

# **a casa é o corpo**

**Luciana Castro**

**Quem ele não gostava que entrasse na casa de vocês?**

Minha família.

Meus amigos.

Minha mãe.

Ninguém podia entrar.

Não costumávamos receber ninguém.

Era só eu e Deus.

**Em algum momento você pensou que o homem  
que você amava poderia te matar dentro de casa?**

Sim.

Sim.

Sim.

Sim.

Sim.

Sim.

**a casa é  
o corpo**

**Luciana Castro**

Este livro foi construído com seis mulheres que compartilharam como a violência doméstica invadiu suas vidas e de que forma afirmaram modos de se defender e se afastar do agressor. Cada uma traçou novas realidades para suas vidas, reconstruindo seus espaços, suas relações, sua maneira de existir.

As fotografias das casas onde elas habitam e os testemunhos que compõem este livro foram realizados entre julho de 2020 e março de 2021. Os textos são assinados com a inicial do nome e o ano de nascimento de cada uma das mulheres. Apenas uma delas ainda mora na casa onde viveu com seu agressor, não mais convivendo com ele.

Este trabalho é dedicado a elas.

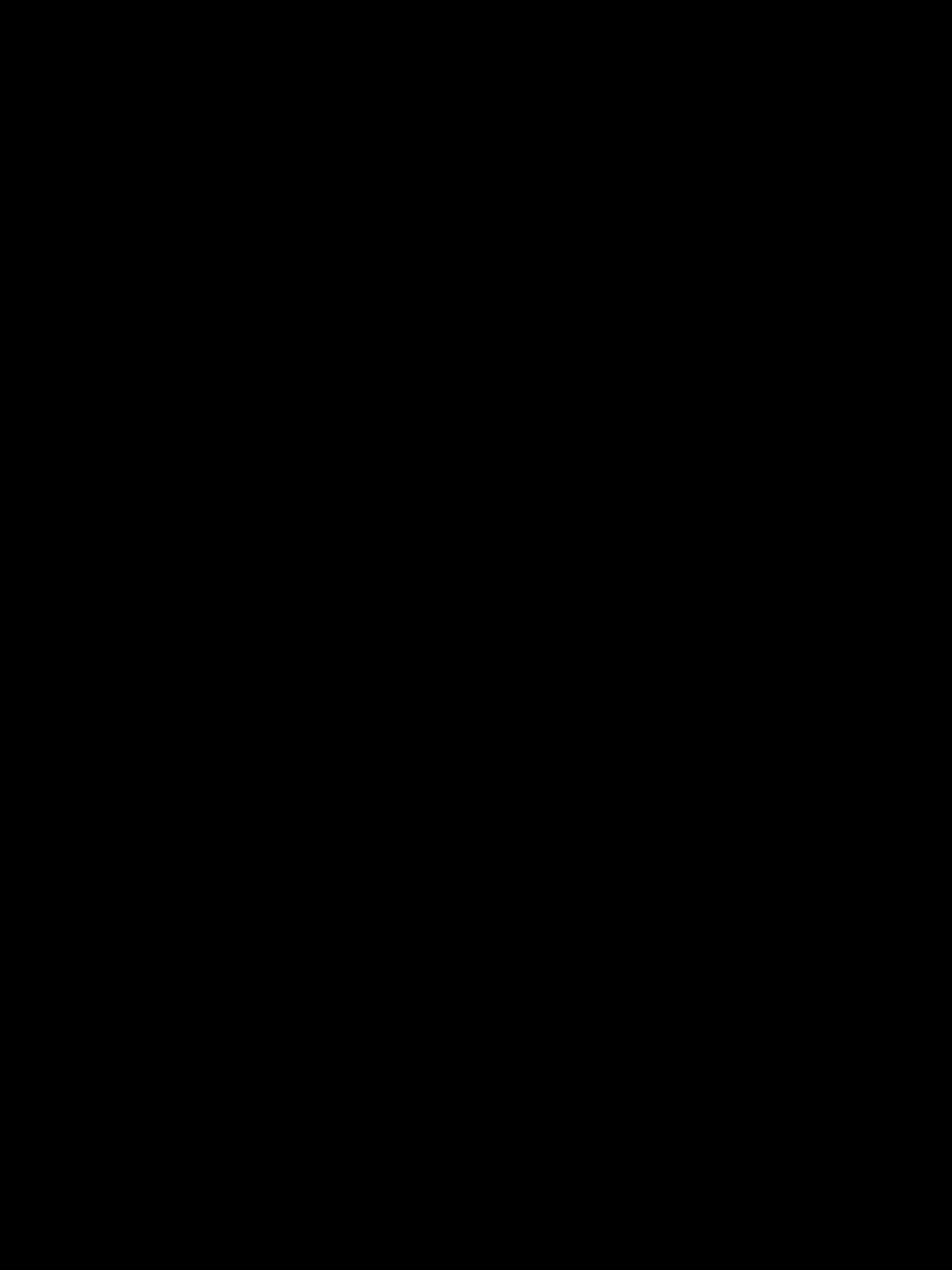
*Todo mundo escuta, mas ninguém se intromete, ninguém faz nada.*

## a casa é o corpo

### 9 FOTOGRAFIAS

#### TESTEMUNHOS

- 69** Tudo isso está na pele  
C., 1982
- 77** É como uma cicatriz  
D., 1972
- 85** É meu direito viver onde eu quiser  
E., 1983
- 99** Ainda tenho vergonha de contar a minha história  
F., 1976
- 107** Uma visão de água  
M., 1971
- 119** Ninguém é de ninguém  
M., 1935































Caminho por uma estrada estreita,  
e a minha frente, não vejo nada...  
Não há pedras e nem sorrisos  
somente um véu que me cobre  
com sua penumbra aconchegante...  
Não há pegadas no meu presente...  
Não sei se existem no meu futuro,  
Mas carrego comigo todo peso do passado...  
Toneladas de lágrimas caem dos meus  
olhos  
e a dor de caminhar contra o vento,

NOVA / NUEVA

Levante a cabeça e vá em busca da  
felicidade a que tem direito.  
Levanta la cabeza y ve en búsqueda  
de la felicidad que es tu derecho.



Procure aceitar aos convites dos  
seus amigos e se divirta.  
Trata de aceptar las invitaciones de  
tus amigos y diviértete.

NOVA / NUEVA

Ja sinto em minhas pernas...  
Contemplo uma árvore seca, solitária,  
sem dor, amor, ou rancor, ela está ali,  
sabe Deus a quanto tempo...  
Imagino meu futuro...  
Não vejo esperanças, nem, fruto,  
nem pedras e lamentos, num caminho  
fortuoso, onde a vida me levou...  
Amargos tropeços e desenganos,  
e a saudade da essência,  
e a falta de amor...

Um corpo frio e insensível,  
assim a vida me fez...  
E hoje sou pedra, sou fogo,  
Sou um rio cuja água  
o sol levou...

Camila

Coloque o seu ponto de vista numa  
boa, sem discussão.  
Pon tu punto de vista calmamente,  
sin discusión.

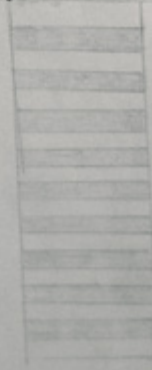
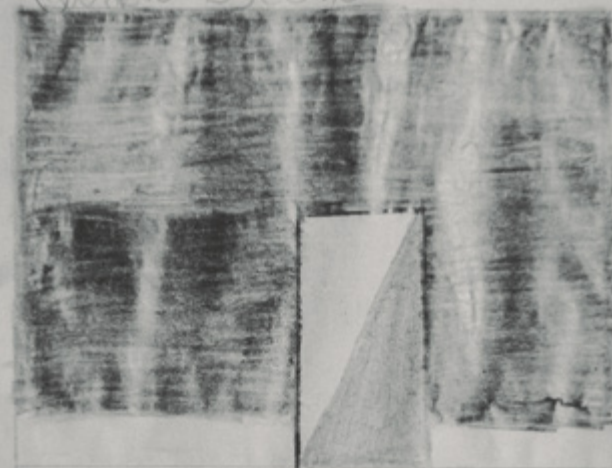
NOVA / NUEVA



NOVA / NUEVA

Seu astral com dinheiro está  
instável. Fique ligada!  
Tu onda con dinero está inestable.  
¡Enchúfate!

QUINTO BSCULO



























ONDE NÃO  
PUDERES  
AMAR  
NÃO TE  
DEMORAES

FRIDA KAHLO





**Estrada Real** - Tesouro que a natureza conservou.

Minas Gerais, Rio de Janeiro e São Paulo

Para nunca esquecer da minha  
primeira viagem na minha própria  
e maravilhosa companhia.

Viver - Minas Gerais

Arte: Jean Paulo

08/11/2016























## Tudo isso está na pele

C., 1982

Nasci em Belo Horizonte, em 1982. Somos quatro irmãos e sou a mais velha. Eu fui rebelde, mas justamente essa rebeldia me deu coragem e defendi muito a minha mãe, em vários momentos cruciais. O meu pai era muito ciumento, possessivo e doentio. Ele perdia horas do serviço para ficar vigiando a minha mãe no trabalho. Ela trabalhou sempre no comércio e ele cismava que ela conversava demais com os clientes. Meu pai pegava a mangueira de gás, ameaçava cortar e dizia que explodiria a casa com todo mundo. Meu pai quebrava os filtros, jogava panela de comida pelo quintal afora, falando que estava uma porcaria e que ele não comeria aquilo. Meus irmãos eram crianças acuadas. Eu tinha dez anos de idade e minha irmã era cinco anos mais nova do que eu. Eu sei que todos se lembram disso.

Engravidei adolescente, com dezessete anos. Meu pai ficou sem conversar comigo até o dia em que a minha filha nasceu. Um machismo horroroso! Ele queria me colocar para fora, mas minha mãe não fez isso. Um dia, minha mãe acordou para a vida e deu um basta. Mesmo assim, meu pai falava que a culpa era dos outros, que tinha gente colocando isso na cabeça dela – a culpa não era dele de jeito nenhum, ele não reconhecia. Só depois da separação meus irmãos conseguiram se relacionar com meu pai. Hoje em dia, a gente se relaciona muito bem.

A minha filha não é filha do agressor. Quando ela tinha um ano, eu comecei a me envolver com um rapaz. A gente se conheceu

aproveitando a vida e ele era muito galanteador, muito romântico. Me apaixonei e fomos morar juntos, na casa dele, na Pedreira Prado Lopes.

Não teve um primeiro sinal, não teve ameaça. Quando eu comecei a desconfiar das traições e a cobrar isso dele, ele já começou a me agredir. O primeiro sinal já foi um tapa, um empurrão, um chute. Depois disso, ficamos juntos por mais um ano, eu vivendo em cativeiro dentro de casa. Eu tentava voltar para a casa dos meus pais e ele me buscava. Ele saía, ficava com outras mulheres, e, quando voltava para casa, começavam as agressões. Eu sentia angústia, queria me libertar daquilo, mas eu gostava dele. Eu ainda tinha um fio de esperança.

Morávamos na Pedreira Prado Lopes e eu não era da favela, eu era de outro lugar. Lá não tinha amigos, não conhecia ninguém. E, quanto mais lá dentro eu estava, menos gente eu conhecia, mais eu ficava socada naquela casa. E aquele famoso “ninguém mete a colher” era, literalmente, ninguém mete a colher. Todo mundo escuta, porque na favela é uma casa dentro da outra, mas ninguém se intromete, ninguém faz nada. Inclusive a família dele que morava junto, praticamente, não fazia nada. Ninguém da minha família, nenhum amigo foi lá. Mesmo que fosse, ele não deixaria entrar. Éramos eu e ele.

Tinha dia que era muito triste. Eu não desenho muito bem, mas gostava de desenhar. Eu pegava meu caderno de desenho e ia para o Parque Municipal, passava o dia inteiro lá, sentada na grama e nos banquinhos, desenhando, escrevendo e ouvindo música. Quando eu saía, às vezes no caminho, dentro do ônibus, eu começava a chorar, porque eu estava voltando para casa.

Não teve uma coisa de dizer “não, você não pode sair de casa”, começou comigo querendo sair e ele dizia *fica aí, fica aí*. E de “fica aí” em “fica aí”, eu fui ficando acuada e pronto. Na época, a minha filha morava com a minha mãe, eu não a levei comigo, ainda bem. Eu passava o dia inteiro deitada, só chorava. Perdi quinze quilos em quinze dias, eu não fazia nada, era só cigarro e água. Num desses dias que eu

queria ir ao Parque, ele me mandou voltar e eu falei que não. Ele me mandou voltar, eu repeti que não. Ele pegou a arma, deu um tanto de tiros, e eu voltei correndo para casa.

Em casa mesmo, sem sair para nada, foram três meses. Vendo o sol pela janela, só. Eu me sentia sozinha, desamparada e com medo. Eu não tinha nenhuma perspectiva, só pensava: *ele vai me matar*. Ele sempre usava muita droga, nunca estava são e tinha arma em casa.

É difícil lembrar quando a coisa já caiu por terra e quando aquilo não te pertence mais. Se eu fizesse um desenho, seria um lugar escuro. Lembro de angústias, de noites em claro, de planejar matá-lo. Eu pensava coisas estapafúrdias mesmo, imaginava que faria uma loucura, porque não aguentava mais aquela situação. É muito difícil apanhar, mas é muito difícil se libertar. Eu estava perdida dentro de mim.

Um dia, eu briguei com uma das mulheres com as quais ele me traía. Ele chegou em casa com muita raiva e me empurrou da escada. Eu estava grávida. O quarto era no segundo andar, eu saí rolando, me machuquei toda e ele ainda me deu um soco na cara. Eu tive um sangramento e, no outro dia, perdi o neném. Eu não fui para o hospital. Estava sentindo muita dor, fiquei tão desesperada que me levantei, saí de casa e peguei o ônibus para onde eu morava com meus pais. Eu estava sem dinheiro para a passagem, com a roupa rasgada e a cara ensanguentada. Eu falei com o motorista: *Eu moro lá perto, chegando lá, eu te dou o dinheiro da passagem, porque eu tive que fugir*. Entrei no ônibus, sozinha, e voltei para a casa da minha família, no Céu Azul. Quando cheguei em casa, meu pai voltou comigo para o Hospital Odilon Behrens. Eu estava perdendo muito sangue, tive que levar seis pontos na boca, perdi o meu filho. Foi quando me separei dele.

Até aquele dia, meus familiares não sabiam, achavam que eu estava lá na casa do agressor por pura rebeldia. Eu não contei. Nesse dia em que ele me jogou da escada, meu pai soube. Eu não quis dar queixa, porque ele teria que ficar 24 horas retido e, no dia seguinte, iria me

matar. Isso foi em 2002, ainda não tinha a Lei Maria da Penha. Eu tinha vinte anos. Decidi ir embora: fui com uma amiga para Volta Redonda, arrumei emprego lá e só voltei quando soube que o agressor havia morrido, em 2004.

Tudo isso está na pele. Ainda assim, não sou traumatizada com essa situação, pelo contrário. Quando recordo, penso que isso não vai mais ser assim, que aquilo não se repetirá mais na minha vida. Foi um processo doloroso, desnecessário, mas não em vão. Eu não precisava ter passado por uma violência para ser uma mulher capaz, mas, já que o destino me fez viver essa experiência, vamos fazer disso algo melhor.

A minha vida hoje é muito melhor do que a de 2002. Vejo a vida diferente, acolho as pessoas e não tenho mais medo. O mais importante é que eu não tenho mais medo. Claro, todo mundo tem seus medos. O que não há é aquele medo que eu tinha na época. Eu tenho um marido amoroso, trabalhador, e ambos sabemos que, se houver violência, é o fim da relação. O meu marido é muito bacana comigo, mas muitas vezes me diz: *vai lá você que é feminista*. Ele fala assim. Eu falo com ele que isso é distorcer as coisas. Os homens vêm de uma cultura machista ancestral e eles não progridem. Uma coisa é ser feminista e lutar pelo direito da mulher, outra coisa é eu ter que bater uma laje para mostrar que eu não preciso de homem nenhum. Não é que eu não preciso dele, eu não preciso das agressões dele.

Compramos o terreno em 2015, e, em 2017, mudamos para a ocupação Tomás Balduino. Hoje, eu moro com meus dois filhos, meu neto e meu marido. Aqui dentro dos meus muros, eu sou uma rainha. Aqui dentro, é o meu reinado. Eu tenho muito orgulho de ter a casa que eu tenho hoje. Eu luto pela ocupação também, porque, assim como eu, são muitas famílias aqui dentro que têm um cantinho para chamar de seu. É uma satisfação pessoal sem tamanho. É meu reino. É inenarrável, é um prazer maravilhoso.

Depois de vir para cá, me engajei nas lutas que toda ocupação tem, participando de projetos e coletivos. Eu faço questão de defender o que é a minha casa, a casa que eu quero para mim e para todos que estão aqui dentro; por isso, me engajo em vários movimentos de apoio à comunidade, inclusive grupos de apoio às mulheres vítimas de violência doméstica.

Aqui, temos muitas mulheres na situação de violência doméstica. Algumas já superaram e outras estão com ela latente dentro de casa. É importante a gente usar a sororidade, incentivar essas mulheres, empoderá-las, mostrar que elas são capazes. É preciso tentar que essas mulheres tenham renda, porque a questão econômica é a que mais aprisiona as mulheres em situação de violência. Temos um projeto para abrir uma creche, porque isso favorece também a mulher a poder ir trabalhar e confiar que os filhos dela estão sendo bem tratados.

As mulheres têm que se sentir fortalecidas, encorajadas a receberem os seus direitos, sentindo-se amparadas para afirmar: *eu não quero mais apanhar, eu não quero mais que você me trate assim*. As mulheres têm que se sentir fortalecidas para isso. Quando criamos uma rede de apoio com outras mulheres, isso fortalece cada uma e o coletivo. Nos encontros de apoio às mulheres vítimas de violência doméstica, explicamos os tipos de violências, somos por vezes acompanhadas por uma psicóloga. São várias mulheres se unindo para que dê certo.



*Difícil se encontrar numa simples resposta quando a  
indagação é “quem é você?”*

*Pois bem, quem sou eu?*

*Quem sou eu?*

*Eu sou tanto, mesmo não sendo nada...*

*É um misto de sensações, de queres, de não queres...*

*Carrego em mim tantas pessoas.*

*Carrego comigo tantos sentimentos.*

*São tantos passos, inúmeros caminhos...*

*Quem sou eu?*

*Eu sou um caos organizado.*

*Onde as letras se encontram.*

*Onde começam e terminam meus ais.*

*Não sei quem sou,*

*Somente sou.*

## É como uma cicatriz

D., 1972

Foram doze anos casados. Quase vinte anos de relacionamento. Alguém pode se perguntar: por que ela ficou tanto tempo? A mulher que vive um relacionamento abusivo tem, acima de tudo, uma fé absurda e cega: a fé de que o agressor vai mudar, se arrependeu e vai fazer de tudo para ser diferente na próxima etapa. E, assim, segue numa montanha-russa de emoções: uma hora, ela está no paraíso com o homem com que sempre sonhou, e, de um segundo para o outro, está espatifando das nuvens sem conseguir reconhecê-lo. Com o tempo, ela começa a pisar em ovos para evitar os conflitos e, nesse processo, vai perdendo a sua essência para se encaixar no mundo do outro. Ela doando tudo e ele sugando tudo. O agressor é um balde de mil furos, nada que fizermos será suficiente. Numa relação abusiva, a autoestima da mulher é destruída a ponto de ela acreditar que não é digna de ser amada. Ele a afasta da sua família, ele a afasta dos seus amigos e amigas... No final das contas, ninguém “presta” além dele. A mulher vira uma ilha e se torna uma propriedade privada.

Recebi o primeiro tapa vinte dias antes do casamento. A primeira surra, quando minha primeira filha estava com dois anos. A partir daí, foi uma queda no abismo. E, depois de cada violência, vinham os pedidos de desculpas e promessas que nunca eram cumpridas. É um paradoxo: quanto mais a mulher anseia ser amada e valorizada, mais ela é desmerecida. Ela quer sentir novamente o gostinho de ser

admirada, validade e reconhecida, como no início. E, para que isso ocorra, ela vai se moldando às exigências do agressor. A base desse tipo de relacionamento é construída sobre a carência. É como um traficante que de início oferece a droga como um presente e, depois de viciar o alvo, passa a cobrar caro pelo fornecimento. A carência é o combustível de uma relação abusiva. Tudo o que a mulher precisa é o que menos recebe naquela relação. Eu tinha me casado para ter um companheiro, mas tomava café da manhã, almoçava e jantava com a solidão. Vivía numa gaiolinha de ouro com as asas completamente cortadas.

78

Em 2012, descobri que ele estava me traindo com uma garota de dezoito anos. Passamos três meses separados, e, mesmo assim, ele nunca deixou de me procurar. Eu me recusei a voltar. Até que um dia ele entrou em casa, pegou a arma, apontou pra mim e disse que acabaria com aquele sofrimento ali mesmo, num piscar de olhos. Naquele dia, eu tinha duas opções: ir para uma delegacia de mulheres ou tentar reconstruir a família. Denunciar uma pessoa com quem foram criados laços íntimos de afeto, denunciar o pai das suas filhas, é um ato que exige uma coragem imensa, que naquela época eu não tive. Eu recuei. Depois de tantos anos, eu havia perdido completamente meu senso crítico e minha capacidade de indignação. Era uma mistura de vergonha, medo e culpa que, depois de muito estudo, entendi que são os pilares que mantêm uma mulher refém numa relação abusiva.

Depois disso, o casamento durou mais um ano e meio, com agressões e violências de todo tipo – até que, finalmente, acordei daquele pesadelo. Eu não queria que minhas filhas achassem que aquilo que vivíamos era normal, que crescessem com aquele modelo de relacionamento. Entendi que eu não era imprestável, velha e muito menos o lixo que ele sempre dizia que eu era. Entendi que era preferível viver sozinha a viver daquele jeito. E que minha zona de conforto era incrivelmente desconfortável.

Me separei em outubro de 2013. Ainda assim, a história de horror estava só começando. Muitas pessoas acham que basta sair do relacionamento abusivo, mas não é assim. Existe uma reconstrução absurda depois disso, porque não é igual terminar um relacionamento qualquer. O relacionamento abusivo se estende por anos, mesmo depois que a mulher já saiu dele. O abuso vem na forma da perseguição, das chantagens, do não pagamento da pensão, da alienação parental, das difamações pelas redes sociais e das ameaças de morte. No meu caso, o período após a separação foi ainda mais difícil do que o período do casamento.

Tive minha privacidade invadida. Ele colocou câmeras escondidas no meu escritório e programas espões no meu computador e celular. Arrombou meu local de trabalho com um chute e me espancou uma última vez. Disse que voltaria para me matar e, antes que a polícia chegasse, fugiu como um covarde, deixando para trás um rastro de destruição. Saí daquele fundo do poço direto para uma delegacia: fiz Boletim de Ocorrência, exame de corpo delito no Instituto Médico-Legal e perícia criminal do local. Entrei com um pedido de medida protetiva.

79

Qual o grande drama da medida protetiva quando a mulher tem filhos? A medida indica que o agressor não pode ultrapassar a proximidade estipulada pelo juiz; ao mesmo tempo, o juiz de família indica que o agressor deve buscar as crianças a cada quinze dias. Como fazer? Eu tive que terceirizar tudo: eu deixava as meninas na casa da minha mãe e ele as buscava e as entregava lá, sempre com horas de atraso. Por conta dos atrasos, eu tinha que ficar à disposição e nunca conseguia planejar meus finais de semana. Depois, fiquei sabendo que essa é uma das técnicas que os agressores usam para ainda manter o controle sobre a mulher.

Vivemos um drama durante anos. Tudo o que ele fazia era para me atingir, inclusive usando as próprias filhas.

Também havia a questão financeira como forma de controle – ele não pagava pensão. Eu comunicava isso ao advogado, insistia. Mas já

se passaram oito anos e até hoje isso não foi resolvido. Foi a minha mãe quem me ajudou e ainda me ajuda, o que não foi simples. Ela teve que vender a casa onde morava havia sessenta anos – imagina uma senhora ter que se desfazer da casa que o pai dela construiu, em que ela morava desde a adolescência. As relações abusivas e violentas não afetam só as mulheres, afetam também toda a família. Para mim, o pior é ter que lidar com as consequências disso na vida das minhas filhas.

Quando um agressor não pode mais atingir a mulher fisicamente, ele vai atacar de outras formas: por meio dos filhos, do dinheiro ou da difamação. Foi uma época difícil, em que eu não via muita luz no final do túnel. Ou seja, ele me batia, me perseguia, não pagava a pensão das filhas, me mandava centenas de mensagens com ofensas e ameaças. Ele fez vários Boletins de Ocorrência, alegando que eu era uma mãe negligente, e cheguei a ser intimada para provar o contrário. Ele era um agressor sem lei e sem limites, e era eu quem estava presa em casa. Durante um período, os ataques dele tornaram-se muito violentos e pesados, e, como havia evidências incontestáveis, o juiz decidiu obrigá-lo a usar uma tornozeleira eletrônica. Ele violou a medida restritiva de aproximação mais de sessenta vezes nos noventa dias em que usou o aparato.

Acho que a maior dor que a mulher carrega quando sai de uma relação abusiva é a culpa. Ela se sente culpada até por denunciar. Ela está com a razão, ela tem os motivos, mas pensa: *como vou denunciar o homem que eu amei e é pai das minhas filhas? Como fica o psicológico delas com tudo isso?* Eu falo com clareza: toda mulher que passou por isso carrega a culpa, e isso é o que mais precisa ser trabalhado dentro desse processo todo. Por isso, fui buscar o autoconhecimento. Estudei muito para entender por que eu, uma mulher esclarecida, com uma vida inteira pela frente, tinha demorado vinte anos para sair disso. Hoje em dia, a gente ouve muito falar de relacionamento abusivo, violência doméstica, mas isso é recente. Quando eu comecei a namorar, quando me casei, até mesmo depois que me separei, quase ninguém falava

sobre isso. Entender a dinâmica do relacionamento abusivo e os efeitos disso no corpo e no cérebro foi uma libertação enorme. Na verdade, eu não era aquilo que ele havia me feito acreditar que eu era, a culpa não era minha. Se a mulher não se cura, se não olha para a própria história, ela vira uma vítima eterna do passado.

Não tem mulher que se recupere totalmente. É como uma cicatriz, que no início dói muito, porque é uma ferida aberta. Depois, ela vai fechando, coça muito e, de algum modo, está sempre ali. A pele nunca volta a ser igual. É a mesma coisa. A cicatriz que deixa sempre vai estar lá, a gente vai aprendendo a lidar. Por exemplo, eu tenho gatilhos até hoje. Se uma pessoa começa a gritar comigo, eu fico completamente sem chão. Se eu ouço um homem falando alto de forma grosseira, primeiro eu me encolho e depois explodo. Explodo de uma forma que não tem nem como racionalizar. Acabei ficando extrarreativa, não posso admitir uma série de coisas. A questão é que eu não consigo colocar esse limite de uma forma suave, eu não consigo. Todas as mulheres com quem eu converso têm algum gatilho.

O que eu queria deixar registrado aqui é que, muitas vezes, as mulheres não entendem que as agressões vão além do físico. O físico é a última e derradeira etapa. As agressões verbais e emocionais deixam cicatrizes muito profundas. A violência doméstica não escolhe classe social. Denunciar não é fácil e o caminho é longo: existe muita burocracia, a justiça é lenta e falha. A mulher será julgada pela sociedade. Algumas pessoas vão achar que ela fez alguma coisa para provocar aquilo. E, mesmo que existam provas documentais, periciais e o escambo a quatro, ainda assim, a mulher será duramente julgada. A polícia vai mandá-la voltar para casa, as pessoas a sua volta vão sugerir que ela desista para não o prejudicar. Ela vai ver afastarem-se pessoas nas quais ela já confiou. Vai sentir vergonha por ver os familiares tendo que reerguê-la num momento em que ela deveria apoiá-los. Quando tudo estiver mais calmo, a justiça intimará a mulher para mais uma interminável audiência cara a cara com o agressor.

Tudo o que a mulher vai querer nessa vida é paz. Ela vai descobrir que, infelizmente, existem muitas e muitas mulheres que estão passando, já passaram e ainda vão passar por isso. Mas o mais importante disso tudo é que ela irá descobrir quão forte, valente e maravilhosa ela é. E que, para escapar e superar as relações violentas e abusivas, é preciso viver um passo de cada vez. E que a felicidade está nas pequenas coisas. Vai entender que, se ela conseguiu isso, ela é capaz de qualquer outra coisa nesta vida. Ela vai sorrir por isso. É uma vitória imensa. E uma oportunidade única de reescrever a sua própria história.

*Este testemunho foi dado por Daniela Schanen. Ela escreveu um livro sobre a violência doméstica que sofreu, e sobre o modo como interrompeu o ciclo de sofrimento e traçou outros caminhos para sua vida. Para ler mais, busque: Daniela Schanen. Eu disse não – Uma história real de amor, abuso e superação. São Paulo: Vestígio, 2020.*



## É meu direito viver onde eu quiser

E., 1983

Sou nordestina; cearense.

Nas férias de 2016, me apaixonei por Minas Gerais. Voltei para o Ceará com a ideia de que eu deveria morar em Minas, simplesmente porque achei que seria feliz.

Segui minha vida.

No final de 2017, passei o Natal e a virada do ano com minhas amigas em Minas. No início de 2018, consegui uma vaga de emprego e fui morar em Ouro Preto. O trabalho era com a reparação do rompimento da barragem de Mariana.

Sou pedagoga e fiz especialização em gerenciamento de projetos. Particularmente, esse trabalho foi um sonho que se realizou muito rapidamente. Para mim, foi uma fase de muito empoderamento. Quando fazia quase um ano que eu estava naquela cidade, em dezembro de 2018, conheci um rapaz por um aplicativo de relacionamentos. A gente rapidamente se envolveu. Eu morava sozinha no meu apartamento e tinha um pouco de receio de levar alguém diferente para minha casa. Ainda assim, com pouco tempo que a gente se conheceu, já estávamos namorando.

Fui passar a virada do ano com a família dele. Depois, descobri que ele não tinha uma história muito comum. Não conhecia o pai. Havia

sido registrado só pela mãe. Contou-me que ela também o tinha abandonado e que fora criado pelos avós. Ele conhecia a mãe biológica, mas disse que a relação mãe-e-filho que ele tinha era com a avó. Quando os avós faleceram, ele era adolescente e ficou sozinho no mundo. A referência de família para ele passou a ser os vizinhos dos avós. Ele foi trabalhar, encontrou o seu caminho.

Quando o conheci, ele tinha dois filhos com duas mulheres diferentes, de estados diferentes. Ele era engenheiro. Era muito inteligente e tocava vários instrumentos musicais. Parecia ser uma pessoa superinteressante. Era professor e fazia mestrado em Ouro Preto. Não aparentava ter nenhuma dificuldade financeira.

Quando a gente começou a namorar, não morávamos na mesma cidade. Ele achou que fazia mais sentido ficar mais tempo onde eu morava e alugou uma casa lá. Só que nessa casa não tinha nada, só uma cama. Eu achava muito estranho isso e me questionava: *como alguém poderia morar num lugar que não tinha nada?* Aquilo me incomodava. A sujeira daquele lugar... Aquela situação me incomodava, eu achava aquilo estranho. De repente, comecei a perceber que, na medida em que a gente continuava namorando, ele foi frequentando muito minha casa, até que “se enfurnou” lá.

Era muito cômodo para ele alugar uma casa que não tinha nada e passar o tempo inteiro na minha, que tinha tudo.

Eu não queria convidar ele para morar comigo. Não queria me casar ou me juntar. Não queria uma relação assim. Eu queria namorar, aproveitar aquele momento meu; tendo minha própria casa. Era a primeira vez que eu estava morando sozinha. Queria uma relação com esses limites, cada um no seu lugar. Mas o chato é que não tinha a possibilidade de eu ir para a casa dele porque lá não tinha nada. Eu não queria que a gente dividisse as contas, porque isso era admitir morarmos juntos. Mesmo assim, com o tempo, fiquei muito incomodada,

pois achei que era muito espaçoso da parte dele ficar na minha casa sem contribuir com nada.

Antes de dar as chaves da minha casa para ele – para ele ir de vez em quando ou para chegar antes, quando eu fosse chegar mais tarde –, comecei a achar algumas coisas esquisitas. Quando uma pessoa mora só, ela deixa um objeto em cima da mesa e, quando volta, aquele objeto está em cima da mesa. Eu comecei a notar que, quando eu chegava em casa, as coisas não estavam mais no lugar em que eu havia deixado. Só que ele ainda não tinha as chaves, eu não tinha dado. Claro que ele sabia que eu passava o dia trabalhando na cidade ao lado e conhecia os meus horários. Lembro, na época, de ter pensado que ele poderia ter achado uma cópia das chaves e começado a frequentar a minha casa nos horários em que eu não estava, sem eu saber. Mas, por fim, pensei também que podia ser coisa da minha cabeça e fui deixando passar. A nossa relação estava muito legal. A gente se dava bem, eu conheci o filho dele, tive afinidade com a criança.

Chegou um momento do namoro em que muitas coisas me incomodavam e eu comecei a expressá-las. Disse que me chateava com a falta de parceria, com ele dormindo na minha casa todo dia, sabendo que eu me levantava cedo sempre apertada com o horário e ele continuava deitado, sem arrumar o café ou lavar a louça. Senti que estava sobrecarregada daquele jeito.

A partir de um certo momento, as coisas foram piorando. Ele começou a dizer que seria preso porque não tinha pagado a pensão do filho. Eu me posicionei. Disse que ele tinha que pagar, que era obrigação dele. Esse assunto começou a vir muito à tona e eu pensava: *será que ele está falando isso esperando que eu tenha a iniciativa de pagar?* Obviamente, eu me recusaria. Jamais assumiria aquela responsabilidade que não era minha. Então, ele dizia que ia ser preso e eu falava: *se você for preso, você vai ser preso, sinto muito!* Por fim, ele não foi preso – embora tenha

me pressionado bastante, quando viu que não conseguiria nada, ele negociou, pagou a pensão que devia e não foi preso.

Logo começaram a acontecer outras situações chatas. Toda vez que a gente programava uma viagem, acontecia alguma coisa com o cartão dele, e, para não adiar ou cancelar nossa programação, eu tinha que pagar. Depois, ele me pagava. Nunca deixou de pagar. Financeiramente, ele não me devia nada. Fora o fato de não ajudar em nada e se acomodar na minha casa, sendo totalmente espaçoso.

Um dia, ele disse que participaria de uma seleção de emprego em Belo Horizonte e eu sugeri que, caso passasse, alugasse uma casa lá. Do contrário, como ele aparentava estar com dificuldades financeiras, sugeri que alugasse uma vaga em alguma república, em vez de renovar o contrato da casa em que “morava”. Enquanto não divulgavam o resultado da seleção, para que ele não precisasse renovar o contrato, eu disse que podia ficar lá em casa. Admiti que ele mudasse para minha casa, com tudo o que ele tinha, apenas naquele intervalo de tempo.

No dia em que o resultado da seleção foi divulgado e ele soube que passou, me ligou de manhã comemorando. Eu disse que chegaria mais cedo do trabalho para a gente comemorar. Ele respondeu que não precisava, insistiu que não atrapalhasse minha rotina, que podíamos comemorar noutro dia. Ainda assim, decidi fazer uma surpresa e cheguei mais cedo. Só que ele não estava em casa, como sempre estava. Liguei, e ele não atendeu o telefone. Por fim, descobri que ele estava comemorando com os amigos do mestrado e em nenhum momento pensou em comemorar comigo. Achei que eu seria a pessoa mais importante para comemorar com ele aquele resultado, já que, afinal de contas, até na minha casa eu o tinha acolhido. Foi então que entendi que, enquanto ele precisou, teve tudo na minha casa. Quando conseguiu algo em um outro lugar, ele esqueceu de mim. Portanto, estava realmente só me usando. Eu fiquei muito chateada com isso.

A gente brigou e, nesse dia, ele não dormiu em casa. No dia seguinte, eu continuava chateada, além de já estar insatisfeita com o namoro.

Desde a questão da pensão, eu pensava que aquela relação não tinha futuro, já que, se tivéssemos um filho, provavelmente eu passaria pela mesma situação que a ex. A partir dali, já estava pensando sobre o fim daquela relação. Notava que, às vezes, ele me oprimia, dizendo que minhas amigas e eu bebíamos muito e recriminando algumas atitudes nossas. Eu respondia que ele me conheceu assim e que não pretendia mudar. Ele implicava. Quando eu tinha um horário marcado com alguém, a gente sempre se atrasava por causa dele. Ele era sempre muito difícil. Essas pequenas coisas, que para mim já eram grandes, começaram a incomodar, e eu já estava questionando muito o relacionamento em si, se valia a pena continuar.

Quando ele comentou sobre o trabalho em Belo Horizonte, pensei que talvez pudesse ser bom para o namoro. Finalmente, ele deixaria de se enfiar na minha casa e eu teria meu espaço só para mim novamente. Só que, quando ele não me convidou no dia da comemoração, cheguei no meu limite e decidi acabar o namoro. Naquela noite, brigamos pelo telefone. Ele me chamou de louca e fez vários xingamentos. No dia seguinte, nos encontramos para conversar. Eu imaginei que ele pediria desculpas. Pelo contrário: repetiu que me achava louca e voltou a me xingar. Depois de ficar chocada ao ouvir todas aquelas asneiras e não concordar, pedi que ele fosse buscar as coisas dele na minha casa e fosse embora, porque já não fazia o menor sentido mantermos qualquer relação. Ele respondeu que não iria. Eu insisti que o namoro havia acabado. Por fim, ele foi na minha casa, mas disse que levaria as coisas dele um outro dia. Falei que eu não estaria disponível quando ele quisesse e, no dia anterior, já havia separado tudo o que era dele. Ele continuou dizendo que não levaria nada. Ficamos nessa discussão e, por fim, comecei a jogar as coisas dele para fora da minha casa, porque eu não o queria mais lá.



Surpreendentemente, ele começou a filmar aquela cena, dizendo que ia mostrar para todo mundo quem eu era de verdade e começou a me ameaçar. Depois, entrou na minha casa e começou a segurar no meu braço com muita força e a ser violento na fala, sendo agressivo. Começou a me xingar, dizendo que eu era do Nordeste e que era burra. Que eu passava um mês no meu trabalho para ganhar o que ele ganhava em um dia. Ele começou a fazer uma série de humilhações e se tornou uma pessoa absolutamente irreconhecível. Começou a repetir que tinha matado a própria mãe, e eu dizia: *você matou a sua mãe, mas não vai me matar*. Não sabia se ele estava falando metaforicamente ou se estava falando de verdade. Comecei a ficar muito assustada. Estávamos brigando. Eu o empurrava para fora da minha casa e ele empurrava a porta. Por fim, ele quebrou a fechadura, empenou a porta.

Eu peguei as chaves com ele de volta e, no dia seguinte, troquei a fechadura da porta. Segui minha vida. Tinha sido horrível acabar o namoro daquele jeito, mas, de qualquer forma, havia acabado. Para mim, não tinha nenhuma possibilidade de reconciliação. Não era possível mais nada, passou de todos os limites.

Achei que tudo tivesse acabado ali, mas foi quando começou o real pesadelo.

Ele começou a me perseguir, a me mandar mensagem. Às vezes, me agredia verbalmente, continuava a me chamar de louca e, noutras vezes, dizia ter se arrependido e pedia para voltarmos a namorar. Eu neguei sempre. Dizia para ele parar com aquilo. Ao contrário, ele começou a aparecer na porta da minha casa para falar comigo, e eu não queria. Comecei a ficar assustada, a ter medo. Pedi algumas vezes para amigas dormirem comigo em casa, porque eu ficava com medo dele me abordar na rua. Justamente num desses dias em que eu estava com uma amiga, ele estava na porta da minha casa, com flores. Recebi as flores, mas não o chamei para entrar, disse que continuava sem querer voltar. Às 2h da manhã, ele mandou mensagem para meu telefone.

Não vi na hora porque estava dormindo. Às 6h, ele estava na porta da minha casa, como se tivesse passado a noite lá. Fiquei muito chocada. Ouro Preto é muito fria e estávamos no inverno. Quando saí com a minha amiga, ele começou a andar atrás da gente. Começou uma perseguição e eu comecei a sentir medo de estar só.

Um tempo depois, conheci um cara legal. Contei que estava um pouco tensa, porque havia terminado um namoro e o ex não estava conformado com o fim. Quis logo contar para ele saber, caso o ex-namorado aparecesse em alguma situação em que estivéssemos juntos. Reafirmei que tinha certeza de que já não queria aquele namoro e que estava contando apenas para que ele soubesse. Em uma noite, fomos até a minha casa e o ex-namorado estava na porta me esperando. Começou a fazer uma cena teatral, se ajoelhou... Eu fiquei extremamente constrangida. Falei que não queria nada com ele e voltei para o carro para ir embora. O ex se jogou na frente do carro. Não nos deixava sair. Fingiu um atropelamento. Foi horrível. Desistimos de tentar manobrar o carro para sair e decidimos ligar para a polícia. Os policiais tiraram o ex da frente do carro e me orientaram a fazer um Boletim de Ocorrência. Naquela ocasião, senti que estava sendo impedida de ir e vir. Estava sendo perseguida... Aquilo era o cúmulo! Um absurdo! Ali percebi que ele não era apenas um ex, mas um agressor.

Depois de fazer o B.O., um amigo sugeriu que eu escrevesse um e-mail para o ex, usando uma comunicação não violenta, com o objetivo de formalizar e deixar tudo registrado. Decidi, então, escrever tudo o que estava acontecendo, contextualizando a história e expressando quais seriam meus próximos passos, caso aquela postura dele não fosse interrompida. Recorri às medidas protetivas de segurança. Apesar disso, ele continuou agindo como se nada tivesse acontecido. Já estava bloqueado em todas as minhas redes sociais e continuava me mandando mensagens telefônicas, escrevendo e-mails. Chegou a telefonar para meus pais, dizendo que, se eu não reatasse o namoro, ele iria se matar. Minha família, que não sabia de nada além do fim

do relacionamento, achava que ele era um bom moço, que estava deprimido, e até diziam para eu escutá-lo, para conversar com ele. Esclareci que já tinha escutado, que não queria mais, que ele deveria respeitar minha posição e seguir em frente.

Nas mensagens que me enviava, ele começou a insinuar que ia se matar. Nesse momento, eu já não me sentia segura para fazer nada sozinha. Houve um dia em que eu fui para casa depois do trabalho e, quando cheguei, a mãe biológica dele estava lá. Ela era uma mulher esquisita. Ficou me pressionando para eu relevar o que ele fez e reatar o namoro.

Comecei a não dormir mais em casa. Eu estava apavorada. Cada dia dormia na casa de um amigo ou amiga. Minhas coisas estavam na minha casa, e, quando eu precisava ir lá, alguém ia comigo. Era um pesadelo real. Perdi minha paz e parecia ter perdido minha casa.

Um dia, pensei que aquilo era um devaneio, que não podia estar acontecendo comigo. Não avisei a ninguém e fui dormir em casa, ignorando toda a insegurança. Estava fazendo minha sessão de terapia na sala, de modo virtual. Estava contando toda a situação para minha terapeuta, dizendo por que eu não queria mais aquela relação etc. De repente, escutei um barulho, como se tivesse alguém no corredor do lado de fora do meu apartamento. Fui até a porta, sem abrir, e perguntei se havia alguém. Ninguém respondeu. Achei que era o vizinho. Quando terminou minha sessão, desliguei o computador e me deitei. Foi quando ouvi de novo o barulho e vi uma sombra na porta. Perguntei quem estava ali, ele respondeu: *Vamos conversar?* Fiquei apavorada! Comecei a gritar. Um amigo tinha me dito que, se eu tivesse em apuros, não era para gritar *socorro*, e sim, *fogo*, porque assim as pessoas apareceriam. Gritei desesperada: *Fogo! Fogo!* Ele começou a abrir a porta da minha casa com uma chave. Ele girava a chave para um lado, tentando abrir, e eu girava para o outro, fechando. Ele abria e eu fechava... E eu continuava gritando. Por fim, os vizinhos apareceram.

O agressor dizia que não estava acontecendo nada, que tudo aquilo era histeria minha, uma briga de casal. Eu respondia que não era uma briga de casal, pedia que os vizinhos não me abandonassem. Enfim, chamaram a polícia. Ele foi preso em flagrante por invasão de domicílio. Isso aconteceu dois meses depois do nosso término. Ele ficou preso apenas por um dia. Alegou que não tinha ciência das medidas protetivas. Na ocasião, o oficial de justiça não o tinha localizado para formalizar que ele não deveria se aproximar de mim.

Naquelas 24 horas em que ele ficou detido, tive que pensar rápido – precisava sumir! Estava com muito medo. Pensava: *se eu estivesse dormindo e ele entrasse?* Eu não sabia quais eram os limites dele, se ia me matar, me bater... *Ele foi preso, mas, assim que for solto, vai vir atrás de mim. Vai querer se vingar por ter sido preso.* Foi uma situação de muito pavor. Fui para Belo Horizonte. Pelo menos, depois de tudo, sabia que ele tinha ciência das medidas protetivas e, legalmente e formalmente, teria que manter distância de mim; não podia ter contato comigo ou com os meus, nem frequentar os mesmos lugares.

Ainda assim, no dia seguinte à minha viagem, uma vizinha de Ouro Preto enviou-me uma mensagem, dizendo que tinha visto o agressor na porta da minha casa de novo.

Com essa notícia, tive certeza de que ele não estava nem um pouco preocupado com as medidas protetivas e nem com as consequências de não as respeitar. Fiquei apavorada! Em Belo Horizonte, fiz um novo Boletim de Ocorrência com o depoimento da minha vizinha, dizendo que eu tinha as medidas protetivas e que o agressor estava descumprindo.

Depois de sair da cadeia, ele ainda me fez passar por situações terríveis... Mandou flores para o meu trabalho e uma mensagem dizendo: *Hoje, eu fiz o caminho que você faz para ver tudo que o que você vê.* As ruas de Ouro Preto não têm muitas saídas, os bairros são longos. Meu caminho era muito previsível. Ele sabia meus horários, onde me encontrar. Conhecia muito bem minha rotina. Eu era um “alvo fácil”.

Naquele período, mudei de emprego. Mesmo vivendo tudo aquilo, precisava aparentar estar emocionalmente equilibrada, contornar aquela situação para ser efetivada no novo trabalho. Só contei para as duas pessoas mais próximas sobre essa relação abusiva. Quando eu precisava ir à delegacia, elas me apoiavam, para que eu pudesse me ausentar brevemente para resolver o que fosse preciso. Todavia, chegou um momento em que precisei contar para minha chefe, até porque ela precisava cadastrar meu endereço e eu não considerava mais que tinha um. Contei tudo. Tive muita sorte. Minha chefe havia trabalhado um tempo na Polícia Civil e disse que me apoiaria para conseguirmos resolver a situação. Ela me levou na Promotoria da Mulher em Belo Horizonte e fui ouvida. As policiais foram comigo até minha casa, desconfiadas daquela insistência dele. Imaginaram que poderia ter escondido algo ilícito lá. Reviramos todos os ambientes. Não encontramos nada.

Por fim, eu realmente não voltei para minha casa. Mudei repentinamente de cidade. Morei um tempo em Mariana, dividindo a casa com outras pessoas. Nunca quis dividir casa, mas foi a solução que encontrei, visando minha segurança. Foi aí que tudo, aparentemente, normalizou. Por um tempo, tive pânico. Às vezes, tenho pesadelos. Mesmo tendo passado, ainda sinto receio... Acho fiquei sempre em estado de alerta.

Há poucos dias, recebi um documento informando que havia sido decretada a prisão do agressor. No entanto, ele só havia sido localizado meses depois, quando foi preso por ter descumprido as medidas. Não sei por quanto tempo ficou preso. Não investiguei sobre o processo. Preferi me distanciar, para que ele não possa me localizar, para que nada venha à tona. No documento, dizia que ele continuava sem poder se aproximar de mim, que a distância deveria ser de, pelo menos, mil metros.

Mesmo em meio a todo esse caos, tive que lidar com o luto da relação. Durante um tempo, tive que trabalhar na terapia, pois não

entendia como era possível ainda sentir saudade dele. Eu tinha total consciência de que não reataria o namoro. Isso era inegociável. Era um luto – não tive a possibilidade de terminar, sentir, conversar. Tive que, imediatamente, escolher viver. Ou seja, precisei negociar com a minha inteligência: mesmo que eu sentisse algo, não poderia abrir mão. Por alguns meses, sofri um pouco e me senti culpada por sofrer. Às vezes, acho que a firmeza sobre algo já decidido é um ato de valentia.

Hoje, sou muito mais atenta à minha segurança e dou mais ouvido às minhas intuições. Além disso, tornei-me muito mais solidária com outras mulheres. Eu só consegui superar tudo porque tive apoio de várias pessoas. Fui apoiada por minhas amigas, que me receberam nas casas delas e que também dormiam na minha casa quando eu precisava. Fui apoiada pela minha chefe, que me levou em um órgão público, onde realmente foram tomadas providências para que eu tivesse proteção. Tive apoio dos colegas de trabalho. Fui muito ouvida e acolhida por meus amigos naquele momento. Foi um momento de grande aprendizado e superação. Depois disso, passei a apoiar outras mulheres e a dar mais visibilidade às ações relacionadas ao combate da violência contra a mulher.

Por alguns meses, confesso, foi muito difícil. Acho que sou bastante resiliente. Continuo trabalhando. Não fui embora para o Ceará – o que, algumas vezes, pensei que seria a única saída –, não desisti do meu sonho. Como tudo isso aconteceu quando eu estava conquistando a vaga de trabalho que sempre sonhei, eu me indignava, pensando que o agressor me faria renunciar a todos os meus sonhos. Decidi lutar. É meu direito viver onde eu quiser, me relacionar com quem eu quiser, trabalhar onde eu quiser. O agressor não pode nem poderá me impedir.

Nunca imaginei que passaria por tudo isso. Foi traumático, mas acho que eu saí muito mais forte. Em alguns momentos, me sentia cansada. Era um cansaço mental e físico também... Cheguei a pensar que, se ele me encontrasse, não saberia mais o que fazer. Eu não

aguentava mais fugir. Ficava irritada, pois quem deveria fugir era ele... Era ele quem estava errado.

Além disso, eu estava longe da minha família e sem querer preocupá-los. De lá, eles não poderiam fazer nada, e eu não queria desistir das minhas conquistas em Minas. Minha família poderia querer que eu voltasse e eu não queria. Foi muito difícil.

Sempre me achei muito destemida. Mudei de estado. Corri atrás do que eu queria. Viajo sozinha, gosto da minha própria companhia... Só que, depois do que vivi, passei a ter medo dos homens, daquilo de que eles são capazes. Tenho medo de abrir a porta da minha casa para estranhos.

Quando conheço alguém, penso um pouco nas referências... Vejo se é conhecido de alguém que eu conheço. Presto mais atenção à história daquela pessoa, aos amigos dela. Fico muito mais atenta aos detalhes.

Acho que toda essa situação, de alguma forma, me empoderou. Talvez por isso eu possa ajudar outras mulheres no processo de empoderamento delas, não só em relação à violência, mas também às situações de assédio. Sinto que nós podemos ajudar umas às outras.

Voltei a morar sozinha. Contudo, não sei se me sinto uma pessoa livre. Quando eu fui alugar minha nova casa, tive medo de ela não ser segura o suficiente. Um ano depois de tudo, minha vida está voltando ao normal. Gosto de receber meus amigos em casa, de andar pelas ruas e fotografar... Sou apaixonada por Ouro Preto. Sinto que encontrei meu lugar no mundo... Ainda assim, eu não sei se sou livre como eu gostaria de ser, como eu mereço.

*Alguém perguntou quem eu sou. Parece uma pergunta tola, mas não é.*

*Passei dias pensando, me questionando.*

*Como elaborar uma resposta satisfatória?*

*Noutros momentos, saíria fácil da minha boca: eu sou isso...*

*Ou aquilo outro!*

*Agora, não tenho uma frase pronta... Porque, assim como esta resposta, eu sou uma mulher em construção.*

*Acho que sou a soma de tudo o que me compõe: meu corpo, minha história, meus pensamentos, meus sentimentos, minhas crenças, minhas devoções, minhas atitudes, meus anseios, meus planos, meus afetos, minhas relações...*

*E tantas outras coisas mais!*

*Às vezes, percebo como marcante a valentia das minhas ancestrais em mim. Nela, muitas mulheres me habitam!*

*Sou alguém que dá asas à imaginação... E insiste em sonhar, mesmo que a realidade seja densa.*

*Dou-me ao que faço...*

*Eu sou de onde estou! Crio raízes. A vida me dá tantas casas...*

*Mas vim do Ceará! Disso, eu nunca me esqueço.*

*Sou uma mulher que acredita no amor, na paz, na sororidade.*

*Em construção...*



## Ainda tenho vergonha de contar a minha história

F., 1976

Com seis anos, eu passava férias na casa de um primo do meu pai, no estado do Rio de Janeiro. Esse primo abusou sexualmente de mim e da minha irmã. Ele colocava o pênis para fora, fazia a gente passar o pé no pênis dele, enfiava o dedo na gente dentro da piscina, enquanto carregava a gente no colo para nadar. Eu tinha seis anos e minha irmã tinha dez. Voltei de uma dessas férias e contei para minha mãe tudo o que esse tio fazia comigo. Minha irmã estava do lado e contou que ele fazia o mesmo com ela. Nessa época, minha mãe proibiu meu pai de levar a gente para lá, mas me lembro de que ele nos levou mais vezes depois. Ou seja: meu pai não tomou atitude nenhuma e continuou nos expondo. Mais tarde, descobri que meu pai tinha um caso com a filha desse primo agressor. Ele levava a gente para lá, soltava a gente e ia ter o caso com essa mulher. Isso quando eu tinha seis anos de idade. Não lembro mais se depois esse primo continuou as agressões, ainda que eu acredite que sim.

Nessa idade, comecei a engordar, me tornei uma criança obesa e virei uma adolescente obesa. Comecei a ter namorados aproveitadores. Com 23 anos, arrumei um namorado que era músico e morava aqui em Belo Horizonte. Namoramos por oito anos. Nesse namoro, eu apanhei, ele quebrou meu dedo com paulada, me bateu. Ele era totalmente agressivo, foi uma relação muito tóxica. Eu costumo falar que ele foi uma cocaína na minha vida. Eu nunca usei cocaína, mas, como uma

viciada, eu sabia que ele me fazia mal e eu não conseguia largar. Nós terminávamos, eu me desesperava e ele agia como um agressor. O agressor é assim: no dia seguinte, ele pede perdão, pelo amor de Deus, eu te amo, me perdoa, isso não vai acontecer de novo. Eu acreditava naquilo, voltava e, passava um tempo, apanhava de novo. Eu achava que ninguém iria me querer a não ser ele: eu pesava 120 quilos e tinha a autoestima muito baixa. Eu achava que ele era o único a me aceitar e eu tinha que aceitá-lo do jeito que ele era. Só depois que eu emagreci, que tive outra experiência com meu corpo, percebi que não era nada disso. Hoje em dia, eu sei da minha beleza não só física, mas da minha beleza como pessoa. E isso me fez um bem enorme.

Meus pais o odiavam, porque viam o que acontecia. Então, eu saí de casa, fui morar com ele. Vivi dificuldades sem o apoio de pai e mãe, perdi meu emprego. Eu ficava tão desesperada em casa que eu não conseguia dormir e ir trabalhar no dia seguinte. Ele me deixava em casa “presa” para ir encontrar com outras mulheres, só voltava de manhã, e eu ficava a noite toda tentando ligar para ele. Eu o seguia, achava-o com outra mulher. Coisas que hoje em dia são inexplicáveis. Quando chegávamos em casa, ele me agredia de novo, dizia que eu era louca, ciumenta demais. Eu tentava esconder as agressões – por exemplo, quando ele quebrou as pontas dos meus dedos, eu falei que tinha fechado a porta do carro na minha mão. Eu comia unha até sangrar e só consegui parar depois que me separei dele.

Isso tudo me fez amadurecer demais. Eu sou hoje o que sou também por causa disso.

Eu consegui me afastar dele porque resolvi fazer cirurgia bariátrica e decidi voltar para a casa dos meus pais, porque precisaria de ajuda para me recuperar. Fiz a cirurgia, comecei um processo de emagrecimento e também de me afastar dele. Ele continuava a me ameaçar pelo telefone. Eu ficava tentando enganá-lo. Por fim, consegui que ele fosse para a Bahia, de onde ele era, onde estava a família dele. Paguei uma

passagem de ônibus para ele ir embora. Eu não compraria a passagem de volta. Ele ficou um ano lá e eu aqui, no processo de emagrecimento e conseguindo ficar longe dele. Ainda assim, a gente conversava pelo telefone. Ele sempre falando que era meu namorado, que eu era a mulher dele e que a gente estava junto. Mas eu não estava com ele mais, eu já estava tendo uma outra vida aqui em Belo Horizonte, sem ele saber. Eu já estava saindo, conhecendo outras pessoas e insistia para que ele ficasse na Bahia.

Foi então que conheci o meu atual marido. Comecei a namorar – o ex-namorado agressor não sabia e o meu atual marido também não sabia que eu ainda era perseguida por ele. Quando fiz uma viagem com a família do meu atual marido, em 2007, o agressor me ligava insistentemente, e decidi desligar o telefone.

Quando voltei para Belo Horizonte, havia mais de trezentas e tantas chamadas não atendidas. O agressor me ligou novamente e disse que já sabia que eu estava namorando. Nesse período em que fiquei distante, ele investigou e descobriu. Ele disse que havia comprado passagem para Belo Horizonte e ameaçou contar tudo para o meu atual marido. Ele entrou na rede social da época, escreveu um texto para o meu atual marido, dizendo que eu namorava também com ele, inventou muitas histórias. Eu resolvi que, daquele momento para a frente, eu não cederia mais às chantagens, que ele poderia fazer e falar o que quisesse. E, para o meu namorado, que hoje é meu marido, contei o que estava acontecendo e que preferia terminar a nossa relação, porque eu era ameaçada pelo ex-namorado, que estava vivendo aquela situação, e que eu tinha que passar por isso, mas ele não. Disse que precisava resolver com o agressor e, depois, tentaria reatar com o meu atual marido. Ele me disse que não aceitaria o término por esses motivos, que via aquela dificuldade como um degrau que a gente precisava passar para conseguir conquistar algumas coisas na vida, que estava disposto a enfrentar tudo comigo. Eu contei para a minha família, e minha mãe disse também que iria me ajudar, que achava que meu

atual marido e eu deveríamos seguir juntos e que nós poderíamos procurar a polícia. Quando o agressor voltou para Belo Horizonte, ele começou a me perseguir. Me esperava na porta de casa, sabia meus horários, ligou na casa da minha sogra para ameaçar que viria atrás de mim e do meu namorado na rua, mexia no meu lixo para tentar saber o que eu fazia. Ele ficou enlouquecido. No começo, meu atual marido e eu, quando saíamos, ficávamos atentos para ver se alguém nos seguia e evitávamos voltar tarde. Troquei meu número de telefone. Algumas vezes, ele descobria o novo número ou ligava para o lugar onde eu trabalhava e dizia: tá vendo, como eu te descubro. Ele era um agressor mesmo. Me mantive firme e acho que ele foi desistindo, mudou de cidade e não soube mais dele. Há dois anos, uma mulher pediu solicitação para entrar em contato comigo por uma rede social, porque sabia que eu tinha passado muitas coisas com ele e ela também estava passando. Ela estava entrando na justiça e queria saber se eu colaboraria no processo com o meu depoimento. Sei que a mulher com quem ele se relacionava antes de mim também viveu a mesma situação e sei o que eu vivi. Ainda assim, eu ignorei a mensagem, porque o mínimo de contato é o que eu quero. Eu ainda tenho medo dele, de ele voltar, querer me importunar de novo.

Confesso que isso tudo deixa um abalo psicológico muito grande na gente. Constantemente eu tenho pesadelos com ele, e são pesadelos de perseguição, em que eu estou me escondendo, fugindo. Sonho que ele está me ameaçando. Hoje em dia, eu faço terapia, participo de grupo de mulheres. Enxergo que eu consegui largar o que me fazia mal, que eu consegui me livrar de um bicho. Então, isso é tratado de várias formas, mas o abalo fica. Vivi essa relação tóxica de diferentes maneiras durante sete anos e consegui entender o que eu não quero para mim hoje. Eu percebo que 80% das mulheres que convivem comigo já passaram por algum tipo de agressão. Algumas eu consegui ajudar com a minha história. Eu não deveria, mas ainda tenho vergonha de contar a minha história. Contar para outras mulheres, como forma de

ajuda, acaba me ajudando a tentar superar tudo. E acabo servindo de inspiração e de força para muitas.

Hoje, eu sou casada há onze anos, com o namorado que conheci naquela época. Tenho cinco filhos e meu casamento de hoje não é ruim de jeito nenhum, é com uma pessoa bacana. Nos casamentos, sempre há problemas e a gente não se sente completamente livre. Hoje, eu consigo enxergar que a relação é um pouco abusiva. Mas agora também eu consigo me impor, consigo dizer: olha, você não vai fazer isso comigo, eu não vou aceitar esse tipo de coisa. Ele é muito menos agressivo do que era no começo, já faz terapia há muitos anos, o que antes não fazia. Ele consegue enxergar que está abusando de mim, mesmo que psicologicamente. Hoje em dia, eu me dou o direito de sair com as minhas amigas, de fazer minhas coisas. Ele aceita, entende que eu preciso disso. Ele trabalha fora e eu vivo em um universo de crianças. Trabalho dentro de casa, sou cozinheira, com cinco crianças em casa e, como sou psicóloga, comecei a atender em um programa social, à noite, mulheres de baixa renda ou que estão precisando de terapia, mas não sobra dinheiro no fim do mês para pagar. As crianças me demandam o dia inteiro, fico por conta delas o dia todo, levo-as em todos os lugares que precisam ir, ajudo com as tarefas da escola. Ele tem um convívio social fora de casa que eu não tenho. Então, hoje, ele entende que eu preciso sair, ter o convívio social com minhas amigas.

Ainda assim, eu acho que vivo uma violência psicológica dele. Ele já vasculhou meus e-mails e descobriu coisas da época em que eu era solteira, de uma época em que eu nem o conhecia. Eu não tenho que contar tudo para ele, ele não tem que saber tudo da minha vida de solteira. Ele vasculhou meus e-mails, encontrou histórias e jogou na minha cara. Isso é um tipo de violência, claro que é. Quando já éramos casados, ele usava um aplicativo para me rastrear. Foi em 2014, um período do nosso relacionamento em que ele estava com uma depressão profunda. A partir daí, eu consegui que ele fosse na terapia, ele

começou a se tratar e melhorou muito. Há pouco tempo, em 2018, ele teve uma recaída, ainda que não tão grave, e quis voltar a ter alguns desses comportamentos. Como eu sei do histórico dele, eu fico mais atenta a isso e, logo que descobri, disse: você está voltando a fazer o que você fazia e eu não vou permitir. Não tenho esperança de que um dia isso vá acabar. Nós tentamos mudar o padrão, mas os homens não ajudam. Infelizmente – e talvez esse seja um pensamento machista meu –, acredito que 90% dos homens são assim e que depende de a gente, mulher, permitir ou não.

104

Hoje, eu vivo batalhando pelos meus sonhos. Meu sonho hoje é conseguir criar meus filhos de uma maneira que eles se tornem seres humanos bons. Acho que é o que a humanidade precisa: de seres humanos com almas boas. Sou psicóloga de formação e trabalho também com comida, porque eu amo cozinhar. Então, eu trabalho com o que eu gosto e trabalho muito: eu cozinho, embalo, lavo, entrego, faço propaganda. Sendo mãe de cinco, não é fácil. Hoje, eu consigo sair com as minhas amigas, ter minha vida social, fazer terapia em um grupo de mulheres, mediada por uma psicóloga. Eu adoro Carnaval, acompanho os preparativos de um bloco só de mães, vou aos ensaios, tento ir aos shows, e essa minha escolha é respeitada. Tudo isso eu fui conquistando. Hoje, eu me considero uma mulher forte.



## Uma visão de águia

M., 1971

Minha história começa assim: eu sou a quarta de seis irmãos. Éramos muito pobres. Quando eu tinha onze anos, meu pai faleceu. Minha mãe já era acamada, ela tinha tido alguns AVCs. A minha irmã mais velha não deu conta e decidiu distribuir os irmãos. Minha irmã do meio e eu fomos para um colégio interno aqui de Belo Horizonte.

Ficamos lá durante um mês para aprender as tarefas da casa. A partir de então, fui levada a outra família, para trabalhar como empregada doméstica. Eu já havia trabalhado com isso antes, com oito anos, com uma professora minha, porque era a única oportunidade que eu via para conseguir ajudar a sustentar a minha casa e a comprar material escolar. Dessa vez, com onze, eu trabalhava todos os dias da semana e dormia lá. A única folga era domingo, quando deveríamos voltar para o colégio, para um encontro das internas que trabalhavam fora. Éramos crianças e era muito difícil, levei muito beliscão para aprender a fazer as tarefas.

Começaram os assédios dos patrões. Essa foi a parte mais difícil. Tem uma frase que eu costumo dizer: anjos são as pessoas boas que a gente encontra pelo caminho. Eu tive sorte que encontrei muitos deles, que me ajudaram muito. Me lembro que, nesse primeiro emprego, tinha uma empregada, ela fazia tudo, e eu era uma menina que tomava conta de um bebê de seis meses e de um menino de cinco anos. Era um casal que tinha uma vida muito confortável, a mulher era médica, o homem

era engenheiro, e ele ficava muito tempo em casa. Na maior parte do tempo, ele ficava me vigiando, e eu imaginava que ele tinha o olhar do lobo mau. E essa empregada falava comigo para não ficar perto dele. Usávamos avental, lenço na cabeça, e ela sempre me falava para vestir shorts embaixo do vestido. Lembro de ele me olhar enquanto eu me debruçava no tanque para lavar as roupas das crianças, de ele querer entrar no quarto enquanto eu colocava o bebê para dormir. Essa empregada era quem me ajudava muito.

108

Eu dormia com as crianças e lembro de ele fingir que arrumava a cobertura dos filhos enquanto alisava meu corpo. Agora, eu superei e tenho coragem de contar para alguém. Há dois anos, eu não tinha essa coragem de falar, principalmente para as minhas três filhas e para o meu filho. Eu sentia vergonha, sentia medo. Porque eu não sabia o que era assédio, o que eu sabia era o que essa empregada me falava: que ele queria fazer uma coisa muito ruim comigo, que era para eu não ficar perto dele.

Sempre me mandavam ir com ele ao supermercado, e me lembro de ficarmos no estacionamento, ele tentando pegar em mim. Lá perto, havia uma banca, e ele comprava revista pornô e ficava me mostrando, dentro do carro. Eu desviava, fechava os olhos, tampava as minhas pernas com as mãos. O tempo foi passando e os assédios continuaram. Um dia, acordei e ele estava nu dentro do quarto, e eu com as duas crianças na cama. Ele me espionava tomando banho, tentava abrir a porta do banheiro. Para sair do banho, eu esperava não ter mais nenhum barulho na casa. Por isso, algumas vezes, dormi lá dentro, deitada no chão do box. Para escapar, eu fazia tudo do jeito que aquela empregada me ensinava: acordar as crianças, fazer o bebê chorar e, assim, parar a situação. O quarto de empregada era na despensa e eu me sentava com os pés na porta para segurá-la.

Um dia, eu tive tanto medo dele que fiquei a noite inteira acordada. De manhã, quando ouvi a porta batendo, eu me vesti, troquei

a fraldinha do bebê, juntei minhas coisas, peguei as duas crianças e fugi de casa. Eu fugi com os filhos deles. Eu acho que, para a minha idade, eu tive muita responsabilidade. Eu não sabia onde ficava o meu colégio e fui perguntando na rua. Chegando lá, a irmã ficou assustada, eu contei o que aconteceu. Eu precisava de ajuda. Ela ligou para a minha patroa, que buscou as crianças e me agradeceu muito. Eu não sei o que aconteceu depois, mas sei que não voltei mais naquela casa.

No meu outro emprego, eu já tinha treze anos. Tomava conta de gêmeas, elas tinham seis anos. Essa também foi uma época muito difícil. Minha patroa levava as gêmeas para a escola e eu arrumava a cozinha do almoço. Ela tinha um marido grande, muito alto, e, todas as vezes que eu ia para a pia, ele pegava um copo, fingia que ia pegar água e ficava esfregando o pênis nas minhas costas. Tinha vezes em que ele ejaculava nas minhas costas. Quando a minha patroa chegava, ele entrava para dentro da casa, como se nada tivesse acontecido. Lá, era uma fábrica de costura, e, certa vez, umas das costureiras me viu chorando e quis saber o que tinha acontecido. Eu mostrei as minhas costas para ela e ela também chorou. Depois desse episódio, ela passou a me ajudar. Quando a patroa saía, a cozinha já estava limpa, eu fugia para o quarto e ficava lá presa, esperando ela voltar para, então, sair e pegar um balde, passar pano. Saí desse emprego quando eu fiz catorze anos, e também não queria mais ficar naquele colégio – voltei para a minha casa.

109

O tempo de miséria continuava. Comíamos apenas na metade do mês, na outra passávamos fome. Um dia, minha irmã mais velha me bateu tão forte que eu tenho marcas nas pernas até hoje. Nesse dia, eu esperei o dia amanhecer e fugi de casa, sozinha. Busquei trabalho e acabei arrumando uma casa. Dessa vez, foi diferente, porque o casal era muito legal e eu já estava com catorze anos, já sabia mais ou menos das coisas e foi mais tranquilo.

Quando eu arrumei o pai das minhas filhas, tudo, aí sim, ficou pior. Quando saí do colégio interno, eu tinha vontade de construir minha

família, eu achava muito bonito as famílias reunidas. Eu não tinha ninguém, já não tinha mãe, não tinha pai, não tinha irmãos que ficassem comigo. Conheci esse homem quando eu tinha dezoito anos e havia decidido que queria ter a minha família. Quando nós namorávamos, ele era um amor de pessoa: carinhoso, atencioso, estava sempre comigo.

A partir do momento em que eu engravidei, começaram os abusos e as agressões.

Engravidei da minha filha mais velha e foi aí que o meu tormento começou de verdade. Eu tenho certeza de que eu apanhei do momento em que eu soube que estava grávida até o dia que fui para o hospital ganhar o neném. Ele bebia muito e era um homem muito violento, ciumento e controlador. Eu não podia usar batom, brinco, eu não podia arrumar o cabelo, comprar uma roupa bonitinha. Eu tinha que andar do jeito que ele queria. Depois que tive a minha primeira filha, ele não me deixava fazer uso de nenhum contraceptivo. Eu era forçada a ter relações sexuais com ele. Eu tinha um medo muito grande de engravidar de novo e colocava as minhas pílulas no cantinho das telhas para tomar escondido. Na cabeça dele, mulher tomava pílula para trair o marido. Ele não gostava que eu recebesse visitas, não me deixava ver ou falar com ninguém. Quando ele chegava, a casa ficava sombria, no silêncio.

Depois que eu tive a bebê, ele começou a implicar quando eu saía para trabalhar. Ele não podia descobrir onde eu trabalhava, senão ia até o lugar, armado, e me fazia sair. Outra hora, ele achava a chave do meu serviço e jogava fora. Eu sempre insistia, porque entendia que, para ter a minha liberdade e para conseguir me livrar dele, eu precisava de um emprego, precisava sustentar a minha filha.

Todas as semanas era a mesma coisa, uma pancadaria. Houve uma vez em que ele atirou em mim, eu estava com a minha filha pequena no colo. Quanto mais eu via as agressões dele, mais medo eu tinha e mais eu entendia que precisava sair daquela relação. Ele usava muito comigo

esta frase: agora vai lá e chama a polícia para mim; e continuava: sabe o que vai acontecer? Eu vou passar a noite lá para refrescar a cabeça, amanhã eu estou de volta, aí você já sabe o que vai acontecer. Todo mundo sabia o que acontecia porque eu ficava de olho roxo. Ninguém fazia nada.

Quando engravidei da minha segunda menina, entendi que precisava sair daquela relação de algum jeito, e, portanto, precisava de qualquer forma trabalhar. Quando meu marido saía de casa para ir para o trabalho, eu pegava as meninas, deixava na casa da vizinha e ia trabalhar também. Eu chegava do trabalho correndo, pegava as meninas e voltava para casa. Ele não sabia de nada. Depois que eu tive a bebê, eu peguei faxina e fiquei algum tempo. Quando ele descobria, sempre ia armado nas portas dos meus serviços. Nenhum trabalho durava muito. Eu chegava com o olho roxo, ficava com vergonha e não ia mais no trabalho. O tempo foi passando e eu não aguentava mais a vida. A gente brigava muito, ele me batia e eu também batia nele. Minhas filhas estavam sempre no meio disso tudo. Eu tinha uma amiga que passava por isso também e nós nos apoiávamos, conversávamos muito, nos escorávamos uma na outra, chorávamos juntas.

Eu tinha muito medo de que ele me matasse quando eu estivesse dormindo. Numa noite, eu acordei com uma faca enorme já bem próxima do meu peito. Como eu tinha muitas latas de óleo, de vinte litros, para buscar água na cabeça e usar em casa, eu punha uma lata em cima da outra atrás da porta. Quando ele empurrava a porta de madrugada, as latas caíam, faziam barulho e eu acordava.

Ele costumava comprar comida apenas para a semana, e, se eu, como ele dizia, colaborasse com ele – ele usava esse termo –, teríamos comida no fim de semana. Caso contrário, ele deixaria minhas filhas e eu com fome. Ele dizia muito que eu tinha que obedecê-lo, senão ele me deixaria morrer de fome. Ele era tão absurdamente ruim que o que sobrava nas latas ele virava no chão. Ele usava disso para me

manter ali. Ele misturava o resto de feijão cru com o resto de arroz cru, com pó de café, com açúcar, até o leite das meninas ele misturava. Ele falava: se você quiser comer, vai pedir para as suas amigas. Era uma época em que as coisas eram muito difíceis, o salário era muito baixo. Eu, às vezes, conseguia peneirar, retirar o feijão e fazer com farinha para comer.

Num domingo, eu fiz almoço, caso ele quisesse, e fui na casa da minha prima almoçar com ela. Ele foi armado me buscar, eu voltei para casa. Estava chovendo e fui trocar a roupa da minha filha. Ele pegou uma faca e se aproximou de mim. Eu o empurrei, e a ira dele era tão grande que ele mordeu a minha boca. A minha filha no meu colo, ele me mordeu e puxou até rasgar. Eu tenho uma cicatriz na boca causada por ele. Mais uma vez, eu fiquei com o rosto todo inchado, a boca deformada. Eu sabia que não o queria mais e precisava arrumar um emprego. Naquele dia, eu pensei: ou eu mato ele ou ele me mata, mas eu não fico com ele mais.

Um dia, eu levantei e pensei: esse homem não vai me bater mais. Eu estava muito decidida, pensando que ele não iria mais me fazer largar nenhum serviço. Ele vai ter que sair da minha vida – foi o caminho para me ver livre dele.

Havia sempre emprego de doméstica, e, no último emprego que arrumei, eu disse que nunca mais aquele homem entraria na minha vida. Lembro que trabalhei escondido dele e combinei com minha patroa um horário que desse tempo de chegar em casa bem antes dele. Um mês depois, ele descobriu. Sabia que ele me bateria muito; ainda assim, continuei a trabalhar. Na quinta-feira daquela semana, ele não chegou em casa no horário que sempre chegava, então imaginei que ele estava bebendo.

O que fiz foi ruim, mas foi a solução que encontrei. Fui à casa da minha amiga, pedi que ficasse com as minhas filhas e dei para ela dinheiro para comprar o que elas precisassem. Eu não sabia o que

iria acontecer – se iria matar, se iria morrer. Eu estava determinada a acabar com aquilo de um jeito ou de outro. Comprei um facão, amolei e corri com ele de casa, expulsei-o. Depois disso, eu não conseguia ouvir a voz dele nem vê-lo. Ele bebia muito e brigava nas ruas. Em uma dessas brigas, ele levou tiros e ficou muito tempo hospitalizado. Mas a preocupação continuava dentro de mim. Ele morreu há cinco anos.

Depois da separação, enfiei a cara no trabalho. Eram três filhos na época, então eu corri muito, trabalhei muito, saía às cinco da manhã e voltava à meia-noite. Foi muito trabalho, muita luta. Era necessário e foi importante para ocupar o tempo da minha cabeça. Fui trabalhando e esquecendo as coisas. Eu me afundei no trabalho, me ausentei muito da vida dos meus filhos. Com o trabalho, a cabeça foi se ocupando e as coisas ficando para trás. Ainda assim, para dormir, era muito ruim, porque esse é o momento em que estamos sozinhas. Meus filhos já estavam dormindo, eu ficava acordada e adquirir uma insônia muito forte. Ela não me atrapalha tanto porque eu tenho bastante energia.

À medida que as crianças foram crescendo, nós passamos por situações bastante difíceis, mas eu tinha paz, eu podia viver. Por mais difícil que estivesse, não se comparava com aquela vida turbulenta, morando em um espaço com uma pessoa agressiva. Eu tinha paz e comecei a batalhar um cantinho para mim e meus filhos. Eu tinha comprado uma casa e fui aumentando-a. Até que a área foi desapropriada e distribuíram as pessoas. Eu decidi deixar tudo para trás, até a vizinhança, que sempre me ajudou e de que eu gostava muito. Usei a indenização para comprar uma casa distante de tudo. Era uma casa pequena, que fui aumentando com ajuda dos meus filhos. Foi aqui que eu comecei o meu projeto de paz, e isso já faz treze anos.

O lugar onde eu morava com o agressor, por mais que houvesse sol, era sombrio e escuro. Minha irmã se mudou para lá e transformou toda a casa, ela derrubou e tirou de novo uma casa da terra. Ainda assim, acho que há muitos gritos de socorro naquela casa. Eu escuto. Aquele



período de vida está preso ali. Quando me sento hoje na sala, eu vejo tudo passando. Na entrada da casa, eu sempre me perco nas lembranças. Eu vejo a porta de madeira, um monte de latas empilhadas. Hoje, onde há um sofá, era o meu quarto, o quarto dos horrores, o canto mais escuro da casa. O quarto era onde eu mais chorava.

Quando eu morava lá, com ele, eu me sentia presa, acorrentada, privada do mundo de fora. Sentia muita angústia, medo. Eu não era livre para ser eu mesma. Era como se eu não existisse. Eu não conseguia ver uma vida para mim depois daquele tempo, era como se o tempo não passasse. Era aquilo que eu tinha, e mais nada. Eu perdi minha identidade durante o relacionamento abusivo. A gente tem que fazer as mulheres caírem em si! Eu já buscava dentro de mim, eu tentava trabalhar de qualquer forma, eu sabia que precisava conseguir pelo menos a minha independência financeira, sobreviver graças a mim mesma. Mas tudo que eu tentava fazer, eu não saía do lugar. Uma sensação de impotência.

Eu sempre falei com as minhas filhas: não arrumem filho. Não que arrumar filho seja um peso, mas filho exige muito. Você tem que se desdobrar. Eu vi isso por mim. O papel da mãe é poupar os filhos do sofrimento, e eu não queria que eles passassem pelo que eu passei. Então, eu sempre falei com as minhas filhas: trabalhem, estudem, aproveitem a vida. Elas têm outras possibilidades e eu quero que elas aproveitem a vida que eu não consegui aproveitar. Quero que elas tenham o que eu não tive e quero tanto isso que às vezes não respeito algo muito importante: são elas que têm que querer.

Há dois anos, uma das minhas filhas estava em uma situação completamente submissa, em uma relação abusiva também. Eu tive que resgatar ela dali, e foi um sofrimento. Parece que é uma maldição: o que eu passei, ela estava sujeita a passar, achando que é normal. Existem tantas mulheres que sofrem abusos e que escutam que a culpa

é delas – o que nos dizem é que a mulher não pode ser ela mesma, ela tem que ser o que a cabeça da sociedade impõe.

Atualmente, minha rotina é de segunda a segunda, não falta trabalho dia nenhum. Agora mesmo eu vou ter que fazer almoço, esticar a roupa. O trabalho é a rotina. De segunda a sábado, sou diarista, saio de casa sete e meia da manhã e vou trabalhar. Todo dia eu estou na casa de uma pessoa, e sempre chego em casa oito da noite. Meu físico foi sempre pedindo trabalho, trabalho, trabalho – agora meu físico já não quer mais tanto, mas a cabeça ainda não desligou. Às vezes, eu acabo de trabalhar e as patroas querem me contar da semana delas, ouvir o que eu acho, querem dizer aquilo que está fazendo mal a elas. Quando a pessoa quer conversar, eu não interrompo. Eu precisei muito de ter alguém para me ouvir. Hoje, a dificuldade que eu tenho de falar de mim, da minha vida, até mesmo com meus filhos, foi por não ter uma pessoa para ouvir sem julgar. Tem gente que julga, diz que faria diferente – é muito fácil julgar a vida do outro. Eu dou o meu tempo e converso.

Eu amo ir a um bar que fica aqui perto, aos sábados. Eu amo! O bar é tranquilo, não fica lotado, é uma delícia. Converso, dou gargalhada, bebo cerveja. Acho que todos os risos que eu guardei na semana eu solto naquele bar. Quando estou em casa, compro uma cervejinha para me ajudar a ficar leve, faço um tira-gosto para mim mesma, chamo minhas filhas, a gente coloca música e canta. No domingo, eu acordo animada. Hoje em dia, eu gosto muito de me cuidar, de ficar cheirosa para mim mesma. Não é para ninguém, é para mim. Andar cheirosa pela casa! Eu quero sentir o cheiro, a vida é perfumada! Eu acho que o perfume transparece, colore, deixa leve.

O que tem me trazido muitas dores ultimamente é a política. Estou muito ligada, muito focada nisso. Acho que a gente ficou muito longe da política, deixando eles resolverem tudo para a gente, pela gente,

falando pela gente. Fiquei com os nervos à flor da pele, de pés e mãos atados. Cobrei muito dos vereadores nessa eleição.

Não me sinto totalmente realizada, mas me sinto feliz, leve.

Eu gosto da casa cheia de gente, gosto de receber as pessoas, tomar minha cervejinha. A gente samba, canta, é uma alegria. Se eu tivesse que dar um nome para a minha casa hoje, seria “Canteiro de girasóis”. Antes era uma mata fechada, agora é como se alguém chegasse e quisesse limpar tudo, plantar flores, é como se passasse a entrar sol por todos os lados. Sinto paz quando entro em casa, e o lugar que mais gosto de ficar é no meu quarto. Para mim, a casa tem que ter paz. Ali é seu retorno, tem que ter paz, senão eu não quero voltar para casa. Tem que ter uma cama boa e uma comida boa. A comida é o sustento do físico. A cama é o lugar onde você vai colocar o corpo para descansar. Dentro de uma casa, todo mundo teria que ter comida e uma cama boa.

Eu sou dona de mim, totalmente. A mulherada me manda mensagem pedindo para eu partilhar mais. Eu partilho frases de autoajuda, para empoderar mulheres, para chamar a atenção para algo. Eu estou sempre no foco. Sou uma mulher muito observadora. Sou uma mulher forte, dou conta de derrubar dez homens em uma mesa, só conversando. Eu converso e falo sobre tudo. Sou uma mulher com cabeça e mente abertas. Gosto de ver filmes, ler, ouvir música. Adoro sair para sambar, eu coloco um salto e vou. Eu gosto de sentar com as pessoas com quem eu trabalho, tomar café, conversar. Eu sou muito aberta. Outro dia, uma patroa me perguntou de onde vinham a minha luz e a minha sabedoria. Eu disse que a minha sabedoria vinha de dois lugares: dos livros e das coisas ruins que eu passei. Dessa vida sofrida, trouxe aprendizado, uma visão de águia, que eu sempre tive, e muita força interna. A gente é o que a gente passa.

## Ninguém é de ninguém

M., 1935

Com dezesseis anos, no Carnaval, no Clube dos Ferroviários de Corinto/ MG, eu conheci o meu futuro marido. Naquela época, ele era noivo de outra moça. Quatro meses depois, ele terminou o noivado. A gente continuou frequentando o clube, que era o que tinha na cidade – bailes, hora dançante, festa junina, Baile da Saudade. Todos esses eu frequentei. Ele estava sempre lá, já que ele e o pai eram sócios fundadores do clube. Assim, começou o namorinho. Com um ano que nós estávamos namorando, eu fiquei noiva e me casei – dia 11 de outubro de 1952. Casei e, como ele havia sido transferido, viemos para Belo Horizonte. Durante o casamento, voltamos a viver em Corinto e, de novo, em Belo Horizonte, de acordo com a cidade na qual ele trabalhava.

Hoje, eu fico pensando assim: como é que uma pessoa casa na situação que eu casei? Eu tinha dezessete anos e não tinha responsabilidade nenhuma. Na minha casa, em que eu morava com meus pais, eu não fazia nada. Eu me casei porque eu gostei dele, estava apaixonada, era meu primeiro namorado. Com quatro anos de casamento, eu já tinha três filhos e a vida completamente transformada. As coisas foram acontecendo e as dificuldades aumentando. Eu não trabalhava, não tinha outra renda que não o salário dele. Passaram-se dez anos de casamento e eu tinha cinco filhos. Era aquela luta – ele saía para trabalhar e eu ficava com as crianças.

Ele era bruto toda vida, não tinha nenhuma delicadeza com a gente. No começo do casamento, ele só bebia de vez em quando, no clube, nas festas, quando todo mundo bebe. Depois, passou a sair todo final de semana para beber. No começo, durante a semana, ele não bebia – trabalhou 35 anos até aposentar e, toda segunda-feira, mesmo caindo por cima do pescoço, ele ia trabalhar. Só que, no final de semana, ele não me dava muita satisfação, se arrumava e saía para beber. Foi aí que começou o transtorno.

Em 1954, em um domingo, ele chegou em casa muito tonto, já tínhamos dois filhos, a mais velha tinha dois anos, o caçula estava no meu colo, no barracão dos fundos em que morávamos, e eu fiquei quieta. Simplesmente, ele chegou perto de mim e disse assim: uma desgraça como essa, não se bate não, se mata. Ele correu para pegar uma faca na cômoda do quarto, uma faca que tinha sido do pai dele. Corri com meu filho para a casa da vizinha, que era proprietária do nosso barracão. Ela ficou com o bebê, eu saltei a janela e escondi na casa de outra vizinha. Ele foi atrás de mim. A vizinha o recebeu com um cabo de vassoura, dizendo que eu estava lá e tentou impedir que ele entrasse. Alguém chamou a mãe dele, ela veio. Eu voltei para casa. Ele entrou no quarto xingando. Eu tinha uma penteadeira com um vidro muito bonito e ele jogou um cinto no espelho dela e quebrou tudo. Cortou o braço, sangrou muito e precisou ir para o hospital. Ficou alguns meses com o braço engessado, sem trabalhar, e eu lá. Essa foi a primeira virada do agressor. Antes desse dia, nada disso tinha acontecido.

Eu estava apavorada, e, a partir dali, eu tive medo dele. Toda vez que ele chegava, ele aprontava. Com os meus filhos não, era comigo, e era uma coisa horrorosa.

Quando meu pai veio me visitar – aliás, ele não veio me visitar, veio saber como tinha sido a confusão –, ele conversou com o agressor, que ainda estava com o braço engessado. Meu pai sabia de todos os detalhes e tinha vindo para falar que me levaria, junto com os dois

filhos que eu tinha, para a casa dele. O agressor negou, dizia que não era para levar ninguém. Meu pai foi ao juiz, contou tudo e conseguiu autorização. Voltei para a casa da minha mãe, com meus filhos.

Poucos meses depois, ele me escreveu, pedindo para ir ver as crianças. Para ver os filhos, minha mãe disse, ela não podia proibir. Começou a ir à casa da minha mãe e a conversar comigo, pedindo para voltar. Com sete meses que eu estava na casa da minha mãe, eu voltei a morar com ele. Ele continuou bebendo, mas sem me agredir. Mais tarde, em 1956, voltou a ser uma coisa horrorosa.

Se eu contar tudo o que ele fez, vão me chamar de mentirosa. Era aquela batucada: sai para a rua, chega brigando, quebrando as coisas, quebra a cama, quebra tudo, eu saio correndo para a casa do tio dele. Nada do que eu fazia servia, ele me xingava toda. Bater, espancar mesmo, ele nunca fez. Uma vez ou outra ele me deu um empurrão, eu fiquei meio roxa. De qualquer maneira, foi um pandemônio. Eu chorava muito, vivia angustiada.

Eu não voltei mais para a casa dos meus pais. Já com três filhos? Quem pariu Mateus que o embale. Não achava justo. Minha mãe ia lá em casa quase todos os dias da semana para ver como eu estava. Ele não gostava, não queria. Ela era atrevida, não tinha medo de nada e não tinha confiança nele de jeito nenhum, se desentendeu com ele algumas vezes. Ele não me deixava ir à casa de mamãe e eu obedecia, nunca fui. Eu só saía de casa porque quem comprava tudo era eu, ele nunca comprou uma carne. Teve uma vez que eu peguei um trem e fui para Belo Horizonte, para a casa de uma vizinha. Ele me buscou novamente. Era horroroso. Foi assim a vida inteira.

Quando eu estava grávida da última filha, ele parou de beber e foi assim por quatro anos. Foi uma paz lá em casa. Não teve briga, não teve nada. Ele começou a emprestar dinheiro a juros, do salário dele. Nosso dinheiro dava para tudo e ele emprestava. Comprou carro, geladeira. Isso foi só quatro anos, depois começou tudo de novo.



Quando nossos filhos já estavam grandes, era um inferno. O agressor começou a beber quase todo dia – depois do serviço, ele saía para beber e, quando voltava, fazia uma baderna em casa. Ele chegava em casa e quebrava tudo, jogava panela em mim, jogava comida fora, ofendia a gente com palavras. Queria bater nos meninos, era um inferno. Ele chegou a ter faca embaixo do travesseiro. Ali, não tinha sossego. Eu não falava sobre o que eu vivia para ninguém, nem para minha mãe eu nunca contei, ia trazer desassossego demais para ela. O agressor falava que eu não prestava, que eu nunca prestei, que era de raça, que minha família não presta. Ele só não ofendia o papai. Minha mãe, minhas tias não prestavam. Ele não trocava nenhuma palavra de carinho com a gente, não tinha nenhum diálogo. Foi a vida inteira assim.

Um dos meus filhos tinha medo de sair de casa e me deixar sozinha, por isso ficava comigo. Eu não trabalhava, não tinha profissão – ir para onde? Eu não tinha opção, era ficar na casa com ele, porque nós dois assumimos essa responsabilidade. Quando meus filhos cresceram, começaram a opinar e me deram apoio. Eu só me separei do agressor porque meus filhos ficaram em cima, dizendo que não dava para tolerar mais. Minha filha mais velha se mudou para Belo Horizonte, querendo fugir daquela vida, e, depois dela, eu e meus outros filhos tomamos a atitude de também mudar para Belo Horizonte. Quando eu falei que iria me separar, ele duvidou. Vai para onde? Fazer o quê? – ele dizia. Meus filhos providenciaram, nós arrumamos um barracão de três cômodos e fomos para lá. No dia em que eu saí, ele disse que eu não demoraria para voltar. Eu não trabalhava, e ele dizia: você vai viver de quê? Mas, nessa época, meus filhos já trabalhavam e me apoiaram. Fui fazer a minha vida e o agressor a vida dele.

Dia 13 de junho de 1979, eu saí da casa em que morávamos. Ele nunca me deu pensão, nunca ajudou a cuidar das crianças. Por muito tempo, ele ficou sem saber onde eu morava. Depois ele descobriu, mas nunca mais me atormentou. Teve uma época em que ele entrou no AA e uma única vez foi na minha casa, queria levar um convite para um

evento. Ele queria que eu voltasse. Mas eu não quis. Foram 27 anos juntos. Eu acredito que, se dependesse de mim, eu estaria com ele até hoje. A iniciativa de me separar dele não foi minha. Antigamente, mulher separada de marido era uma tristeza. Eu não trabalhava, tinha cinco filhos. Como é que fazia? Eu nunca tinha falado em sair, mas, quando meus filhos falaram, eu nunca mais quis voltar. Um dia, recebi a carta de um advogado, dizendo que o agressor queria o divórcio, perguntando se eu concordava em tirar o nome dele. Eu respondi que estava disposta a fazer o que fosse necessário, contanto que ele arcasse com as despesas necessárias para o processo. Eu me divorciei, não quis pensão.

Quando a gente terminou o casamento, eu não me senti triste, senti uma paz tremenda. Eu não tinha paz em casa, a minha paz era enquanto ele trabalhava. Eu tinha pavor do horário em que ele chegava em casa, porque ele só chegava aprontando. Quando eu fui para a minha casa, não tinha nada disso. É uma paz que eu não troco por dinheiro nenhum. A vida continua e agora eu tenho paz para fazer tudo, para viver em harmonia com meus filhos. Eu não guardo rancor dele, ficamos amigos, ele já veio na minha casa duas vezes. Eu acho melhor assim – seja ele o demônio, ele é pai dos meus filhos. Os meus filhos têm todo o direito de gostar dele, tenha ele os defeitos que tiver. O sentimento de paz é o que move a gente.

Hoje, na minha casa, não tem ninguém que me atormente. Tenho 88 anos, moro com um dos meus filhos. Eu amo meus filhos e rezo por eles todos os dias. Sou uma mulher de muita fé, quanto mais eu sofro, mais fé eu tenho. Sou uma mulher muito ativa, simples e gosto da minha vida como ela é. Aprendi nessa vida que ninguém é de ninguém. Gosto de cuidar da casa: limpo, arrumo, cozinho, bordo, vejo televisão e adoro conversar. Aqui na minha rua, todo mundo me conhece e eu conheço a vida de todo mundo. Tenho certeza de que Deus me protege. Acredito que Deus é superior a tudo e agradeço por tudo na minha vida.



A casa é o nosso espaço no mundo, é ali que os sonhos, devaneios e intimidades deveriam existir livremente. Todavia, quando esse lugar simboliza um aprisionamento, ficamos sem ter onde habitar e, portanto, sem existir.

Em conversas com minha avó materna, também participante dos registros deste livro, passei a ter consciência de que as consequências da violência doméstica são imensuráveis e atravessam gerações. Após ler sobre o aumento dos índices desse tipo de violência no Brasil e no mundo durante a pandemia de Covid-19, a elaboração deste livro se tornou visceral.

É essencial que as vítimas sejam realmente ouvidas e protegidas pela sociedade e pelo Estado. É urgente que homens sejam educados numa cultura feminista; aqueles que tenham cometido crimes devem ser responsabilizados.

Nós, mulheres, seguiremos lutando pelo direito de sermos livres.

Luciana Castro



A versão digital e a versão sonora deste livro estão disponíveis em [lucianacastro.com/a-casa-e-o-corpo](http://lucianacastro.com/a-casa-e-o-corpo)  
Use o QRcode ao lado para acessá-las.

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)  
(eDOC BRASIL, Belo Horizonte/MG)

C355c Castro, Luciana  
A casa é o corpo / Luciana Castro – Belo Horizonte, MG:  
Ed. da Autora, 2022.  
128 p. : 15 x 20 cm

ISBN 978-65-5872-336-3

1. Violência contra mulheres – Fotografia. 2. Violência familiar – Testemunhos. 3. Mulheres – Condições sociais. I. Título.

CDD 362.82

Elaborado por Maurício Amormino Júnior – CRB 6/2422

## a casa é o corpo

Fotografias, tratamento de imagem e entrevistas **Luciana Castro**

Edição de imagens **Clarice G Lacerda, Luciana Castro**

Transcrição áudio entrevistas **Thais Ferreira Dutra**

Edição e preparação de textos **Maria Carolina Fenati**

Revisão **Maiara Marques, Andrea Stahel**

Projeto e produção gráfica **Clarice G Lacerda**

Locução e produção sonora **Sandra Leão**

Mídia social e assessoria de imprensa **Rizoma Comunicação e Arte**

Produção executiva **Bárbara Amaral**

Gestão financeira **Flávia Mafra**

### Agradecimentos

Alexandre Sequeira, Brígida Campbell, Isis Medeiros,  
Joana Mazza, Luiz Rodrigo Cerqueira, Rafael Cota.

Este projeto foi realizado com recursos da Lei Municipal de Incentivo à Cultura de Belo Horizonte

**Projeto número 0292/2021**

REALIZAÇÃO

INCENTIVO





A 1ª edição da publicação **a casa é o corpo** teve tiragem de 300 exemplares e foi composta nas fontes Aller e Charter. Miolo em papel Offset 90g e capa em papel Supremo 300g. Impressão e acabamento realizados pela gráfica Formato em outubro de 2022, em Belo Horizonte – MG.

### O que é mais importante em uma casa?

Harmonia.

Tranquilidade.

Energia boa.

Conforto e segurança.

Cama boa e muita comida.

Um lugar que é a minha cara, onde eu me sinta acolhida e onde eu possa ser eu mesma.

### Hoje se sente livre para ser você dentro da sua casa?

Sim.

80%.

Sim.

Sim.

Sim.

Não.

