E depois teria que lavar de novo o bidê, claro.

Fiz. Colhi com o palitinho, coloquei na latinha, como quem estivesse passando ricota numa torradinha de glúten. Limpei as bordas, lavei o bidê com água fervendo.

E levei para o ambulatório, morrendo de vergonha.

O que não faz um homem de cinqüenta anos...

Depois vieram os resultados. Xixi e cocô dentro da maior nor-malidade. Ainda bem.

Folclore

Claro que todos falávamos de comida e trocávamos receitas o tempo todo, mas isso na base do bom humor. Não havia contra-bando de chocolates, nada desses folclores que se contam. As pessoas eram muito agradáveis, umas ajudando as outras a superarem suas dificuldades.'

Ergométrica

Cardíacos:

-Tens caminhado?

- Não. Cadê tempo?

- Faça como eu, compre uma bicicleta ergométrica. É muito mais prático, pode-se usar em qualquer clima, é mais seguro...

-Você faz bicicleta ergométrica quantas vezes por semana?

- Nenhuma. Cadê tempo?"

9 Antonio Fagundes.

34

Io Luis Fernando Veríssimo.

Fiada

Estamos eu e um companheiro a fazer xixi. Entra um outro, afobado, com pressa, encosta a cabeça na parede, tira o material para fora e urina com uma satisfação inigualável. E diz, ao terminar o serviço:

-A melhor coisa do mundo é mijar!!!

E sai. No que o meu companheiro, olhando para o próprio sexo, reflete baixinho:

- Ou esse cara nunca trepou ou eu é que nunca mijei direito...

35

oito...

N

Roupao

Eu tinha um amigo em Lins, na infância, muito elegante. Aliás, o Ribinhas é assim até hoje.

Um dia, fui até a casa dele para fazer uma lição e ele me recebeu (tinha uns dez anos) com um roupão azul-claro. Fiquei com inveja. Ao mesmo tempo achava que aquilo era coisa de rico.

Nunca usei roupão na minha vida.

Mas, aqui, usei pela primeira vez. Como é bom usar roupão, gente! Até roubei o meu. Branco.

Aliás, estou escrevendo isto com ele. Dá vontade de nunca mais tirar. De tomar outro banho só para sair de lá com ele.

Poluçoes

As pessoas aqui costumam, como nos internatos de adolescentes, ter poluções noturnas.

Mas, em vez de sonharem com Sandra Bullock,Vera Fischer ou Sharon Stone, o objeto dos desejos oníricos, em geral, é o misto de frutos do mar do Mássimo, o risoto com molho de ossobuco do Gero, as empadinhas de frango do Nabuco, o fuzili com ragu do Jardim de Napoli, os canapés do Antiquarius, o rosbife com salada de batata do Kakuk, a rabada do Dona Felicidade."

Tem gente que tem orgasmos durante o sono ao sonhar com copos de Johnnie Walker vermelho, da cachaça Salineira (melhor que a Havana!), do vinho branco seco gelado Cálem, das canecas de cervejas Guinness e Urkell.

Meu querido e paciente leitor: me desculpe as tentações acima, mas não resisti. Já estou aqui há sete dias. Não custa sonhar.

Chegada

A Avenida São Paulo estava no número um. Eu tinha que ir até I1 Restaurantes de São Paulo.

41

o 3.333. Não sei por quê, me lembrei do Gil. Expresso 2222. Se oriente.

"Se oriente, rapaz, pela constelação do C uzeiro do Sul", pensava eu.

Confesso que nesses 3.333 metros, saindo do centro da cidade para sei lá onde, pensei em desistir.

A noite anterior tinha sido braba. Estava acabado, fim de linha.

O que me esperaria lá?

Um campo de concentração?

Um colégio interno?

Uma prisão?

E se fosse um hospício?

"Vim até aqui, não posso desistir."

Um enorme portão. Pesado. Um segurança forte caminha na minha direção.

"É irreversível. Seja lá o que Deus quiser."

O portão se abre.

São Pedro me recebe, ao vivo e em cores.

Entro para o campo de concentração, para o colégio interno, para a prisão? Ou seria um hospício?

Quinze dias depois, o portão se abriria para a minha "alta".

Era tudo o que eu imaginava e mais. Muito mais.

Zoológico?

A primeira piadinha que ouvi aqui:

- Sabe como isto aqui é conhecido?

- Tou chegando...

- Zoológico.

- Zoológico?

- A gente come feito passarinho, caga feito cabrito e ri

"quiném" hiena.

Era verdade.

42

Iüassageado

Aqui tem uma máquina completamente aerodinâmica e futurista, onde você entra (fica só a cabeça de fora) e ela, por conta e juízo próprios, faz uma massagem em todo o seu corpo. Ela começa a tremer.

Como eu sempre estava bisbilhotando por ali, a moça achou que eu já conhecia a máquina, me enfiou lá dentro e ligou. A dana-da se chama "A Cápsula do Bem-Estar".

Começou a tremer. Gostoso. Além de tudo, vem um ventinho na sua cara, para refrescar, já que lá dentro a temperatura vai aumentando gradativamente. Assim como o tremor.

Bem na minha cara, tinha um radinho. Mas como eu iria ligá-lo se estava com as mãos lá dentro? 0 negócio começou a esquentar e a tremer cada vez mais.

Tinha um painel na minha frente com letras miudíssimas. Mas eu estava sem óculos. Com um pouco de perspicácia descobri que tinha dois buraquinhos para enfiar os dedos. E uma porção de indi-cadores com luzinhas que iam subindo aos quadradinhos. Notei que uma era a temperatura e a outra, o tremor.

Só que eu não conseguia ler, nos painéis, onde é que abaixava a temperatura que agora já havia passado dos trinta graus. E a coisa tremia cada vez mais. Fora, ouvia uns estrondos, como se fossem trovões. Comecei a apertar, aleatoriamente, os comandos. Agora foi o vento na cara que aumentou. Não conseguia ver mais nada.

Quase quarenta graus. A coisa parecia que ia explodir. Apertei outro botão, o rádio ficou altíssimo. E os estouros continuavam.

Vou morrer trêmulo e torrado.

Suava.

Completamente quebrado, descobri que era só empurrar a tampa que tudo parava.

Alívio.

Passo pela recepcionista:

- Já?

-Tenho endo. Tinha esquecido.

Saio dali correndo. Chovia muito forte. Os barulhos que eu ouvia dentro do microondas eram mesmo de tfovões.

Coca

Uma paciente jornalista senta-se na minha mesa para o jantar.

Dois minutos depois, como é normal aqui, a gente já estava íntimo.

Ela:

- Não sei o que eu estou fazendo aqui. Aqui não tem nem sexo, nem maconha, nem Coca.

Olhei bem para ela. Respondi:

- Olha, Coca eu não tenho, agora o resto...

Ela não entendeu a minha mensagem. Ou será que entendeu e me achou ainda um pouco inchado?

Cesariana

Quando tive coragem, liguei.

Cetose

E uma espécie de TPM (tensão pré-menstrual) que dá depois que a pessoa inicia o emagrecimento. Dá um revertério.

Depois acostuma e fica numa boa, quando inicia a fase de começar a rir, ludicamente conhecida como Bobose.

Apoio

Quando eu cheguei aqui, a coisa estava bem distribuída.

44

Homens e mulheres.

Agora, uns dez dias depois, somos dois homens e 28 mulheres.

Estou morrendo de medo de uni assédio sexual.

E não vou ter como escapar. Se uma delas se sentar em cima de mim e mandar eu me mexer, só vou conseguir virar os eSPAntados olhinhos.

N

Atração

Toda noite, entre o jantar e a ceia (ceia?), tem uma atração no restaurante que vira bar: bingo, karaokê, baile, campeonato de buraco, serenata.

E não é que é maravilhoso? Fica todo mundo bêbado. Lá pela meia-noite, já tem "coronel" nordestino fazendo strip-tease (só a parte de cima).

Descobri aqui que o que embriaga não é o álcool. São o bar e as companhias. 0 clima.

Juro que, depois de quatro refrigerantes diet, eu estava numa boa.

Aliás, todo mundo estava numa boa.

Idéia

Hoje, no meu quarto dia aqui, tive a idéia de escrever este livro para que fosse distribuído de graça para os futuros pacientes.

Algo como as (im)pressões de um (im)paciente escritor que passou por aqui.

Contei a idéia para os médicos-donos e eles ficaram um pouco de pé atrás. Mas sentiram que podia dar samba.

Acho que vou ter que escrever um capítulo e mostrar para eles.

Devem estar achando que o livro vai ser uma esculhambação total.

45

Mas senti que eles vão topar.

Disseram que são muito ortodoxos. Eles pensam isso, imagine.

No fundo, sabem que não.

Curinga II

O Paulo Caruso aceitou ilustrar o livro. Deve vir para cá amanhã.

46

sete...

OVNI

Heloisa, a cabeleireira daqui, que não havia lido o texto a seguir, lavava os meus cabelos, tirando o cloro da piscina, antes de cortá-los.

De repente, sem mais nem menos, resolve me contar um "so-nho muito doido que eu tive ontem".

Era mais ou menos assim:

No sonho, ela estava numa sala com mais algumas pessoas que ela não lembra quem eram.

De repente, pela janela, entrou, voando, um estranho objeto e pousou no chão. Ela foi ver o que era.

- Era uma pilha, dessas comuns, só que na frente tinha uma hélice e dos lados, duas turbinas. Aí me disseram para ficar longe porque podia explodir. Mas como que uma coisa dessa pode explodir, eu disse, né? Mas aí, sabe?, eu peguei e joguei pela janela.

Mas, no sonho, eu continuava lá dentro daquela sala, doida de vontade de ir lá fora para ver o negócio. Você, escritor, sabe o que significa esse sonho?

- Era apenas mais um ET chegando aqui. Era um disco voador.

- Imagina.

- Leia a minha crônica do *Estadão* de amanhã que você vai entender.

Continuou lavando minhas melenas e, provavelmente, pensando:

- Cada figurinha rara que me aparece por aqui...

CrónicaÒ homem enlouqueceu. Não entendi nada. Minha família (os mais velhos) odiou. Os mais jovens (filhos e amigos deles) ado-raram. Cartas,

telegramas, telefonemas nacionais e internacionais.

Tudo isso porque eu escrevi um dia, no *Estadão,* que eu sou um ET

12 Crônica publicada inicialmente no jornal *0 Estado de S. Paulo.*

(vim do futuro aqui da Terra) e que tinha uma missão a cumprir aqui no meu passado.

O problema maior foi com os meus superiores lá do futuro.

Disseram que não estava na hora (ainda) de me manifestar e me mandaram para um Centro de Reciclagem para que eu caísse em mim. Um Centro de Reciclagem só para gente como eu: pessoas do futuro.

Só nós, ETs, sabemos onde fica esse lugar. É em algum local do interior do Brasil. Um bosque como o dos gnomos, cercado de eucaliptos por todos os lados. Pessoas altamente especializadas em medicina avançada, nutricionismo, conforto, paz e amor tratam da gente. Algumas drágeas, pouca comida. Exercícios. Malhação, como dizem.

Aparelhagem futurista, pôr-do-sol de verdade, eclipses da lua todo dia. Estamos todos muito felizes. A gente se diverte. Aqui, todos nós, homens e mulheres do futuro (ou ETs, como preferem), viramos, da noite para o dia, crianças. Estamos todos preocupados em preservar o corpo. E a cabeça, principalmente. Estamos, cada um de nós, preocupados com o nosso futuro e o seu.

Este local, de onde estou escrevendo agora, só nós, que já viemos para cá, conhecemos. É o lugar do futuro. Uma coisa que começou, timidamente, no final do século XX. Hoje, no século XXII, de onde a maioria daqui veio, é fato corriqueiro. É a nova democracia. A democracia da caloria. Das trezentas calorias.

Uma das minhas missões aqui no passado é a de informar você de uma coisa que está sendo esquecida neste final de século: as duas únicas coisas que temos, que são só nossas, são o nosso nome e o nosso corpo. Isso nunca dividimos com ninguém. Portanto, temos que cuidar muito bem do nome e do corpo. Um dia, você também vai chegar a essa conclusão, como nós, que estamos aqui, já

chegamos. Sei que não é fácil.

Isto aqui, este bosque, este jardim dos finzi contini, este castelo de marienbad, me lembra a cena final do filme *Farenheit 451* (é esse mesmo o nome? Já faz três séculos), aquela história onde era 52

proibido ler. Então os "revolucionários" fugiam para um parque e cada um se dedicava a decorar um livro para passar para as próxi-mas gerações. Shakespeare, Dostoiévski, Rimbaud, etc. Ficavam passeando _pelo jardim, decorando.

Aqui, fazemos mais ou menos isso. Ficamos todos, com brancos roupões, a passear pelas perfumadas alamedas, pensando em nós. E

nos outros.

Somos uma família de trinta pessoas. Tem ET de Pernambuco, do Uruguai, de Orlândia, de Ibitinga, de São Paulo, Santos.Vitória!

Tudo ET, tudo gente do futuro, aqui, a fim de te ajudar.

A família é de alta rotatividade. Todo dia vai um embora e chega outro. A gente fica curioso para saber o que aquele ET tem de missão aqui na Terra do passado. Essa nossa comunidade, posso lhe afirmar com certeza, é o começo do futuro para você, de hoje.

Como disse o Antonio Fagundes (um dos nossos ETs mais famosos), aqui ele aprendeu a beber água.Você tem tomado água ultimamente? Não sabe como é bom. Faz muito bem. No futuro, não temos nem mais álcool, nem nicotina. Só um tapinha, de vez em quando, que ninguém é de ferro. Será o mundo da cetose. E da bobose.

Claro que muitos de nós, com essa alimentação absurda do final deste século, estamos um pouco gordinhos (ou obesos, como dizem aqui). E como é bonito ver cada um deles ou delas na luta para preservar o corpo e, nomeadamente, a mente.

O mais interessante é que as pessoas que cuidam de nós com tanto carinho sabem que todos nós somos ETs. 0 que eles não sabem (médicos, enfermeiras, funcionários, etc. e tal) é que eles também são. Só que ainda não perceberam.

Não receberam o aviso do futuro explicando qual a missão deles aqui no passado. Mas agem como se já soubessem.

E aqui que eu estou me encontrando com o meu corpo e a minha cabeça, que andavam antigos, velhos e cansados. Como se eu fosse alguém com três séculos de vida.

Me ajuda, São Pedro!

53

Ontem

Um dia antes de vir para cá:

Acordei às dez da manhã na casa da minha namorada. Tinha ido dormir às três da manhã, meio bêbado, mais dois maços de cigarros e outros fumos.

Tremia. Minhas extremidades tremiam. 0 coração batia muito forte. Minhas mãos suavam. Não conseguia sair da cama.

Pensei em não vir para cá. Não podia chegar daquele jeito.

Vou ao banheiro. Vomito. Primeiro o catarro, depois a bílis.

Amarela. Meus olhos saltam da minha cara. Vermelhos. Olho no espelho e canto para mim mesmo:

"Todo dia ele faz tudo sempre igual"...

No dia anterior, tinha sido igual.

Escrevi até o meio-dia e tomei o meu primeiro uísque, em jejum. Fui para o restaurante. Outro uísque enquanto comia pouco e duas cervejas depois. Fui para o bingo, tomei umas cinco cervejas.

Não jantava mais. Continuava a beber no bar.

"Todo dia ele faz tudo sempre igual"...

Resumo do dia: meia garrafa de uísque e umas dez latas de cerveja. Como

sempre.

Uma amiga me telefona. Seu pai morreu. Tinha que passar lá.

Caído, a barba por fazer.

Passo no velório, minha afilhada Maria, cinco anos, pergunta:

- Como o vovô sabe que morreu?

Pego a estrada para cá com isso na cabeça. Como é que uma pessoa sabe que morreu? Quem a avisa?

A vida estava me avisando que eu estava morrendo. Que eu não gostava mais de mim.

Chego aqui ainda trêmulo.

0 que é que eu vim fazer aqui, São Pedro?

Dias depois, teria a resposta. Ainda bem.

Cesariana

Quando tive coragem, liguei.

Bacalhau

Ao contrário dos pacientes, as três mocinhas que nos davam ginástica e hidrorrelaxamento eram bem magrinhas e, por que não dizer?, muito das gostosinhas.

Um dia, na piscina aquecida, estávamos lá. A mocinha em pé do lado de fora. De shortinho.

Conforme ela ia abrindo e fechando as pernas, o shortinho ia subindo e aparecendo a calcinha.

Do meu lado, um gordo que estava lá há mais de um mês.

Começam a aparecer uns pelinhos lá debaixo. Cutuco o companheiro.

- Tá vendo?

Ele, calmo, abrindo e fechando também as pernas:

- Prefiro um bacalhau na brasa.

Saudades

No hall daqui, tem um bar maravilhoso com balcão de már-more (bom) e, atrás, uma prateleira que, quando aqui era só hotel, deveria estar repleta de todas aquelas bebibas que você puder imaginar.

Pois não preciso de muita imaginação para me sentar num ban-quinho alto de vime, ligar o Boris Casoy e beber.

Estico a mão que sai um pouco do branquíssimo roupão e pego a minha bebida no balcão.

Copo longo. Bastante gelo. Uma rodelinha de limão. Para quebrar um pouco o gosto do chá mate. Chá mate, mas inglês.

Perninha dobrada, balanço o pezinho. E solto a fumaça lenta-55

mente, vendo seus desenhos no ar, como nos comerciais.

Quem me visse de longe poderia me confundir com uma boa duma bicha velha. Francesa.

5 6

seis* ..

0

Aída, o cantinho do inconsciente.

Cama

O que mais me impressionou, assim que entrei pela primeira vez no meu apartamento, foi o tamanho da cama. É exatamente o dobro de uma cama de casal normal.

Cama para casal de gordos, deduzi.

Deitei e rolei.

Iüilton

Você já ouviu *Chegadas e Despedidas*, com o Milton Nasci-mento? Não? Procure ouvir o mais rápido possível.

Transa

Claro que pinta uma certa transa entre os pacientes. Claro.

Gordinhos e gordinhas não são de ferro. Gordo também gosta.

Gordo também é cultura.

E por falar nisso, dois deles se conheceram aqui. Não tem nem um mês.

Estão noivos. Vão se casar. Ele já emagreceu mais de oitenta quilos. Não se sabe exatamente se pelas qualidades daqui ou pelas qualidades dela.

Celular

Não estou me referindo às células de cada um deles. Mas, sim, ao telefone celular. Todos, sem exceção, têm. Tanto no restaurante como na piscina, quando toca um, todo mundo corre atrás. De quem será?

Técnica de emagrecimento? Pode ser.

61

Bichos

A tranqüilidade daqui nos leva ao rela

mento e à leitura. A

gente começa a ler de tudo. Até marcador de páginas.

Veja o que diz um marcador de páginas que eu estava manu-seando há dias, sem prestar muita atenção ao texto:

"ANIMAIS, Nossos Irmãos. De Eurípides Kühl.

Eis muitas das aparentemente insondáveis questões sobre os animais que o Espiritismo clareia, constantes desta obra:

• para onde vão os animais quando morrem?

x como é a vida das espécies na espiritualidade?

• se não têm inteligência como a humana, quem os orienta depois da morte?

• há selva na espiritualidade?

• desencarnados, os animais mantêm as mesmas características terrenas?

• animais têm carma?

• animais têm emoções?

E muito mais. Eis uma obra que faltava na biblioteca do estu-dioso!"

Fumo

Após duas semanas a três meses sem fumar, a circulação aumenta. 0 caminhar torna-se mais fácil."

Lancheira

Na minha primeira manhã, ainda estava um pouco tímido e distante para sair para uma caminhada num bosque próximo.

Estava tomando o café da manhã, quando uma gordinha gritou:

- Pessoal, o Trans-Banha está partindo.

13 Sociedade Americana do Câncer.

Trans-Banha é como é conhecido aqui o microônibus.

Duas horas depois, voltam todas suadas e vermelhas:

- Menino, você não pode acreditar no que aconteceu.

- Diga.

- A gente tava lá fazendo uma caminhada e eis que, no sentido contrário, vem vindo um grupo de estudantes, assim com uns dez anos, com suas mochilinhas.

- E daí?

- E daí que estavam todos com suas lancheiras.

- E daí?

- Será que você não percebe, cara? Dentro de cada lancheira, tinha que ter um lanche, certo?

- Claro, senão, não se chamaria lancheira.

- Menino... Coitados dos garotinhos. Todo mundo avançou em cima da garotada: "deixa a titia ver o que o lindinho tem aqui dentro, deixa?".

Depois deste dia, a direção daqui entrou em contato com as escolas, para organizarem melhor os horários de passeios.

A verdade é que, naquele dia, as criancinhas não tomaram lanche.

Novo

No quarto dia aqui, comecei a perceber mudanças na minha cabeça. Estava mudando e para melhor. Estava começando a gostar de mim. Cortei o cabelo. As meninas me chamaram de gato.

Coisa que eu não ouvia há muito tempo.

Não vinha gostando de mim. Minha filha Maria, de dezessete anos, me liga.

- Maria, sou outro.

- Não acredito, pá. Em quatro dias?

- Estou descobrindo o velho (novo) Mario Prata que tinha dentro de mim.

63

F

- Quero provas. 0 que foi que mudou?

- Estou escovando os dentes antes de dormir e fazendo a barba todo dia.

- Pá!, não acredito! Meu Deus, mas isso é um milagre!

Alguém disse que não é?

Doutora Aida

(psicóloga)

Somos uma clínica médica e tratamos

a obesidade como uma doença séria, já

`~

que afeta a pessoa nos seus aspectos fisico,

. psíquico e social, além de trazer consigo uma série de outras doenças ou

compli-cações:

hipertensão arterial, diabetes,

problemas ortopédicos, respiratórios, car-

diológicos, etc.

É uma doença multifatorial - vários fatores concorrem para seu aparecimento e manutenção: predisposição hereditária, hábito alimentar inadequado, vida sedentária, aspecto emocional e, em número muito pequeno, disfunções orgânicas. Quanto maior o número de fatores interferindo, mais dificil é o seu tratamento, daí a necessidade de uma equipe multidisciplinar para se tratar a obesidade.

Quanto ao aspecto emocional, com muita freqüência, ele fica relegado a um segundo plano. Quando uma pessoa pensa em fazer um tratamento para emagrecer, a primeira coisa que lhe vem à mente é: preciso fazer uma dieta alimentar. Alguns pensam: dieta e atividade fsica. E pouquíssimos: dieta, atividade fisica e acompa-nhamento psicológico.

Normalmente o paciente obeso olha no espelho e sente vontade de emagrecer aquele corpo, de mudar aquela imagem que ele vê refletida. Dificilmente ele pensa no que está atrás daquele corpo 64

ou em tratar aquilo que ele não vê ali refletido: seu lado emocional.

Se a pessoa está acostumada a lidar com suas emoções comendo, qualquer coisa que tire seu "equilíbrio" emocional (ou pseudo-equilíbrio) a levará a buscar na ingestão alimentar o retorno a esse equilíbrio.

As recaídas ou o "voltar a engordar" são coisas muito comuns para quem luta contra o peso.

Muitas pessoas têm o pensamento simplista de que, tendo emagrecido, resolveram o seu problema. Longe disso. Termina aí apenas uma parte do tratamento.

Uma das características do paciente obeso é a necessidade de supervisão e controle durante o tratamento e até depois de um certo tempo de atingido seu

peso-saúde, na fase chamada de manutenção.

Vir para cá, fazer uma internação e sair daqui para cuidar sozinho de seu tratamento é ainda muito precoce. Por isso, no final da internação, ele leva uma pasta contendo, além de seus exames, as orientações necessárias para a continuidade do processo e a indicação de psicoterapia, quando necessário. Pedimos aí que em quarenta dias ele volte para uma consulta com a endocrinologista e a psicóloga ou que procure estes profissionais em sua cidade, visto que recebemos pacientes do Brasil inteiro e até de fora daqui.

É a pessoa obesa que tem que escolher "ser magra", estar no seu peso-saúde. A decisão de emagrecer tem que ser dela. A sugestão, por exemplo, da internação aqui pode ser de outra pessoa, mas a decisão de vir tem que ser da pessoa com problema de peso. Na verdade, quando outras pessoas tentam impor tal decisão, os relacionamentos tornam-se tão tensos, que o resultado é um maior aumento de peso.

Uma das características freqüentes encontradas no paciente obeso é a dificuldade de dizer não. Isso vem do grande medo de desagradar.

"Se não agrado esteticamente, se não agrado sendo como sou, 65

tenho que ser bonzinho, alegre, agradável, para que seja aceito e querido por todos."

Com isso a pessoa está sempre dispoi1ível, não impõe limites.

Preocupa-se muito com o outro, em agradar o outro, deixando de lado seus próprios interesses.A baixa auto-estima está por trás desse processo. Lembro-me bem do relato de uma ex-paciente que havia emagrecido cem quilos, feito as plásticas e só então retornado à sua cidade.A recepção, a festa, o entusiasmo dos amigos com a sua nova aparência foram do tamanho da sua mudança.

Passado algum tempo, quando a novidade acabou, ela começou a ouvir dos amigos cobranças em relação a sua antiga alegria, à sua antiga disponibilidade.

Era a melhor amiga de todos, a confidente, a engraçada do grupo, fazendo piadinhas, muitas vezes sobre si mesma e sua obesidade. Agora lá estava ela despertando ciúmes quando se aproxima-va (como antes) dos namorados ou amigos de algumas amigas.

Segundo ela mesma colocou, agora, sim, estava reassumindo a sua real personalidade, mostrando suas emoções sem disfarces, rindo e brincando quando tinha vontade, mostrando tristeza ou raiva se as sentisse.

Para seu completo desencanto, ouvia coisas como:

- Preferia você como antes, gorda e divertida.

-Você ficou fria e distante como os paulistas.

Cesariana

Quando ouvi Prince, dancei.

Ilha

Lembram daquele seriado *Ilha da Fantasia? Pois* hoje eu estava 6

boiando na piscina e tive quase um sonho. De repente, entravam na piscina o Ricardo Montalban e o anãozinho Tatoo. Pura fantasia.

Domingo

E um dia muito especial. As mulheres se vestem melhor. Ficam, pela tarde, no restaurante a trocar receitas. Dietéticas, é claro.

-Tortinha Doçura é uma delícia.

-Tem certeza que esse não engorda?

- Imagina.

- Essa calda é do quê?

- Olha quem vem chegando. Nossa, que cinturinha, menina!

- Emagreci oito quilos nessa semana.

- Parabéns, menina!

- Esse aqui é de ricota, não é?

- Gente, amanhã chegam três homens!

- Não acredito.

-Vi na recepção. E um deles é o Fábio júnior.

- Quer parar com isso? Deixa eu copiar essa.

-Juro, gente. Só que tem uma coisa.Vem com a Guilhermina Guinle.

Não sei como será a chegada do Fábio. Vou sair amanhã e ele, por coincidência,

vai ficar no meu apartamento.

- Imagina, o Fábio júnior aqui. Tá delirando, menina?

- É a bobose.

- Olha esse purê de maçã. Vinte calorias.

- Me passa a receita.

Curinga III

Conto para o escritor Fernando Morais que o Paulo Caruso vai chegar de noite. Ele se assanha:

67

- Liga pra ele e manda ele trazer um uisquinho.

- E a revista?

- 0 carro, eles não revistam.

- Certeza?

- Bsoluta!

- Olha...

68

cinco...

Ataque

Após 24 horas sem fumar, diminui muito o risco de um ataque cardíaco.' 4

Piada II

Dois gordos (bem gordos) conversando à beira da piscina, depois da costumeira pesagem:

- Emagreci três quilos essa semana!

- Grande merda! Isso eu perco num peido!

Unha

já parei de roer as unhas da mão esquerda.

Lispnéia

Se você deixar de fumar entre um e nove meses, acontece a diminuição da tosse, da congestão nasal, da fadiga e da dispnéia. 0

movimento ciliar dos brônquios volta ao normal, limpando os pulmões e reduzindo os riscos de infecções respiratórias. Há ainda um aumento da capacidade fisica e da energia corporal.`

Sobremesa

No primeiro dia que eu estava aqui, no jantar, recusei a sobremesa. Havia muito tempo que eu não comia doces. Álcool e açúcar nunca se dão muito bem.

De noite, um amigo foi até o meu apartamento: 14 Sociedade Americana do Câncer.

15 Sociedade Americana do Câncer.

73

- Ficou louco, cara? Como é que você manda de volta a sobremesa para a cozinha? Pegou mal, paca. Isso, aqui, vale dinheiro.

Desde então, nunca mais recusei nada. 0 que só me fez bem.

Mesmo assim, no final de duas semanas, teria perdido, involunta-riamente, quase dois quilos.

Mas o médico tinha outra teoria:

-Você não emagreceu.Você desinchou!

Ele tinha razão.

Eu agora olhava no espelho sem medo da minha cara de ontem e antes de ontem.

Minha mãe iria adorar me ver agora.

Bem

Dele se pode dizer que está bem de vida, mas não necessaria-mente bem na vida.
16

Sopa

De noite, tomava uma sopa deliciosa, mas bem rala."

Beleza

Seleção sexual: processo de seleção natural pelo qual os animais se tornam adaptados para competir com outros indivíduos do mesmo sexo pelo acesso aos parceiros nos períodos de reprodução.

A seleção sexual é um mecanismo particularmente poderoso entre as espécies poligâmicas, entre as quais a cobertura das fêmeas é feita por uma pequena proporção dos machos disponíveis.

Charles Darwin reconheceu dois tipos de seleção sexual: a intra-sexual, na qual os membros de um sexo, geralmente os 16 Luis Fernando Veríssimo.

17

74

Antonio Fagundes.

machos, competem uns contra os outros para ter acesso aos membros do outro sexo, e a intersexual, na qual membros de um sexo, geralmente fêmeas, decidem na escolha dos membros do outro sexo.

A seleção intra-sexual levou à evolução da capacidade de luta dos machos em muitas espécies, através do aumento da massa corporal ou do desenvolvimento de estruturas de combate, como a galhada de veados, cervos, alces, etc.

A seleção intersexual levou à evolução do exibicionismo ela-borado dos machos, sob influência da escolha da fêmea. Nas espécies de pássaros de alta seleção sexual, por exemplo, os machos costumam apresentar plumagens vistosas e de cores brilhantes, como o pavão, e um canto muito complexo, concentrando corte em áreas e períodos de acasalamento específicos.`

Pensamento

A obesidade deveria ser combatida no momento exato de sua manifestação.

Doutora A da II

(psicóloga)

Imagem corporal: freqüentemente as pessoas obesas apresentam distúrbios de imagem corporal. A imagem mental que têm a respeito do próprio corpo não coincide com a realidade.

Quando a pessoa começa a engordar e não consegue controlar esse processo, na grande maioria das vezes ela deixa de se pesar, passa longe da balança, mal se olha no espelho e começa a usar roupas que "disfarçam" (para quem a vê e para quem a veste) o aumento de peso: túnicas largas, calças de malha e elástico, que não denunciam alguns quilos ganhos, que cedem e não provocam o desconforto do "aperto".

18 Enciclopédia da *Folha de S. Paulo.*

75

Essa pessoa, provavelmente, preserva na mente a imagem de seu corpo com muitos quilos a menos. Não tem consciência de seu peso, do seu tamanho.

,.

Quando resolve internar-se para um tratamento, uma das primeiras coisas que terá que enfrentar será a balança. Aí vem o choque. Imaginava-se cinqüenta ou mais quilos mais magra.

Às vezes, as pessoas nos perguntam como alguém se permite chegar a duzentos quilos ou mais. Uma das respostas é que, até certo ponto, ela acompanhou esse engordar e, depois, como mecanismo de defesa, ela se "desliga" e passa a não se ver mais. A tal ponto que, ao passar por uma vitrine e ver sua imagem refletida, instantaneamente se vira para não se enxergar. E o famoso

"olha, mas não vê".

Trabalhamos inicialmente no sentido de adequar a imagem mental à imagem real - "peso duzentos quilos e me vejo com duzentos quilos". A partir daí, a

necessidade de acompanhar men-talmente o emagrecimento é fundamental para que essa pessoa não chegue ao seu peso-saúde vendo-se e percebendo-se como se ainda fosse uma pessoa obesa.

Podemos afirmar que a tomada de consciência do próprio corpo e o ajuste da imagem mental à imagem real colaboram e muito para a posterior manutenção do peso-saúde.

Dedicatória

Hoje, depois de uma semana que eu estou aqui, resolvi que este livro (se sair) vai ser dedicado para a Mônica Araújo, uma recifense que está aqui.

É a pessoa mais alegre que eu conheci na vida.

Ela é a própria vida.

Mostrou umas fotos dela antes da engorda. Para dizer o mínimo: um tesão. Diz que só sai quando perder tudo.

É linda, olhos verdes, cabelos loiros encaracolados, uma pele de 76

pêssego amadurecendo. Narizinho arrebitadinho. Dei meu telefone de São Paulo para ela.

- Sou casada, gato.

Jornal

Li uma notícia hoje no *Estadão e* não sei por que resolvi colocar aqui no livro. É que eu fiquei um pouco impressionado com a coisa e achando que a protagonista da história deveria vir para cá, onde iria se dar muito bem.

O título:

Virgem se casa com estuprador condenado à morte

"Washington - Doreen Lioyu, jornalista católica de 41 anos, casou-se na quinta-feira, na prisão de segurança máxima de San Quentin, com o presidiário Richard Ramirez - condenado à morte por ter torturado, violentado e assassinado treze mulheres.

Enquanto Doreen, que se dizia apaixonada por Ramirez e orgulhosa de ter chegado virgem ao altar, participava da cerimô-nia, seus parentes acompanhavam tudo em estado de choque.

' Doreen cresceu sem nenhum sintoma de desequilíbrio mental, mas, em algum momento, algo deve ter ocorrido', disse um familiar. Ò fato de participar de um casamento que não pode ser consumado evidencia que ela vive numa dimensão distante da realidade', afirmou um primo da noiva, Adan Yates.

Yates se referia ao regulamento da penitenciária que proíbe encontros conjugais. Depois do casamento, do qual o noivo par-ticipou vestindo o uniforme dos condenados à morte, o casal se separou com um beijo e um rápido abraço."

Cabeleireira

Foi a primeira vez que eu cortei o cabelo com uma mulher.

77

Cheguei meio desconfiado. Mas a mocinha era mesmo craque.

Confesso que é um pouco excitante.

Cesariana

Quando o olho brilhou, entendi.

Vagares

É a paz que, dando os vagares da imaginação, causa as impaciên-cias do desejo.`

Doutora Jó

(endocrinologista)

Ao aumentar o número do manequim, muda-se a vida.

Diminui a atividade fisica porque é difícil exercitar-se com todo o excesso de peso. Olhares ansiosos de terceiros indagam:

- 0 que essa gordinha faz nessa academia?

Ou:

- Será que ela acha que vai emagrecer com isso?

À critica expressa no olhar soma-se a critica interna e isso faz com que o interesse pela atividade fisica vá diminuindo cada vez mais. E, para não ficar tão exposto à dor e ao mal-estar que isso gera, procuramos um meio de compensar esse "sentimento" ruim: o comer é agradável e aumentamos automaticamente a freqüência do comer.

Ao analisarmos com mais cuidado, vamos vendo que não somente a dor é compensada com a alimentação, mas também a ansiedade e o estresse do dia-a-dia: a depressão, o nervosismo, a angústia, a perda, a alegria, a culpa, a frustração. Vamos canalizando 19 Eça de Queirós, no conto *Singularidades de uma Rapariga Loura.*

78

tudo para, no sentido contrário, a fome vir cada vez maior.

Não é mais prazeroso comprar roupas, se arrumar: a imagem refletida é angustiante4e frustradora.

Maquiar-se parece inútil: olhamos, mas não nos enxergamos.

Sensualidade é coisa de puta: comigo isso não existe, não preciso disso!!!

Dançar, nem se fala: cansa-se fácil e tem também a desculpa (ou

..

não) da pressão alta. Da falta de ar, do reumatismo, do joelho e dos pés que reclamam.

Ah, que fome que dá pensar em tudo isso, pensar em mudar: que dor de cabeça!

É preciso mudar o rumo da "bola de neve": bem lá dentro, há alguém carente de orientação e cuidados para brotar sentimentos, renascer. Resgatar os próprios valores tão esquecidos.

Achar que vale a pena tentar novamente: vibrar com cada passo dado, olhar para o espelho novamente e enxergar, achar-se digno de respeito, se gostar, ter tesão pela vida a cada dia que chega e, simplesmente, viver.

Xixi

Ia voltando para o meu quarto.Vi que tinha ginástica na piscina. Parei pra ver.

Era a minha segunda manhã aqui. Bermuda, havaiana verde e uma camiseta com a cara da Frida no peito.

Dentro da piscina, mulheres, jovens ou senhoras, homens, jovens ou senhores. Malhando e suando dentro da água quente (morna).

Não fazia 48 horas que eu estava ali. As mulheres, quando eu resolvi tirar a bermuda, deram simpáticos e hilariantes gritos histéricos. Eu me senti um tesão.

Sou magro, muito magro.

Os homens, brincando, me alertaram para o perigo do assédio 79

sexual. Não deles, delas.

Entro na piscina, fico cinco minutos para refrescar e saio.

Sem olhar para trás, ouço risadas. Devem estar rindo de mim, pensei meio paranoicamente.

Corte.

Logo depois no almoço, uma delas vem se sentar comigo.

- Estavam rindo do quê? Qual foi a minha gafe desta vez?

- (rindo) E que, como você saiu logo da piscina, alguém logo comentou:

- Entrou só para fazer xixi.

Parece que a aula terminou. Tinha gente se afogando de tanto rir.

Eu acabava de entender o espírito da coisa.

Escovando

Devo escovar os dentes há uns 45 anos. De repente, depois de uns dias aqui, descobri que escovava os dentes muito rapidamente.

Devia ser coisa da infância: "vai perder a aula, menino", "tá demorando por quê?", "olha o Exército", etc. e tal.

De repente, percebi, aqui, que não tinha por que escovar os dentes com tanta velocidade. Mudei o ritmo. Comecei a escovar como mandam os dentistas, na frente, dos lados, por dentro.

Escovar os dentes devagar é um barato, já dizia o Nirlando Beirão, meu ilustre comborço.

Celulite

E como é chamado o telefone celular por aqui. Tem sua lógi-ca...

80

Recaída

Se eu ficar aqui mais uma semana (estou completando duas, hoje), vou acabar escrevendo:

-Vocês já olharam bem para uma flor? Já perceberam como são belas?

Reagi a tempo.

8 1

quatro...

Jardim

--Campo de concentração?

- Prisão?

- Colégio interno?

Nada disso. Apenas:

- Um adorável jardim-de-Infância.

Ouvindo

Descobri, aqui, que ouvir é melhor do que falar. E, depois, escrever sobre o que eu ouvi e não sobre o que eu falei.

Eletr8nica

Primeiro estourou o meu computador de mesa. Depois foi o celular que não fazia nem recebia mais chamadas. Conclusão:

- Enquanto meu corpo e minha cabeça iam ficando cada vez melhores, meus aparelhos quebravam cada vez mais.

Algum sinal do Além?

Banho

E, de repente, aquele velho e milionário político baiano estava dançando Banho de Lua na sala de ginástica.

Livro

Estou aqui escrevendo este livro, que é o tipo do livro que eu gostaria de receber ao entrar aqui.

87

1

Preciso convencer os donos a publicá-lo de qualquer maneira.

Se bem que, descobrir tudo pouco a pouco, e sozinho, também tem seus mistérios gozosos.

-'"

Dedo

Eu esperava que tudo poderia acontecer por aqui. Menos levar uma massagem de dedo na próstata, pelo canal competente.

Você me entende, sou do interior, não somos muito dados a esse tipo de exames.

Mas o que aconteceu é que o ultra-som da próstata mostrou uma pequena irregularidade. Chamariam um médico para o toque fatal.

- Ele é gordo?

- Fica tranqüilo. Dois ou três minutos não vão diminuir a sua masculinidade.

No dia seguinte, estou tranqüilamente fazendo meu cooper matinal, quando a enfermeira vem me dar a trágica notícia:

- 0 doutor quer falar com você.

Fui ao meu quarto, lavei bem as partes, coloquei uma cueca limpinha e desci para o infortúnio.

Ao cumprimentar o carrasco, demorei uns segundos com os olhos no dedo indicador dele. De fato, não era um dedo muito grosso. Eu agüentaria o sacrifício.

Ele me leva até o fundo do corredor, abre a porta do consultório. Uma daquelas mesas de observar mulheres, com aqueles negócios de apoiar a perna, me fitava.

O toque seria pela frente, pensei. Mais constrangedor ainda. Me manda sentar na

cadeira.

Para quebrar o clima, já que não havia um aperitivo antes nem um cigarro depois, fui brincando:

-Você é que vai me dedurar?

Ele ficou meio acanhado.

88

-Veja, a não ser que eu descubra algo muito escabroso, não tenho que te dedar, para ninguém. Fica entre nós.

Aquela intimidade, aquele "entre nós", me deixou mais temeroso ainda.

-Você tem algum problema mais sério?

- 0 senhor é que vai me dizer.

- Estou falando em nível psicológico.

- Como assim?

- Algum trauma?

- Bem, na infância a gente fazia aquelas brincadeirinhas, né?

- Brincadeirinhas? (anotou num papel)

-Todo mundo faz, né?

- Desculpa, mas eu não estou entendendo.

- 0 senhor há de convir que levar um dedo lá, logo de manhã... Psicologicamente falando, não é mesmo...

Agora era ele que não me entendia. Ainda brinquei:

- Se, pelo menos, fosse o dedo de uma mulher...

Ele:

-Acho que está havendo alguma confusão. Eu sou o psiquiatra!

Mortalidade

Entre os quarenta e 45 anos é a faixa de idade em que o homem subitamente descobre a própria mortalidade.`

Bronze

Entro na máquina de bronzear. A sensação é boa. Ventinho quente. Momento para pensar em nada. Coisa de rico, penso. Deve ter burguês em casa com essas máquinas.

Nada de ir para a praia, se besuntar todo, bichinhos entrando na 20 Luis Fernando Veríssimo.

RA

sua bunda, crianças jogando areia no seu corpo, mulheres inacessíveis mostrando a bunda de propósito, sorvete pingando no peito, o sol que some, o vento frio...

Rico sabe das coisas.

Percentuais

Segundo a Organização Mundial da Saúde, citada pela Folha, em 1975, 3,1% dos homens eram considerados obesos; em 1989, esse percentual passou para 5,9%.

Brasil

Segundo Mauro Finsberg, também citado pela Folha, 22,5% dos homens brasileiros estão acima do peso e 4,8% são obesos.

Helicóptero

No meio da hidromassagem, um helicóptero passa a meia altura.

Duas adolescentes, bem gordinhas, olham ávidas para o céu como se esperassem

a chegada do Papai Noel de pára-quedas.

Uma sorri para a outra, cochichando:

- Ai, será que é ele de novo?

Acompanham a trajetória do aparelho com os olhos, que vão ficando marejados de lágrimas à medida que ele se perde nas nuvens.

Não, desta vez não era aquele playboy de novo.

Mais para a frente, eu conto essa história. Pode aguardar que é boa.

can

Curinga IV

O'Caruso me liga do celular, já no carro, na estrada. Oito e meia da noite.

-To levando a muamba. Como eu escondo?

- Fala aqui com o Fernando.

- Caruso? Esconde no carro.

- Não, Caruso, coloca no corpo. Na cueca.

- Na cueca, porra? Não dá. 0 que que eu faço?

- E agora, Fernando?

- No carro, não revistam.

- Certeza?

- Bsoluta!

- Olha...

Risoto

Quatro dias depois da minha

chegada, acordei cedinho, como

sempre, roxo de fome, louco para

traçar o café da manhã.

Caminhando, ainda sonolento,

7

pelo quarto, na penumbra, olhei

para a porta da rua e vi, no chão,

um prato de comida. Não, não se

tratava de um prato de comida qualquer, mas um puta prato de risoto.

Aos cinqüenta anos de vida, aquela foi a primeira e indiscutível prova da existência de Deus.

Eu estava diante de um milagre.

Dava para ver os pedacinhos de alcachofra fresca, as lascas de queijo parmegiano, o óleo de oliva, os nacos de aSPArgos frescos.

Minha única dúvida: aquelas coisinhas escuras eram pedaços de 91

s

funghi porcini ou de trufas de Spoletto?

Fiquei convencido de que a fome tinha produzido em mim uma espécie de delirium tremens, uma síndrome de abstinência ou, quem sabe, uma versão gastronômica da demência de Korsacoff, piração que ataca os alcoólatras quando ficam muito tempo sem bebida.

Não, não podia ser miragem: dava para ver o vapor exalando do prato. Aquilo era, sim, um risoto. E estava quentinho.

Fui ao banheiro, esfreguei os olhos, joguei um pouco de água fria no rosto e marchei célere para o prato.

Só quando cheguei para pegá-lo é que vi que algum filho da puta tinha recortado a foto do "Risoto Primavera" da capa do último número da revista *Gula e* enfiado debaixo da minha porta.

PS.: Depois viria a descobrir que o autor da gracinha tinha sido o escritor e jornalista Fernando Morais, "muy amigo", duas vezes deputado e duas vezes secretário de Estado do governo de São Paulo.

Não disse que isto aqui é um Jardim-de-Infância?

92

t

á -

r

Ferro

Na revista de entrada, a mocinha (simpaticíssima) me perguntou se eu tinha trazido ferro de passar roupa.

- Claro que não. Acho que nunca passei uma roupa na minha vida. E proibido, é? Por quê?

- Porque as pessoas usam o ferro de passar para fritar ovos...

MTV

Aqui perto do meu quarto, tem um bem-te-vi cantador. Canta o dia inteiro, como convém.

Eu fico prestando atenção e não é bentevi que ele fala.

É êmme-ti-vi, emme-ti-vi. MTV Acho que daria uma boa publicidade para o canal de TV

Voltando para São Paulo, vou tentar vender essa idéia para o diretor de marketing de lá.

Êmme-ti-vi, êmme-ti-vi!

!

Cesariana

Quando criei asas, voei.

Fantasia

Hoje, sábado de carnaval, correu o boato que vai ter um baile a fantasia. Ouvi uma garotinha dizer:

- Eu queria me fantasiar de magra...

Perdido

Hoje a Aída, a psicóloga e uma das donas do lugar, me contou i

4

97

uma história hilária sobre o filho dela.

- Estava havendo uma festa e descuidamos dele. Ele saiu, atra-vessou a rua e se perdeu. Não sabia mais voltar para casa.

Depois de ficar perambulando pelo centro da cidade, um policial percebeu a situação e foi falar com ele.

-Você sabe onde é a sua casa?

- Sei. Eu só não sei voltar para lá sozinho.

- Entra aqui na viatura. Que bairro é?

Ele sabia o bairro. 0 policial com ele dentro do carro foi para lá.

- Agora o senhor pega aquela avenida.

O policial pegou.

-Vira naquele sinal para a esquerda.

Virou.

- Agora vai reto. Cuidado que tem um buraco ali. É aquela casa.

O policial desceu. 0 menino ficou no carro. Toca a campainha e nada. Insiste, nada. Volta.

- Mas aí na sua casa não tem ninguém!...

No que o pimpolho, inocente, responde:

- Eu sei. Tá todo mundo na casa da minha avó.

Crioulas

Segundo a OMS, 40% das mulheres negras norte-americanas são obesas.

Hóstia

Moshua, velho e simpático judeu, foi visto comungando na capelinha na missa de domingo. Missa católica.

98

Doutor José Carlos

(diretor administrativo),

Vejo o paciente "iniciante", ao dar entrada aqui pela primeira vez, como se estivesse passando pelo vestibular: apreensivo, mas confiante.

Passados alguns dias, já entusiasmado, ele começa a distribuir sorrisos e praticar as atividades de rotina com bastante desempenho e alegria.

É que ele já faz parte integrante da família, misturando-se com amigos, médicos e funcionários, sempre comentando a experiência que vem passando no dia-a-dia.

Também o sinto muito curioso, contando os dias, objetivando o resultado final do tratamento, a perda de peso e medidas e, mais que isso, consolidando o bem-estar consigo mesmo.

Nos últimos dias de estada, o paciente começa a dar sinal de tristeza:

é o início da partida, pois para mim, independente do tempo que permaneceu, parece que ficou muitos meses.

Cabeça

A grande maioria das pessoas que está aqui veio, obviamente, cuidar do corpo.

Emagrecer, para ser mais preciso.

Mas o mais incrível é que a cabeça é que é mais cuidada.

Muda tudo lá dentro. Aliás, quem está a fim de cuidar do corpo, supõe-se que já tenha uma boa cabeça.

Eu, por exemplo, comecei a perceber que estava fazendo a barba todos os dias. Sempre fui muito desleixado com ela. Mas não era com a barba o desleixo. Era com a cabeça. Comecei a gostar de mim outra vez (acho que já disse isso).

A calma volta. Nada de pressa. Nada como ler o jornal intei-rinho e não apenas as principais manchetes. Lia o jornal dobrando, duas ou três vezes.

100

Sem pressa. Pra que pressa, gente? Calma...

E amarrar o tênis bem devagarzinho, puxando cordinha por cordinha? Caprichar no laço. Depois dar uma olhadinha para ele e sacar que ele também está a fim de um bom trato.

Vou dar uma lavadinha nele quando voltar.

Criativa21

Título da matéria:

E a maior: a vez da gordinha

Subtítulo:

Lutando há anos contra um padrão anoréxico de beleza, as mais cheinhas descobrem que são desejadas e que seus quilos a mais sig-nificam alegria e vigor sexual extras.

Vamos ao texto:

"Antes da queda do império soviético, quando Cuba ainda recebia polpuda mesada dos seus então poderosos parceiros do Leste, Fidel Castro, com indisfarçável orgulho, alertava seu povo contra um mal que, segundo ele, se

disseminava pela ilha comu-nista: a gordura excessiva. Praga tradicionalmente burguesa, as adi-posidades de los companeros y companeras estariam se transformando num problema de saúde pública a ser combatido com exercícios, dietas, salsas e, claro, com os intermináveis e já folclóricos discursos de Fidel.

A morena cubana estava passando das medidas, o que, se por um lado era exibido como prova do sucesso econômico-social do regime castrista - um regime de engorda generalizada -, por outro devia estar desagradando os hierarcas do partido local que, saúde pública à parte, deviam era andar folheando secretamente as *Harper's e Vogues* burguesas, a se excitar com a esqualidez angelical de Kate Moss e Linda Evangelista.

Agora, porém, que a mesada soviética acabou (junto com os próprios soviéticos) e o embargo econômico imposto pelos 21 Texto escrito por Reinaldo Moraes para a revista **Criativa,** da Editora Globo. Devido ao seu tamanho, vou ler em três partes.

101

Estados Unidos continua mais firme que nunca, deve estar sendo mais fácil para as cubanas apertarem os cintos e se adequarem aos padrões estéticos do Primeiro Mundo, isto é, à esbeltez cadavérica.

Enquanto isso, logo ali, só para não deixar as vizinhas cubanas padecerem sozinhas da dieta forçada dos tempos de escassez, 150

mil pessoas morrem todos os anos de anorexia nervosa, 90% das quais mulheres. Tal cifra é um pouco superior ao que a Aids mata em 177 países, segundo a Organização Mundial da Saúde.

Anorexia nervosa, como se sabe, é um distúrbio mental pelo qual alguém (sobretudo a mulher) se julga balofa mesmo quando o espelho e todo mundo à sua volta afirmam com veemência que ela está se transformando de fato em material didático de curso de Ortopedia - ou seja, num esqueleto ambulante.

Outro dado impressionante: também nos EUA, 130 mil mulheres se submeteram à lipoaspiração em 1990, perdendo nada menos que nove toneladas de tecido.

Para desespero das gordinhas, o fato é que um padrão anoréxico de beleza vem se consolidando ano a ano, desde que a esquelética Twiggy foi eleita pelos papas

da moda, em 1965, como o novo modelo de mulher contemporânea. Não é à toa que a poderosa indústria americana de produtos dietéticos fatura hoje US$ 33 bilhões por ano - cerca de um quinto da dívida externa brasileira.

A ensaísta norte-americana Naomi Wolf chama a atenção para este fato em seu polêmico livro *0 Mito da Beleza* - como as ima-gens da beleza são usadas contra as mulheres.

Segundo Naomi, há cerca de uma geração, as modelos pesavam em média 8% a menos que a média da mulher americana. Hoje pesam 23% a menos! Ao mesmo tempo, uma pesquisa de 1985

mostra que 90% das mulheres de classe média nos Estados Unidos se acham gordas demais e consideram prioritário perder cerca de sete quilos. Destas, 75% estão ou estiveram fazendo regime alimentar pressionadas pela ditadura estética da beleza.

Essa verdadeira temporada de caça às gordinhas, que vai se alas-trando pelo mundo todo (e o Brasil não é exceção), seria, segundo **102**

Miss Wolf, uma forma nefanda de controle social dos homens (esses eternos chauvinistas pançudos) sobre as mulheres. Isto porque a malhação excessiva e as dietas franciscanas, além de riscos à saúde (a anorexia é um dos mais evidentes), causam também um efeito colateral no mínimo desagradável: diminuem o impulso e o prazer sexuais. Seria esta a sádica vingança dos machos que con-trolam a mídia, e, portanto, os padrões de beleza feminina, contra esses anos todos de revolução feminista"."

Cesariana

Quando me chamou, eu vim.

Piada III

Tinha uma magra-feia e uma gorda-bonita brigando. Partiram para os finalmentes. A gorda disse:

- Feia!

No que a magra respondeu:

- Gorda!!!

E a gorda:

- É, mas amanhã eu estou boa!

22 Continua mais para a frente.

103

dois...

Tutano

Na primeira vez que deixei o osso da coxa de uma galinha no prato, logo chegou uma amiga:

- Não vai chupar essas gordurinhas do osso?

- Não gosto.

- Com licença.

A partir dessa refeição, comecei a chupar o osso até o final. Mas não era o bastante. Veio um senhor:

- Não vai tirar o tutano?

- Como, meu senhor?

- 0 tutano? Chupar o meio do osso?

Não acreditei.

Ele partiu o pequeno osso ao meio e, com uma colherzinha de chá, foi extraindo aquilo lá de dentro e se babando de comer.

Nenhum animal faria melhor. A não ser eu, que aprendi que o tutano é mesmo bom.

Gentileza

No dia em que eu cheguei, fiquei impressionado com a gentileza de todos (sei que já disse isso). Funcionários, médicos, enfermeiras, seguranças, garçonetes, professoras e professores de ginástica.

Confesso que achei que poderia ser tudo meio falso.

Era muita gentileza pra cá e pra lá. Com o tempo, fui descobrindo que era assim mesmo. Não eram falsos.

Comecei a ser gentil também. Honestamente gentil.

Entre todos os pacientes, existe uma solidariedade emocio-nante. Havia uma senhora que estava lá para esquecer a morte da filha de dez anos, por erro médico. Pois ninguém a deixava sozinha nem por um minuto. Ela tinha que rir. Esquecer.

Dez dias depois saiu daqui completamente diferente.

109

Claro que não recuperou a filha. Mas recuperou a si mesma.

Com a ajuda de psiquiatras, psicólogas, mas, principalmente, da turma das gordinhas.

23

LOUCURA

Existem dois tipos de loucos. 0 louco propriamente dito e o que cuida do louco: o analista, o terapeuta, o psicólogo e o psiquiatra.

Sim, somente um louco pode se dispor a ouvir a loucura de seis ou sete outros loucos todos os dias, meses, anos. Se não era louco, *ficou*.

Durante quarenta anos, passei longe deles. Mas o mundo gira, a lusitana roda e Portugal me entortou um bocado a cabeça. Pronto, acabei diante de um louco, contando as minhas loucuras acumu-ladas. Confesso, como louco confesso, que estou adorando esta loucura semanal.

O melhor da terapia é chegar antes, alguns minutos, e ficar observando os meus colegas loucos na sala de espera.

Onde faço a minha terapia é uma casa grande com oito loucos analistas. Portanto, a sala de espera sempre tem três ou quatro ali, ansiosos, pensando na loucura que vão dizer dali a pouco.

Ninguém olha para ninguém. 0 silêncio é uma loucura.

E eu, como escritor, adoro observar pessoas, imaginar os nomes, a profissão, quantos filhos têm, se são rotarianos ou leoninos, co-rintianos ou palmeirenses. Acho que todo escritor gosta desse brin-quedo, no mínimo, criativo.

E a sala de espera de um "consultório médico", como diz a atendente absolutamente normal (apenas uma pessoa normal lê tanto Paulo Coelho como ela), é um prato cheio para um louco escritor como eu. Senão, vejamos:

Na última quarta-feira, estávamos eu, um crioulinho muito bem vestido, um senhor de uns cinqüenta anos e uma velha gorda.

23 Crônica publicada anteriormente no jornal *0 Estado de S. Paulo.*

Comecei, é claro, imediatamente a imaginar qual era a loucura de cada um deles. Que motivos os teriam trazido até ali? Qual seria o problema de cada um deles? Não foi dificil, porque eu já partia do princípio que todos eram loucos, como eu. Senão, não estariam ali, tão cabisbaixos e ensimesmados.

O pretinho, por exemplo. Claro que a cor, num país racista como o nosso, deve ter contribuído muito para levá-lo até aquela poltrona de vime. Deve gostar de uma branca, e os pais dela não aprovam o casamento, pensei. Ou será que não conseguiu entrar como sócio do Harmonia? Notei que o tênis dele estava um pouco velho. Problema de ascensão social, com certeza. 0 olhar dele era triste, cansado. Comecei a ficar com pena dele. Depois notei que ele trazia uma mala. Podia ser o corpo da namorada esquartejado lá dentro. Talvez apenas a cabeça. Devia ser um assassino, ou suici-da, no mínimo. Podia ter também uma arma lá dentro. Podia ser perigoso. Afastei-me um pouco dele no sofa. Ele dava olhadas furtivas para dentro da mala assassina.

E o senhor de terno preto, gravata, meias e sapatos também pretos? Como ele estava sofrendo, coitado. Ele disfarçava, mas notei que tinha um pequeno tique no olho esquerdo. Corno, na certa. E

manso. Corno manso sempre tem tiques. Já notaram? Observo as mãos. Roia as unhas. Insegurança total, medo de viver. Filho dro-gado? Bem provável. Como era infeliz esse meu personagem. Uma hora tirou o lenço, e eu já estava esperando as lágrimas quando ele assoou o nariz violentamente, interrompendo o Paulo Coelho da outra. Faltava um botão na camisa. Claro, abandonado pela esposa.

Devia morar num flat, pagar caro, devia ter dívidas astronômicas.

Homossexual? Acho que não. Ninguém beijaria um homem com um bigode daqueles. Tingido.

Mas a melhor, a mais doida, era a louca gorda e baixinha. Que bunda imensa. Como sofria, meu Deus. Bastava olhar no rosto dela.

Não devia fazer amor há mais de trinta anos. Será que se mastur-baria? Será que era esse o problema dela? Uma velha masturbado-ra? Não! Tirou um terço da bolsa e começou a rezar. Meu Deus, o 111

caso é mais grave do que eu pensava. Estava no quinto cigarro em dez minutos. Tensa. Coitada. 0 que deve ser dos filhos dela? Acho que os filhos não comem a macarronada dela 'há dezenas e dezenas de domingos. Tinha cara também de quem tinha uma prisão de ventre crônica.Tinha cara também de quem mentia para o analista.

Minha mãe rezaria uma Salve-Rainha por ela, se a conhecesse.

Acabou o meu tempo. Tenho que ir conversar com o meu psicanalista.

Conto para ele a minha viagem na sala de espera. Ele ri, ri muito, o meu psicanalista.

- 0 Ditinho é o nosso office-boy. 0 de terno preto é repre-sentante de um laboratório multinacional de remédios lá no Ipiranga e passa aqui uma vez por mês com as novidades. E a gordinha é a Dona Dirce, a minha mãe. E você não vai ter alta tão cedo.

Descoberta

Hoje eu descobri que gin tônica com gelo e uma rodelinha de limão, sem o gin, dá um certo barato.

Curinga V

Nove da noite, eu e Fernando, sobre o Caruso:

- Chegou?

- Inda não. Mas já tá com ele.

- Fazendo a maior boquinha.

- Tou salivando.

- Red?

- Red.

- Profissional.

Jeans

De jeans, até as gordinhas ficam gostosas (filosofia popular).

Pénis

Vou usar a palavra pênis aqui, porque todo médico gosta de pênis, ou melhor, de usar a palavra pênis.

Acho de um tremendo mau gosto.Você chega no consultório e ele vai logo perguntando:

- E o pênis, como vai?

Como se o pênis fosse um tio da gente, um amigo, sei lá. Mas eu falava do pênis. Outro dia, chegou aqui um sujeito, meio gordo.

Ficamos amigos e ele me contou que não estava aqui para perder peso, mas, sim, para se reencontrar com o seu velho pênis, que estava sumindo.

- Sumindo? Seu pau está sumindo?

- Sumindo. É incrível. Parece mentira, mas é verdade. Meu pau está indo para a casa do caralho. Quer ver?

- Quê isso? Não é o caso...

- Faço questão. Vem comigo. Ele não morde.

Entramos na sauna.

E se ele for um baitola de marca maior?

Tirou a sunga e me mostrou.

- Está vendo ele?

- É, realmente...

- Acredita agora? Pode agachar, olhar melhor.

- Não, a visão daqui de cima já me satisfaz.

- Pode agachar. Agacha.

- Não, tudo bem. Realmente...

O médico Ricardo de Ia Roca, titular da Sociedade Brasileira de Urologia, em entrevista ao caderno ZAP do *Estadão (ou* foi no Teen da *Folha?* São tão parecidos...), explica o caso do meu amigo: 113

- Um acúmulo de gordura localizada na região acima do púbis pode criar uma "cortina" de gordura e encobrir a base do pênis. Resultado: ele fica embutidó, dando a impressão de ser menor do que realmente é.

Meu amigo tinha razão. Dez dias depois, eufórico, me procurou:

-Vem ver o meu pau, vem!

- 0 que é isso, cara!? Eu acredito, eu acredito. Não precisa mostrar.

- Faço questão.Você é a minha testemunha ocular.

E lá fomos nós de novo para a sauna.

114

um...

Criativa II

"Betty 1riedan, veterana da chamada segunda revolução feminista (iniciada nos anos 60) e gorducha de carteirinha, já notava a aversão que as jovens da geração iê-lê-lê tinham pelas formas cor-porais de suas mães, bem mais cheinhas na época. Aliás, consta que, ao visitar o Brasil, há uns vinte anos, Betty Friedan cruzou no corredor de uma emissora de televisão com o crítico de música José Ramos Tinhorão. Ao ver passar por ele aquela gordinha tão assediada pela imprensa, perguntou a um amigo de quem se tratava. Èssa aí é a tal americana que quer liberar todas as mulheres do mundo', respondeu o amigo. Ao que Tinhorão retrucou: `Bem, por mim, tá liberada'.

Essa pérola de sarcasmo antigorduchas (e, no caso, antifeiosas também, mas essa é outra história) nos leva a perguntar o que tanto, afinal, têm os homens contra as gordinhas? Ou melhor: será verdade que nenhum aprecie uma, com todo o respeito, boa e sensual gordinha?

Uma das gordinhas mais sedutoras e competentes da televisão brasileira, Silvia Poppovic, é quem discorre a respeito:

- A mulher que tem um peso acima dos padrões e não quer abrir mão da sua vida sexual acaba desenvolvendo um olhar aten-to aos homens realmente chegados num `basquete', ou seja, caras que se ligam para valer em sexo, independentemente da mulher ter cinco, dez ou quinze quilos a mais em relação à média. Ou à mídia.

E olha que, reparando bem, tá cheio de homem assim. 0 Roberto Carlos é só o mais famoso deles. 0 importante é que a gordinha mantenha a auto-estima em dia, não permitindo que o mito socialmente difundido da esquelética-padrão pulverize as suas qualidades pessoais na hora da sedução.

As opiniões de Silvia Poppovic sobre os homens que se amar-ram em gordinhas batem de frente com a famosa frase de Simone de Beauvoir, para quem `nenhum homem é realmente livre para amar uma mulher gorda'. Simone, grande escritora francesa e fé-119

está moribundo lá em Minas.

Conseguiu alta para sair na sexta de noite e voltar no domingo.

Sai e logo se hospeda num cinco estrelas da cidade. No domingo, voltou. Foi levado para a balança. Estava cinco quilos e oito-centos gramas mais gordo.

Levado à presença da endocrinologista, registrou-se o seguinte diálogo:

- Sei que era mentira a história do seu pai.

- É... Desculpa, Jô, mas não agüentava mais.

- Sabe quantos quilos você engordou em 48 horas?

- Sei não. Mas posso imaginar.

- 0 que você comeu?

- Uma coxinha ou outra.

- Acho melhor você contar a verdade.

- Tá bem. Quarenta e oito chopes, fora as cervejinhas do hotel. Dois litros de Johnnie Walker red - não gosto do black -

e um pouco de macarronada com frango à passarinho.

- Um pouco quanto? De macarrão e frango?

- Mais ou menos 1.200 reais.

Foi mandado embora daqui.

Mais para a frente, conto a vingança dele.

Eu já não tinha começado a contar essa história? Ah, sim, o helicóptero. Aguardem o desfecho.

Abóbora

Em declaração ao jornal *Folha de S. Paulo, o* médico endocrinologista Antonio Roberto Chacra afirmou:

- Hoje é dificil uma criança comer doce de abóbora, por exemplo. Elas querem os pacotes coloridos dos supermercados.

Para a mãe, que trabalha e não tem tempo, isto é uma ótima. Uma geração de gordinhos deve aparecer nos próximos anos.

Cama II

Logo que eu cheguei, duas coisas me impressionaram. 0

tamanho do roupão que me deram e... Gente, eu nunca vi uma cama daquele tamanho. É o dobro da minha cama de casal lá de casa.

Cama para casal de gordos. Acho que também já falei nisso.

Sobrava cama para os meus setenta quilos.

Mas era uma delicia. Entendi melhor a expressão "deitar e rolar".

E o banheiro, então? Já viram banheiro com dois ambientes?

Pois tem. Privada e bidê são separados do resto.

Simplesmente um luxo, diria aquele gordinho da televisão e que nunca veio aqui.

Milionária

E, por falar em luxo, outro dia eu estava sentado no restaurante com uma senhora, esposa de um dos homens mais ricos do Brasil.

Ela comia a sua sobremesa que deveria se chamar submesa. Era um potinho de gelatina. Comia com uma colherzinha de chá para demorar mais. Eu olhando.

Estava acabando e ela balbuciou para ela mesma, mas eu ouvi.

Deus também deve ter ouvido a lamentação daquela vozinha baixa, quase em lágrimas:

- Tá acabando...

Olhei para ela. Se ela quisesse, poderia chamar a garçonete e comprar isto aqui só para repetir a gelatina. Ou pedir uma feijoa-da do Bolinha. Mas não, levava o sacrifício a sério. Nunca vou me esquecer de sua lamúria, quase em desespero:

- Tá acabando...

122

Uruguaio

Primeiro ele chegou sozinho. Na semana seguinte, chegou a sua esposa. Tímidos, no começo, foram se enturmando e entrando para o jardim-de-Infância.

E não é que o rico empresário, no seu último dia, na come-moração do aniversário de uma das nossas, fez um strip-tease?

Tirava o peito para fora do roupão e apertava como se para jogar leite paterno nas mocinhas. Fez o maior sucesso.

Sem beber nada de álcool, diga-se de passagem.

Carnaval

Os leitores, às vezes, romantizam os escritores. Imaginam que escrevemos em escritórios maravilhosos, do vigésimo sexto andar, admirando São Paulo lá embaixo.

Me lembro de uma história envolvendo os novelistas Lauro Cesar Muniz e Gilberto Braga. Os dois passaram a madrugada num pequeno flat dando um duro danado para terminar um capítulo (antes da era computador). Seis da manhã, os dois exaustos, dever cumprido (e comprido), abrem a janela para entrar o ar puro e o sol da manhã. Uma lufada invade o recinto e as folhas voam para todos os lados. Os dois debaixo da mesa tentando reconstituir as páginas. E o Gilberto diz:

- E o público acha que a gente escreve numa ilha deserta rodeado de atrizes peladas por todos os lados!

Hoje, por exemplo:

São onze da noite da terça-feira de carnaval e estou escrevendo esta crônica dentro do ambulatório. Acoplado a este computador tem um aparelho de eletrocardiograma, um outro para testar a respiração, uma cama clínica, remédios. Ao meu lado, uma enfermeira curiosa e a médica de plantão que quer ver como surge uma crônica. Acabou de acabar o carnaval daqui, que começou às oito da noite.

• ginásio foi decorado com confetes e serpentinas e um único músico fazia o barulho de uma orquestra inteira.

Para esquentar as baterias, uma simpática gordinha testava suas pernas numa esteira e aquele gordo pedalava numa ergométrica ao som da música, como se estivesse em cima de um carro alegórico, colar de havaiano no pescoço Mike Tyson. 0 espelho (aquele de parede inteira) duplicava o ambiente.

• que não faltava por ali era rei morno. Um ex-ministro tomava um gin tônica sem gin, é claro. Depois se retirou discretamente e foi ler o *Seqüestro* do Garcia Marques.

Apesar do excesso de diet, a médica de plantão não atendeu a nenhum caso grave. Nem caso simples. Não houve nenhum caso de embriaguez nem de intoxicação alimentar, como era de se esperar. Nenhuma briga foi registrada pelos seguranças que a tudo observavam de longe.

No final do baile, a tradicional ceia. No lugar da suculenta sopa de cebola, um oitavo de pêra. Mesmo.

A música *Balancê* teve a letra mudada para Balança.

• baile, apesar do *Rei do Gado* estar passando num telão, começou timidamente com cinco simpáticas gordinhas, lideradas por mãe e filha. Entraram rasgando a fantasia e um cheiro de Phebo invadiu o recinto. Nenhum homem na pista, ainda. Lá fora, encostados numa árvore, dois jovens se beijavam apaixonadamente (não sei se se conheceram aqui ou chegaram juntos). Dizem que dieta aumenta o tesão.

• cantor ataca "o seu cabelo não nega" e um refrão repetia: "tá com cloro, tá com cloro".

"Garrafa cheia eu não quero ver sobrar." Mandam o cantor parar. "Não é o momento para se falar em bebida, você há de com-preender."

"Se a canoa não virar, eu chego lá." Palmas. "Chegar lá", aqui, é perder dez, vinte, sessenta quilos, às vezes. 0 ambiente está ficando bom.

"Gigi, eu chego lá, me dá uma colher de chá." Colher de chá 124

r

(e chá) é o que não falta por aqui.

Entra um barrigudo dentista de São Paulo com um lenço na mão, fingindo cheirar lança-perfume. Uma adolescente não entende a mímica. Impossível explicar para ela. Teria que começar lá pelo Janio Quadros, quando a mãe dela estaria nascendo.

Já estava quase terminando quando chega a turma jovem, todos com os cabelos pintados de verde e amarelo. Parece que a coisa vai pegar fogo. Sacos de confetes explodem. As serpentinas enrolam os jovens e os mais velhos.

- 0 duro vai ser recuperar a energia amanhã cedo com as vinte calorias do café da manhã (café da manhã?).

Termino a crônica, abaixo a cabeça e uns cinco confetes caem dentro do teclado. Peço uma pinça para a enfermeira e, sóbrio como nunca passei um carnaval na minha vida, termino a minha terça-feira gorda (e dia do meu aniversário) a tirar confetes de dentro de um teclado, dentro de um ambulatório, dentro de um spa.

"E mole?", diria o paciente barrigudinho assessor do Ministro da Indústria e Comércio.

Doutor Sérgio

(médico do pulmão)

0 aparelho respitarório é composto pelas

',- ~\

vias aéreas superiores (nariz, laringe e faringe)

'

e pelas vias inferiores (pulmões) e tem como

~ y l

finalidade básica captar o oxigênio do meiò~ -

ambiente e levá-lo até nossas células, retirar o

'

' -

gás carbônico das células e elimina-lo para o

~

meio ambiente.

/~~~

/

Tem nessa sua função o auxílio do aparel-

ho cardiovascular, que impulsiona o sangue e a hemoglobina que transporta o oxigênio.

A respiração é realizada por movimentos rítmicos e involun-125

tários da nossa caixa toráxica e dos nossos pulmões. Portanto, qualquer fator que impeça e/ou dificulte essa dinâmica estará contribuindo para alterações funcionais do nosso aparelho respiratório e, conseqüentemente, a instalação de doenças.

A obesidade é um dos fatores que contribuem para alterações mecânicas do nosso aparelho respiratório, causando desde simples sintomas até graves alterações.

A modificação do "canal respiratório", agravado pelo aumento de peso, faz o incômodo do ronco e a severidade dos distúrbios respiratórios do sono, levando a um decréscimo significativo da oxigenação do nosso organismo e pondo em risco a nossa vida.

A obesidade mórbida, por sua vez, desencadeia severas alterações na nossa dinâmica respiratória, aumentando a retenção de gás carbônico e a redução do

oxigênio, provocando hipersonia (sonolência acentuada) e aumento do número de glóbulos vermel hos, tornando o sangue mais viscoso e com maiores riscos à saúde.

Sol

Há quanto tempo você não pára para ver um pôr-do-sol?

Lua

E a lua? 0 luar continua legal. Mesmo que não seja no sertão.

Jó

0 Jô Soares é ótimo. É ótimo ir para a cama com ele. Mas é melhor ainda ir para a cama sem ele. Antes dele.

Afinal, gordo e gorda é o que não falta por aqui. E você sabe: gordo não ri, gordo gargalha. E como gargalha gostoso.

126

Jabuticabeira

Tem umas jalmticabeiras por aqui. Só que sem jabuticaba. Eles tiram.

Mas, da varanda de um dos apartamentos, dá para ver as jabuti-cabeiras do vizinho. Dizem que uma paciente cobrava (em saquinhos de sal) para as companheiras irem até o seu apartamento, subir numa cadeira e observar as jabuticabas do vizinho.

- Olha o desperdício, gente. Olha o chão: lotado!!!

- Uma só já resolvia o meu caso.

- A gente podia pular o muro...

- Dessa altura, menina? Fora os cacos de vidro.

- 0 negócio é descolar uma vara de pescar.

Folclore?

Jantar

Quando cheguei, dei uma olhada nos horários locais. Estava lá: jantar, das seis às sete e meia.

I magina, pensei eu. Jantar às seis da tarde. Isso é para doente. Eu ainda achava que era hóspede e não (im)paciente.

Dois dias depois, ali pelas cinco da tarde, eu já começava a olhar para o meu relógio, enquanto tomava, na minha varanda, um gin tônica com gelo e limão. Sem gin.

Meu Deus, que comida gostosa. Pouca, mas gostosa.

Cesariana

Quando me achei, me perdi.

127

1.200

Todo mundo aqui tem direito a trceentas calorias. Eu, magro, tenho direito a 1.200.

Daí que vocês podem imaginar o assédio nas horas das refeições. Se eu olhasse para o lado, sumia uma uva.

Já disse que um dia dispensei a sobremesa e quase fui linchado.

Agora falando sério. Eu sempre quis comer na cozinha sozinho, para não despertar a gula em ninguém. Mas foram elas mesmas que não deixaram.

Ficavam me olhando, faziam questão de sentar na minha mesa.

Mas era tudo uma grande brincadeira. Me deixavam comer em paz. Mas não posso negar que um ex-secretário da cultura do Estado de São Paulo (já citado aqui) me roubou uma (uma!) folha de agrião e, depois de avidamente saboreá-la, me disse:

- Nunca vou me esquecer desta folha de agrião.

Iüentira

Tomar água entre as refeições ajuda a emagrecer.

Verdade

Comer pouco e fazer exercícios ainda é a melhor conduta.

Vingança

Lembra daquele sujeito que saiu, engordou cinco quilos e oito-centos gramas e foi mandado embora? Pois ele se vingou. Foi assim:

Foi ao aeroclube local e alugou um helicóptero (uns dizem que 128

foi um ultraleve) depois de comprar quinhentas caixas de Sonho de Valsa e outro tanto de Danoninho.

Num vôo rasante, jogou tudo lá de cima.Você pode imaginar a loucura que foi aqui embaixo.

Tinha gente comendo deitada no chão, enchendo a boca com cinco ou seis.

Gordas desesperadas subiam nas árvores para pegar os que se enroscaram. Outros, mais espertos, recolheram o máximo possível e levaram para o quarto, sem culpa nenhuma. Para fazer negócio depois.

Folclore? Saiu até numa revista. Mas a turma daqui garante que foi num outro local.

- Aqui, não!

Culpa

- Culpa?

Eu estava diante da psicóloga pela primeira vez.

- Culpa.

- Culpa do quê?

-Trabalhar pouco e ganhar muito.

- E você sente culpa por causa disso?

- Imensa.

- Há quanto tempo você trabalha?

-Trinta e seis anos. Desde os catorze.

- Quantas horas trabalha por dia?

- Duas. Quando trabalho. Tem dia que eu não faço nada. Fico com culpa de ir ao cinema, ao teatro. De me divertir, entende? Fico vendo as pessoas trabalharem o dia inteiro. Este país de merda.Todo mundo ganha pouco. E eu de papo pro ar, fumando unzinho, indo para a praia...

- Mas, se você já trabalhou 36 anos, tem o direito de não fazer nada.

- Um dia, eu cheguei a conversar isso com o Chico Buarque.

Que não deve "trabalhar" nem duas horas por dia. Me disse que teve culpa muitos anos. Depois relaxou.

- Isso deve acontecer com todos os artistas.

- Eu sei disso. Mas eu fui criado para ser gerente do Banco do Brasil em Lins,

entende? Aquela coisa de "é mais fácil um camelo passar pelo buraco da fechadura"..., sabe? Você acha que uma terapia me ajudaria?

-Tenho certeza. E aqui, você vai trabalhar?

- Estou revisando o meu último livro.Voltando ao assunto, eu já fui casado umas vezes. E nunca, nunquinha, nenhuma delas entendeu que, quando eu estou jogando paciência no computador, eu estou trabalhando.

- Bem... Mas se você quer mesmo relaxar, desintoxicar, você não devia trabalhar aqui.

- Elas vão entrando, primeiro fazem aquele ar de reprovação:

"eu levando as crianças pra cima e pra baixo e o senhor aí, jogando paciência. Tenha a santa paciência!".

- Todas, é?

- Se eu não trabalhar, eu fico com culpa. Acho que todo mundo acha que eu sou um vagabundo. Minha família acha que eu não faço nada. Que eu fico o dia inteiro coçando. Quando alguém tem que fazer alguma coisa, dizem: "fala com o Mario Alberto - sou eu - que não faz nada o dia inteiro mesmo"...

-Talvez uma boa terapia...

- Não sei, acho que vou morrer com essa culpa.

Corte.

Uns dez dias depois, quando eu já havia proposto este livro para eles e estava tendo idéias o dia inteiro, a psicóloga me chama:

- Sabe qual é o seu problema? Você não trabalha só duas horas por dia. Você trabalha 24 horas! A sua cabeça não pára de pensar, de criar, o dia inteiro. Nunca vi uma coisa dessas. Se você tiver que ter alguma culpa é de trabalhar demais. 0 que você precisa é trabalhar menos. Menos paciência.

- Será?

- E, por falar nisso, como anda o nosso livro? Trabalhando muito?

- 0 dia inteiro.

- Então? Está passando a culpa?

- Mais uns refrigerantes diet... Sei lá... é, acho que está passando. Sabe o que me dá mais culpa? Assistir Sessão da Tarde, na televisão. É o cúmulo da vagabundagem, não é?

- Tenho certeza de que, enquanto você está vendo aqueles filmes, a sua cabeça está a mil, não está? Você não está criando naquela hora?

- É a hora em que eu mais crio. Igual na paciência.

- Então...

Quando sair daqui, vou fazer um teste: entrar no cinema com o dia claro e sair com o dia escuro. Isso eu nunca consegui fazer.

PS.: Fiz o teste. Não doeu nada.

Doutor Castanho

(médico do coração)

>

A obesidade é por nós encarada, literalmente, como uma doença, doença esta que está atingin-do proporções epidêmicas em todo o mundo

industrializado, abreviando a sobrevida das pes-soase afetando sobremaneira a qualidade de vida sensu lato.

Dentre todas as especialidades médicas envolvidas ou inter-rela-cionadas à obesidade, sem nenhuma dúvida a cardiologia é a mais atingida, pois as pessoas obesas, além de terem uma prevalência aumentada das principais patologias cardíacas, como infarto do miocárdio, angina do peito, hipertensão arterial, insuficiência cardíaca congestiva e as dislipidemias, a obesidade dificulta

enormemente o controle dessas patologias, sendo, portanto, 131

responsável por morbimortalidade bastante significativa.

Assim sendo, achamos que as autoridades, tanto as políticas quanto as de saúde, deveriam estar com os olhos bem abertos para com essa patologia que, apesar de estar contribuindo com e provocando a morte de inúmeras pessoas, nós não a vemos em nenhum atestado de óbito como causa mortis.

Curinga VI

Caruso já está na portaria com a namorada Maria Eugênia.Vou até lá. 0 Fernando jogando buraco no restaurante.

- E então?

- Debaixo do banco do carona.

- E onde está o carro?

- 0 manobrista foi estacionar.

- Boa viagem?

Eis que entra Juca, o manobrista. Na mão direita, as chaves. Na esquerda, dentro de um saco de plástico, ela. A garrafa de uísque!

Não diz nada. Entrega para a recepcionista, que pega a garrafa como quem pegasse num saco qualquer e, com a maior tranqüilidade, some com ela. Eu e o Caruso ficamos olhando a garrafa entrar numa gaveta, uma chave a trancar. Ela volta ao Caruso e continua a preencher a ficha dele como se nada tivesse acontecido.

Eu e Paulo nos olhamos. Tristes. Em silêncio. Nunca estivemos tão sóbrios em nossas vidas. A recepcionista pergunta:

- Religião?

Caruso:

- Católica.

Determinado

Sou muito determinado. Isso é muito importante durante o regime todo.`

25 Antonio Fagundes.

132

Tempo

O, tempo, o tempo. 0 amor tem mil inimigos, mas o pior deles é o tempo. 0 tempo ataca em silêncio. 0 tempo usa armas químicas. 26

lïotocieleta

Sete da manhã e ela me contando um sonho que teve naquela noite. Comigo.

- Comigo?

- Sonhei com você, cara.

- Erótico?

- Nossa!...

- Conta.

- Sonhei que eu abri o frigobar do quarto e tinha cinco cervejas lá dentro estupidamente e duas garrafas de cachaça Pitu.

Experimentei a Pitu e era Pitu mesmo. Aí disse: liguem para o Mario. Chamem o Mario aqui!

- Cerveja gelada?

- Geladérrima, menino. Aí a coisinha ligou para o seu apartamento e você não estava e atendeu um tal de Diogo.

- Diogo?

- Diogo era um garoto que tinha passado por aqui. Chamava Diogo, mas não era aquele Diogo, está seguindo o meu raciocínio?

- Sim, o Diogo.

- Então, aí, né?, o Diogo foi lá para o meu ape de moto.

- Moto?

- É, uma puta moto. No lugar do tanque de gasolina, aquele negócio meio oval que fica na frente, sabe?, tá me entendendo?, no lugar do tanque, tinha uma caixa meio quadrada, enorme. Aí eu abri aquela caixa e sabe o que tinha lá dentro?

- Gasolina, claro.

l~~

- Meu, uma puta duma macarronada!!!

Bingo

Levei uma dezena de livros para ler e só li dois de tanto que me diverti. De noite, ficávamos jogando bingo ou buraco_ ou cantando no karaokê. 27

Nervoso

Sistema nervoso: estrutura corporal responsável pelo controle e integração das atividades das várias partes do organismo, oferecen-do um mecanismo pelo qual o animal pode responder a mudanças no ambiente externo enquanto mantém um ambiente interno constante.

Coincidéncia

Tinha uma senhora, uma das mais velhas. Talvez também uma das mais simpáticas. Um dia, ficamos a conversar depois do jantar e descobrimos uma porção de coisas.

Exemplos:

• ela tinha morado na minha cidade, Lins, entre 50 e 56.

• meu pai tinha feito o parto do filho dela e foi seu pediatra.

s era amicíssima dos nossos vizinhos, o seu Martins e a dona Geny (foi uma luta lembrar o nome da dona Geny).

Quando ela se despediu de mim, depois da alta, chorou. Eu também. Pequenos mundos, grandes corpos, excelentes cabeças.

27 Antonio Fagundes.

134

Latim

Hoje eu descobri uma coisa incrível: se você não tiver uma cabeça boa, você não vai ter um corpo bom. Primeiro a cabeça, depois o corpo. Descobri isso andando pelo bosque. Mas depois fiquei pensando bem e acho que alguém já disse isso. Um romano:

- *Mens sana in corpore tana!*

Pulso

Segundo a Sociedade Americana do Câncer, depois de vinte minutos sem fumar, a pressão arterial volta ao normal. A freqüência do pulso volta ao normal. A temperatura das mãos e dos pés sobe para o normal.

Doutor Francisco

(diretor comercial)

Gostaria de me utilizar de um trecho do nosso ilustre escritor Mario Prata, na sua crônica publicada no jornal *0 Estado de S.*

Paulo:

"0 mais interessante é que as pessoas que cuidam de nós com tanto carinho sabem que somos todos ETs. 0 que eles não sabem (médicos, enfermeiras, funcionários, etc. e tal) é que eles também são. Só que ainda não perceberam. Não receberam o aviso do futuro explicando qual a missão deles aqui no passado. Mas agem como se já soubessem".

Aqui, realmente, as pessoas possuem um sentido natural de equipe, mas não existe uma verdadeira explicação, por mais que queiramos justificar com técnicas, argumentos, treinamentos, etc.

Pois acredito que elas sabem intuitivamente, bem no seu íntimo, que são os tais "ETs". Cada um dentro de sua formação, executan-135

do com muita maestria aquilo que mais incomoda em relações humanas: o respeito, o carinho, o amor, por mais técnicas que pos-sam existir.

Acredito que esses "ETs" desta equipe tão especial possuem esta missão aqui nesta Terra do passado, onde todos, sem exceção, sem saber bem o porquê, agem nesta direção.

E impressionante a existência, nesta Terra do passado, de uma grande LUZ que ilumina a todos, bem lá no fundo, e faz com que todos desta grande equipe se sintam recompensados pelo trabalho que executam.

Aniversário

Passar aniversário aqui? Acontece.

E aquela alegríssima nordestina não deixou por menos. Antes de soprar as 27 velinhas num bolo dietético, declarou, já chorando:

- Gente, foi o melhor aniversário da minha vida.

Enquanto ela chorava, o bolo balançava nas mãos de uma amiga. Durante a cantoria do "Parabéns aVocê", ouviam-se apelos:

- Cuidado que o bolo vai cair!

- Cuidado que o bolo vai cair!

- Olha o bolo! Olha o bolo!

Sobrepeso

Segundo *a Folha de S. Paulo, 26%* das mulheres brasileiras estão na faixa do sobrepeso. As obesas são 11,7%.

Encolhimento

Entreouvido na piscina:

- Nossa, como ele encolheu!!!

Despedida

Quase todo dia chega um e vai embora outro. E a despedida chega a ser comovente.

Além das trocas de receitas (é claro), trocam-se endereços, cartões.

Lágrimas rolam.

É incrível. São pessoas que nunca se viram. Passaram de uma semana a quinze dias juntas.

Parece que a amizade vai ser para o resto da vida. Como os quilos deixados ali.

É a hora também de trocar fotos. Tipo "antes e depois".

Piada IV

O Jo Soares entrou num táxi e deu o destino.

O motorista:

- 0 senhor é o Jô Soares, não é?

- Sou...

- Percebi pelo sotaque.

Entreouvido

- Nossa, como sua calça está larga!...

N

Oxigenação

Depois de oito horas sem fumar, o nível de monóxido de car-bono no sangue volta ao normal. 0 nível de oxigenação no sangue aumenta para o normal. 28

28 Sociedade Americana do Câncer.

Barriga

Nunca nos vimos antes, mas sei tudo sobre você e a sua barri-ga.Você passa o dia inteiro sentado. Só anda de carro. Em casa, fica atirado na frente da televisão, comendo porcaria. Bebe demais.

Fuma. Agora que passou dos quarenta, decidiu tomar jeito. Por isso, 29

veio até aqui. Estou certo ou estou errado?

Diet

No lanche da tarde, um dia serviam um quarto de tomate, no outro um palito de cenoura ou uma gelatina diet.

Saquinhos

Você tem a hora certa para tomar os seus remédios.

Mas não se preocupe com isso que as enfermeiras te acham onde você estiver. Às vezes, já entregam junto um copo de água.

Mas o grande problema dos remédios são os saquinhos de plástico onde eles vêm acondicionados. É uma luta abrir aquele saquinho. Achei que era só eu, desajeitado:

- Não se preocupe não, porque eu também levei uns três dias para aprender a abrir o saquinho.

Verdade II

Ninguém passa por aqui impunemente.

Paladar

0 paladar do brasileiro está ficando cada vez mais infantil, diz o 29 Luis Fernando Veríssimo.

endocrinologista Antonio Roberto Chacra para *a Folha.* Segundo ele, cada vez menos adultos comem na hora certa, na quantidade certa e o alimento certo.

Estou realmente num Jardim-de-Infância.

Cobiça

No meu primeiro dia, no meu primeiro jantar, sentou-se uma adolescente com aparelho nos dentes ao meu lado. Ela comia trezentas calorias e eu 1.200, como já disse.

Jamais, durante toda a minha vida, jamais, vou esquecer o seu olhar para o meu prato.

Não conhecia ainda muito bem as regras do jogo. Dei uma uva para ela. Uma! Ela olhou para os lados procurando algum dedo-duro, meteu a uva na boca, quase teve um orgasmo:

-Você é mó legal, cara!

13 9

zero!!!

Criativa III

Dois exemplos de homens que se encaixam nesta afirmação são os escritores e jornalistas Mario Prata e Matthew Shirts.

Matthew, norte-americano radicado no Brasil há mais de quinze anos, confessa com a veia humorística a toda:

- Sempre achei a maior graça nas gordinhas. Para começar, elas são mais expansivas e alegres que as magras e topam qualquer para-da. Nunca conheci uma gorda que impusesse restrições ao imaginário erótico de um homem - no caso, eu mesmo. É claro, desde que você não proponha nada de acrobático demais, como saltar de cima do guarda-roupa.

Já Mario Prata explica:

- 0 melhor das gordinhas é que elas não são magras, se me permitem a redundância. São macias e extremamente sensíveis às caricias eróticas. Não há nada mais reconfortante, depois de uma boa transada com uma moça de "peso", que tirar uma soneca ani-nhado em seu corpo. Me sinto dentro de uma incubadeira sensual e maternal.

Outra observação curiosa do americano Shirts diz respeito a certas características anatómicas das mulheres gordas, especialmente as brasileiras:

- Nos Estados Unidos, você dificilmente encontra mulheres, mesmo gordas, com nádegas avantajadas. No Brasil, isso é quase corriqueiro. A verdade é que uma gordinha de bumbum proemi-nente me deixa bastante perturbado, no bom sentido. Talvez esteja aí um dos principais motivos que me levaram a trocar os States pela pátria do futebol e do bumbum.

Mario Prata, embora participe do mesmo entusiasmo de Shirts por bumbuns de gordinhas - "Quem em sã consciência não gosta?"-, é um confesso admirador de seios grandes:

- Rotundos, imensos, salientes, alimentadores do corpo e da alma. Bem no estilo Playboy mesmo. Uma das namoradas com quem tive melhor relacionamento erótico era justamente uma 145

simpaticíssima gordinha de seios fartos. É uma pessoa muito conhecida, por isso não posso dizer seu nome. E digo mais: seio de gordinha não precisa ser empinado como um papagaio. São o vo-lume e a consistência que contam mais.

O pessimismo das gordinhas é outro "ponto-de-venda" dessas mulheres, na opinião de Matthew Shirts:

- São em geral delicadas, pelo menos as que eu conheci, nada vorazes, nem com alimentos nem com sentimentos. Elas sabem envolver um homem com ondas sutis e benfazejas da mais pura sensualidade. Já vi magras muito mais devoradoras. A gorda sexual-mente realizada é um dos seres mais calmos do planeta.

Mario Prata reverbera a mesma opinião:

- Amor de gordinha engorda o coração da gente. Posso estar errado, mas acho que são as que melhor conhecem o valor e a natureza dos sentimentos.

A julgar porém pela recente pesquisa que o endocrinologista carioca Tércio de Castro Rocha Junior realizou em três mil mulheres do Rio de janeiro, a situação para as gordinhas não é assim tão risonha.

A insatisfação sexual, por exemplo, foi apontada como traço predominante entre elas. Mas não como resultante, e, sim, como a grande causa da obesidade feminina. Segundo entrevista que o doutor Tércio concedeu *à Folha de S. Paulo:*

- E por causa da infelicidade sentimental ou sexual que a mulher passa à ansiedade. E, aí, muitas buscam compensação na comida. A obesidade, então, é a última etapa desse ciclo vicioso.

Outros dados da pesquisa do endocrinologista situam melhor o problema: 72% das entrevistadas beliscam guloseimas entre as refeições e 75% comem

apressadamente em lanchonetes, que não são exatamente templos da boa alimentação e onde se costuma matar ao mesmo tempo a fome e as formas de uma pessoa.

A endocrinologista paulistana Zuleika Halpern tenta ampliar o ângulo da discussão:

- Em primeiro lugar, há pelo menos três fases na vida de uma 146

mulher que envolvem alterações de peso. São a puberdade, a gravidez e a menopausa. Além do casamento, quando há consumo de piúlas anticoncepcionais. Em todos esses momentos, ocorrem alterações hormonais importantes e não é raro a mulher engordar.

Para a doutora Zuleika, nada disso tem a ver com satisfação ou insatisfação sexual:

- 0 que pode acontecer é que um período de mais gordura tira a mulher da faixa estética socialmente valorizada, e isto a leva a retrair-se, evitando expor-se a relacionamentos afetivo-sexuais.

Zuleika Halpern conhece casos de mulheres que engordam justamente para não ter que encarar a própria sexualidade:

- Na minha clínica, eu vejo mulheres que iniciam um tratamento para emagrecer e, tempos depois, já bem mais magras, ao se perceberem alvo das atenções masculinas, se assustam com isso e voltam a comer desordenadamente. A gordura, para elas, funciona como uma barreira inconsciente contra a possibilidade de contato sexual, visto como algo ameaçador.

Plano

Estava eu quieto no meu canto, pegando uma cor na piscina, agora já íntimo de todo mundo, quando um jovem faminto se aproxima:

- Mario, você sabe que, quando todo mundo chega aqui, revistam as malas e as bolsas, não sabe?

- Sei. Me levaram uns chicletes.

- Eu estava pensando nisso. Eles não vão jogar no lixo tudo que eles tiram da gente, né?

- É, talvez não.

- E que eu estou com um plano.

- Plano?

- Primeiro descobrir onde é que guardam tudo. 0 que deve ter de bombom, bolachas, açúcar, doces, já pensou?

- Mas que plano?

- Como eu ia dizendo. Primeiro a gente descobre onde eles guardam isso tudo. A segunda parte é d assalto. Bolar um assalto como quem bola um assalto a um banco.

-Você já assaltou algum banco?

- Não. Meu pai tem um.

- Doce?

- Não, banco.

- E você quer me colocar nesse plano por quê?

- Porque talvez a gente tenha que pular um muro ou entrar pela fresta de uma janela. E você é magro.

Nunca mais tocou no assunto comigo. Mas achei que ele vem engordando de novo.

Sensibilidade

Ando tão sensível por aqui que ontem chorei vendo "Gente que Faz".

Recordes

O homem mais pesado do mundo foi Jon Brower Minnoch (1941-83), americano, que sofreu de obesidade desde a infância.

Tinha 1,85m de altura e pesava 178 quilos aos 22 anos, 317 aos 25

e 442 aos 35 anos.

A mulher mais gorda do mundo também é americana: Roseli Gradford, nascida em 1943. Em 1987, atingiu o pico de 554 quilos. Em 1994, começou uma dieta e está com 128 quilos. Diz que vai chegar aos 68. 3°

30 *Cluiuuesç H*x,k,* 1996, Fditurl Três.

Lema

O que nós oferecemos é somente ensinar a plantar. Regar suas

'sementes dia a dia é um trabalho só seu.

Publicitária

- 0 que é para você buscar a qualidade de vida, a qualidade de trabalho?

- Todos vivem o drama de um dia se perguntar: o que eu quero fazer da vida? Onde quero viver? Para quem quero trabalhar? Onde quero passar meus dias e minhas noites? Na mesa de quem? No escritório de quem? Na cama de quem? E aí vem outro bloco de perguntas, do tipo: o que é uma carreira profissional? 0

que é o dinheiro? 0 que é... parece chavão... mas o que é qualidade de vida? E, finalmente, o que é felicidade? Aquela que faz você ficar bem, trabalhar com quem gosta."

Sorocabana

A primeira vez que fui a Montevidéu, em 1983, estava eu a tomar um chocolate num dos bares mais bonitos de lá, o Sorocabana (que, depois, seria destruído num incêndio). Como em todo lugar do Uruguai, muitos velhos e velhas por perto.

De repente, para pasmo meu, entram uns elementos de branco, dizendo: "presión, presión" e iam com seus aparelhos tirar a pressão dos velhinhos.

Nunca tinha visto aquilo, publicamente. Pensei: ainda bem que sou jovem e estou bem.

E não é que hoje, na hora do jantar, entrou uma enfermeira para tirar a minha pressão? Tava tudo bem: catorze por oito. Mas me senti meio velhinho uruguaio.

Mas um jovem brasileiro.

31 *Meio & MereAem,* entrevista com Flávia Moraes.

149

Mae

Depois de três dias aqui, minha mãe me liga de Uberaba. Devia estar preocupada comigo. Filho numa clinica médica não deve ser à toa. Coisa boa, não é.

Primeira coisa que me diz:

- Meu filho, o que está acontecendo com você, meu filho?

Sua voz mudou! Alberto, fala aqui com o Mario Alberto. Olha a voz dele, Alberto. Meu filho, você deve estar muito bem. Faz muito tempo que não ouço a sua voz assim. Parou de beber, meu filho?

- Chazinho, mãe. Chazinho inglês.

O mesmo viria a acontecer com todo mundo que falava comigo ao telefone.

- Porra, meu!, a sua voz mudou.

Sedentária

Passei muito tempo levando uma vida sedentária, sem rotina para comer ou dormir e, com isso, fiquei um pouco desleixado comigo mesmo. Agora estou retomando alguns cuidados com o meu corpo, e o resultado estético é fruto de um processo todo.

Para o almoço, havia sempre duas opções no cardápio: picanha e bacalhau, por exemplo, mas em quantidades mínimas."

Curinga VII

Vou até o Fernando, que continuava no buraco:

- Sujou...

- Não, ainda dá para passar o dois para cá e fazer a real.

- Confiscaram...

- 0 quê? 0 curinga?

- É... o curinga. 0 curinga, entende?

32 Antonio Fagundes.

150

- Não acredito.

Pedimos três tônicas diet. Eu, ele e o Caruso. Mas com bastante gelo.

Unha II

No meu décimo dia aqui, descobri, incrédulo, que não estava mais roendo unha (de ambas as mãos e dos pés), como vinha fazendo desde que nasceram os meus primeiros dentes.

Mundial

Para a Organização Mundial da Saúde, em 2030, toda a população dos Estados Unidos será obesa se os hábitos alimentares e, principalmente, as quantidades não forem revistas e rapidamente alteradas.

Pipoca

Todo o sábado, o Trans-Banha leva a turma para o cinema no centro da cidade.

Na frente do cinema, claro, tem um pipoqueiro. 0 cheiro já mata qualquer um de saudades.

0 plano:

-Você fica de olho em alguém que vai comprar pipoca e entrar no cinema. Quando ele estiver no corredor, você vai na frente e dá um esbarrão (de 140 quilos) nele. Vai cair pipoca no chão. Eu venho por trás e pego o que cair.

- E se cair só uma?

- A gente racha meio a meio, uai.

151

Decidido

Tive uma segunda reunião hoje com os donos aqui do lugar.

Mostrei o primeiro capítulo. Gostaram e o livro deve mesmo sair.

Sugeri um título: ME AJUDA, SÃO PEDRO!

Colou.

Pronto, eu que vim aqui para descansar, vou ter que trabalhar.

Mas com o maior prazer.

Pedi que cada um deles (são cinco) escrevesse um textinho para mim, contando a sua relação com os, segundo eles, obesos.

Maravilha.

Que?

A primeira pergunta que eu me fiz, quando cheguei aqui, foi:

- 0 que é que eu estou fazendo aqui?

E a última, ao sair, depois do redescobrimento de mim mesmo e das alterações pelas quais passei, foi:

- Por que eu estou indo embora daqui?

Cesariana

- Quando dei por mim, tava aqui.

Cabeleireira II

Veja o que ela me disse, cortando o meu cabelo, de repente, sem mais nem menos:

- Rashiniche disse: viva só o presente. Não pense nem no passado nem no futuro.

152

Governo

Seria interessante que o governo criasse locais populares, com a infra daqui. Não para o Sérgio Motta ou o Delfim Neto, mas, sim, para toda a população.

Todo brasileiro deveria ter essa experiência que estamos tendo aqui.

Fica uma sugestão: em vez de mandar o jovem servir o Exército, mandar para um lugar assim. Mesmo porque não temos que fazer guerra com ninguém.

A não ser contra o nosso corpo e a nossa cabeça. Para encontrar, finalmente, a paz interior.

Comida

Juro que eu tentei mudar os assuntos discutidos aqui. Mas sempre fui voto vencido.

Só se fala em comida.

Mas foi bom. Aprendi uns pratos. Fala-se de comida com prazer quase orgástico.

Este lugar é mesmo orgiástico.

Curiosidade

Uma senhora já de idade, almoçando comigo:

- Engraçado, o senhor é como a gente...

- Gordo?

- Não... Como é que eu vou explicar... Sabe, eu achava que artistas, escritores fossem diferentes.

- Como assim? Com duas cabeças?

- Não... E que você conversa com a gente de igual para igual.

- Mas, fora o peso, eu sou igual a todas vocês.

- Mas eu achava que vocês só falavam de coisas sérias, in-telectuais, entende? Você, não.

- Minha senhora, trabalhei oito anos no Banco do Brasil (quer coisa mais normal que isso?), estudei Economia na USP, casei, tive filhos... A única diferença é que, para a senhora, esse nosso papo não vai render dinheiro nenhum. Para mim, vai.

- Está vendo, já não estou entendendo.

-Vou colocar a senhora no meu livro.

- Pelo amor de Deus. Veja lá o que você vai dizer de mim, bem? Meu marido te lê.

Socialite

Uma socialite carioca muito conhecida, no seu primeiro dia aqui, subiu para o jantar com um esplendoroso casaco de pele.

Todo mundo notou, mas ninguém comentou.

Dois dias depois, ela estava de roupão e com sandálias havaianas verdes.

Tinha caído na real.

Álcool

Segundo ainda a OMS, dezesseis estudos realizados nos Estados Unidos comprovam a relação entre o álcool e a obesidade.

Graça

A conclusão é antiga, mas aqui eu constatei in loco:

- Todos os gordos são engraçados.

Nunca ri tanto em minha vida.

Serenata

Como eu era o único homem disponível por aqui, um dia fui acordado por uma serenata. Seis gatinhas. Gordinhas. Cantavam, afinadinhas, "OnlyYou".

Dei uma olhadinha pela fresta da janela.

Me lembrei do Eça de Queirós que eu estava lendo na cama, ao afastar um pouco a cortina:

"Estas pequenas cortinas datam de Goethe e elas têm na vida amorosa um interessante destino: revelam. Levantar-lhes uma ponta e espreitar, franzi-las suavemente, revela um fim; corrê-las, pregar nelas uma flor, agitá-las fazendo sentir que por trás um rosto aten-to se move e espera - são velhas maneiras com que na realidade e na arte começa o romance".

Caí de novo na realidade quando vi, lá fora, ao luar, fazendo uma conta rápida, 850 quilos do mais puro filé mignon.

- Se eu abrir essa porta, serei encurralado, massacrado, e cur-rado. Fiquei na minha, fingi que não ouvi.

Você já pensou quase uma tonelada de carne e desejos em cima de você, num momento de obstinado jejum?

Finalmente

Não é apenas por vaidade que todos eles e elas estão aqui.

Tenho quase certeza que, ao virem para cá, estão, em primeiro lugar, preocupados com o corpo.

Mas descobrem que é com a cabeça completamente mudada que sairão daqui.

O corpo é apenas o lucro.

CO

eç r

Primavera de 96/verão de 97

Sorocaba

São Paulo

Praia da Baleia

Do Autor

Nascido em Uberaba (MG),

em 11 de fevereiro de 1946.

Passou a infância e adolescência

em Lins (SP).

Televisao

Estúpido Cupido; Sem Lenço, Sem Documento; Dinheiro Vivo; A Máfia no Brasil; Um Sonho a Mais; Helena.

Teatro

O Cordão Umbilical; E se a Gente Ganhar a Guerra?; Besame Mucho; Salto Alto; Purgatório.

Cinema

E

OJogo da Vida e da Morte, diálogos; *Xico Rey,* argumento; *Besame Mucho,* roteiro com Francisco Ramalho Júnior; *Banana Split,* roteiro; 0 *Beijo 2348/72,* co-autoria de roteiro e diálogos; 0 *Tes-tamento do Senhor Napurnoceno da Silva*

Araújo, roteiro baseado no romance do caboverdiano Germano Almeida.

Literatura infantil e juvenil

O Homem que Soltava Pum; Sexta-feira, de Noite; A viagem de Memoh.

158

Document Outline

- page 1
- page 2
- page 3
- page 4
- page 5
- page 6
- page 7
- page 8
- page 9
- page 10
- page 11
- page 12
- page 13
- page 14
- page 15
- page 16
- page 17
- page 18
- page 19
- page 20
- page 21
- page 22
- page 23
- page 24
- page 25
- page 26
- page 27
- page 28
- page 29
- page 30
- page 31
- page 32
- page 33
- page 34
- page 35

- page 36
- page 37
- page 38
- page 39
- page 40
- page 41
- page 42
- page 43
- page 44
- page 45
- page 46
- page 47
- page 48
- page 49
- page 50
- page 51
- page 52
- page 53
- page 54
- page 55
- page 56
- page 57
- page 58
- page 59
- page 60
- page 61
- page 62
- page 63
- page 64
- page 65
- page 66
- page 67
- page 68
- page 69
- page 70
- page 71
- page 72
- page 73
- page 74

- page 75
- page 76
- page 77
- page 78
- page 79
- page 80
- page 81
- page 82
- page 83
- page 84
- page 85
- page 86
- page 87
- page 88
- page 89
- page 90
- page 91
- page 92
- page 93
- page 94
- page 95
- page 96
- page 97
- page 98
- page 99
- page 100
- page 101
- page 102
- page 103
- page 104
- page 105
- page 106
- page 107
- page 108
- page 109
- page 110
- page 111
- page 112
- page 113

- page 114

Índice

page 1
page 2
page 3
page 4
page 5
page 6
page 7
page 8
page 9
page 10
page 11
page 12
page 13
page 14
page 15
page 16
page 17
page 18
page 19
page 20
page 21
page 22
page 23
page 24
page 25
page 26
page 27
page 28
page 29
page 30
page 31
page 32
page 33
page 34
page 35

page 36
page 37
page 38
page 39
page 40
page 41
page 42
page 43
page 44
page 45
page 46
page 47
page 48
page 49
page 50