

PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE SÃO PAULO

PUC-SP

KELLY ALESSANDRA TRINDADE

MECANISMOS DISCURSIVOS E A REPRESENTAÇÃO DA  
FEMINILIDADE E ESPIRITUALIDADE EM ARTIGOS DA  
REVISTA CLAUDIA

MESTRADO EM LÍNGUA PORTUGUESA

SÃO PAULO  
2007

# **Livros Grátis**

<http://www.livrosgratis.com.br>

Milhares de livros grátis para download.

PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE SÃO PAULO

PUC-SP

KELLY ALESSANDRA TRINDADE

MECANISMOS DISCURSIVOS E A REPRESENTAÇÃO DA  
FEMINILIDADE E ESPIRITUALIDADE EM ARTIGOS DA  
REVISTA CLAUDIA

MESTRADO EM LÍNGUA PORTUGUESA

Dissertação apresentada à Banca Examinadora da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, como exigência parcial para a obtenção de título de Mestre em Língua Portuguesa, sob orientação do Prof. Dr. Jarbas Vargas Nascimento.

SÃO PAULO  
2007

**Banca Examinadora**

---

---

---

## **AGRADECIMENTOS**

A Deus, pelo seu amparo e fidelidade.

Aos meus pais e aos meus filhos, Edimarcos e Letícia, pelo carinho e cuidado. Agradeço-lhes por compreenderem o meu silêncio e o meu isolamento nesse período de estudo.

Ao meu companheiro, Rui Molina, pela paciência e amor revelado nessa longa trajetória.

Aos meus colegas de trabalho, que me incentivaram nesse percurso. Em especial, aos meus amigos, Alexandre Marques e Cillas Luciano Jr., que compartilharam das minhas aflições. Obrigado pelas dicas e conselhos.

Meu imenso agradecimento ao meu orientador Professor Doutor Jarbas Vargas Nascimento que sempre incentivou e encorajou-me durante esse processo.

Às professoras Doutoradas Ana Rosa Ferreira Dias e Nílvia Terezinha da Silva Pantaleoni, da banca examinadora, pelas contribuições oferecidas a esse trabalho no Exame de Qualificação.

À Secretaria de Educação, pela bolsa concedida.

## RESUMO

O presente trabalho tem como objetivo examinar as marcas e mecanismos discursivos nos artigos que abordam a temática da espiritualidade e da feminilidade na *Revista Claudia*, e de sua relação com o paradigma comportamental da mulher contemporânea. A ideologia veiculada pelo discurso da mídia é disseminada nos diversos grupos sociais, estabelecendo valores que servem de instrumentos para avaliação da realidade, influenciando o comportamento social.

A análise se propôs a desmistificar a linguagem desprovida de intencionalidade, bem como observar o seu confronto, com o sujeito, a história e a ideologia, permitindo-nos concluir que não se pode pensar em textos ingênuos ou em autoria sem influências, principalmente no que concerne aos efeitos de sentido do texto a partir da interação entre enunciador e enunciatário. Neste trabalho elucidam-se, por meio de um procedimento teórico da Análise do Discurso, que a linguagem desempenha um papel importante como veículo de expressão de pensamentos e valores de uma determinada época.

Palavras-Chave: Análise do Discurso, Mecanismos Discursivos, Feminilidade e Espiritualidade.

## **ABSTRACT**

In the present paper we will analyze the discursive mechanisms found in spirituality related texts published in *Revista Claudia*, with special interest in their relationship with the behavioral paradigm of the modern women.

The ideology propagated by the media discourse is disseminated in diverse social groups, establishing values for evaluation of the reality and influencing social behavior.

The analyses performed aimed to demystify the language that supposedly has no intentionality and to observe the confrontation between this language and the individual, its history and ideology. It will be possible to conclude that ingenuous texts or non influent authorship did not exist.

In this paper it is elucidated, by means of a theoretical procedure of the Discourse Analysis, that the language plays an important role as vehicle of thought expression and values of a determined time.

**Keywords:** Discourse Analysis, Discursive Mechanisms, Femininity and Spirituality.

|                         |   |
|-------------------------|---|
| <b>INTRODUÇÃO</b> ..... | 1 |
|-------------------------|---|

## **CAPÍTULO I – A REVISTA CLAUDIA**

|   |    |
|---|----|
| 1.1. A <i>Revista Claudia</i> e sua história..... | 5  |
| 1.2. A Feminilidade e o nome da Revista.....      | 13 |
| 1.3. Artigo de opinião .....                      | 15 |
| 1.4. As seções da <i>Revista Claudia</i> .....    | 16 |

## **CAPÍTULO II – A ANÁLISE DO DISCURSO COMO FUNDAMENTO PARA O ESTUDO DO DISCURSO DA REVISTA CLAUDIA**

|   |    |
|---|----|
| 2.1. A Análise do Discurso e seu caráter transdisciplinar.....                    | 26 |
| 2.1.1. Texto e Discurso .....   | 27 |
| 2.1.2. Ideologia e discursividade .....   | 32 |
| 2.1.3. As formações discursivas e imaginárias .....                               | 35 |
| 2.2. Autoria e interpretação.....   | 38 |
| 2.3. A subjetividade do discurso.....   | 43 |
| 2.4. Mecanismos discursivos .....   | 47 |
| 2.4.1. A metáfora e outros recursos de linguagem.....                             | 48 |
| 2.4.2. Tematização .....  | 51 |
| 2.4.3. Isotopia.....  | 56 |
| 2.5. Espaços discursivos, cenografia e a construção do <i>ethos</i> feminino..... | 58 |
| 2.6. Dialogismo e Polifonia .....   | 61 |



## **CAPÍTULO III – A DIVERSIDADE DOS GÊNEROS NA CONSTRUÇÃO DA EMOÇÃO E DA ESPIRITUALIDADE**

|   |    |
|---|----|
| 3.1. Emoção e espiritualidade: a construção da feminilidade.....                            | 69 |
| 3.2. Emoção e espiritualidade: a visão de <i>Claudia</i> .....                              | 75 |
| 3.3. Marcas do gênero doutrinário e de suas relações com o gênero místico-ritualístico..... | 78 |
| 3.4. A espiritualidade e a construção do <i>ethos</i> feminino .....                        | 84 |
| 3.5.O vocabulário e expressões lingüísticas da construção da espiritualidade .....          | 86 |

|                                   |           |
|-----------------------------------|-----------|
| <b>CONSIDERAÇÕES FINAIS .....</b> | <b>90</b> |
|-----------------------------------|-----------|

|                           |           |
|---------------------------|-----------|
| <b>BIBLIOGRAFIA .....</b> | <b>92</b> |
|---------------------------|-----------|

## **ANEXOS**

This document was created with Win2PDF available at <http://www.win2pdf.com>.  
The unregistered version of Win2PDF is for evaluation or non-commercial use only.

Esta pesquisa tem como ponto de partida fazer o estudo de marcas e mecanismos discursivos nas reportagens publicadas entre os anos de 2005 e 2007 na *Revista Claudia*, e que abordam a feminilidade e a espiritualidade, bem como sua relação com o paradigma comportamental da mulher contemporânea.

A figura da mulher tem sido explorada ao longo dos anos pela mídia e sua sensualidade utilizada como uma poderosa ferramenta de *marketing*. Basta que olhemos ao redor, está em toda parte, desde um *outdoor* na avenida, até nas revistas, jornais, propagandas e novelas que chegam às nossas casas. Assim, passou-se a cultuar o protótipo da mulher bem sucedida e dominadora, capaz de conseguir tudo o que deseja por meio da sensualidade, fazendo com que sua integridade, de protagonista de sua própria história de lutas e conquistas sociais, rompesse-se.

Como veículo de imprensa, a mídia propaga a ideologia, representando um determinado grupo social. A revista funciona como palco dos tipos sociais onde acontecem a manutenção e o controle da hegemonia<sup>1</sup> por meio das idéias repercutidas nas leitoras (enunciatárias)<sup>2</sup>. Nesse contexto, de acordo com Eni Orlandi (1999), o texto, considerado como discurso, utiliza-se do mecanismo da relação de sentidos, por meio do qual os discursos entrelaçam os dizeres, sejam estes reais ou imaginários, o que se define em Análise do Discurso como interdiscurso, propiciando ao sujeito posicionar-se no lugar do outro, ou seja, experimentar o *topos* das enunciatárias e prever os sentidos que suas palavras possam adquirir.

A *Revista Claudia* é um veículo de comunicação de massa em circulação há 45 anos, tendo boa aceitação no mercado junto ao público feminino de classe média. Com o intuito de ajudar suas leitoras (as enunciatárias) a enfrentarem as atribulações diárias, propõe intervenções e dicas para facilitar a vida da mulher moderna, desse modo as idéias repercutidas pela revista pretende interferir na prática cotidiana delas.

<sup>1</sup> Entendemos por hegemonia o fato de determinado comportamento, pensamento e valores abrangerem e disseminarem-se por grande parte da sociedade em função do poder de determinados substratos sociais.

<sup>2</sup> Para os estudos em Análise do Discurso o termo leitoras assume a denominação de enunciatárias.

A escolha da *Revista Claudia* ocorreu porque, ao contrário de muitas outras publicações, em que se privilegia o aspecto sensual/sexual, a revista apresenta artigos que focam temas voltados à feminilidade atrelados à busca da espiritualidade com ponto de equilíbrio para a vida cotidiana. Podemos, observar que o teor dos artigos enaltece a mulher, não pelo culto ao corpo, mas como um ser dotado de expectativas e de sentimentos, sujeito de sua própria história.

A Revista destina-se a mulheres com faixa etária a partir de 25 anos e apresenta em seus artigos temas que apontam para uma conduta feminina considerada por ela, socialmente adequada. Surgida na década de 1960, *Claudia* possui ainda hoje um caráter reflexivo bastante acentuado. No início, as polêmicas se estabeleciam em torno de enquetes sobre virgindade, hoje questões como a independência e o equilíbrio sentimental são os paradigmas norteadores entre os artigos nela publicados. Assim, temos percebido que a revista vem apresentando freqüentemente em seus temas uma preocupação com a conduta social da mulher nos dias de hoje.

Nesses textos, resgatam-se valores judaico-cristãos inerentes à nossa formação identitária e paradoxalmente ritos místicos que vêm acompanhando todo o processo de espiritualidade. Esse contexto nos leva a indagar sobre a importância da retomada desses preceitos para a definição do comportamento social das mulheres, a refletir sobre os papéis sociais desempenhados por elas e a observar o quanto a sociedade aceita-os ou rechaça-os.

Nota-se que a *Revista Claudia* utiliza-se do discurso informativo, pertencente ao gênero de revista feminina, veiculado por meio da mídia impressa e apresenta textos híbridos constituídos por elementos textuais, que se diferenciam por seus gêneros, com predomínio do narrativo.

A partir dessas constatações, passamos a questionar que a língua não é transparente e que seu caráter polissêmico permite a tomada de posições diversas frentes aos sujeitos. Desse modo, a escolha da revista em posicionar-se a respeito da temática feminilidade e espiritualidade nos leva a refletir sobre um assujeitamento, por parte de suas enunciatárias, pois, tal qual um oráculo, uma voz conselheira manifesta-se nos artigos.

Torna-se importante verificar quais são as marcas discursivas utilizadas pelo enunciatário para promover de forma eficiente as manifestações intertextuais e polissêmicas em seu discurso, possibilitando as enunciatárias diferentes atribuições de sentido de acordo com seu conhecimento de mundo.

O objetivo geral de nosso trabalho é o de examinar as representações femininas em artigos da *Revista Cláudia*, tendo como propósito o estudo dos procedimentos discursivos

responsáveis pela constituição da feminilidade e da espiritualidade da mulher contemporânea, segundo a perspectiva do(s) autor (es)/ enunciador(es) da publicação.

Nesse sentido, nossa dissertação terá os seguintes objetivos específicos: apresentar os procedimentos discursivos presentes na constituição dos textos, como estes podem influenciar o comportamento social da mulher e estabelecer valores que são instrumentos para uma avaliação subjetiva da realidade prescritos pela *Revista Claudia*.

Verificaremos de que forma os mecanismos lingüísticos que compõem a amostra de análise e a relação dialógica entre enunciador e enunciatária, ao final, proporcionam ao segundo a possibilidade de formular novos pensamentos e de rever conceitos de sua conduta social.

Pretendemos analisar como as marcas lingüísticas atuam na composição do discurso dos artigos e como este pode conduzir o comportamento da mulher contemporânea; a partir de artigos da *Revista Claudia* cujo enfoque esteja relacionado ainda que indiretamente, aos conceitos de feminilidade e espiritualidade, investigar como as relações hegemônicas estão presentes na produção do texto, e como podem intervir na conduta social da mulher; apontar como os discursos são produzidos, bem como sua relação com a história interfere na produção de sentido.

Em nossa pesquisa, utilizamos a fundamentação teórica da Análise do Discurso para evidenciar como a linguagem pode vir carregada de um interdiscurso marcado por um determinado contexto sociohistórico. Para isso, tomamos como ponto de partida as marcas e os mecanismos discursivos como parte do processo de significação dos artigos da *Revista* e de sua relação com o paradigma comportamental da mulher contemporânea. Acreditando que não há discurso desprovido de argumentatividade, ao pensarmos em ideologia, somos imediatamente remetidos aos reflexos do discurso social que provém de nós, pois viver em sociedade é compartilhar de crenças e dizeres, é propagar valores. Nesse sentido, percebemos que o teor dos artigos da revista sugere a tomada de uma posição ideológica, que conduz a mulher a um comportamento que não tenha como base somente a sensualidade, contrariando uma temática tão recorrente em revistas atuais.

Optamos pela Análise do Discurso, proposta por Eni Orlandi (1999) e por Dominique Maingueneau (2005) que consideram o discurso como produto de um efeito de sentido produzido entre enunciador e enunciatário. O discurso, segundo os autores, não acontece apenas por meio da linguagem, mas ganha significado à medida que sofre interferência na história e no ambiente social por meio da relação interpessoal.

Desse modo, estudar os mecanismos discursivos é romper caminhos a uma outra leitura e perceber de que maneira os meios de produção podem nortear o sentido do texto e conduzir o discurso. Entrelaçadas na tessitura do texto estão as estratégias argumentativas que, desde uma forma autoritária ou até mesmo num jogo descontraído, possui como propósito, ao final do processo comunicativo, atingir as leitoras (as enunciatárias).

Com o intuito de evidenciar como foi estruturada a presente pesquisa, sintetizam-se, a seguir, os aspectos mais relevantes de cada um dos capítulos.

O Primeiro Capítulo, que tem por título *A Revista Claudia*, apresenta, de modo geral, o objeto motivador da pesquisa (artigos de opinião da seção *Emoção e Espiritualidade*) situando-o no contexto de estudos da Análise do Discurso. Nesse capítulo, contextualizamos a revista e a seção em análise, por meio de uma breve descrição do histórico da publicação, bem como de seu público-alvo.

O Segundo Capítulo, denominado – *A Análise do Discurso como Fundamento para o Estudo do Discurso da Revista Claudia*, traz o respaldo teórico da Análise do Discurso, que fundamenta nosso estudo. Concomitantemente à apresentação teórica, fizemos a análise de recortes da amostra de forma a tornar mais dinâmico tal processo e, assim, pudemos reconhecer que o discurso pode assumir múltiplas interpretações e sentidos. Consideramos, também, que questões como ideologia, interdiscursividade e polifonia são fundamentais para a construção de sentido do discurso.

O Terceiro Capítulo, *A Diversidade de Gêneros na Composição da Seção e da Constituição da Espiritualidade*, mostra como os textos que compõem a seção apresentam uma estrutura temática híbrida. Percebemos que os artigos abordam questões em que a dualidade existente entre o misticismo e o cristianismo é posta em destaque de forma harmônica e, muitas vezes, complementares, alcançando a pluralidade estrategicamente, bem como a confluência de crenças de suas leitoras (suas enunciatárias).

## A REVISTA CLAUDIA

### 1.1. A REVISTA CLAUDIA E SUA HISTÓRIA

A *Revista Claudia*, da Editora Abril, foi escolhida por apresentar uma abordagem sobre temas que vão além das características físicas das mulheres, como amostra de análise de nosso estudo. Foram selecionados artigos da seção *Emoção e Espiritualidade*, de acordo com a tabela a seguir:

| Mês da Publicação | Número da Revista | Ano de publicação                                    |  |   | ANEXO               |
|-------------------|-------------------|--|--|---|---------------------|
|                   |                   | 2005   | 2006   | 2007  |                     |
| Janeiro           | 01                |  | “Diga não às crenças negativas”.                       |   | 2006 - 08           |
| Abril             | 04                |  | “Dez coisas que você precisa saber antes de se casar”. |   | 2006 – 09 e 10.     |
|                   |                   |  | “Buda, o iluminado”.                                   |   |                     |
| Maio              | 05                | “Que culpa que nada! Não queremos mais essa prisão”. | “Gentileza gera gentileza”.                            | “Temascal – A sauna purificadora dos xamãs”.                    | 2005 – 01 e 02.     |
|                   |                   |  | “Criatividade contra a mesmice”.                       | “Os problemas dos outros – é com eles que você evita os seus?”. | 2006 – 11, 12 e 13. |
|                   |                   | “Abaixo a falsa modéstia”.                           | “Nossa Senhora, a mãe de todas as mães”.               |   | 2007 – 18 e 19.     |

| Mês da Publicação | Número da Revista | Ano de Publicação                               |  |      | ANEXO                   |
|-------------------|-------------------|---|--|------|-------------------------|
|                   |                   | 2005  | 2006   | 2007 |                         |
|                   |                   |   | “Chame as deusas para ajudar”.                                     |      | 2006 - 14               |
| Outubro           | 10                | “Constelação Familiar: O amor vai à terapia”.   | “Os sete ciclos sagrados (e como viver todos eles com sabedoria)”. |      | 2005 – 04 e 05.         |
|                   |                   | “Por que toda mulher quer ser uma feiticeira?”. |  |      | 2006 – 15.              |
| Novembro          | 11                | “Comida Sagrada”.                               | “Dezessete idéias para desintoxicar a mente”.                      |      | 2005 – 06.<br>2006- 16. |
| Dezembro          | 12                | “Inveja sem censura”.                           | “Remédios para um coração partido”.                                |      | 2005 – 07<br>2006 – 17. |

Além dos artigos publicados na *Revista Claudia*, também foram analisados outros elementos, apresentados na tabela a seguir, que constituem a publicação tais como a capa e anúncios publicitários para comprovar que, em sua totalidade, a revista visa a persuadir e conduzir suas leitoras a uma conduta social de acordo como os paradigmas estabelecidos pela revista.

| Mês da Publicação | Número da Revista | Ano de publicação     |   | ANEXO               |
|-------------------|-------------------|-----------------------|---|---------------------|
|                   |                   | 2006                  | 2007                                    |                     |
| Janeiro           | 01                |                       | “Eu e você”.                            | 2007 - 23           |
| Maio              | 05                |                       | Capa                                    | 2007 – 24, 25 e 26. |
|                   |                   |                       | “A nova cara das mães do novo milênio”. |                     |
|                   |                   |                       | Ducolax                                 |                     |
| Novembro          | 11                | “Sua opinião”.        |   | 2006 - 20           |
| Dezembro          | 12                | “Mensagem para 2007”. |   | 2006 – 21 e 22      |
|                   |                   | “Sua opinião”.        |   |                     |



Conforme dados divulgados pelo site da Editora<sup>3</sup>, a tiragem mensal da revista compreende 381.890 exemplares, as leitoras são mulheres a partir de vinte e cinco anos pertencentes às classes A e B e sua distribuição atinge todo o território nacional, com foco maior o estado de São Paulo.

Surgida na década de 1960, a *Revista Claudia* focava-se num público predominantemente constituído por mulheres, cujas atividades restringiam-se aos afazeres domésticos e aos cuidados familiares; desse modo, o seu conteúdo abordava assuntos pertinentes a essas esferas. Todavia, pouco tempo depois, suas reportagens adotaram um tom bastante inovador, trazendo diferentes temas que iam desde as pílulas anticoncepcionais a denúncias sociais.

Desde seu surgimento, *Cláudia* promete contribuir de forma eficaz na tomada de decisões de suas leitoras, assim, na primeira edição apresenta-se:

*Seja Bem-vinda,*

*Você tem em suas mãos o primeiro número de uma revista que pretende desempenhar um papel muito importante na sua vida futura!*

*CLAUDIA foi criada para servi-la. Foi criada para ajudá-la a enfrentar realisticamente os problemas de todos os dias. CLAUDIA lhe apresentará mensalmente idéias para a decoração de seu lar, receitas para deliciar a sua família, sugestões para mantê-la sempre elegante e atraente.*

*Mas o importante é a forma como isto será feito. Antes de mais nada, CLAUDIA deverá ser útil para você. Deverá tornar-se sua amiga íntima. E estará sempre às suas ordens para lhe proporcionar tôdas as informações e novidades que você espera há tanto tempo, numa só revista, simpática, completa e moderna.*

*Seja bem-vinda, pois, às páginas de CLAUDIA. Temos certeza de que ela será sua companheira fiel nos anos vindouros.(Revista Claudia. Ano 1, número 1. outubro de 1961)*

Em seu site na internet, há atualmente a seguinte apresentação:

*CLAUDIA é a revista que está ao lado da mulher para todos os seus desafios: dia-a-dia, família, carreira, beleza, moda, qualidade de vida. CLAUDIA é para a mulher de hoje, que olha o mundo, se reconhece e expressa essa atitude diante da vida. Tem a maior variedade de assuntos relevantes para a mulher moderna*

Dessa forma, a descrição da revista, tanto a da década de 1960 quanto a atual, exaltam a importância de a mulher ser protagonista na condução da própria história,

---

<sup>3</sup> Dados extraídos do site: [http://elle.abril.com.br/midia\\_kit/distribuicao\\_2.html](http://elle.abril.com.br/midia_kit/distribuicao_2.html). Acessado em 03/03/2007.

constituindo, assim, uma representação de confiabilidade e de cumplicidade. Afinal, a revista está ao lado das mulheres diante de toda e qualquer situação cotidiana – é a amiga de todas as horas – o que garante o alicerce fundamental ao contrato social, conforme Editorial da edição de janeiro de 2007:

[01]

*Em 2007, temos de ser ainda melhores. O esforço de superação precisa ser contínuo. Por nós mesmas, pela revista e, sobretudo, por você, nossa fiel companheira* (grifo nosso). (Revista *Claudia*, janeiro de 2007, p. 10) [Anexo 23]

Um elemento de fundamental importância para qualquer publicação voltada a um público mais específico, como é o caso de *Claudia*, diz respeito à imagem apresentada na capa. Desse modo, nas capas da revista sempre aparecem em destaque figuras femininas de expressão nacional, reconhecidas, principalmente devido à profissão que exercem – são modelos, atrizes, cantoras ou apresentadoras de televisão. É importante ressaltar que tal estratégia cumpre papel essencial na constituição do *ethos* do enunciador, afinal, a publicação, ao concretizar sua imagem por meio da presença de mulheres bem sucedidas, cria no imaginário coletivo dos enunciatários um paradigma de beleza, de atitude e de comportamento social a ser reproduzido. Desse modo, às mulheres – capas de *Claudia* – acabam sendo atribuídas representações endeusadas, cuja expressão máxima está em, a partir de fatos que lhes são pessoais e subjetivos, extrair uma “lição de vida” que possa ser generalizada, o que as aproxima da esfera do humano e, além de instigar aspirações e necessidades, permite a identificação de mulheres comuns e leitoras da publicação.

O rosto feminino é algo bastante valorizado nas capas da revista e as características de um semblante de alegria e bem-estar como o sorriso, os olhos, os cabelos e a pele são enfatizados, atribuindo à mulher um papel paradoxal de sujeito e de objeto. Nas capas do material que constitui o *corpus* de análise, notou-se a predominância de mulheres brancas, na faixa etária dos 25 aos 35 anos, muito bem produzidas, magras, sensuais, arrojadas e (aparentemente) felizes. Cabe salientar também o fato de que em nenhum dos exemplares utilizados neste trabalho há uma mulher negra ou com a aparência física superior aos trinta anos estampando a capa, o mesmo se pode observar com relação aos anúncios veiculados na revista. Assim, ao valorizar um biótipo específico, ignora-se a grande diversidade de que é formada a sociedade.

Nesse sentido, é bastante interessante considerar a retrospectiva apresentada pela própria revista na ocasião de seu 45º aniversário (edição de outubro de 2006) em que aspectos pertinentes ao comportamento social de suas enunciatárias e a forma de comunicação de seus enunciadores são confrontados de modo a evidenciar pontos de contato e de divergência em relação às quase cinco décadas de fundação da revista.



Capa da 1ª edição – outubro de 1961.



Capa da 45ª edição – outubro de 2006.

A primeira edição, de outubro de 1961, traz uma pintura em que a mulher é retratada de forma meiga e gentil em contato com a natureza. Cabe salientar que o pássaro que compõe a imagem aparece encarcerado em uma gaiola, podendo-se se fazer certa comparação à condição feminina da década de 1960. As manchetes em destaque: “Confissões de Sofia Loren”; “Moda côr-de-rosa”; “Uma novela de Somerset Maughan”; além das seções cozinha, beleza e decoração, pouco lembram as que hoje figuram nas capas da publicação.

Na edição de outubro de 2006, em uma reconstituição da primeira capa da revista, há a fotografia da atriz Paola Oliveira, em lugar de uma pintura em aquarela, e o pássaro, que na versão de 1961 foi representado dentro de uma gaiola, na edição do século XXI, surge numa versão *hi-tech* e livre, sinal da mudança dos tempos, o que, de certo modo, ainda contribui, dadas as devidas proporções, para a disseminação da concepção da mulher como dona de

casa feliz, apresentada nos primórdios da revista, a qual, na contemporaneidade, foram atribuídas outras características que lhe exigem, além da competência doméstica, um excelente desempenho pessoal, familiar e profissional. As manchetes apresentadas na capa também indicam a tônica da publicação na atualidade: “É festa! Amor, homens, família, liberdade profissional e financeira, transformações de beleza, anticoncepcionais e saúde, cartas de mãe para filha, entrevista com Arnaldo Jabor, viagem a Paris.”

Nessa mesma edição, há uma retrospectiva dos anúncios veiculados ao longo da história da revista, afinal, também pela forma como esses interagem com as leitoras é possível reconhecer e reconstruir as diferenças pelas quais as dinâmicas das relações sociais passaram nas últimas cinco décadas.

## DE DONA-DE-CASA A PROFISSIONAL DO MERCADO



● Nos anos 60, bom mesmo era cuidar da casa, como provam os anúncios que apresentam mulheres deslumbradas com a excelência da cozinha. A propaganda foi lenta para retratar a evolução profissional feminina: o primeiro anúncio explícito exibindo uma mulher com jeito de quem trabalhava fora é de 1990, quando já estávamos havia quase duas décadas pegando pesado no mercado. Note que o anúncio, o segundo a partir da esquerda, é todo em tons de rosa e a pose ainda é lânguida. Mesmo hoje, muitos têm um viés estereotipado: ou nos apresentam como mulheres-maravilha, que dão conta de tudo e vivem bem-arrumadas, ou abordam apenas uma das facetas.

## O FIM DO RECATO



● Da modelo quase escondida entre as rendas da camisola à pose insinuante da top Isabeli Fontana: em 45 anos de propaganda, a mulher passou do recato absoluto à posição de conquistadora. “Ela foi se tornando dona do próprio corpo”, avalia Suzanne Robell. “Isso tem a ver não só com a liberação sexual mas também com trabalhar e ganhar dinheiro.”

## QUANTO MAIS PRÁTICO, MELHOR



● A era em que a mulher se dedicava só à casa foi marcada pela praticidade zero: o grande valor estava em fazer tudo com amor. Tudo mesmo – de comprar o coco e cortá-lo em casa a ralar a polpa, para usar o fruto fresco no preparo do bolo. Nos anos 70, surgem na propaganda os primeiros facilitadores: alimentos pré-prontos, eletrodomésticos fabulosos. Finalmente (viva!), fica claro que o que interessa é poupar o tempo em tarefas básicas, como fazer café: os anúncios louvam a arte de “não ter feito nada” e, mesmo assim, o resultado estar disponível.

## O FASCÍNIO DAS CELEBRIDADES



● Famosos têm potencial para melhorar as vendas de qualquer produto, garantem os publicitários. De Hebe, nos anos 60, a Gisele Bündchen, nos anos 2000, a propaganda sempre soube explorar o poder de sedução das celebridades. Hoje destacam-se modelos e atletas. ◻

# BELÍSSIMAS!



Desde sempre as mulheres perseguem a beleza e a boa forma. Em quatro décadas e meia de propaganda, os anúncios se tornaram mais técnicos, com textos que explicam tintim por tintim os benefícios dos produtos, diferentes das peças dos anos 60, quando imperavam as promessas. Mas a vontade de ficar mais bela segue vigorosa.

As legendas que acompanham as imagens revelam a importância a qual o contexto adquire nas diversas formações discursivas, ou seja, na construção dos diferentes sentidos atribuídos aos textos, a partir de pressupostos como condições de produção, público alvo, intenção, entre outros, e que, no caso de *Claudia*, o discurso/texto do(s) autor(es)/enunciador(es) sempre esteve vinculado à busca pela criação de uma imagem por meio da qual as enunciatárias pudessem se identificar, ou seja, essa situação destaca que todo

discurso, para ser efetivo, deve considerar, além do contexto, a intencionalidade e, em muitos casos, o *ethos*<sup>4</sup> do(s) enunciatário(s).

## 1.2. A FEMINILIDADE E O NOME DA REVISTA

A escolha do nome da revista ocorreu de modo subjetivo, já que Claudia era o nome que Victor e Sylvana Civita, idealizadores do grupo Abril, pretendiam dar a uma filha, conforme se pode notar no histórico presente no site da Editora Abril, responsável pela edição da revista:

*Claudia, a revista que a Abril lançou em 1961 com o nome que Victor e Sylvana Civita queriam dar a uma filha, focalizava a mulher no território da casa. A leitora-padrão que a gente tinha em mente naquele tempo, até o seu Victor brincava muito, era a dona Mariazinha de Botucatu, uma senhora interessada em casa, marido e filhos, lembra Thomaz Souto Corrêa, vice-presidente da Abril, ex-redator-chefe e, mais tarde, diretor da revista. O mundo doméstico ganhara um brilho novo no momento em que chegavam ao mercado geladeiras, televisores, sabões que lavavam mais branco e chocolates solúveis. Em 1965, uma carta enviada à redação por uma obscura psicóloga de Niterói chamada Carmen da Silva dava uma notícia inquietante sobre as jovens donas-de-casa: elas estavam explodindo de angústia e frustração. Carmen queria falar sobre isso e lançou a seção A Arte de Ser Mulher, que tornou Claudia um dos espaços mais arejados do feminismo, ao denunciar a rede ora ostensiva ora invisível da submissão. Para manter sua liderança no setor, Claudia teria de fazer sucessivas adaptações. Era a revista de uma mulher casada e santa, e nos anos 90 esse não era mais o sonho de ninguém, diz a diretora de redação, Célia Pardi.*<sup>5</sup>

Desse modo, está na gênese da revista a conceituação de feminismo, que a partir de sua concepção, parte do pressuposto de que feminismo é uma forma de denúncia às insatisfações e repressões contra a autonomia e a condição de subserviência da mulher em relação ao cotidiano doméstico e todas as suas implicações (cuidar dos filhos, zelar pelo bem-estar do marido, entre outros).

---

<sup>4</sup> Fundamentando-se nos estudos de Ruth Amossi (2005), podemos conceber o *ethos* como sendo uma representação da imagem do enunciatário que se constrói a partir da conjunção de elementos inerentes a sua pessoa, tais como seu sistema de valores, “seu estilo, sua competência lingüística” entre outros elementos que possam ser evidenciados por meio de seu discurso e não corresponde, necessariamente, à sua pessoa real. De acordo com Amossi (2005), “Os antigos designavam pelo termo *ethos* a construção de uma imagem de si destinada a garantir o sucesso do empreendimento oratório”. Desse modo, a construção do *ethos* do enunciatário, sobretudo em nosso *corpus* de análise, é fundamental para o estabelecimento de uma relação de confiabilidade no ato comunicativo, em que o enunciatário deve sentir segurança e credibilidade não só por meio do discurso, mas também por meio da imagem daquele com quem decide constituir um ato dialógico.

<sup>5</sup><http://www.abril.com.br/institucional/50anos/femininas.html> - Acessado em 17/03/2007

De acordo com Norma Telles (2001:403),

*O discurso sobre a natureza feminina que se formulou a partir do século XVIII e se impôs à sociedade burguesa em ascensão, definiu a mulher, quando maternal e delicada, como força do bem, mas quando usurpadora de atividades que não lhe eram culturalmente atribuídas, como potência do mal. **Esse discurso que naturalizou o feminino, colocou-o além ou aquém da cultura** (grifo nosso). Por esse mesmo caminho, a criação foi definida com prerrogativa dos homens, cabendo às mulheres apenas a reprodução da espécie e sua nutrição. [...] À mulher é negada a autonomia, a subjetividade necessária à criação. O que lhe cabe é a encarnação mítica dos extremos da alteridade, do misterioso e intransigente outro, confrontando com veneração e temor. O que lhe cabe é uma vida de sacrifícios e servidão, uma vida sem história própria. Demônio ou bruxa, anjo ou fada ela é a mediadora entre o artista e o desconhecido, instruindo-o em degradação ou exalando pureza. É musa ou criatura, nunca criadora.*

Sob essa perspectiva, pode-se considerar que a constituição do *ethos* feminino, desde seus primórdios, fundamenta-se na descrição da mulher como um ser fragilizado, belo, submisso e de natureza pura, o que evidencia a influência dos preceitos judaico-cristãos. Observa-se, entretanto, que tais características não se aplicam de forma integral, o que denota a dualidade do comportamento feminino. Assim, as mulheres cujo comportamento não se enquadrasse em tal paradigma eram consideradas impuras, feitoras do mal, ou seja, havia uma concepção fortemente maniqueísta da figura feminina.

A visão de que a mulher deveria, a partir de uma visão social estereotipada, servir aos interesses do lar foi perpetuada por muito tempo e orientou a argumentação da *Revista Claudia* no início de sua história. Assim, compunham algumas de suas seções artigos cujo conteúdo versava sobre como salvar o casamento ou como educar os filhos. Nesse contexto, o modelo familiar ideal era o patriarcal, no qual o homem tinha como função socialmente atribuída prover o lar, enquanto a mulher caracterizava-se pelos atributos tradicionais femininos como os afazeres domésticos e o zelo à família e dos paradigmas intrínsecos a sua feminilidade – a maternidade, a inocência, o carinho e a submissão consentida, pois aquelas que não seguissem tais preceitos eram estigmatizadas como incapazes de ser e fazer um homem feliz, uma vez que o casamento era o objetivo maior das jovens e a oportunidade de exercício pleno de sua feminilidade – passavam a ser as rainhas do lar.

Nota-se, contudo, que algumas dessas preocupações ainda fazem parte do cotidiano da mulher contemporânea. Entretanto, a forma de abordagem e de discussão já não diz respeito a uma mulher cuja única função é a de prover sentimentalmente o lar. Tal prática evidencia, mais uma vez, que para se fazer persuasivo, o discurso deve atender a algumas



prerrogativas, como, por exemplo, a adequação ao contexto histórico-social e o reconhecimento do enunciatário.

Outro aspecto relevante no que concerne à constituição da feminilidade<sup>6</sup> na *Revista Claudia* é o seu slogan – “Independente, sem deixar de ser mulher”. Como se pode observar tanto em função do contexto histórico em que foi fundada quanto por seu lema, pregado desde sua criação, depreende-se que de um lado, ser “independente” relaciona-se ao fato de que as mulheres devem buscar seu espaço de representação e de sua satisfação pessoal junto ao mercado de trabalho e também como uma forma de auxiliar no provimento do lar. Por outro lado, o fato de ter a sua esfera de atuação ampliada para além dos limites do próprio lar, aparentemente, poderia constituir um entrave para a realização plena da feminilidade – ser mãe, preocupar-se com a relação conjugal – Assim, o enunciador de *Claudia* promove, por meio de seu discurso, parâmetros (subdivididos em seções temáticas) que respaldam o enunciatário em sua vida cotidiana na qual deve desempenhar múltiplos papéis sociais.

### 1.3. ARTIGO DE OPINIÃO

Cabe ressaltar que, embora na revista os textos da seção escolhida para a análise sejam classificados pelos próprios autores como reportagens, pensamos que tal conceito é utilizado de forma abrangente, pois a revista por sua própria estrutura textual e ideológica, pouco se aproxima da objetividade e imparcialidade, dado que a composição de todos os textos ocorre de forma híbrida.

As enunciatórias dos artigos da *Revista Claudia* interessam-se por assuntos de relevância social e pessoal. Assim, os artigos abordam desde questões sobre o relacionamento no ambiente de trabalho, passando por questões de estética corporal, moda e assuntos relacionados à representação da feminilidade e da espiritualidade – tema de nosso trabalho.

Pode-se entender que os artigos de opinião são gêneros textuais em que são discutidos temas relevantes à sociedade apoiados na argumentação, de forma que o

---

<sup>6</sup> Feminilidade s.f 1 qualidade ou caráter de mulher, atitude feminina, feminidade <usa sua f. como arma> 2 p.met. o conjunto das mulheres <era a representante da f.brasileira> 3 p. met o sexo feminine Etimol feminil+i+dade, ver femin. (*Dicionário Houaiss da língua portuguesa*:1324)

enunciatório interage com o enunciador revelando a sua maneira particular de ver e de se posicionar diante do mundo.

De modo geral, o enunciador de um artigo de opinião é alguém que goza de certo prestígio social (um especialista na área ou membro de instituições socialmente reconhecidas) o que confere ao discurso autoridade e afiançamento. Em virtude disso, o enunciador procura construir um *ethos* apoiado na autoridade, na razão e lógica como forma de garantir a interação e a adesão dos enunciatários.

Assim, o discurso veiculado por meio dos artigos de opinião permite que haja uma relação de alteridade em que o enunciatário pode compreender a perspectiva do enunciador, aderindo ou não às idéias estabelecidas pelo discurso deste, o que possibilita aos enunciatários constituírem-se como sujeitos de sua própria história.

O contexto é parte fundamental à construção do sentido de qualquer texto, assim, consideram-se os enunciatários, as condições de produção do sentido, o controle interacional e o suporte material em que o discurso será veiculado. Não podemos esquecer que tais conceitos de argumentação são respaldados pela Retórica como estratégia argumentativa, pois na verdade essas concepções de estrutura textual e argumentação, não passam de um ledão engano. Se pensarmos que a língua está cerceada pela história, tudo o que pensamos já passou por um crivo ideológico, portanto, a opinião está diretamente ligada à concepção da doxa<sup>7</sup>, do mundo sensível, nas representações sociais aprovadas pelo imaginário coletivo.

#### **1.4. AS SEÇÕES DA REVISTA CLAUDIA**

Como característica comum às revistas destinadas ao público feminino, *Claudia* apresenta um discurso didático, por vezes moralizador, como numa espécie de manual de conduta social da mulher contemporânea. O que pode ser claramente verificado em diferentes reportagens de capa ou inseridas em algumas das seções fixas da revista, tais como na edição de dezembro de 2005 que traz um artigo cujo título é: “7 passos para se tornar uma mãe autoconfiante e sem culpa” e “Os dez mandamentos do homem casado” que compõe a seção *Amor e Sexo* da edição de outubro de 2005.

---

<sup>7</sup> *doxa* - sistema de valores compartilhados por determinados grupos sociais.

Nesse cenário, a mulher é vista de maneira idealizada e estereotipada, sendo que a única diferença, objetivamente estabelecida, entre elas é o potencial de consumo. Desse modo, a revista apresenta as seguintes seções:

A seguir apresentamos alguns exemplos das seções da revista extraídos do *corpus* (as definições que acompanham as imagens foram extraídas do site da revista na internet<sup>8</sup>):

## MODA

*Para a leitora que é atendida com a moda e que busca praticidade e conforto.*



Revista Claudia, 12/2005, p. 86

<sup>8</sup> Dados extraídos do site: [http://elle.abril.com.br/midia\\_kit/claudia/emtodasasedicoes\\_2.html](http://elle.abril.com.br/midia_kit/claudia/emtodasasedicoes_2.html). Acessado em 03/03/2007.

Nessa seção são apresentadas tendências de moda selecionadas por editoras especializadas e subdivide-se em quatro itens fixos: “Vitrine de Acessórios”, “Na Última Moda”, “Esta Moda Vai Durar”, “A Escolha da Editora” e “Pesquisa de Mercado”. É importante perceber que em decorrência das roupas e acessórios apresentados, fica nítido a que público a revista pretende atingir – mulheres magras e de classe média alta.

## ATUALIDADE E GENTE

*Para a leitora que quer estar antenada com todos os assuntos, não apenas com a própria vida, mas com tudo que acontece ao seu redor.*

**Mulheres que fazem a diferença**  
PATRICIA NEGRÃO

**Eli Tosta**  
Artista plástica cria sofisticados brindes com artesanato brasileiro  
Ela capacita comunidades carentes, imprime seu estilo às peças e gera renda para centenas de pessoas ao vender os produtos a grandes empresas do país

**M**ato-grossense formada em artes plásticas na Itália e na Áustria, Eli Tosta já percorreu todo o Brasil. Foi ao retornar de uma temporada de sete anos de estudos na Europa que pela primeira vez ela adentrou a Amazônia, interessada em pesquisar tradições indígenas e pigmentos naturais, pedras e sementes – que passou a utilizar em seus quadros. Tempo depois, em um projeto audacioso, ela retornou à floresta com uma nova missão: capacitar os artesãos que havia conhecido durante sua coleta de materiais. “Eu via tantas pessoas talentosas criando coisas lindas sem quaisquer recursos e ficava pensando como esses produtos poderiam gerar renda para elas”, recorda. A solução veio há seis anos, quando Eli fundou o Ateliê Brasil, em São Paulo, para criar brindes corporativos e fazer o elo entre as comunidades carentes e o setor empresarial.

Hoje, o Ateliê Brasil trabalha com mais de 200 grupos de artesãos, espalhados de norte a sul do país. Tem clientes como Visa, Petrobras, Real Seguro e Fundação Alphaville e oferece inúmeras opções de brindes para

todo tipo de comemoração ou evento. “Quando recebo encomendas, entro em contato com as comunidades e chegamos a um valor que satisfaça a elas e a mim”, explica. “Eu não interfiro no conhecimento e na cultura de cada região. Meu trabalho é agregar valor de design ao artesanato para ter um produto social chique e elegante.”

Basta bater seus olhos grandes e negros em uma peça que idéias vão surgindo na imaginação da artista. A toalha de renda feita por mulheres do Ceará, por exemplo, é transformada em envelope para o convite de um evento. O luxuoso enfeite cartões personalizados. Peças de cerâmica ganham o traço da artista e compõem cestas de Natal. “Em um único brinde, chego a usar objetos feitos por até cinco, seis comunidades”, enfatiza ela com sua voz afinada – na juventude, abandonou uma promissora carreira de cantora para se dedicar às artes. De estilo exótico, Eli não abre mão de seus colares, pulseiras, brincos e perfume nem quando passa dias trabalhando nos vilarejos rústicos ou nas aldeias no meio da floresta ou do sertão. “As mulheres vivem dizendo que adoram o meu cheiro”, conta, rindo, a artista, de 41 anos, casada e mãe de duas filhas.

As telas de Eli já lhe renderam diversas homenagens nacionais e internacionais, entre as quais o prêmio Valores da América, em Boston, nos Estados Unidos, e o prêmio da academia de Arts, Sciences, Lettres, em Paris. Agora é seu trabalho como empresária social que começa a ser reconhecido. No ano passado, a artista recebeu o Prêmio Benchmarking Ambiental Brasileiro, iniciativa privada que, há quatro anos, prestigia empresas incentivadoras de projetos sociais e ambientais. o

Foto: Divulgação/Ateliê Brasil

ELI NO ATELÊ BRASIL, EM SÃO PAULO



Nessa seção, são apresentadas mulheres que gozam de certo prestígio em função da posição social que ocupam. São apresentadas autoras de *best-sellers* – geralmente relacionados à esfera da auto-ajuda –, líderes políticas que desempenham trabalhos de relevância social e, obviamente, mulheres expoentes do mundo midiático.

## BELEZA E SAÚDE

*Ajuda a leitora a conhecer os melhores recursos em tratamento de beleza. Como ter uma boa nutrição, como manter um estilo de vida mais saudável e sentir-se bem emocionalmente.*

Saúde e nutrição  
ESTELA G. STIZIA



### A tentação dos light

O que é vantagem é o que é pura cilada

Margarinas, iogurtes, sucos e muitos outros produtos tornam-se mais "magros" a cada dia. Mas, antes de encher o carrinho com as últimas novidades, é preciso avaliar até que ponto elas ajudam mesmo você a emagrecer

**P**OR ANO, chegam em média 130 novos produtos com os rótulos diet ou light às prateleiras dos supermercados. Diante de tanta oferta, não é fácil resistir à tentação de dar preferência a alimentos que prometem uma vida mais saudável e um corpo enxuto. De fato, uma pesquisa feita no ano passado pela Associação Brasileira da Indústria de Alimentos Dietéticos e para Fins Especiais (Abiad) mostrou que a procura por tais alimentos cresceu 370% nos últimos dez anos e que eles respondem hoje por 12% das vendas em supermercados.

Outra pesquisa realizada também no ano passado pela Abiad e pelo Instituto Brasileiro de Educação para o Consumo de Alimentos e Comportamentos (Ibec), com 720 pessoas, revelou que a confusão entre os termos diet e light ainda é grande: quase 50% dos entrevistados não sabiam a diferença entre uma coisa e outra. A desinformação tem levado ao consumo equivocado tanto aqueles que querem emagrecer quanto os que têm problemas de saúde e estão sujeitos a restrições nutricionais. Então vamos lá. Segundo a Anvisa, os produtos diet sofrem a substituição de um dos seus componentes (açúcar ou sódio, por exemplo) e são indicados a pessoas com alguma disfunção

16 CLAUDIA MAIO 2005

Ciente de que a beleza externa deve estar em consonância com a saúde, a seção apresenta desde tendências para cortes de cabelo até receitas para orientar àquelas que desejam emagrecer sem perder a qualidade de vida. Há, também, a apresentação de “dicas” para que as leitoras possam realizar o auto-embelezamento a partir da utilização de ingredientes naturais e caseiros.

## CARREIRA E DINHEIRO

*Para a leitora que busca sucesso, independência financeira, que sonha em ter uma postura atuante na sociedade. Busca o equilíbrio entre a vida profissional e a familiar.*

Trabalhar com prazer  
MIRIAM SCAVONE



**Eu amo meu trabalho**  
Se está cada vez mais difícil dizer essa frase de boca cheia, é hora de dar uma agitada na sua vida profissional – o que não significa mudança de emprego

**C**ALMA LÁ! Ninguém é um exemplo típico de profissional insatisfeito só porque às vezes sente vontade de largar tudo o que faz e fugir para uma praia, uma casa no campo, qualquer lugar, desde que muito distante do escritório. Mas, quando esse tipo de sentimento se torna regra, é inútil fingir que as coisas vão bem e simplesmente tocar o barco em nome da sobrevivência. “Passar um tempo do dia com a sensação de estar cumprindo uma pena é perda de tempo, de energia e, principalmente, de saúde”, garante a psicóloga Ana Maria Rossi, presidente da International Stress Management Association no Brasil, entidade que estuda as causas e as consequências do stress.

E qual seria a solução? Abandonar tudo e viver feliz sem um centavo no bolso até encontrar o emprego dos sonhos? Não, principalmente porque seu emprego – esse mesmo, que parece tão chato e incapaz de motivá-la – merece uma chance. Talvez a chave esteja lá, escondidinha, esperando para ser encontrada. Essa

tese é defendida enfaticamente pelas americanas Beverly Kaye e Sharon Jordan-Evans, no livro *EU AMO MEU TRABALHO – COMO FAZER ISSO SER VERDADE (ELSEYTER)*. Mas concordam que a felicidade profissional começa com a escolha certa da área para atuar, baseada em seus gostos pessoais. Mas, a partir daí, entram em jogo outros fatores decisivos, como criatividade e autoconhecimento. A primeira pergunta a fazer é: “O que consegue disparar seu coração no trabalho?” Nem sempre a resposta está rela-

116 CLAUDIA MATO 2005

Revista Claudia, 05/2005, p 116

Essa seção, embora não seja recorrente a todas as edições, apresenta artigos que versam sobre problemas e perspectivas sobre o mercado de trabalho, atualmente bastante ocupado por mulheres. Uma estratégia utilizada para garantir o aprofundamento e a

identificação dos enunciatórios consiste em trazer relatos de experiência de sucesso e de superação de entraves.

## AMOR, SEXO E CASAMENTO

*Para a leitora que quer casar, constituir uma família, construir e cuidar da relação.*



**AMOR**  
INVASÃO DE PRIVACIDADE NO

BEMVINDA À ERA DO CIBERCIÚME  
Com a ajuda da tecnologia, a espionagem amorosa ganha proporções assustadoras, derrubando as barreiras da ética e da moral PAULA TAITELBAUM

Você já parou para contar quantas amigas suas mexeram um dia no celular do namorado para ver se encontravam ligações ou mensagens suspeitas? Reparou como é comum encontrar mulheres que, pelo menos uma vez, entraram na caixa postal do marido a fim de conferir se existia algum e-mail *caliente* endereçado a outra mulher? E sabia que tem uma comunidade no Orkut chamada “Quem é essa vaca na página dele?”, cujo número de membros soma mais de 61 mil mulheres? Pois é... bem-vinda à era do ciber-ciúme. Onde invadir a privacidade alheia é fácil, rápido e, por que não dizer, discreto. Você não

JANEIRO 2006 CLAUDIA 139

Com o intuito de tratar de questões pertinentes à rotina amorosa de seus enunciatários, são abordados temas como ciúme, traição e a importância da criatividade e da compreensão do outro para a fluência positiva dos relacionamentos.

### RELACIONAMENTO E FAMÍLIA

*Para a leitora que é gregária, profundamente ligada à família, independente de ser solteira ou casada. Precisa que todos estejam ao seu lado, inclusive os amigos que considera parte de sua família.*

**Dilema mãe**



**Ele está viciado em pornografia na internet**

Descobri que meu filho, de 14 anos, acessa sites eróticos diariamente. Será só coisa da idade ou devo me preocupar?

**A**s crianças que crescem habituadas a falar com naturalidade sobre vários temas, inclusive sexo, dificilmente vêem graça em transgressões como a pornografia. Ao que parece, seu filho está querendo simplesmente chocar a família, o que só faz sentido num quadro de repressão. Em última análise, trata-se de uma forma de exibir as próprias angústias e abrir uma brecha. E, como pais, vocês têm o dever de ajudá-lo nessa abertura, de permitir que ele conheça a vida tal como é, sem superprotegê-lo. A criança que ouviu muitos não e poucas explicações se torna um perigo para si mesma no futuro. Ao entrar na adolescência, dentro de um corpo quase adulto, sente-se confusa e no mesmo tempo deslumbrada com as novas descobertas. Ficou louca para se lançar em aventuras inéditas e, quase sempre, perigosas ou inadequadas. Mas não se iluda: da puberdade em diante, a família perde gradativamente o controle da situação. O relacionamento do jovem com a própria sexualidade, por exemplo, está diretamente ligado à forma como o assunto foi tratado pelos pais ao longo da infância. É público e notório que a curiosidade pelo tema se manifesta cada vez mais cedo: os pequenos estão expostos a um verdadeiro bombardeio de apelos eróticos. Quanto mais repressão houver nesse aprendizado inicial, mais atraídos por ele serão quando crescerem. A boa notícia é que o quadro é muito comum e pode ser revertido. Esqueça os sermões, não é por aí. Afinal, a adolescência é uma fase instigante em que o jovem busca novas experiências, quer desafios. Até certo ponto, tal comportamento é positivo, mas poucos jovens têm a capacidade de avaliar riscos, habilidade que só se adquire com a prática, refletindo com base em fatos concretos. Para poder orientar o seu filho, seja mais acessível, mostre que está disposta a escutar as razões dele e, dessa forma, faça com que o "rebelde sem causa" baixe a guarda também. Só não espere resultados imediatos, o processo costuma ser demorado. Ele pode questioná-la, pedir uma sugestão ou, apenas, se dispor a ouvi-la, o que já é um bom começo. Seu filho precisa perceber que se trata de uma conversa de igual para igual. Há casos, no entanto, que demandam outro tipo de intervenção. Se o jovem está acessando sites pornográficos com frequência e, por outro lado, deixou de sair e de conversar com outros adolescentes, porque passa praticamente o dia todo conectado à internet, tudo indica que ele já se fechou no mundo virtual. Carotou excessivamente inibidos neles, criando uma realidade paralela por medo de se relacionar, e essa disfunção psíquica requer tratamento terapêutico.

DR. CARLOS RIBEIRO, PSICANALISTA COM ESPECIALIZAÇÃO EM TERAPIA FAMILIAR, PELA SOCIEDADE BRASILEIRA DE ESTUDOS DA SEXUALIDADE HUMANA (SBSEH) E DO INSTITUTO DE PSICOLOGIA DA USP



Sendo voltada para mulheres que desempenham uma função profissional fora do lar, a Revista *Claudia*, por meio dessa seção, propõem-se a discutir de que maneira essa mulher tão atribulada pode lidar com as exigências que as obrigações maternas e conjugais exigem-lhe cotidianamente, oferecendo-lhes “algumas dicas” de como proceder em situações potencialmente críticas.

## CASA, COMIDA E CONSUMO

*Para a leitora que valoriza ter uma casa bonita, prática, confortável e aconchegante. Ela quer ter o prazer de morar bem, sem complicações, sem muito trabalho.*



Como o próprio nome sugere, não há uma temática regular a essa seção. Em algumas edições são apresentadas algumas sugestões sobre como modificar ambientes, receitas culinárias e a indicação de locais para a aquisição objetos que vão desde utensílios domésticos a obras de arte.

## PSICOLOGIA, EMOÇÃO E ESPIRITUALIDADE

*Para a leitora que busca desenvolver seu lado espiritual, o equilíbrio emocional, a solidariedade e a felicidade.*

Debem com a vida  
DEBORAH DE PAULA SOUZA



**DIGA NÃO  
AS CRENÇAS  
NEGATIVAS**

A dona dos seus pensamentos é você e não o contrário. Balance o comando. Livre-se daquelas ideias que são um atraso de vida e libere o caminho para a criatividade e a confiança.

**A**S CRENÇAS têm origem em informações que recebemos da família e da sociedade, desde a infância, e que são reforçadas pela cultura. Sem que a gente perceba, elas acabam se fixando no nosso subconsciente como se fossem verdadeiras

inquestionáveis. Em alguns casos, isso não é problema. Pelo contrário, as observações se tornam convicções positivas e fortalecedoras. Quem sempre ouviu a frase "Essa menina vai longe", por exemplo, passa a apostar em si mesma intimamente. Mas, as

vezes, as informações nascem de notícias ou preocupações e se transformam em crenças negativas, que se lutam nossa felicidade. Chavões como "os homens são todos iguais" ou ideias como "nunca vou saber ganhar dinheiro" só atrasam a vida.

REVISTA CLAUDIA, JANEIRO 2006

Essa seção apresenta a discussão de temas que dizem respeito ao universo emocional de suas enunciatárias. A partir da proposta da revista, essa seção adquire relevância por tratar de valores subjetivos e independentes do poder aquisitivo. Questões essenciais, pouco discutidas e refletidas no dia-a-dia como a importância de valores como a dignidade, a solidariedade, o perdão e o altruísmo são colocados em debate. Vale ressaltar que os artigos que compõem essa seção apresentam-se sob diferentes títulos, vezes como De bem com a vida – em que são apresentados textos cuja influência ocorre no âmbito das dinâmicas das relações sociais, outras como Bem-Estar – cujos textos referem-se à auto-ajuda, ou seja, dizem respeito ao universo individual das leitoras.

A diversidade de assuntos tratados nas seções e as sugestões de consumo e viagens, permitem constatar que o enunciatário da revista é diversificado e financeiramente estável, podendo usufruir benesses como viajar ao exterior ou consumir produtos de marcas conceituadas, por exemplo. Além disso, é evidente a inquietação frente às questões como a vida profissional, a estética, e uma preocupação voltada para o equilíbrio espiritual e psicológico.

Sabendo que a capa da revista constitui um forte elemento de persuasão, por ser o primeiro contato com enunciatário, a *Revista Claudia*, apoiada no *slogan* “Independente, sem deixar de ser mulher” traz em suas capas temas que serão abordados em algumas reportagens e seções, além de mulheres aparentemente bem-sucedidas, independentes e, sobretudo, femininas. A revista é distribuída mensalmente e oferece nas edições especiais algumas sugestões de decorações, presentes, receitas de deliciosos pratos em datas como, natal, dia das mães, dos namorados e de aniversário da revista, já esperadas por suas leitoras.

## **ANÁLISE DO DISCURSO COMO FUNDAMENTO PARA O ESTUDO DO DISCURSO DA REVISTA CLAUDIA**

### **2.1 A ANÁLISE DO DISCURSO E SEU CARÁTER TRANSDISCIPLINAR**

Segundo Dominique Maingueneau (2005), foi de grande importância a contribuição que os formalistas russos deram no campo dos estudos lingüísticos e que, posteriormente, será denominado de discurso. O trabalho com o texto como encadeamentos transfrásticos é superado com os estruturalistas que objetivaram o estudo do texto em sua estrutura, porém, essa forma de estudo se torna falha porque estuda o texto por ele mesmo, sem levar em conta os fatores da exterioridade que acabam interferindo no processo de significação.

Nosso trabalho tem como fundamentação teórica os princípios da Análise de Discurso francesa, que segundo Eni Orlandi (1999) parte de “uma relação necessária entre o dizer e as condições de produção desse dizer”, ou seja, os elementos da exterioridade são fundamentais no processo de produção.

Originada nos anos 60 em um período de grande avanço científico, na base do estruturalismo, no entrelaçar da lingüística, do marxismo e da psicanálise origina-se uma nova visão sobre a “escritura”.

A princípio, a Análise do Discurso esteve inserida no meio social e no lingüístico, seu estudo proliferou-se a outras áreas do conhecimento, surgiu então, a preocupação de limitar o seu campo de pesquisa e passou analisar como amostra, discursos políticos de esquerda e textos impressos. Novamente veio a precisão de especificar a sua atenção nos estudos da linguagem como formação lingüística e ideológica, que se revela por meio de uma competência sócio-ideológica.

Urgiu a necessidade de um esboço teórico que unisse o cenário lingüístico ao sócio-histórico, pois esses conceitos tornaram-se o pilar da análise do discurso. Assim, do

imbricamento entre o conceito de ideologia dado por Louis Althusser (1974) e que diz a respeito aos Aparelhos Ideológicos de Estado, e o trabalho desenvolvido por Michel Foucault (2004), que trata do discurso, instaurou-se, dessa forma, um novo paradigma do papel da linguagem na análise do discurso.

A Análise do Discurso tem como princípio nos dias de hoje o interesse no estudo sobre o “texto”, analisado como discurso, que fornece elementos linguísticos da prática histórico/social do sujeito.

### **2.1.1 TEXTO E DISCURSO**

O estudo realizado por Paul Lardet (1992) relata que algumas disciplinas da língua e do discurso como a Gramática, a Retórica, a Filologia e a Tradução contribuíram de modo significativo para a visão de texto como fonte de reflexão, como unidade de sentido. Para a Análise do Discurso que daqui para frente será nomeada por Análise do Discurso, o texto é o objeto concreto em que a língua se materializa por meio do discurso, estando sujeita ao equívoco por estar inscrita na história e, por esse motivo, o texto poder ser elemento de análise científica. Para AD, o texto não é um fim em si mesmo, ele é uma peça de linguagem em processo. Tratando-se de objeto para análise, não é do texto que se ocupará o analista, mas sobre o discurso, porque, no âmago do processo discursivo, o texto significa, deixa de ser uno e abre o leque para múltiplas vozes ecoarem, dando-lhe uma dimensão significativa. Assim, de acordo com a concepção de D.Maingueneau (2002:141)

*O texto pode ser objeto de modos de difusão muito variados e não se poderia colocar uma exterioridade entre esse aspecto e seu próprio conteúdo. A própria rede institucional desenha uma rede de difusão, as características de um público, indissociáveis do estatuto semântico que o discurso se atribui. Trata-se de práticas freqüentemente mal conhecidas, pouco estudadas, ou que, quando o são, nunca são postas em relação com o dito e o dizer dos discursos concernidos.*

*O modo de difusão vai de mão dadas com o modo de consumo do discurso, isto é, com o que se “faz” dos textos, como eles são lidos, manipulados...*

Sob o ponto de vista analítico, o texto pode ser analisado como princípio de significação que possibilita avaliar a linguagem em sua totalidade, pois pressupõe que seu corpo apresente uma unidade progressiva. Já o discurso, é o efeito de sentido produzido entre enunciador e enunciatário e pode ser analisado sob um aspecto metodológico e teórico.

Colocando-se em relação texto e discurso, o texto assume uma dimensão de significação, expandindo-se de um conjunto de objetos simbólicos para outras possibilidades de leituras. Assim, o discurso está sujeito a falhas e a constantes mudanças por estar diretamente inscrito na história, e as condições de produção atreladas à memória, em que a ideologia interfere.

Tomamos como eixo para o estudo do texto a concepção de E.Orlandi (1999) que diz que as palavras não significam em si, mas é o texto que significa por sua textualidade que se concretiza por meio do discurso, visto como um objeto lingüístico-histórico.

O texto exige por ele mesmo uma estrutura lingüística atrelada a uma outra social, necessária à textualidade, que é histórica, para que ganhe sentido, tal como foi definido por E. Orlandi (2004:58): *Os dados não têm memória, são os fatos que nos conduzem à memória lingüística. Nos fatos temos a historicidade.*

Frente a essas considerações, podemos observar que o texto assume um conjunto de relações significativas, individualizadas dentro de uma unidade discursiva. Por outro lado, o discurso é formado com a abrangência de um texto em seu contexto, regidos por suas condições de produção e de recepção.

[02]

*Dizem que Deus escreve certo por linhas tortas. Será?  
A escrita divina parece seguir um traçado curvilíneo. Afinal, tudo no universo se movimenta em círculos: da órbita terrestre às estações do ano. As civilizações antigas sabiam disso, organizavam todas as suas atividades baseando-se nos ciclos do Sol, da Lua e do planeta. Mas a sociedade moderna se afastou da natureza e nós, mulheres, mesmo tendo registro de menstruação no corpo, perdemos a conexão com o fator cíclico.( Revista Claudia, outubro de 2006, 236.) [Anexo 15]*

A partir desse recorte, podemos depreender que um texto pode ser produzido por vários enunciadores em diferentes situações. Os sujeitos envolvidos nesse processo podem fazer uso de palavras já mencionadas em outros discursos por outros enunciadores, prática denominada de heterogeneidade. Tal aspecto caracteriza-se por apresentar alguns traços peculiares e definidores de seu conteúdo, diferenciando-se em relação ao imaginário coletivo

e às diferentes representações sociolinguísticas e à atuação dos sujeitos frente ao processo comunicativo que se concretiza de modo polissêmico.

Dado o fato da dispersão dos sentidos que o sujeito possa atribuir ao discurso, a proposta da AD é remeter o texto ao discurso, pois este é o lugar da representação significativa da linguagem e também o espaço significante. Na ótica da AD, o texto é o foco de interpretação e a grande tarefa é saber como o sentido é produzido e interpretado.

Todo discurso é produzido numa situação específica e envolve aspectos como: com quem se está falando, com que finalidade e em que momento está sendo proferido. Esses elementos são importantes para perceber como são disseminadas as informações, que geram notícias na imprensa escrita, bem como, a possibilidade de utilizá-las para provocar a identificação do enunciatário.

O discurso é uma organização situada para além da frase, pois envolve as inúmeras possibilidades de interpretação sujeita a equívocos e falhas, porém o texto não precisa tomar uma dimensão maior que uma frase, mas, precisa ter uma unidade significativa completa, pois, como unidades transfrásticas, são regidos por uma classificação de gêneros em que incidem regras sobre a dimensão do enunciado.

Todo discurso é orientado e criado com um propósito, porque se destina a um lugar para um determinado enunciatário. Mas, no decorrer de sua trajetória pode se desviar e ganhar um outro sentido modificando, assim, seu objetivo primeiro, cabe ao enunciador o domínio desse direcionamento, a fim de que ele consiga a adesão em função das reações do outro.

Os atos discursivos em uma proporção mais complexa, na forma de discurso, enquadram-se a um determinado gênero, a fim de obter a mudança e um posicionamento de seu enunciatário, assim podemos concluir que o discurso é uma forma de ação, que sucede uma reação sobre o outro a um determinado posicionamento.

Não dissociada do ato de fala, está a interatividade. Muitas vezes, somos levados a encará-la de maneira simples, mas pensar nesse conceito é imaginar um diálogo submetido a um sistema de regras linguísticas, em que cada enunciador coordena sua enunciação em função da atitude do outro. Mas, mesmo em situações em que a interação parece estar distante aos nossos olhos, ainda assim, concretiza-se por meio do discurso, que por natureza é dialógico, à medida que intervêm outros discursos quando está sendo proferido.

Todo discurso é assumido por um “Eu”, em tempo, espaço e contexto definidos que sofre, ao mesmo tempo, uma modalização em relação àquilo que se diz a seu enunciatário. A subjetividade que o discurso pode refletir é um dos elementos da análise do discurso que,

como todo ato social, também é regido por normas particulares em que ao se concretizar, o faz justamente dentro daquilo que lhe é estabelecido.

É de suma importância evidenciar que o discurso ganha sentido à medida que interage com outros discursos, entrelaçando-se a diferentes gêneros e formando uma rica e complexa tessitura de significados. Contemplado dessa maneira, o discurso não se limita ao estudo do texto, mas reconhece que o ato da linguagem está nas entrelinhas dos enunciados.

Convém ressaltar que os discursos se estendem sobre um determinado espaço institucional, e que a mudança de um discurso ao outro gera uma modificação no comportamento dos grupos que os produzem, ou seja, os sujeitos e os discursos fundem-se numa mesma enunciação. Dessa forma, o discurso criado dentro de um sistema de restrição sofre influências no seu modo de produção e de recepção, essa distinção foi comentada por D.Maingueneau (2005:134) *A organização dos homens aparece como um discurso em ato, enquanto que o discurso se desenvolve sobre as próprias categorias que estruturam essa organização.*

Há na forma de difusão uma parceria com o modo do discurso e a quem se destina o texto, como é lido, manuseado e apreciado, porém, não podemos fragmentar o processo enunciativo, pois ele é regido semanticamente por diversas instâncias discursivas, como o modo de produção, por exemplo.

Além das distinções entre os conceitos de texto e discurso, faz-se necessário reconhecermos que todo discurso está permeado por aquilo que foi dito em outros discursos, em outras situações e que são produzidos por diversas memórias discursivas. Nessa perspectiva, E.Orlandi (1999:71), retoma as palavras de D.Maingueneau (1997) dizendo: *O discurso é uma dispersão de textos cujo modo de inscrição histórica permite definir como um espaço de regularidades enunciativas .*

Quando tomamos o texto como *corpus* de análise, como objeto discursivo, podemos levantar as seguintes indagações: O que foi dito? Quem o disse? Em quais circunstâncias? Encontramos tais procedimentos na parte da sintaxe, como processo da enunciação, em que o autor deixa pistas lingüísticas para possíveis leituras.



[03]

*Dizer o que sente*

*Você nunca está em casa, só pensa em trabalho.*

*Queixas como essa, apesar de freqüentes, não são nada construtivas. Muitas vezes a gente erra no discurso e, sem querer, promove o afastamento. Porque o parceiro não está agindo de má-fé. Cabe a você mostrar, sem cobranças, que valoriza a presença dele. Experimente quebrar o padrão e falar como o coração. Em vez de acusar, entrando numa batalha inglória, se abra: diga como fica triste em não contar com sua companhia por mais tempo. Se não se sentir acuado, ele vai reagir bem à conversa. LIÇÃO O antagonismo é contraproducente, não leva a nada. O caminho do entendimento está em trocar a raiva por um discurso sincero e amoroso. Assim, mesmo que voltem a ter problemas na mesma área, não se posicionarão como inimigos.* (Revista Claudia, abril de 2006, p.146)  
[Anexo 09]

Por meio de recursos lingüísticos é possível reconhecer que o enunciador volta o seu discurso para um enunciatário que passa por problemas em sua vida conjugal. Desse modo, parte de uma afirmação de cunho generalizante, que, sustentada por um *ethos* de autoridade, busca a identificação de seus enunciatários: *Você nunca está em casa, só pensa em trabalho*. Em contrapartida, a utilização de uma oração subordinada adverbial concessiva, *apesar de freqüentes*, faz com que o enunciatário reconheça o problema e assuma a postura indicada pelo enunciador, ou seja, tal comportamento *não é nada produtivo*.

Partindo-se do recorte anterior é possível depreender que o modelo de análise apresentado pode ser esquematizado da seguinte maneira:

**O que foi dito:** que é importante que as mulheres saibam dialogar com seus parceiros para que haja um relacionamento amoroso sem mágoas.

**Quem o disse:** um enunciador que, de um lugar de autoridade que lhe é conferido por falar em nome da *Revista Claudia*, apresenta soluções para que as mulheres lidem melhor como situações consideradas corriqueiras no âmbito da vida amorosa.

**Em quais circunstâncias:** o contexto, nesse caso, é o de uma leitora que busca informações e alternativas para a resolução de problemas de ordem pessoal, especificamente a amorosa.

Observemos em outro recorte como é recorrente a busca pela familiaridade com seus enunciatários, a inclusão do enunciador no corpo do discurso como alguém conhecedor da causa de que compartilha, mas que deu a volta por cima e aprendeu em meio às atribulações.

[04]

*Encarar um processo de autoconhecimento e procurar ajuda é a atitude mais saudável para abandonar o comportamento de cuidar do outro para enxergar a si mesma. Boa parte das vezes porém, a pessoa não quer reconhecer suas próprias angústias porque, ao tomar contato com elas, se sente cobrada a agir, a mudar as coisas. **Aí que o bicho pega** – é muito mais fácil tratar do machucado do outro porque **não dói na nossa pele. Mas é preciso entender que o fato de desviar o olhar e sofrimento não elimina a causa do mal.** (Revista Claudia, maio de 2007, p.227) [Anexo19]*

O emprego de orações que subjaz a idéia de conselho também constitui outro fator importante no processo de persuasão e de difusão do pensamento do enunciador. *Mas é preciso entender que o fato de desviar o olhar e sofrimento não elimina a causa do mal.* Como num manual, o enunciatário é incitado a seguir os passos ditados pelo enunciador, como uma lição a ser aprendida e seguida para que o sucesso pessoal seja alcançado.

Como já fora mencionado, o discurso do enunciador procura assemelhar-se ao de uma amiga íntima e confidente, desse modo, é possível reconhecer marcas da oralidade presentes no discurso o que, além de revelar descontração, faz com que haja uma aproximação, entre enunciador e enunciatário como em: *Aí que o bicho pega – é muito mais fácil tratar do machucado do outro.* Fica claro que o enunciador, ao se colocar num lugar de fragilidade, estabelece uma relação de cumplicidade com seu enunciatário e constrói e legitima sua imagem por meio do discurso.

### 2.1.2. IDEOLOGIA E DISCURSIVIDADE

Louis Althusser (1974:121) afirma que *para manter sua dominação, a classe dominante gera mecanismos de perpetuação ou de reprodução das condições materiais, ideológicas e políticas de exploração.* Esse pensamento revela que a classe dominante, para garantir seu poder hegemônico, manipula seus interesses pelo viés de seus Aparelhos Repressores - (Governo e toda sua administração, o Exército de um modo geral, os tribunais, as prisões...) e de seus Aparelhos Ideológicos – (A religião, a escola, a família, o Direito, a política, a cultura, a informação) estes, atuam pela repressão ou pela ideologia, coagindo a classe dominada às relações e condições de exploração. Ao passo que, o primeiro Aparelho funciona de modo autoritário e coercivo, embora atue em segundo plano pela ideologia, o

segundo Aparelho, funciona diretamente pela ideologia de uma forma dissimulada para que se passem despercebidas suas intenções.

O modo de continuar a repercutir as idéias e interesses hegemônicos estão agrupados nos aparelhos ideológicos, uma vez que estas instituições e estabelecimentos apresentam um objetivo educacional e aparentemente ético.

Segundo L.Althusser, (op.cit.:23) *a ideologia representa a relação imaginária de indivíduos com suas reais condições de existência*. Desse modo, elas acontecem no imaginário coletivo dos homens, a necessidade das representações simbólicas faz parte do vínculo com a sua própria vida, mas acaba distanciando-o da realidade e, segundo o autor, esse próprio distanciamento é o que acaba deixando o homem suscetível à alienação.

O autor defende que *a ideologia tem uma existência porque existe sempre num aparelho e na sua prática ou suas práticas*. Para explicar esse segundo ponto de vista, parte do pressuposto de que é pelos atos do sujeito que reconhecemos suas idéias e que elas são constituídas pelos aparelhos ideológicos que, de certo modo, instituem quais práticas devem ser adotadas para que se possa repercutir a ideologia dominante. De fato, isso se manifesta nas atitudes reais e na reprodução desses atos.

A amostra de análise oferece vastos exemplos que corroboram as idéias de Althusser. Assim, pode-se reconhecer, como uma estratégia argumentativa-persuasiva, que a *Revista Claudia* apresenta a seus enunciatários temas que povoam o imaginário coletivo de forma bastante produtiva, tal como é o caso do sentimento de culpa:

[05]

*Quantas vezes você já se sentiu culpada hoje? Culpada por não ter conseguido dar atenção ao seu filho. Por que esqueceu de ligar a um amigo que fazia aniversário. Por ter atrasado um trabalho. É uma culpinha cotidiana que não chega a matar de remorso, mas que incomoda e nos rouba a energia. Como a gente não perde o sono pensando no assunto, o sentimento segue morando ali, sobre os nossos ombros. (Revista Claudia, maio de 2005 p.81) [Anexo 01]*

Esse sentimento de impotência assombra o cotidiano das mulheres contemporâneas que se vêem obrigadas a assumir várias funções tendo um tempo cada vez mais reduzido para se dedicarem à família.

[06]

*O ser humano é, de modo geral, complexo e complexado. Ou seja, complicado e cheio de crenças distorcidas em relação a si mesmo. Eu tenho o maior respeito pela fé alheia, mas com certeza muitas das culpas que andam soltas por aí são frutos dos dogmas religiosos. O que acontece se eu cometo um pecado? Sou uma péssima filha de Deus, fiz com que Ele sofresse. Então me sinto culpada. Sempre falhamos aos olhos de alguém, seja de Deus, seja do vizinho, a culpinha cotidiana bate à porta da nossa consciência. (Revista Claudia, maio de 2005, p.82) [Anexo 01]*

Nesse contexto, de acordo com a concepção de L.Althusser, podemos entender que a *ideologia interpela indivíduos como sujeitos*. Logo, a partir dessa perspectiva, toda ideologia tem por objetivo transformar indivíduos concretos em sujeitos, que são reconhecidos por meio de suas práticas que estão inseridas nos aparelhos ideológicos, efetivando a existência da ideologia, que só se concretiza pelos e nos sujeitos. Podemos reafirmar que a *culpinha cotidiana* é fruto dos conceitos religiosos socialmente disseminados e que se perpetuam em nossas atitudes.

Além das concepções de base ideológica apresentada por L.Althusser, a caracterização de discurso proposta por M.Focault foi de extrema importância para as pesquisas lingüísticas que têm em vista o discurso como objeto de estudo.

M.Focault em seus estudos arqueológicos refere-se ao discurso destituído de uma unidade de significação. É tarefa da análise do discurso, portanto, descrever os enunciados nas diferentes formações discursivas analisadas sócio-historicamente tendo-se em vista que estes se alteram em função de tempo, lugares e localizações institucionais. Desse modo, podemos perceber que muitos valores que regem a conduta social sofrem alterações de acordo com as mudanças históricas, do meio em que estão inseridos, da relação entre os interlocutores do ato discursivo, bem como da intencionalidade discursiva e da significação atribuída a ele de forma subjetiva por parte dos sujeitos envolvidos no processo comunicativo. Vejamos como isso se concretiza no seguinte recorte:

[07]

*Recato e humildade. Essas virtudes, cultivadas por várias gerações de mulheres, persistem nos dias de hoje como se a revolução feminista dos anos 60 nem tivesse existido.* (Revista Claudia, maio de 2005, p. 104) [Anexo 02]

A concepção de discurso está atrelada a enunciados de uma mesma formação discursiva sujeita a transformações de seus objetos de conhecimento, ou seja, a formação discursiva é constitutiva, pois favorece a mudança e a reprodução dos objetos, que por sua vez, interage com os sujeitos em sociedade. Isso faz com que o discurso estabeleça um elo com dados da realidade e que só podem ser percebidos pela linguagem, que significa à medida que atribui sentido a essa realidade.

A principal tese de M.Foucault de grande relevância para a análise do discurso é a inovação na análise das relações existentes entre o autor e aquilo o que ele diz. Como sujeito de seus enunciados é natural que deva haver uma identificação entre criador e criatura, para que o primeiro torne-se sujeito dos próprios enunciados. Com isso, fica constatado que na formação de um enunciado outros enunciados são retomados para que ele se realize, é o primado da interdiscursividade.

### **2.1.3. AS FORMAÇÕES DISCURSIVAS E IMAGINÁRIAS**

Um enfoque dado para o não dito na análise do discurso é o silêncio, com base nos estudos desenvolvidos por E.Orlandi (1999). A pausa dada pelo silêncio pode ser entendida como um momento de significação em que o sentido está sendo efetivado, ou o silêncio que substitui aquilo que não se pode dizer naquele determinado momento, ficar em silêncio é uma forma de manter o controle ou censurar os outros de maneira tácita. Como podemos observar, o silêncio vem acompanhado de significação.

A linguagem pode ser observada sob diferentes aspectos, conforme a perspectiva analítica teremos resultados e conclusões diferentes sobre o mesmo objeto, a língua inserida na história. E.Orlandi apresenta três aspectos em que a linguagem pode ser analisada: as diversas maneiras de conceber a língua, considerando-se todo seu sistema abstrato, empírico e sujeito a falhas; o contexto, o interdiscurso, os modos de produção discursiva bem como a sua veiculação na sociedade e, finalmente, as diversas concepções do não-dito, como o dizer subentendido, por exemplo.

Considerar os elementos discursivos permite observar o objeto criado por um autor/sujeito que faz a escolha do léxico e a colocação das palavras a serem descritas com a intenção de manipular e controlar a qualidade e o sentido que seu possível enunciatário possa dar a elas, embora essa estratégia não garanta que o enunciatário atribua o mesmo sentido às

palavras, pois a significação é um ato puramente individual e sofre influências do meio social. Tanto a persuasão como a interpretação realiza-se no plano discursivo, por isso para a Análise do Discurso o autor será denominado como enunciador e o leitor, como enunciatário.

Cabe ao enunciador persuadir o enunciatário de tal modo que este compreenda a mensagem, estabelecendo com ele uma espécie de aliança em que as pistas lingüísticas e lexicais mostrem, por meio do discurso, a intencionalidade que se corporifica nos efeitos de sentido, sendo aceitos como verdadeiros ou não, já que segundo D Maingueneau (2005:140):

*A enunciação não tem um rio acima, ela tem também um rio abaixo, a saber, as condições de emprego dos textos, dos discursos. Pode-se mesmo dizer que essa distinção entre nascente e foz não opõe realidades independentes: a maneira pela qual o texto é produzido e pela qual é consumido estão ligadas.*

O enunciatário pode não compactuar com a verdade proposta pelo enunciador, porque todo discurso está sujeito ao confronto. Tal situação pode ser verificada na seção *Sua Opinião* que, embora não seja o objetivo principal deste trabalho, ilustra a possibilidade de entendimento negativo que um discurso pode assumir quando o contrato entre enunciador e enunciatário prescinde de fidelidade e de convergência de interesses e valores:

[08]

*Assino CLAUDIA há muitos anos e adorei sua reformulação. Porém, na minha opinião, a Fernanda Young não tem nada a ver com espírito da revista. Considero seu discurso agressivo, típico de pessoas inseguras que gostam de passar por rebeldes incompreendidas. Fernanda transformou sua página num espaço de auto-ajuda – para ela – não para as leitoras. C. W.H. (Revista Claudia, dezembro de 2006, p. 18) [Anexo 22]*

Podemos perceber no recorte acima a insatisfação do enunciatário frente ao discurso de Fernanda Young. Sabemos que os dizeres assumem significados diferentes, de acordo com as distintas formações discursivas de cada sujeito, e que os enunciatários esperam que a revista seja um suporte para que consigam enfrentar as dificuldades diárias e não admitem que esse espaço seja dado a ela.

[09]

*Tenho 23 anos, sou pedagoga e funcionária pública com muito orgulho, por isso, fiquei insatisfeita com o artigo 'A ilusão da estabilidade'. Nele, Danuza diz que o servidor público pode faltar quinze dias no trabalho e 'descolar' um atestado médico sabendo que não será descontado nem sofrerá represália. Isso não é verdade e sim preconceito. R. D. (Revista Claudia, novembro de 2006, p. 18) [Anexo 20]*

A interdiscursividade opera nas produções de sentido, que estão inseridos no discurso por meio da memória constitutiva e institucional. Para que a palavra ganhe sentido, faz-se necessário que a língua, por meio da história, intervenha e carregue o repetível, a incerteza, a dinamicidade e, ao mesmo tempo, o cerceamento da própria língua. Tais conceitos são fortemente evidenciados no recorte [09], a indignação da leitora em relação aos comentários feitos por Danuza e o modo como ela se defende, *sou pedagoga e funcionária pública com muito orgulho*, fica evidente que a imagem que foi criada do funcionário público já se presentifica no discurso. *Nele, Danuza diz que, o servidor público pode faltar quinze dias no trabalho e 'descolar' um atestado médico sabendo que não será descontado nem sofrerá represália*, notamos que as palavras vêm carregadas de ideologia nas práticas sociais reafirmando estereótipos já cristalizados.

[10]

*Fomos ensinadas a baixar os olhos diante de elogios. Nossas mães e avós, mesmo achando que éramos lindas e inteligentes, evitavam nos dizer isso para que não nos tornássemos presunçosas. Assim, crescemos acreditando que moças bem educadas devem ser extremamente recatadas [...] Os tempos mudaram e estamos todos nos adaptando. Algumas de nós, ainda sob o efeito das avós, se acomodam um pouco na sombra, com certa dose de preguiça e pouca vontade de crescer. Outras para não repetir a velha história nem assumir aquele tom arrogante das queimadoras de sutiãs, buscam um meio termo: a possibilidade de um lugar ao Sol para os dois. Sem falsa modéstia, assumindo a responsabilidade sobre seus atos, mas honestas, maduras e dispostas a compartilhar. (Revista Claudia, maio de 2005, p. 106) [Anexo 02]*

Os preceitos cristãos de que a modéstia deve ser uma das qualidades das boas moças, historicamente reproduzidos por avós e mães, foram capazes de incutir no imaginário coletivo feminino que as mulheres devem sempre ser recatas e nunca se vangloriar de suas qualidades. *Nossas mães e avós, mesmo achando que éramos lindas e inteligentes, evitavam nos dizer isso para que não nos tornássemos presunçosas.* Percebe-se, contudo, que o

posicionamento ideológico do enunciador considera tal postura anacrônica, uma vez que *Os tempos mudaram e para não repetir a velha história*, torna-se necessário à mulher, que deseja independência, saber lidar com essas situações sem pender ao purismo cristão nem ao convencimento mundano.

Dessa forma, não teremos um discurso puramente autoritário, lúdico ou polêmico. Os marcadores coesivos devem ser considerados como elementos produtores do texto que atuam estrategicamente no trabalho ideológico, na constituição desses sujeitos e no processo de leitura, proporcionando a clareza do texto, e assim, ajudando na interpretação. O que torna imprescindível à efetivação da análise a observação desses elementos discursivos, e remetê-los às possibilidades de significação em virtude das escolhas realizadas pelo enunciador/enunciatário.

Observemos outro recorte:

[11]

*Eu dormia e acordava chorando, achava que morreria sem ele. Quem já sentiu na pele a dor de ser traída e abandonada sabe do que a assistente administrativa Renata Ferrari, 31 anos, está falando. Depois de dez anos de namoro e três de casamento, o marido pediu a separação. (Revista Claudia, dezembro de 2006, p. 160) [Anexo 17]*

Notadamente, os artigos que compõem o *corpus* de análise estão claramente orientados, em função da linguagem e das estratégias argumentativas (relatos em primeira pessoa em tom de confissão, por exemplo), à conquista da adesão dos enunciatários aos paradigmas comportamentais delineados pelos editores e autores dos artigos veiculados na *Revista Claudia*.

## 2.2. AUTORIA E INTERPRETAÇÃO

Outro elemento importante no que concerne ao estabelecimento de sentido diz respeito à opacidade da linguagem, bem como ela é evidenciada na práxis social, marcada pela história e pela ideologia. Podemos falar do imbricamento da língua com a história afetados na produção dos sentidos.



A opacidade da linguagem está presente nas diferentes práticas sociais e o sentido não se presentifica por ela mesma, mas é determinado pelas formações ideológicas. As palavras têm muitos significados e as idéias podem ser expressas de várias formas e ganhar outro sentido, dependendo do contexto de produção e de disseminação, bem como das posições sociais que os sujeitos envolvidos no processo comunicativo ocupam, como se verifica no recorte a seguir:

[12]

*Dizem que Deus escreve certo por linhas tortas. Será? A escrita divina parece seguir um traçado curvilíneo. Afinal, tudo no universo se movimenta em círculos: da órbita terrestre às estações do ano. As civilizações antigas sabiam disso, organizavam todas as suas atividades baseando-se nos ciclos do Sol, da Lua e do planeta. Mas a sociedade moderna se afastou da natureza [...] (Revista Claudia, outubro de 2006, p. 236) [Anexo 15]*

Para a Análise do Discurso, abreviada como AD, o sujeito não está separado da história, pela linguagem, porque ele interage com o mundo e, dessa forma, o discurso é a manifestação da linguagem inscrita na história pelo sentido atribuído aos objetos simbólicos. Cabe, portanto, à análise do discurso, refletir a respeito da interpretação discursiva, uma vez que o sujeito é formado por gestos de significação que apontam para um determinado posicionamento ideológico dele frente à realidade social em que está inserido e na qual atua como receptor e autor de distintos discursos.

O analista em AD não deve descrever ou ter a ousadia de interpretar o texto, apenas tem que procurar compreendê-lo, levando em conta o co-texto e o contexto situacional que são fatores responsáveis na produção do sentido. Ou seja, o objeto simbólico pode atribuir sentidos estando acometido de significação para os sujeitos e pelos sujeitos.

Compreender a relação de interpretação existente entre o sujeito e o sentido é reconhecer as múltiplas possibilidades de leitura e desmistificar a idéia da transparência da linguagem, pois a interpretação nos remete à memória constitutiva, bem como, a fatores da exterioridade que estão no domínio dos falantes no momento da produção discursiva. Também, não podemos omitir outros fatores que interagem na produção do sentido como: o contexto sócio-histórico, e o ideológico já mencionado.

Para Mikhail Bakhtin (2002:100):

*Todas as palavras evocam uma profissão, um gênero, uma tendência, um partido, uma obra determinada, uma pessoa definida, uma geração, uma idade, um dia, uma hora. Cada palavra evoca um contexto ou contextos, nos quais ela viveu sua vida socialmente tensa; todas as palavras e formas são povoadas de intenções...*

Como podemos perceber, as palavras significam pela história e pela linguagem, e o dizer é constituído pela memória constitutiva, ou seja, por formulações feitas mas esquecidas (interdiscurso) e por fatores que intervêm no momento da formulação discursiva (intradiscurso), portanto, o sentido e o sujeito se constroem mutuamente e a metáfora está na constituição discursiva, por essa formação, é dado os deslizos da língua em relação ao discurso.

Buscando subsídios teóricos em E.Orlandi (op.ciy.: 22) cuja tese apóia a noção de interpretação e de sua relação com a ideologia, *o político reside no fato que os sentidos têm direções determinadas pela forma da organização social que se impõem a um indivíduo ideologicamente interpelado.*

Segundo E.Orlandi (2005), ao elaborarmos o discurso temos a idéia de sermos autores originais do mesmo e esquecemos de que somos acometidos por outros discursos que intervêm em nossa memória, embora isso se faça necessário para que os sentidos e os sujeitos signifiquem de diferentes modos, ou seja, o “velho com a roupagem do novo”. É nessa dualidade, que a língua está sujeita ao engano, e a ideologia manifestada nos sujeitos. Por isso, os sentidos e os sujeitos estão atrelados à paráfrase (a repetição que produz o sentido) e à polissemia (a intervenção do novo dado pela condição de existência do sujeito) na produção dos sentidos.

A necessidade de o homem se afirmar frente ao mundo é garantida pela linguagem, embora esteja sujeita a regras e à memória constitutiva. O homem está cerceado por ela e não tem o total domínio do seu modo de conceber o mundo, pois o controle da interpretação está sob o domínio institucional. Frente a essas determinações, faz-se necessário saber o que é cabível à interpretação, uma vez que há pessoas que ditam tais normas de controle e outras que estão subordinadas a elas.

Algumas instituições que gozam de prestígio social como, por exemplo, a Igreja e o Exército têm seu poder outorgado em função das posições que seus sujeitos ocupam, e a estes discursos autoritários geralmente não cabem inferências no ato em que está sendo proferido. Embora, seja uma visão ingênua a existência de discursos monossêmicos, pois a

linguagem é dialógica pela sua própria constituição e não há nenhum discurso que esteja desprovido de intencionalidade.

A partir do sujeito que fala, é dada a credibilidade de seu discurso como portador de uma voz ética que se põe à benevolência social. Como exemplo do discurso autoritário podemos citar o discurso espiritualista que será mencionado no decorrer do trabalho como portador de uma voz profética, vinda de um plano superior e hierarquizado, no qual o sujeito não pode ultrapassar seus limites de mero mortal para o plano espiritual como uma espécie de voz divina que opera de forma decisiva na vida dos homens. Desse modo, E.Orlandi (2005) procura trabalhar a política da língua que se materializa no corpo do texto no qual o processo de significação está na construção dos sentidos que é dado pelos sujeitos na formação discursiva.

Fizemos acima, a distinção entre texto e discurso e, nesse contexto, é importante destacarmos a oposição: autor X sujeito, estando o autor para o texto e o sujeito para o discurso. São distintos os momentos da escrita de um texto e a realização de sua leitura. A escrita de um texto pressupõe um autor e para a realização da leitura é preciso um enunciatário que interaja com o texto, de certo modo, é pelo texto que acontece a interação entre enunciador e enunciatário.

Existe na estrutura de todo discurso um “EU” sujeito, que se transforma em autor. É por meio da autoria, que se constitui a unidade do sujeito por intermédio do texto, que para ser coeso deve apresentar uma estrutura discursiva. Embora, a idéia de completude seja ilusória em função da interdiscursividade presente na linguagem.

Seguindo os conceitos dados por E.Orlandi (1999:76), observemos: *Aprender a se representar como autor é assumir, diante das instâncias institucionais, esse papel social na sua relação com a linguagem: constituir-se e mostrar-se autor.* Definimos a função do autor como ação discursiva, sendo ele o responsável pela produção da linguagem e do próprio texto. A produção textual é a posição mais conectada com a sociedade e com os aparelhos repressores e ideológicos.

Se o sujeito aparenta ser obscuro, em função de suas características de exterioridade, faz-se necessário que o autor deixe transparecer as marcas de subjetividade no corpo do texto para que o processo constitutivo de sentido possa ser percorrido pelo enunciatário a fim de que a relação de significado, esperada por aquele, formalize-se. No recorte a seguir, a marca de subjetividade do enunciador revela-se por meio da comparação entre gentileza e gripe:

[13]

*A gentileza tem algo em comum com a gripe – é contagiosa. Oferece sem exigir reciprocidade. Na forma de um olhar, de um sorriso, de uma palavra, ela faz com que os nossos sentimentos entrem em sintonia com os dos demais. (Revista Claudia, maio de 2006, p.150) [Anexo 11]*

Os sentidos atribuídos ao texto dependem da nossa formação ideológica, que são afloradas no processo de interpretação, fazendo por meio da linguagem um elo entre pensamento e mundo real na produção de sentidos.

A interpretação também sofre inferências da época e da forma como os sujeitos, individualmente, constituem-se ideologicamente no contato com as diversas instituições em diferentes modos de constituições sociais afetados pela história, refletindo o confronto da ideologia política com o simbolismo do imaginário coletivo.

Ao analisarmos os textos, observamos, por meio das marcas lingüísticas, a presença de ideologias, que interpelam os sujeitos e cuja significação está sujeita aos modos de produção. Quando o sujeito fala, o sentido já está imbuído de significação, a linguagem assume um caráter simbólico e se diferencia pelos padrões de distribuição e transformação em função das relações de poder inerentes à linguagem.

Ao escrever um texto, o enunciador deve se colocar virtualmente no lugar do enunciatário para que a escolha de suas palavras possa alcançar o seu público-alvo. O leitor (real), ao entrar em contato com o texto, assume a posição de um co-autor, pois na medida em que lê e interpreta, cria um novo texto (paráfrase), isso acontece porque o sentido se concretiza no espaço discursivo.

Não podemos considerar o texto unicamente como um conjunto de informações lingüísticas, mas como feito discursivo que nos possibilita ir até o âmago da língua e compreendê-lo como objeto simbólico. Assim, a noção de autor parte do pressuposto que a construção do dizer está constituída pelo repetível, o texto não é um objeto acabado, pois os enunciados remetem a outros no processo de sua formação discursiva.

A crítica que o leitor geralmente faz ao texto conceituando como bom ou ruim, não se trata apenas do aspecto gramatical, pode ser referente ao domínio discursivo. O não entendimento do texto pode acontecer também em função dos aspectos extralingüísticos.

### 2.3 A SUBJETIVIDADE DO DISCURSO

A subjetividade presente no discurso está relacionada ao conceito de ideologia de forma dialética, como pensamento incutido em nossa consciência individual não só pelos aparelhos repressores e pelo poder hegemônico, mas principalmente pela criação de signos que existem em função de valores de grupos e que permitem a inserção de outros conforme a necessidade de representação, constituindo a subjetividade da linguagem que está presente no discurso e que, por meio dela, podemos perceber como a opacidade opera no discurso do sujeito, na história e na língua. Para entendermos como esse mecanismo acontece, é preciso deslocar o homem (autor/ texto) para a função de sujeito (discurso) e observar como os sentidos são adquiridos e reafirmados nas relações sociais e nas instituições pela ideologia, uma vez que, é mister a participação do sujeito na construção do sentido.

É por meio do discurso que as dominações de poder podem ser observadas. A ideologia transforma o indivíduo em sujeito e este se sujeita à língua atribuindo significado a ela e ao signo na história. Nesse sentido, precisamos compreender de que maneira a ideologia intervém nas práticas sociais. M. Bakhtin (2002) aborda o conceito de ideologia além de uma prática oficial dominadora e formadora de opiniões, mostra, em oposição à conceituação de Althusser, que a intervenção das práticas sociais na constituição de uma ideologia do cotidiano transforma e aprimora seus conceitos para acompanhar as mudanças de época e a própria evolução do homem.

[14]

*Frederich Nietzsche disse: Aquilo que não me mata me torna mais forte. O filósofo não estava se referindo especificamente ao casamento, mas definiu o que acontece nele: ou aprendemos a crescer com os obstáculos ou seremos destruídos por eles. As experiências que nos derrubaram nos tornaram as pessoas que somos. O aprendizado e a recuperação que acompanharam cada uma delas deram forma ao tesouro que é nosso relacionamento atual, diz Linda Bloom. Ela e o marido aprenderam a usar seus erros para ajudar casais em crise. (Revista Claudia, abril de 2006, p.146)*  
[Anexo 09]

Pode-se apreender que a ideologia do cotidiano é observada como algo que flui de modo acidental, descompromissada nos lugares prestigiados no meio social, no cultivo das

relações, cujos próprios grupos instituem regras para o convívio. Em contraposição, temos a ideologia vigente como alicerce e com regras estáveis, mas somente em conjunto é que formam o contexto ideológico, sem perder o foco a produção e reprodução social. M. Bakhtin (2002:169), conceitua ideologia: *Por ideologia entendemos todo o conjunto dos reflexos e das interpretações da realidade social e natural que tem lugar no cérebro do homem e se expressa por meio de palavras [...] ou outras formas sógnicas.*

De acordo com as idéias bakhtinianas, a idéia estanque e fechada de ideologia como algo determinante na vida das pessoas perde o foco, porque opera por meio da linguagem, estando, portanto, sujeita constantemente ao equívoco, a deslizes e à constituição da metáfora.

A flexibilidade da ideologia também se faz presente no signo, como parte de nossa consciência individual infiltrada de características formadas nas interações sociais, e é por meio dessas que se dá o complexo de significados de determinado grupo social formando um “universo de signos”, tal como nomeou M. Bakhtin.

A materialidade do signo é dada de forma dual, uma vez que nele se encontra a materialidade concreta (coisificada) e a materialidade histórica social cujos valores são criados e outros rejeitados em função da concepção e necessidade de um determinado grupo, essa valoração é expressa por palavras, sendo a forma em que o ser humano se comunica com o mundo e estabelece as relações sociais. É a necessidade de interação que leva o homem a manter e a estabelecer vínculos com diferentes esferas ideológicas e dessa forma, cultivar a ideologia que se materializa na consciência verbalmente constituída.

Os signos são os que sustentam a consciência individual e reproduzem os valores por intermédio da comunicação social realizada pela linguagem, que é constituída ideologicamente, e ganha significado, não pelo produto em si, mas pela dimensão significativa que adquirem nas instituições sociais. Tudo que é ideológico representa uma realidade natural ou social reproduzida e consumida, com características próprias de sua constituição e de outras que lhe são exteriores.

[15]

*Ser feliz sozinha. A felicidade individual depende de cada um. Não podemos esperar que o parceiro nos satisfaça completamente. Uma coisa é você desfrutar tudo de bom que ele traz para a sua vida [...]. Amar não é depender. É partilhar: infelizmente muitas de nós entram num casamento imaginando que serão (sic) salvas de suas dores e frustrações pelas mãos dos maridos. (Revista Claudia, abril de 2006, p. 146) [Anexo 09]*

O teor do recorte nos leva a indagar sobre os valores repercutidos pelos ideais da vida matrimonial como porto seguro na vida das mulheres. As marcas lingüísticas evidenciam que, até certo ponto, o enunciador compartilha dos mesmos valores que o enunciatário, haja vista o emprego, no terceiro período, de verbo (*podemos*) e pronome (*nós*). Contudo, observa-se que no quinto, que a forma verbal (*serão*), reforçada pela utilização do pronome indefinido *muitas*, exclui o enunciador e se reporta apenas aos demais enunciatários de forma ampla e pejorativa.

A criação do signo se faz presente pela ideologia embasada na realidade e um não existe sem o outro, uma vez que a ideologia sofre alterações em função dos grupos sociais. A palavra, em oposição ao signo, é neutra em relação a sua especificidade porque ela se molda a várias posições ideológicas, como: moral, religiosa, estética, mas não tem o poder de substituir os signos ideológicos, que se apóiam nas palavras para ganhar a dimensão de sua significação.

É nessa relação que tanto as grandes estruturas como as de menor relevância social registram pela palavra sua concepção de mundo, estabelecem seus valores de diferentes modos e lugares no convívio e na divergência social.

Em outras palavras, não se pode destituir o sujeito do signo e o inconsciente da ideologia, dado que, o indivíduo assume-se como sujeito pela ideologia. As ressignificações ideológicas são dadas à medida que o sujeito cria sua identidade diferenciando-se dos demais e ao mesmo tempo sendo o reflexo do outro.

A impressão de uma identidade exclusiva do sujeito é o que caracteriza a subjetividade, pois a formação do sujeito é dada pela ideologia e de um modo inconsciente. Por outro lado, se pensarmos no sujeito como representação do mundo e da linguagem histórica, teremos a individualização do sujeito representando as instituições hegemônicas.

A significação sempre será heterogênea, dada pelo sujeito no esquecimento do que foi dito em outras formações discursivas, dando a impressão de ser autor de suas próprias palavras. Quando o sentido ocorre é porque ele já foi processado e estava armazenado na nossa memória constitutiva.

Como pensarmos, então, em um sujeito que tem liberdade pelo sistema democrático que rege seu país, e esse mesmo sujeito ser submisso pela ideologia vigente? Isso parece ser contraditório, porém, o assujeitamento é dado pela própria língua cerceado pela história. E. Orlandi (1999:53) complementa com suas palavras, explicando a incompletude da linguagem:

*Ao dizer, o sujeito significa em condições determinadas, impelidas, de um lado, pela língua e, de outro, pelo mundo, pela sua experiência, por fatos que reclamam sentidos, e também por sua memória discursiva, por um saber/ poder / dever dizer, em que os fatos fazem sentido por se inscreverem em formações discursivas que representam no discurso as injunções ideológicas.*

A linguagem com seu caráter polissêmico se presentifica no ponto de ligação entre o consciente e o inconsciente, retratando a realidade ou uma representação dela inscrita na história pelo discurso, na criação constante do simbólico que não se estanca e busca na língua e na história sua materialidade. Em função disso, constantemente a *Revista Claudia* apresenta em suas páginas artigos que buscam a revalidação de mitos e crenças de diversas ordens:

[16]

*Na hora do medo, as divindades celtas nos enchem de coragem; em períodos de luto e separação nos ensinam a lidar com a dor e com a morte. Mestras da feminilidade, estimulam ainda a criatividade e o poder da sedução. Brighid – deusa da arte da cura,; Morrighan – deusa do sexo e da morte; Macha – deusa da honra e da coragem; Cerridwen – deusa da magia e da sabedoria; Rhianon – deusa da justiça e da persevera. (Revista Claudia, agosto de 2006, p. 225) [Anexo 14]*

É no contato com a linguagem que o sujeito se mostra construindo uma história de sentidos reproduzidos por outros, marcando, dessa forma, a subjetividade dele. Orlandi (1999) explica também a não criação dos sentidos remetidos a outros lugares, nesse caso, ela explicita as três formas de repetição pré-estabelecidas pelos lugares (dizeres): a repetição puramente empírica aquela em que não existe nenhum tipo de reformulação; a repetição formal que se aproxima da paráfrase e a repetição histórica, sendo a única que apresenta fluidez no sentido, porque quebra com o pré-estabelecido e aceita uma nova significação para o signo.

Pensando que a subjetividade se presentifica no convívio social, no brotar da ideologia de modo sagaz, nas relações descompromissadas e casuais que, sem perceber, vão repetindo padrões que acabam sendo incorporados ao cotidiano que se une à ideologia global, envolvendo por inteiro o sujeito levando-o a interagir nas relações do Eu, do Outro e do Mundo.



## 2.4 MECANISMOS DISCURSIVOS

Os mecanismos discursivos são marcadores textuais que contribuem a construção dos sentidos, tornando possível a interação entre sujeito-leitor e as formações discursivas, estabelecendo um elo com as estruturas imaginárias que deslocam esse sujeito a outros lugares sociais em que o vínculo com o outro é reafirmado, isto é, no processo de interação discursiva, o enunciador organiza seu discurso em função de uma imagem projetada do outro, num contínuo exercício de alteridade.

O processo de análise de um texto exige que o desloquemos para uma zona de contato com a língua e observemos quais são os vestígios das formações e das práticas discursivas nele presentes explícita ou implicitamente. Nessa etapa, é possível desvendar o que foi dito, como o foi e de que outra maneira poderia ter sido realizado. Os diversos dizeres dão as pistas de como as palavras assumem significados distintos nas formações discursivas, bem como ganha significação pelo uso de metáfora, paráfrase, isotopia dada pela recorrência dos traços semânticos que são os responsáveis pelo estabelecimento de tema e da significação, assim como dos conectores de modalização, da construção *ethos* de forma que estão revestidas pela ideologia.

Feita a constituição dos mecanismos discursivos responsáveis pela realização dos sentidos, tomamos como um dos elementos desencadeadores para interpretação a metáfora, vista não como desvio, mas uma forma de transferência que dá o sentido das palavras por meio dos deslizos, abrindo a possibilidade de o “outro” significar, a possibilidade de se expressar de outra maneira, refletindo as formações ideológicas no interdiscurso, no inconsciente. A metáfora está, portanto, atrelada à formação dos sentidos e do sujeito.

[17]

*De briga com namorado a falta de dinheiro, tem quem faça qualquer coisa para resolver os dilemas dos amigos. Enquanto isso, **varre para debaixo do tapete as próprias angústias.***

(Revista Claudia, maio de 2007, p. 224) [Anexo 19]

[18]

*Às vezes, ficava exausta. Abria mão das minhas coisas para **tapar buraco dos amigos.***(Revista Claudia, maio de 2007, p. 226) [Anexo19]

[19]

*Desviar o olhar do próprio sofrimento não elimina a causa do mal.*(Revista Claudia, maio de 2007, p. 227) [Anexo 19]

Percebemos nos recortes acima, que as metáforas utilizadas estão presentes em nossa linguagem coloquial e que as utilizamos com tal propriedade que já estão incutidas na mente para atribuição dos sentidos.

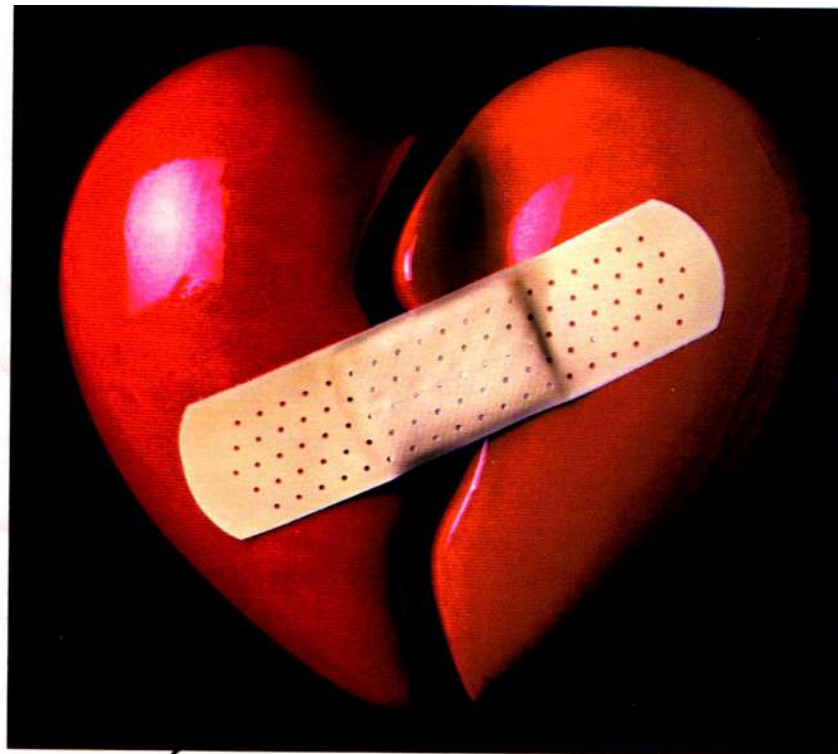
#### **2.4.1 A METÁFORA E OUTROS RECURSOS DE LINGUAGEM**

O estudo da linguagem que compõe a amostra é fundamental para o prosseguimento de nossa pesquisa. Assim, identificamos que o emprego de figuras de linguagem tem papel preponderante na constituição do sentido dos enunciados, fundamentalmente porque se apóiam em um rompimento semântico para criar um novo significado que depende da correspondência entre a intencionalidade discursiva do enunciador e do conhecimento de mundo do enunciatário – o que se pode considerar como contexto de produção e recepção - para que o processo de comunicação seja efetivado, fazendo com que a metáfora constitua-se não somente como um recurso lingüístico, mas como expressão do pensamento, em um processo inerente ao ato comunicativo humano.

Segundo a Retórica Tradicional, a metáfora, inicialmente considerada como mera figura de adorno, consiste num empréstimo por meio do qual se estabelece uma analogia entre características semelhantes de dois elementos confrontados. Desse modo, ela tem papel fundamental em nossa apreensão do mundo uma vez que pode nos direcionar a uma conduta que convirja com as práticas sociais dominantes.

Assim, apresentamos os seguintes recortes da amostra:

[20]



## REMÉDIOS PARA UM CORAÇÃO PARTIDO

Em [20], podemos reconhecer a presença de metáfora na expressão “Remédios para um coração partido”, em que os lexemas “remédio” e “coração” foram empregados figurativamente. Esse recurso ainda é reforçado por meio da imagem que está superposta ao texto em que um coração (em sua forma de representação geométrica mais conhecida) aparece partido, unido apenas por um curativo, o que, de certa forma, prenuncia que para esse mal existe uma cura. Assim, o discurso do enunciador propõe uma visão de que os símbolos estão associados a elementos da realidade na estrutura global do mundo de forma que os enunciatários devem, paradoxalmente, amadurecer a partir da superação da dor.

[21]

*Cristina: É a melhor época da minha vida. Uma semente brotou dentro de mim e virou uma árvore frondosa e frutífera: (Revista Claudia, outubro de 2006, p.238) [Anexo 15]*

A metáfora da transformação está presente em [21] no recorte “uma semente brotou dentro de mim”, quando a vida é enaltecida pela relação que se estabelece entre o caráter objetivo – a própria vida - e o figurativizado – uma árvore frondosa cheia de frutos. É interessante, para a compreensão mais ampla desse significado, que o contexto no qual tal expressão fora utilizada seja explicitada: um artigo cuja temática era a vida sexual de mulheres após os cinquenta anos de idade. Sem fazer menção a técnicas ousadas de sedução e conquista comuns em reportagens desse teor, em revistas destinadas ao público feminino, há a construção de uma imagem menos estereotipada e mais apoiada no caráter sentimental e subjetivo dos enunciatários.

[22]

*Chamei Ivana e saímos para fazer nada. Ele e a mulher bateram pernas na rua Itapecerica [...] (Revista Claudia, maio de 2006, p.187) [Anexo12]*

Outra expressão amplamente utilizada no cotidiano é a que se apresenta em [22] – “bater pernas” – que, utilizada em contextos informais de comunicação - denotativamente significa andar sem compromisso, passear. Essa situação é ilustrativa no sentido de comprovar o quão arraigada está a utilização de metáforas e de outras figuras no processo comunicacional cotidiano. Com o poder de sintetizar pensamentos e de explicar, por meio de analogias e/ou associações, o desconhecido por meio daquilo de que já se tem ciência, essa figura tornou-se, na contemporaneidade, sobretudo, um recurso lingüístico fundamental ao processo de comunicação em que a alteridade alicerçada na compreensão e expressão do mundo desempenha papel preponderante.

Além da metáfora é possível identificar também a presença de outros recursos de linguagem, como a metonímia, identificada no recurso abaixo:

[23]

*O humor abre as portas permite encarar as dificuldades sob novas perspectivas. (Revista Claudia, novembro de 2006, p.164) [Anexo16]*

Em [23], o sentido subjacente à expressão “abrir as portas”, embora já bastante incorporada ao uso da língua, revela que objetiva e pragmaticamente é possível romper as

barreiras dos problemas do cotidiano e perceber uma nova dimensão da realidade por meio do humor, que atua como elemento essencial à transformação dessa situação problemática. Vale ressaltar que, nesse contexto, o fato de um elemento não-humano atuar como humano contribui para o estabelecimento do processo figurativo que em sua amplitude e integridade constitui um forte argumento persuasivo.

Percebemos, dessa maneira, que, para além da linguagem verbal, em todos os artigos há a presença de ilustrações e demais elementos gráficos – linguagem não-verbal – responsáveis pela criação de uma esfera de intimidade e de identificação na qual o enunciatário se sinta confortável e amparado diante de seus dilemas, conforme se observa na ilustração que segue:



## 2.4.2 TEMATIZAÇÃO

Tema é, segundo M.Bakhtin (2002:129), *um sistema de signos dinâmico e complexo que procura adaptar-se adequadamente às condições de um dado momento de evolução.* O tema não é um elemento estanque, ao contrário, constrói-se por meio da relação entre o binômio enunciador/enunciatário e estabelece uma relação entre eles, produzindo um efeito de sentido que se baseia na interação produzida por meio dos signos lingüísticos. Dessa

forma, não se pode pensar em tema desvinculado da enunciação, uma vez que ambos expressam uma situação sociohistórica concreta.

A tematização está diretamente atrelada à significação, que acontece em função da recorrência de traços semânticos que se corporificam e ganham sentido, à medida que vão se clarificando no imaginário e fazendo-se valer pelo sentido que assumem na enunciação, estando sujeitos à transitoriedade, ou seja, à possibilidade de significar de diferentes maneiras caracterizando, desse modo, a palavra.

Willian Cereja (2005:202), assim descreve a significação:

*A significação existe como capacidade potencial de construir sentido, própria dos signos lingüísticos e das formas gramaticais da língua. É o sentido que esses elementos assumem, em virtude de seus usos reiterados. É, portanto, um estágio mais estável dos signos e dos enunciados, já que seus elementos, com fruto de uma convenção, podem ser utilizados em diferentes convenções com as mesmas indicações de sentido.*

Torna-se nítido que a significação representa o caráter abstrato da palavra e à compreensão deste, corresponde uma réplica, sendo, portanto, de acordo com M.Bakhtin (2002:132), *o efeito da interação do locutor e do receptor produzindo através do material de um determinado complexo sonoro*. Toda enunciação completa é constituída de significação e tema. Esses dois elementos integram-se, formando um todo e sua compreensão só se torna possível quando há interação entre os indivíduos.

Se, por um lado, as escolhas lexicais da enunciação estão sob o domínio do produtor, que pode articular a significação de acordo com sua intenção, de outro, os intérpretes têm a liberdade de se opor a essas significações. Assim, o tema é concretizado em dada situação histórica e origina a enunciação, que não tem como base apenas as formas lingüísticas como as palavras, as formas morfológicas ou sintáticas, os sons e as entoações, mas também se estabelece por meio de elementos extralingüísticos, como por exemplo, a finalidade do discurso, o público a que se destina, o contexto histórico ideológico que estão na base de todas as produções discursivas reais.

A palavra *feiticeira*, por exemplo, que, durante a Idade Média, destinava-se a nomear as mulheres que não seguiam os preceitos cristãos e que se entregavam à luxúria mundana, hoje tem seu significado ampliado e aplicado a conceitos mais suaves, de mulher “do mundo” à “mulher encantadora”:

[24]

*Está no dicionário: feiticeira é sinônimo não só de maga e bruxa, mas também de mulher encantadora. Talvez por isso as mulheres de hoje se interessam tanto pelo tema – querem encantar os outros, além de redescobrir o encantamento da vida e da natureza. De preferência, sem truques cinematográficos e sem culpa cristã. Pois, se hoje a feiticeira é cult, é bom lembrar que na Idade Média as bruxas foram perseguidas pela Igreja Católica e queimadas em fogueiras. O livro MALLEUS MALEFICARAM, escrito por dominicanos em 148, dizia que “toda bruxaria advém da luxúria carnal, que nas mulheres é insaciável”. Para eles, “bruxas” eram aquelas que sentiam o “imundo orgasmo”. Felizmente, os tempos são outros. Segundo o sacerdote e escritor CLAUDINEY PRIETTO, a última lei que proibia a bruxaria na Inglaterra foi revogada em 1951. Desde então o paganismo tem sido resgatado e renovado em várias partes do mundo, tanto na tradição wicca (bruxaria moderna de origem celta) e em outros movimentos como o neoxamanismo, quanto em práticas da Nova Era, que propõe autoconhecimento a base de magia light. (Revista Claudia, outubro de 2005, pp.207-8) [Anexo 05]*

A partir do recorte, torna-se claro que as palavras podem assumir diferentes valores semânticos do signo em função do contexto histórico em que são utilizadas. Hoje já não faz mais sentido que mulheres consideradas “místicas” sejam queimadas em praça pública ou perseguidas por instituições religiosas, já que o discurso é produzido para um enunciador que está além dos limites do texto. Desse modo, a feiticeira do século XXI é a mulher que busca harmonia espiritual junto aos elementos da natureza que, numa perspectiva mais ampla, podem ser considerados uma manifestação encarnada de atributos divinos como a força e a sabedoria.

Diante disso, pode-se afirmar que somente o tema não é capaz de constituir o sentido dos enunciados, já que este só se concretiza a partir da relação entre aquele e a significação que lhe é atribuída. Desse modo, em função dessa interdependência, ocorre um processo de simbolização em que o sentido ou sentidos do discurso necessariamente se vincula ao sistema de valores e crenças dos participantes do processo de enunciação.

A significação encontra correspondência no imaginário coletivo e está atrelada a vários aspectos situacionais com os quais interage, numa relação de transitoriedade para outros contextos em que os papéis de enunciador/enunciatório se alternam para que o sentido do enunciado se estabeleça e o situe em seu ambiente sociohistórico. A significação é, portanto, uma forma de reavaliação dos sentidos atribuídos às palavras pelos sujeitos no processo da enunciação, que acontece em tempo real e concreto.

Para que a palavra assuma um sentido concreto, faz-se necessário o afiançamento das relações sociais que, de certa forma, determinam um posicionamento valorativo para o signo que, por sua vez, pode se modificar de acordo com as necessidades do grupo e do discurso.

[25]

*10 coisas que você precisa saber antes de se casar (e depois, para fazer o amor durar) Respeitar e Ouvir. Nada mais frustrante, irritante e desanimador do que contar um problema e ouvir o comentário de que você está fazendo tempestade em copo d'água. Geralmente usamos esse discurso quando não conseguimos controlar o nosso desconforto por não saber a saída de um impasse. Então, em vez de apoiar o sentimento do parceiro, fazemos com que se sinta criticado e julgado. Lição: Mesmo que não pareça um drama para você, ouça o que outro tem a dizer. É só isso que ele quer, você não precisa resolver a questão. Apenas dar a sua atenção.*(Revista Claudia, abril de 2006, p. 147) [Anexo 09]

Não dissociada de tema e significação, está a isotopia, ou seja, a reafirmação de traços semânticos que conduzem à significação do discurso, sendo responsável por sua coerência. Assim, as diferentes possibilidades de significação dadas ao texto são fornecidas pelas pistas lingüísticas e pelos mecanismos de construção de tipos de discursos subjacentes aos textos, já que é pela recorrência desses traços semânticos que se pode estabelecer a leitura. Quando se lê um texto, o que garante unidade de sentido a ele é justamente o tema, que antecipa o aspecto abordado de determinado assunto, e a utilização de conectores, que, em função de sua carga semântica e do contexto, podem ratificar o pensamento do enunciador.

À luz de conceitos mencionados por W.Cereja (2005) como tematização e significação é possível fazer uma análise mais abrangente do discurso, que não sendo desprovido de intencionalidade, não se limita a simplesmente significar aquilo que se pode ler, mas em buscar em referências sociohistóricas elementos que ampliem seu significado.

O texto é o elemento materializado pelo produtor, cujo ponto de referência é o tema. Para que o produtor efetive a comunicação há duas possibilidades: a efetivação do sentido estabelecida pelos processos lingüísticos tais como a repetição, a modalização, a criação de palavras e o uso de conectivos, por exemplo, em que a significação se concretiza a partir de um ato interacional ou por meio de estratégias retóricas, como o ethos, a transitividade, como se verifica a seguir:



O controle interacional acontece por meio de uma identificação com a situação explicitada no artigo (a perda de um amor).

[26]

*Quem já sentiu na pele a dor de ser traída e abandonada sabe do que a assistente administrativa Renata Ferrari , 31 anos, está falando. (Revista Claudia, dezembro de 2006, p.160). [Anexo 17]*

Observa-se que a interação leva o enunciatário a sentir-se reconfortado em saber que essa mesma situação também já foi vivenciada por outras pessoas, eis uma forma de conquistar atenção e simpatia para aquilo que o enunciador considera adequado para contextos como o apresentado.

O gênero predominante é o narrativo, que direcionado a um auditório particular, fundamenta-se, sobretudo, nos relatos de experiência dos enunciatários que cumprem o papel de argumento de autoridade, ou seja, o *ethos* do enunciador é afiançado por meio da exploração de situações recorrentes a determinados contextos sociais em que as dores devastadoras da estabilidade feminina são mais intensas. A interação do texto com o enunciatário é, nesse caso, mantida pela continuidade e validade desse tipo de discurso, que, fundamentado nos argumentos de ordem emocional, corporifica uma espécie de “conselheira” que auxilia as pessoas em seus momentos de desilusão.

A modalização, como ponto de convergência entre a significação da realidade e a representação das relações sociais no discurso, pode ser observada no desenvolvimento da proposição (“Remédios para um coração partido”).

[27]

*Dói, mas passa. Antes de dizer que essa é mais uma frase vazia, incapaz de consolar quem acabou de perder um grande amor, leia esta reportagem. Duas mulheres que enfrentaram o abandono e uma terapeuta falam sobre a volta por cima. (Revista Claudia, dezembro de 2006, p.160). [Anexo 17]*

Por se tratar de um gênero narrativo tomado por um tom confidencial, podemos elencar uma escolha lexical subjetiva que retoma a proposição e coloca o tema em destaque por meio de modalizadores que visam a amenizar a dimensão do problema embasados em

atos de fé: I) *Dói, mas passa.* II) *...antes de dizer que é mais uma frase vazia...* . Em ambos os exemplos, temos a presença de operadores argumentativos que I, por meio da conjunção adversativa **mas**, quebra a expectativa de dor eterna e apresenta a possibilidade de transformação da realidade ao sujeito, ou seja, é conferido a ele o poder de mudança e construção da própria história. Em II, joga-se com o imaginário coletivo e com as representações sociais, uma vez que a idéia contida na afirmação I povoa “o saber coletivo” desvinculado de qualquer conteúdo pragmático, configura-se, desse modo, uma estratégia de contra-argumentação que prepara o enunciatário para a apresentação de uma nova abordagem, assim, ao final, uma frase no modo imperativo (“... **leia** a esta reportagem.”), convida-o à leitura do texto e à apresentação de novas perspectivas para a solução do problema, de modo que a esperança possa ser restabelecida.

Se considerarmos que o tema é sofrimento causado pela perda de um amor, isso nos leva a uma isotopia de uma constatação de problemas de relacionamentos afetivos que, mantendo uma coerência com o ethos do enunciador, sofre uma transitividade no percurso discursivo (começa-se relatando a dor da perda para, ao final, mostrar que o processo de amadurecimento está intimamente relacionado ao saber lidar e superar o sofrimento, o que, segundo o enunciador, contribui para o sucesso numa nova etapa).

### 2.4.3. ISOTOPIA

A isotopia é outro recurso fundamental à atribuição do sentido dos enunciados, dado que é responsável por reafirmar, por meio dos traços semânticos, ao longo do discurso, o direcionamento coerente a uma determinada compreensão. Vejamos como isso se materializa no recorte a seguir:

[28]

## MORRIGHAN

### Deusa do sexo e da morte

*Temida por sua força e independência – e também por ser um pouco vingativa – , Morrighan está ligada à sexualidade e à guerra. Garante prazer (notadamente o sexual) e vitória para seus protegidos. Etimologicamente, seu nome significa Grande Rainha: podemos invocá-la sempre que sentimos necessidade de alimentar o amor próprio, retomar o autocontrole e reafirmar nossa liberdade de pensamento. Auxilia ainda na superação de obstáculos e na tomada de decisões, principalmente as que implicam rupturas, que são, em certo aspecto uma forma de morte, seguida de um renascimento para uma nova etapa. Nas lendas célticas, ela muitas vezes assume o aspecto de um corvo, o mesmo símbolo da fada Morgana – personagem das lendas do rei Arthur e as Brumas de Avalon. Muitos estudiosos afirmam que Morgana é uma manifestação mais recente dessa deusa arcaica. (Revista Claudia, agosto de 2006, 226). [Anexo 14]*

Os termos destacados em [28] permitem-nos reconhecer a proteção e a atuação da deusa em esferas distintas – a erótico-sexual e a guerreira . Por apresentar características enaltecidas no que diz respeito à feminilidade e ao comportamento sensual, permite uma identificação junto aos enunciatórios. É importante ressaltar que a repetição de alguns lexemas relacionados a esse campo semântico desempenham importante papel nesse sentido, uma vez que reforçam a mensagem de que, mesmo Morrighan sendo uma deusa celta, atributos femininos por excelência que nela se manifestam evidenciam que a feminilidade sobrepõem-se em relação às características guerreiras que no imaginário coletivo são de exclusividade dos homens. Nesse aspecto, tais virtudes convergem exatamente com o slogan da própria *Revista Claudia*: “Independente sem deixar de ser mulher”. Assim, na contemporaneidade, faz-se necessário às mulheres serem destemidas tal qual as guerreiras celtas, predispostas a encarar todas as dificuldades que o cotidiano lhes impõem, sem, contudo, abrir mão da feminilidade e da sobriedade.

## 2.5. ESPAÇOS DISCURSIVOS, CENOGRAFIA E A CONSTRUÇÃO DO ETHOS FEMININO

O espaço discursivo é estabelecido por inúmeras formações discursivas que se constituem ideologicamente nas relações sociais e interagem no universo enunciativo, em que o corpo ganha fala, estando inserido historicamente nas representações que constituem as cenas.

A cena é o espaço instituído pelo discurso, no qual o enunciador por meio de seu *ethos* constitui a sua imagem dada pelo conjunto de características físicas e psicológicas que, elencadas por um determinado grupo, legitima-o pela própria enunciação, embasados por elementos textuais presentes no gênero discursivo, que, de certo modo, corroboram para adesão dos sujeitos a um posicionamento.

O sentido atribuído ao discurso faz referência à imagem criada do orador, que repercute suas idéias, num constante jogo do ser atrelado ao dizer, refletindo valores e crenças ideologicamente investidos. Assim, o enunciador no ato discursivo está sujeito a um espaço e tempo determinado, cujos papéis sociais estão corporificados em função da posição que esses sujeitos ocupam.

Todo discurso, de acordo com D. Maingueneau, constitui-se na sua formação discursiva por uma cena imediata que pode se diferenciar de três modos: a) *cena englobante* – é aquela que pelo próprio título e contexto faz-se reconhecer pelo enunciatário; b) *cena genérica* – relaciona-se à microestrutura dos textos e às suas especificidades; c) *cenografia* – é independente do tipo de discurso e concretiza-se por meio da imagem, duplamente orientada, que o enunciatário constrói no ato discursivo.

A cenografia é um produto do empenho enunciativo numa tentativa de construir um ambiente propício ao seu estabelecimento, por isso, não pode ser reduzida a simples representação de um espaço destinado ao surgimento espontâneo dos atos discursivos. Ao contrário, a cenografia mantém com eles uma relação de legitimação, desse modo, os enunciados ratificam a validade e a pertinência da cenografia e vice-versa. Assim, de acordo com D. Maingueneau (2005:88), *Uma cenografia só se manifesta plenamente se puder controlar o próprio desenvolvimento manter uma distância em relação ao co-enunciador*. Dessa forma, verificamos que no discurso dos artigos que compõem o *corpus*, a cenografia se distingue em função da finalidade persuasiva do enunciador que se utiliza de um processo de identificação e apreensão do imaginário do enunciatário.

Passando-se à noção de *ethos*, D. Maingueneau descreve-o como sendo uma forma de legitimação do discurso concedida ao enunciador em função de sua posição e do saber institucional atribuído a ele, que, por estar imbricado à cenografia, vai além da voz e se concretiza no discurso. A representação do enunciador está associada à imagem que ele constrói de si por meio do discurso com o intuito de influenciar o enunciatário a aderir ao seu ponto de vista, num constante jogo de identificação e de projeção em que recorre à imaginação do interlocutor.

Desse modo, a enunciação pode revelar traços da personalidade do enunciador, a expectativa criada pelo enunciatário em relação ao seu comportamento, seja ele físico ou psíquico. O enunciatário estabelece uma personalidade e uma representação concreta do locutor, criando uma imagem que está sujeita à aprovação ou não, já que todos os domínios sociais estão impregnados de representações e de julgamentos acerca do comportamento alheio.

É no sistema de valores hegemônicos socialmente vigentes que o *ethos* deve encontrar correspondência. Seguindo essa estratégia, a *Revista Claudia*, por possuir um lugar institucional de credibilidade e ter o seu discurso alicerçado, validado, estabelece com seus enunciatários uma espécie de contrato fiduciário responsável pela identificação locutor/interlocutor. Com matérias que visam a promover o aprimoramento das relações interpessoais de seus enunciatários, constantemente são encontradas “receitas” de boa conduta, sejam no trabalho ou nas relações amorosas.

[29]

### **GENTILEZA GERA GENTILEZA**

*Um gesto amável mostra o que há de melhor em você e, como num passe de mágica, revela também o melhor dos outros.*

*A gentileza tem algo em comum com a gripe – é contagiosa. Oferece sem exigir reciprocidade. Na forma de um olhar, de um sorriso, de uma palavra, ela faz com que nossos sentimentos entrem em sintonia com os demais. Por se basear na aparência, não é propriamente uma virtude, mas um treino que leva outras virtudes. (...) 'É praticando ações justas que nos tornamos justos. É praticando as ações moderadas que nos tornamos moderados. É praticando as ações corajosas que nos tornamos corajosos'. Como corolário, pode-se acrescentar: é praticando a gentileza que nos tornamos gentis e acabamos sendo por dentro o que parecemos por fora.. (Revista Claudia, maio de 2006, p.150) [Anexo11]*

O recorte acima corresponde a uma matéria da *Revista Cláudia* (maio de 2006, p. 150) tem como tema a gentileza. O título em destaque, além de constituir uma paráfrase da máxima “violência gera violência”, refere-se a um poeta popular que enfeitou alguns viadutos da cidade do Rio de Janeiro com seus escritos, conhecido como Profeta Gentileza. Valendo-se da máxima de que para toda ação há uma reação, o enunciador sugere que os enunciatários pratiquem a gentileza para poderem recebê-la como recompensa.

Um dos recursos utilizados para manter o sentido e garantir a unidade discursiva é a repetição da estrutura frástica: “É praticando...”. O verbo no gerúndio, por indicar ação em curso, torna claro que a plenitude espiritual só poderá ser alcançada por meio da repetição de atos nobres como, perdoar, tolerar entre outros, simultaneamente. Além disso, verifica-se um tom didático, de forma a ensinar e conduzir seus enunciatários à adoção de tais comportamentos. Diante desse cenário, surgem questionamentos: a que tipo de mulheres destina-se esse discurso? Que fundamentos respaldam a escolha desse tema?

De acordo com *ethos prévio* dos enunciatários, é preciso que a enunciação aborde temas que estejam atrelados às necessidades da mulher contemporânea, afinal, num mercado de trabalho em que a competição torna-se cada vez mais acirrada e numa sociedade que cobra dela o desempenho de inúmeros papéis, não raro, simples atos, com ser gentil, acabam sendo suplantados ou mesmo ignorados. Logo, tais artigos surgem para respaldar e direcionar uma prática mais humanística e sensata no meio social de muitas dessas mulheres.

A repetição da expressão “É praticando...” vem reafirmar a isotopia que se estabelece no plano semântico, apoiada por expressões como: “gesto amável”, “por se basear na aparência não é propriamente uma virtude”, que remetem ao mesmo campo semântico dos discursos de auto – ajuda . Além disso, evidencia que as virtudes só poderão ser alcançadas, à medida que se tornarem uma prática cotidiana, devendo, portanto, ser experimentados empiricamente.

Outra preocupação latente no comportamento das mulheres da modernidade é a de construir uma imagem externa que corresponda à interna. Assim, o texto articula-se a partir da primeira pessoa do plural: “Como corolário, pode-se acrescentar: é praticando a gentileza que **nos tornamos** gentis e **acabamos** sendo por dentro o que **parecemos** por fora”. Sabendo que essa angústia é algo compartilhado, o peso da “culpa” torna-se mais leve. Essa estratégia, baseada na apresentação de novos valores, visa a persuadir o enunciatário e fazê-lo acreditar na proposta do enunciador, estabelecendo uma estrutura fundamentada na prescrição e na mudança de atitude do enunciatário, numa atitude que reafirma a isotopia.

O discurso está fundamentado principalmente nos argumentos de autoridade e nos relatos de experiência. Ao longo da reportagem da revista (maio de 2006, p. 151), são evocadas as idéias de pessoas relevantes a sociedade, por exemplo, do escritor francês André Comte-Sponville, bem como a experiência de leitoras, bem sucedidas profissionalmente, que vivenciaram o problema tratado, o que torna o ato persuasivo mais eficiente. Desse modo, destaca-se a importância do *ethos* discursivo e as relações de poder institucionais inerentes a ele, uma vez que o imaginário coletivo e o papel desempenhado pelos sujeitos contribuem para a materialização do discurso.

Diante dos dados expostos, torna-se evidente que o *ethos* é o responsável pela construção de um paradigma em que a linguagem constitui-se como importante elemento de interação social, não estando restrito ao ato discursivo, mas restabelecendo significações não dissociadas do contexto sociohistórico, já que é o modo como o universo particular e o global se expressam. Assim, à constituição do *ethos* subjaz a um entrelaçamento entre regras enunciativas e ideológicas em que o predomínio de uma sobre a outra é definido de acordo com o gênero discursivo.

## **2.6 DIALOGISMO E POLIFONIA**

A concepção de dialogismo adotada pela AD provém dos conceitos bakhtinianos atrelados à linguagem, uma vez que ela funciona como meio de interação entre os indivíduos que, por meio do discurso, esboçam práticas sociais cerceadas pela ideologia. Desse modo, podemos compreender que o dialogismo constitui-se no imaginário coletivo e, portanto, faz com que a linguagem não seja neutra, pois ela funciona como espaço interacional integrante do contexto histórico-social, permeado por inúmeras vozes representativas dessa totalidade lingüística.

A concepção de dialogismo não pode ser dissociada do processo enunciativo, pois trata de uma característica essencial à linguagem, logo, enunciados destacados de seu ambiente de produção adquirem o status de mera abstração lingüística, perdendo seu foco de natureza dialógica. Segundo M.Bakthin (2002), o dialogismo é a apropriação do discurso alheio:

*tudo que é dito, tudo que é expresso por um falante, por um enunciador, não pertence a ele. Em todo discurso são percebidos vozes, às vezes infinitamente distantes anônimas, quase impessoais, quase imperceptíveis, assim como vozes próximas que ecoam simultaneamente no momento da fala.*

Diante disso, a concepção bakhtiniana de dialogismo está diretamente relacionada à multiplicidade de vozes sociais que interagem num processo contínuo de interação entre os interlocutores de um processo comunicativo. Nesse contexto, aquilo que já fora enunciado suscita diferentes manifestações ora favoráveis ao discurso do enunciador como aplausos, elogios, adesão às idéias dele, ou, ao revés, serem desfavoráveis e manifestarem isso por meio da manifestação de críticas, deboches e da não concordância com as idéias apresentadas pelo enunciador. Assim, para o entendimento da atuação dialógica da linguagem, Bakhtin difere-a em duas instâncias de atuação: na relação de comunicação entre enunciador e enunciatário pelo viés do texto e pelo eixo da intertextualidade nas entrelinhas do discurso.

Com o intuito de ilustrar melhor a teoria, da amostra de análise, extraímos o seguinte recorte:

[30]

*Segundo Liliana, que também é presidente da Sociedade Brasileira de Psicologia Analítica, os sonhos servem para regular o funcionamento psíquico. Pode soar paradoxal, mas até os pesadelos cumprem essa função, colocando-nos em contato com questões difíceis que precisamos assimilar. De certa forma, o ato de sonhar já é por si só uma elaboração de conteúdo irracionais, ainda que a gente não se lembre de absolutamente nada ao despertar.(Revista Claudia, julho de 2006 p. 57) [Anexo 03]*

É possível reconhecer a presença de duas vozes que se entrelaçam no desenvolvimento do discurso. Uma, constituída pelo argumento de autoridade, evidencia para o enunciatário a perspectiva teórica sobre o assunto discutida, ou seja, além de fundamentar o posicionamento do enunciatário, mostra a pertinência do assunto tratado e legitima a consideração *a posteriori* feita pelo enunciador. A outra formação discursiva diz respeito ao próprio enunciador, que pautado no que anteriormente fora apresentado, desenvolve um discurso explicativo, por meio da paráfrase do enunciado que lhe serviu de



base. Desse modo, a relação dialógica entre os indivíduos, acontece à medida que ocorre a percepção do outro na atribuição do sentido, que atua no já dito mas esquecido e que conseqüentemente corroboram para a paráfrase que consiste na formação e reformulação do significado.

Outro aspecto relevante à Análise do Discurso concernente ao dialogismo e importante para o desenvolvimento do presente estudo é a interdiscursividade que segundo D. Mangueneau pode ser entendida como a intersecção de textos que atuam na concretização do entendimento e interpretação dos enunciados, podendo interagir por diferentes processos: a citação, a alusão e a estilização.

A citação ocorre de maneira explícita, a fala de outrem intervém de modo a complementar ou reafirmar seu discurso. A essa prática, a AD denomina a presença da polifonia ou da heterogeneidade mostrada e constitutiva. O caráter polifônico do discurso serve para diferenciar as vozes simultâneas presentes nele. Como se verifica a seguir:

[31]

*Nada transforma tanto uma mulher quanto a maternidade. Além das mudanças físicas, a gestação e a fase de aleitamento produzem alterações psíquicas e cerebrais. A jornalista Katherine Ellison mostra no livro **INTELIGÊNCIA DE MÃE** (ed. Planeta do Brasil) que o aumento dos níveis de hormônios torna a mente mais ágil, reduz o stress, aguça o olfato e audição.* (Revista Claudia, outubro de 2006, p. 238) [Anexo 15]

[32]

*Como um casamento feliz pode se desviar de repente para o ciúme exagerado e constantes agressões verbais? [...] O método da constelação familiar foi desenvolvido há quase 30 anos pelo psicanalista alemão **Bert Hellinger**, autor de vários livros, entre eles **A SIMETRIA OCULTA DO AMOR E ORDENS DO AMOR** (e. Cultix) [...] Para ele, a origem dos conflitos amorosos pode estar na infância ou na juventude dos pais ou mesmo em gerações anteriores, cujas dificuldades permanecem guardadas como segredos de família, produzindo os emaranhamentos, pontos nevrálgicos onde nenhuma longa psicoterapia é capaz de chegar. O fenômeno envolve a herança genética – como a depressão da mãe que reproduz a da avó e reflete na filha – mas vai mais longe. Tem raízes em vivências emocionais dos antepassados.* (Revista Claudia, outubro de 2005, p. 154) [Anexo 04]

Outra forma de representação das diferentes vozes presentes no discurso é a alusão, nesse processo as palavras são substituídas por outras de mesma equivalência e as construções sintáticas reformuladas de modo tácito. Nesse processo, interdiscursivo acontece a inclusão e/ou exclusão de temas ou figuras de construção que farão parte de um contexto atrelado a uma determinada tipologia discursiva. Assim, esse recurso pode estar a serviço da confirmação das idéias do texto que lhe serviu de fonte de enunciação ou, ao contrário, partir dele para refutar-lhe os argumentos.

[33]

*Enfim, **Maria** era mulher e não deusa, embora em alguns casos, como o de **Nossa Senhora de Guadalupe**, padroeira da América Latina, ela reaparece como uma versão cristianizada de uma deusa dos náuatles, povos do México e da América Central. Além disso, o teólogo confirma alguns paralelos da **Virgem** com as deusas pré-cristãs. **Todas atuam sobre a influência lunar** (a Lua crescente é um dos símbolos de Maria), **com as mesmas funções maternas: gerar, cuidar, nutrir, educar e inspirar.** (Revista Claudia, maio de 2006, p. 224) [Anexo13]*

Nota-se, portanto, que a figura de Maria é venerada de diferentes formas, mas em sua historicidade, conserva sua essência. Observa-se também que as expressões destacadas fazem referência explícita a Maria de Nazaré, mãe de Jesus.

A presença da estilização ocorre na representação do estilo de outro enunciador de modo que, por meio da reprodução de distintos discursos, haja a veiculação de tal característica que estabelece a disseminação de determinadas idéias.

[34]

*Malhe o cérebro - Resultado de muito exercício, a criatividade é uma espécie de musculação do cérebro. Quanto mais você treina, mais forte fica, diz o consultor Antonio Carlos Teixeira. No DVD PENSE DIFERENTE, que ele assina, há 100 práticas. Seleccionamos oito. Brinque com elas.*

- *Imagine seis maneiras de utilizar uma bicicleta dentro de casa.*
- *Descreva cinco melhoramentos que se podem fazer num garfo*
- *Faça uma paródia de PARABÉNS A VOCÊ!*
- *Indique três artigos de uso cotidiano que considera ultrapassados e aponte formas para moderniza-los.*
- *Crie cinco manchetes que gostaria de ler nos jornais de amanhã.*
- *Lembre-se de um sinônimo, uma gíria, um dito popular para substituir a palavra absurdo.*
- *Recorte seis cenas de diferentes histórias em quadrinhos. Elimine o texto dos balões e elabore novas falas para os personagens.*
- *Naves espaciais de outros planetas têm visitado a Terra. De cinco justificativas para isso. (Revista Claudia, maio de 2006, p.188) [Anexo 12]*

O recorte apresentado pode ser considerado como exemplo de estilização por apresentar uma estrutura semelhante à de receitas culinárias. A quantidade de elementos – cinco manchetes, cinco melhoramentos, cinco motivos – e a utilização de verbos na forma imperativa – imagine, descreva, faça, crie, recorte fazem remissão àquela tipologia textual. Ou seja, seguindo o passo-a-passo sugerido pelo enunciador, o enunciatário terá, como produto final, uma criatividade mais potente.

D.Maingueneau (2004) considera que os discursos são produzidos com base em relações interdiscursivas que se fundamentam em delimitações mútuas que se focam em um processo de intercompreensão pautada no estabelecimento de regras comuns. Assim, a interdiscursividade constitui, portanto, o processo dialógico da língua, porque no entrelaçar das vozes podemos perceber o ecoar de um enunciatário a outro e sucessivamente a repetição como num tecer de palavras na composição do texto.

A linguagem admite que no repetível se presentifique o novo, pois todo discurso é social e, portanto inserido na história, possibilita de tal modo trocas enunciativas que garantem o contrato social, ou seja, a repercussão dos valores hegemônicos sendo necessário, por parte dos envolvidos no processo comunicacional, o conhecimento prévio de outros textos.

O conceito de heterogeneidade, relacionado à interdiscursividade, definido por D.Maingueneau permite uma dupla distinção: de um lado, há a heterogeneidade mostrada

como a presença de um discurso alheio incorporado ao do enunciador que diferencia o próprio discurso daquele que foi produzido por outro; do outro está a heterogeneidade constitutiva que é a relação do discurso do enunciador com outros discursos, porque, mesmo pretendendo-se original, todo discurso acaba por ser a repetição de outros. Assim, pode entender que nenhum discurso não é linear, pois há sempre um entrelaçamento no discurso do outro, portanto ele é heterogêneo e polifônico.

A polifonia, por seu turno, diz respeito à coexistência e à interação de diversas vozes autônomas no mesmo espaço discursivo, tal característica torna-se clara no corpus de análise em que as diversas vozes intervêm ao discurso, de modo que ao discurso da Revista Claudia, não subjaz a presença unívoca de um enunciador, mas a multiplicidade de vozes que fazem do discurso o espaço da enunciação polifônico, dialógico e interdiscursivo. Esses mecanismos estabelecem relações entre o discurso motivador e aquele que a partir deste será constituído, desse modo, a polifonia pressupõe a existência de uma idéia que será contrariada, quer seja por uma asserção positiva – quando o pressuposto é negativo, quer por meio de uma negativa, em situação contrária à apresentada. Os recortes extraídos do *corpus* permitem reconhecer a manifestação do caráter polifônico no discurso:

[35]

*E se um amigo **não ligou no meu aniversário, não é porque ele esqueceu, é porque eu não fui à formatura dele. Ou seja, a culpa é minha também.***  
(Revista Claudia, maio de 2005, p. 83) [Anexo 01]

[36]

*Temos um padrão para reagir quando ficamos doentes, para lidar com uma aflição, encarar desilusões ou mesmo para tratar dos assuntos relacionados ao trabalho e ao dinheiro. Alguns padrões podem até ser produtivos – tais com aqueles que nos fazem ganhar tempo ou poupar recursos -, **mas a maior parte deles impede o crescimento pessoal.***  
(Revista Claudia, maio de 2006 p.188) [Anexo 12]

Os recortes destacados apresentam estruturas que nos permitem reconhecer elementos fundamentais ao estabelecimento da polifonia, dado que os termos (por nós grifados), orientam a argumentação em [35] a partir da consideração da existência de um interlocutor

que concretizasse as afirmações negadas. Assim, o esquema a seguir evidencia o percurso lógico da formulação do enunciado:

Em [35]:

**Afirmação:** Meu amigo esqueceu do meu aniversário, *logo* não me ligou.

**Negação:** Meu amigo não me ligou no meu aniversário *porque* eu não fui à formatura dele.

Considerando-se o contexto, a relação semântica entre as duas orações que compõem a estrutura frástica da afirmação ocorre por meio do emprego de uma oração coordenada sindética conclusiva. Assim, a negação, que se estabelece a partir da refutação de uma possível conclusão lógica apresentada na primeira oração (Meu amigo não me ligou) apóia-se na explicação do enunciado o que se verifica na relação estabelecida entre as duas orações em torno das quais se estrutura o período composto, caracterizando assim, o discurso polifônico.

Em [36]:

**Afirmação:** Temos sempre um padrão de reação.

**Negação:** Temos sempre um padrão de reação, *mas* a maior parte deles impede o crescimento pessoal.

Percebe-se que, nesse recorte, a polissemia estabelece-se não a partir de uma negação explícita (como por meio da utilização de um advérbio de negação), mas por meio da quebra de expectativa lógico-semântica anunciada na primeira oração que compõe o período (Temos sempre um padrão de reação), isso se deve ao emprego da conjunção adversativa **mas**, que como todas as outras de mesmo campo semântico, consiste em direcionar a carga argumentativa da oração coordenada sindética adversativa em sentido oposto ao apresentado na oração assindética a qual ela se relaciona.

Podemos depreender que a incompletude da linguagem permite a inclusão dos elementos interacionais de modo a preencher as lacunas para a atribuição do sentido. As vozes responsáveis no limiar dos discursos são representações de espaços sociais que se

presentifica por meio deles. Portanto, a de se pensar que o dialogismo está no cerne das relações sociais, conduzindo e interferindo no modo de pensar e de agir dos indivíduos. Sendo assim, todo ato discursivo é cerceado por contratos sociais que, por sua vez, são os responsáveis pela definição e agrupamento das diversas tipologias textuais, embora haja a liberdade de adaptação a uma situação discursiva em função dos enunciatários, do contexto e da intencionalidade do enunciador.

## A DIVERSIDADE DOS GÊNEROS NA CONSTRUÇÃO DA EMOÇÃO E DA ESPIRITUALIDADE

### 3.1 EMOÇÃO E ESPIRITUALIDADE: A CONSTRUÇÃO DA FEMINILIDADE

Ao longo das reportagens e dos demais elementos constituintes da revista como capa, sumário e anúncios publicitários, a construção da feminilidade é veiculada e propagada pela *Revista Cláudia*, uma vez que o conceito de feminino<sup>9</sup> está diretamente relacionado aos diferentes papéis sociais atribuídos à mulher, estabelecidos pelo imaginário coletivo, que ao longo dos anos vem propagando valores de uma sociedade patriarcal e cristã. A necessidade de tais preceitos continuarem vigorando para a manutenção dos valores hegemônicos, faz com que haja a intervenção da mídia, que de uma forma bastante persuasiva e perspicaz, num tom amigável e confidencial, interage com suas leitoras (interlocutoras) levando-os a agir conforme os padrões pré-estabelecidos pela sociedade, tais modelos são constantemente reafirmados, conforme se observa no recorte a seguir:

[37]

*Quando alguém me conta um problema, vou fundo e me coloco no lugar do outro, confessa a artista plástica, Marta Sadala, 42 anos. Sem a pessoa pedir, já estou ajudando, me mexendo. Acostumada desde de pequena a a oferecer acolhida a quem precisa – herdou a característica da mãe, refugiada de guerra, cuja casa estava dia e noite aberta a todos. (Revista Cláudia maio de 2007, p. 227.) – [Anexo 19]*

<sup>9</sup> Feminino adj 1 relativo a ou próprio de mulher <os ardis f.> <trejeitos f.> < o comportamento f.> <os traços físicos> 2 relativo a próprio de fêmea. (*Dicionário Houaiss da língua portuguesa*:1324)

Na *Revista Cláudia*, esses preceitos aparecem influenciando, por meio dos atos de fala, suas leitoras (enunciatórias) a partir das chamadas das reportagens expostas na capa, no próprio teor dos artigos e nas propagandas, que vão permeando nas entrelinhas dos discursos da revista, definindo o que é ser mulher numa relação dialética ao feminino.

[38]

*Mulheres que já ganharam o primeiro milhão* Teste se você tem esse perfil.  
**Entrevista as motherns** A inteligência da mãe moderna é saber escolher com quem procriar. Sacadas sábias das criadoras do blog *mothern*.  
 Wanessa Camargo, *a noiva do mês*, experimenta 7 vestidos de sonho.  
**Perdi metade de mim** M histórias de vitória contra a balança sem remédio nem cirurgia.  
**Mais amor e intimidade sem discutir a relação** (ele vai adorar!). (*Revista Cláudia*, maio de 2007, capa) [Anexo 24]

Observamos nesse recorte que o conceito de ser mulher está diretamente relacionado à experiência pessoal que, por meio de relatos, vai delineando estereótipos de mulheres empreendedoras, modernas, persistentes e que estão em constante busca pelo equilíbrio entre a mente e o corpo.

Uma consideração relevante sobre a feminilidade no âmbito social contemporâneo foi realizada por Dina Maria Martins Ferreira (2002) em seu estudo, *Discurso feminino e identidade social*, no qual aponta que a figura da mulher brasileira ainda é bastante estereotipada, classificando-a em dois grandes grupos: a tradicional, aquela que é meiga e que vive em função do próprio marido, em contraposição, à mulher moderna que é confiante, arrojada e busca a independência financeira. Essa conceituação é importante para a análise do processo de construção da feminilidade e da espiritualidade em nossa amostra, uma vez que, independentemente da categoria em que se enquadram, as mulheres – público-alvo de *Cláudia* – encontramos na revista um discurso que, considerando as diferenças, já que trata de assuntos que dizem respeito a práticas que se associam ao catolicismo, como a devoção à Virgem Maria, assim como a rituais do candomblé, e constrói, dessa forma, uma atmosfera, para que a espiritualidade represente um eixo norteador da conduta de suas leitoras, e desse modo, mantenham-se equilibradas e logrem êxito na condução de sua vida pessoal e profissional.



[39]

*Era uma vez uma mulher que só comia cereais e fibras, bebia água o tempo todo, praticava exercício todos os dias e nunca teve prisão de ventre. Aí...bom, aí ela acordou. Cuidar de seu intestino é cuidar do seu bem estar Alívio suave e previsível ao redor do mundo. Dulcolax*

(Revista Claudia, maio de 2007, p 27) [Anexo 26]

Essa é a representação de uma mulher que só pode existir no mundo ficcional dos contos de fadas, o que se torna evidente, inclusive pela própria redação do texto da peça publicitária, iniciado pelo típico jargão “Era uma vez...”.

[40]

***A nova cara das mães do novo milênio***

*Ser mãe é a coisa mais antiga do mundo certo? Mas não precisa ser sempre da mesma maneira. As mulheres fizeram uma revolução em sua vida profissional e em seu papel na sociedade no século passado. Mas ainda viraram o milênio igualmente atordoadas e culpadas quando o assunto era filhos. Nada de se colocar em primeiro lugar. Qualquer coisa que não fosse trabalhar – única alforria já que o salário da mãe é fundamental para a qualidade de vida da família – era encarada como tempo roubado dos filhos, o que mereceria danação eterna.*

(Revista Claudia, maio de 2007, p10) [Anexo 25]

O caráter polifônico, ou seja, a coexistência de diferentes vozes que interagem na construção de sentido do discurso, nesse recorte é o que nos chama atenção na ratificação do discurso atrelado aos sujeitos e à história, que por meio de tais práticas explicitam valores arraigados do papel maternal, aquela que gera e abre mão de seus próprios interesses pessoais para doar-se em função dos seus e acaba se culpando por não conseguir ser a mãe perfeita e ideal conforme os estereótipos<sup>10</sup> que a mídia apresenta por meio de comerciais, anúncios publicitários (conforme exemplo a seguir) telenovelas, as chamadas “famílias Doriana”, ou seja, idealizadas. Mulheres sorridentes, que preparam o café da manhã para tomar com seu marido e filhos, que ainda consegue levá-los à escola e chegar a tempo no escritório e desempenhar com destreza seu papel de executiva e isso nos leva a entender a multiplicidades dos papéis sociais desempenhados pelas mulheres contemporâneas, que além

<sup>10</sup> Consideramos como estereótipos a reprodução de determinados tipos e comportamentos sociais facilmente reconhecíveis pelos indivíduos que formam parte de um sistema social.

de serem mães, esposas preocupadas com bem estar de seus entes, estão na busca constante pela aprovação do outro.

Diante de tantas exigências e na diversidade de atuação desses papéis sociais, foi preciso que a *Revista Cláudia* fosse além de reportagens comuns ao universo feminino e trouxesse às suas leitoras (enunciatárias) questões voltadas também à emoção e espiritualidade, aguçando intuições e resgatando práticas e rituais que foram sufocados em gerações passadas pela igreja.

Recorremos ao dicionário *Houaiss* da Língua Portuguesa que apresenta as seguintes definições para o termo espiritualidade:

**Espiritualidade** *s.f.* (s. XV. Cf. fich. IV PM) **1.** qualidade do que é espiritual **2.** característica ou qualidade do que tem ou revela intensa atividade religiosa ou mística, religiosidade, misticismo < pessoa de grande e.> <seus escritos são cheios de e.> **3.** tudo que tem por objetivo a vida espiritual <livro de e.> **4.** elevação, transcendência, sublimidade ☉ **ETIM** espiritual + i- + -dade; ver espírito e –spir(o)-; f. hist. s XV spiritualidade, s. XV spirituality, s. XV espiritualidade ☉ **SIN/VAR** espirituaezza, spiritualismo ☉ **Ant.** carnalidade, materialidade, mundanidade. (p. 1234:2001)

Os artigos que compõem o *corpus* de análise estão de acordo com as acepções do termo apresentadas pelo dicionário. É interessante ressaltar que a revista abrange um universo místico-religioso, que, por sua vez, se associa à representação da feminilidade, e que ocorre uma ritualização das práticas que envolvem os temas discutidos na seção *Emoção e Espiritualidade*.

[41]

*Mas, se a construção de um futuro mais justo deve ser a nossa meta de começo de ano, vai correndo ler... Jesus Cristo! Sim, de tudo que preparamos nesta edição para você, nada me tocou mais fundo que as palavras desse velho sábio, o aniversariante do mês, que está completando 2006 anos jovem e atualizadíssimo. Não precisa ser cristão nem mesmo seguir religião alguma para encontrar repostas decisivas em suas parábolas para os grandes desafios do século XXI: respeitar a diversidade, se conhecer melhor, diminuir o abismo entre ricos e pobres, sobreviver à avalanche de informações trazidas pela tecnologia e pela globalização e conseguir se aperfeiçoar como ser humano em mundo conturbado, violento e materialista (grifo nosso). Acredite, está tudo lá na reportagem As palavras de Jesus Cristo à Luz do Século 21. (Revista Cláudia, dezembro de 2006, p.10) [Anexo21]*

A construção do mundo vincula-se à experiência místico-religiosa, uma vez que é nesse contexto em que o sagrado e o humano se fundem estabelecendo um processo ritualístico responsável pela harmonia entre o homem e o universo. Assim, por meio da análise do *corpus*, percebemos que o sagrado constitui, portanto, um paradigma comportamental que implica a transcendência das questões pessoais e que permite às pessoas que vivenciam tais práticas despojarem-se de si e experimentarem o contato com diferentes manifestações místico-religiosas.

[42]

### ***Os problemas dos outros***

*A boa alma sempre disponível, toda ouvidos. A fortaleza que não poupa esforços em busca de saídas para quem estiver em apuros. Eis aí um tipo que todas nós conhecemos – se é que já não nos encaixamos nele em algum momento da vida. Desempenhar esse papel de cuidadora pode significar, para uma mulher simplesmente dar vazão aos instintos de acolhimento e proteção que costumam estar associados à natureza feminina [...]. (Revista Claudia, maio de 2007, p 226) [Anexo 19]*

Nesse contexto, a revista assume um discurso em que as mulheres, em função do paradigma disseminado pelo imaginário coletivo, estão propensas a uma sensibilidade mais aguçada que os homens, o que torna a relação com a espiritualidade uma das características inerentes à feminilidade.

Outro aspecto relevante a essa temática diz respeito ao fato de que, por meio da criação de comportamentos estereotipados, delineia-se um retrato da sociedade contemporânea. Nesse contexto, os artigos da revista, partindo para o plano místico-ritualístico<sup>11</sup>, apresentam temas que visam à exaltação de algumas qualidades pertinentes à feminilidade, como a intuição, por exemplo.

---

<sup>11</sup> São as práticas que, independentemente de qualquer crença religiosa, se associam a um tipo de ritual cujo objetivo é o de transcender o plano físico para o espiritual, entendido aqui como o espaço em que estão envolvidas experiências de ordem emocional e espiritual.

Religioso /ô/ adj 1 relativo ou próprio da religião 2 que vive segundo as regras de uma religião 3 apresenta fortes elementos de adoração, de veneração 3 pessoa que se comprometeu a seguir certas regras estabelecidas por uma religião (*Dicionário Houaiss da língua portuguesa*:2422)

Místico adj 1 referente aos mistérios, as cerimônias religiosas secretas <número m.> <letra m.> 2 relativo a crenças em coisas sobrenaturais, sem base racional <explicação> m.da erupção de um vulcão como a ira de um deus> 3 relativo a vida espiritual contemplativa 4 aquele que escreve sobre assuntos místicos, sobre as maneiras de como se alcançar a Deus narrando freq. suas próprias experiências (*Dicionário Houaiss da língua portuguesa*:1935)

[43]

***Refinar os sentidos e a intuição.***

*O processo pode ser estimulado com exercícios e com a meditação, aumentando a percepção de si e do ambiente. Além dos cinco sentidos apurados, a feiticeira desenvolve a intuição – capacidade de conectar informações conscientes e inconscientes, produzindo insights. A ordem é sair do automático, ficar alerta para se proteger de coisas e situações que consomem a energia, seja um ambiente hostil ou um som alto demais. Mais seletiva, terá condições de identificar o que precisa e o que lhe faz bem – das companhias ao cardápio. (Revista Claudia, outubro de 2005, p.209)*

[Anexo 05]

Podemos entender que o místico oferece uma forma de moralidade que legitima os comportamentos sociais. Portanto, a espiritualidade não mais se restringe à religiosidade, mas resgata comportamentos éticos e morais que garantem um afeiçoamento social da postura feminina e abre espaço para novas experiências intuitivas em que a mulher possa reconhecer o sagrado em ações cotidianas como conversar, limpar a casa e cuidar dos filhos, por exemplo. Cria-se, desse modo, uma visão de mundo por meio da qual tradições são transmitidas ao longo das gerações e em que a figura feminina desempenha papel fundamental. Assim, em pleno século XXI, ser feiticeira, é ter a capacidade de se autoconhecer e lidar de maneira harmônica com as diversas situações cotidianas. Pode-se dizer que a feminilidade, a partir desse discurso, constitui-se na e pela espiritualidade.

A revista, contudo, assume um discurso que se contradiz, pois, à medida que são apresentadas “dicas” de como as mulheres podem se tornar “feiticeiras” a partir da valorização de características como intuição e inteligência, ao longo do artigo, é-lhe cobrada uma postura servil, de doação ao próximo. Ela deve buscar a própria felicidade e satisfação pessoal desde que isso não prejudique outrem, tal como se observa no recorte a seguir:

[44]

*Seja qual for a profissão da sacerdotisa moderna – há muitas atuando nas áreas de cura, bem-estar, educação e trabalho social -, ela é ativa na comunidade e jamais associa espiritualidade à idéia de isolamento. Acredita que o aspecto sagrado da vida não se restringe a tempos ou paisagens paradisíacas, está presente em atividades cotidianas, com trabalhar, criar filhos, arrumar a casa ou conversar. Aliás, palavras também são mágicas e, dependendo de como forem utilizadas, criam situações auspiciosas e destrutivas. A maga não tem dúvidas de que tudo*

*está ligado e de que qualquer ato terá impacto no ambiente. Por isso, sua regra de ouro é: faça o que quiser desde que prejudique ninguém. Ela não usa a força psíquica para manipular as pessoas, já que isso vai contra a lei que reza: “O que você fizer lhe voltará triplicado”.*

(Revista Claudia, outubro de 2005, p.209) [Anexo 05]

Assim, torna-se evidente que tantas cobranças direcionadas às mulheres não as fazem mais felizes, ao contrário, contribuem para que se sintam cada vez menos capazes de dar conta de tantas exigências, o que ratifica seu sentimento de culpa.

### 3.2.EMOÇÃO E ESPIRITUALIDADE: A VISÃO DE CLAUDIA

A seção *Emoção e Espiritualidade*, da *Revista Claudia* conforme descrito no site da revista tem como intuito auxiliar o desenvolvimento da espiritualidade de modo a contribuir para o equilíbrio psico-social. Desse modo, a cada mês ocorre a edição de reportagens nessas diferentes esferas:

|   |  |   |
|---|--|---|
| <p>EMOÇÃO E<br/>ESPIRITUALIDADE</p> <p>40 <b>De bem com a vida</b><br/>Diga não às crenças<br/>negativas</p> <p>73 <b>Relações delicadas</b></p> <p><i>Revista Claudia, 01/2006</i></p> | <p>EMOÇÃO E<br/>ESPIRITUALIDADE</p> <p>108 <b>Relações delicadas</b></p> <p>150 <b>De bem com a vida</b><br/>Gentileza gera<br/>gentileza</p> <p>186 <b>Criatividade contra<br/>a mesmice</b></p> <p>222 <b>Nossa Senhora, a mãe<br/>de todas as mães</b></p> <p><i>Revista Claudia, 05/2006</i></p> | <p>EMOÇÃO E<br/>ESPIRITUALIDADE</p> <p>51 <b>Relações delicadas</b></p> <p>152 <b>De bem com a vida</b><br/>Constelação familiar:<br/>o amor vai à terapia</p> <p>206 <b>Por que toda mulher<br/>quer ser feiticeira</b></p> <p><i>Revista Claudia, 10/2005</i></p> |
|---|--|---|

Durante a análise da amostra, pudemos observar no índice da revista que a seção *Emoção e Espiritualidade*, embora tenha uma regularidade em relação às seções, sua disposição alterna-se a cada edição. Nota-se, contudo, que essa seção tem ocupado em torno de 50 páginas por edição, o que denota a relevância, para o enunciatório, dos assuntos nela tratados.

Considerando-se que a imagem constitui um importante elemento retórico, por sua inerente capacidade de atingir a qualquer tipo de enunciatário, bem como, por estar atrelada ao texto verbal, o enunciador utiliza-a para cercar o enunciatário com diferentes formas de leitura e fazê-lo adotar o posicionamento por ele sugerido. Desse modo, os artigos são compostos por um texto verbal e não-verbal, constituindo um discurso didático em que o enunciatário, por meio do reconhecimento, seja pelos relatos alheios ou pela descrição de situações de cunho moralizante, é condicionado a tomar uma decisão, a agir, de forma a disseminar a ideologia vigente.

O artigo, por formar parte do universo jornalístico, apresenta-se como uma estrutura fixa, em que se destacam uma imagem (ilustração ou fotografia) vinculada ao título que é grafado em caixa-alta e em negrito, um lead e a primeira letra do primeiro parágrafo capitulada.



N. SRA. MÃE DE DEUS



N. SRA. APARECIDA

# NOSSA SENHORA

## A MÃE DE TODAS AS MÃES

María de Nazaré é um bálsamo na nossa cultura patriarcal e pode nos ajudar a resgatar valores como nutrir, cuidar e proteger. Teólogos comentam a marca de sua presença espiritual e a escritora Adélia Prado dá seu testemunho de fé DÉBORAH DE PAULA SOUZA



N. SRA. DAS DORES

**E**la é bonita, cheia de graça e escolhida por Deus. E pensar que não passava de uma adolescente quando recebeu a visita do anjo Gabriel avisando que se tornaria a mãe de Jesus. Por mais fé e coragem que tivesse, será que essa jovem palestina do século 1 fazia idéia do que viria pela frente? De que seu filho mudaria a história do mundo e até a contagem do tempo? Poderia imaginar que, mais de 20 séculos depois, milhares de criaturas clamariam por sua presença, pedindo luz e proteção? Porque às vezes nós temos que atravessar alguns desertos e, quando a coisa aperta, chamamos a Mãe. Ela é única, mas seus

### 3.3. MARCAS DO GÊNERO DOUTRINÁRIO E DE SUAS RELAÇÕES COM OS GÊNEROS MÍSTICO E RITUALISTA

Nenhuma tentativa de classificação textual está isenta de, em algum momento, retomar, mesmo que seja para refutá-los, os conceitos bakhtianos de gêneros discursivos. Desse modo, uma releitura de M Bakhtin (1992) nos permite identificar os gêneros discursivos como sendo os diferentes textos que empregamos em situações específicas de comunicação. Assim, consideramos que a definição apresentada por ele seria de suma importância para o desenvolvimento do trabalho:

*A utilização da língua efetua-se em forma de enunciados (orais e escritos), concretos e únicos, que emanam dos integrantes duma ou doutra esfera da atividade humana. O enunciado reflete as condições específicas e as finalidades de cada uma dessas esferas, não só por seu conteúdo (temático) e por seu estilo verbal, ou seja, pela seleção operada nos recursos da língua – recursos lexicais, fraseológicos e gramaticais -, mas também, e sobretudo, por sua construção composicional. Estes três elementos (conteúdo temático, estilo e construção composicional) fundem-se indissolivelmente no todo do enunciado, e todos eles são marcados pela especificidade de uma esfera de comunicação. Qualquer enunciado considerado isolado é, claro, individual, mas cada esfera de utilização da língua elabora seus tipos relativamente estáveis de enunciados, sendo isso que denominamos de gênero do discurso.*

Depreende-se dessa perspectiva que todo texto provido de uma função sociocomunicativa é passível de ser classificado em algum tipo de gênero e que o caráter comunicacional e interativo da língua corroboram para a manutenção e renovação dos gêneros discursivos.

M.Bakhtin (1992) divide os gêneros discursivos em duas categorias de base: por um lado, os que estão relacionados à vida cotidiana, pertencem a o gênero primário e por outro, as interações sociais de esfera pública, mediadas pela escrita, pertencem ao gênero secundário. Entretanto, uma classificação ou análise não pode se pautar numa perspectiva reducionista, já que outros elementos inerentes ao discurso como meio, finalidade, momento e organização textual devem ser levados em consideração.

Levando-se em conta a divisão proposta por M.Bakhtin, os textos podem se apresentar de distintas formas levando em consideração o contexto, a intenção e o público a que se destinam, organizando-se de acordo com o paradigma das estruturas textuais pré-



existentes e reconhecíveis pelos indivíduos envolvidos nos atos comunicacionais, estando sujeitos à aprovação ou repúdio nas relações sociais, estabelece um padrão fundamentado em estereótipos para, em seguida, se cristalizar no imaginário coletivo.

Os gêneros textuais devem ser encarados como integrantes de uma prática social e arregimentados por normas pré-estabelecidas que envolvem aspectos de natureza diversificada tais como a finalidade do texto, a negociação dos papéis enunciativos em relação ao contexto e ao lugar de cada um dos envolvidos na cena enunciativa.

No que se refere à temporalidade dos gêneros, é necessário considerar alguns elementos, tais como a periodicidade, as estratégias/escolhas de leitura do enunciatário, a continuidade e a validade do tema abordado, como no caso do *corpus* de análise.

Nosso estudo pretende, assim, expor as categorias particulares a cada um dos gêneros, evidenciando que são definidos por sua função lingüística e social. Reconhecendo que se trata de discursos híbridos, polifônicos e dialógicos pela própria natureza da linguagem, a sistematização dos artigos que compõem o corpus será feita de modo a agrupá-los de acordo com a tipologia textual dominante, o que nos permite distinguir, apoiados nas noções de gênero supramencionadas, algumas variantes:

Entende-se por gênero doutrinário aquele no qual há uma clara intenção de instruir por meio da sistematização de regras em que a mensagem está centrada no destinatário, ou seja, há o predomínio da função conativa da linguagem.

[45]

*Buda o iluminado - Nascido para ser um grande rei ou um mestre espiritual, de acordo com a profecia. Sidarta Gautama optou pela segunda via. Mas foi cheia de espinhos sua longa jornada rumo ao Nirvana (Revista Claudia, abril de 2006, p.152) [Anexo 10]*

[46]

*O CAMINHO DO MEIO - O dharma, a doutrina de Buda, baseia-se nestas quatro verdades:*

*1) Onde há vida, há dor.*

*2) O desejo é a causa da dor.*

*3) A dor cessa quando conseguimos eliminar o desejo.*

*4) A superação da dor só é possível seguindo o caminho do meio, que é constituído por oito passos:*

*1) Conhecimento pleno das quatro verdades.*

- 2) *Decisão correta. Leva ao controle dos sentidos.*
- 3) *Linguagem correta. É a palavra que abomina a mentira.*
- 4) *Conduta correta. Não devemos destruir nenhuma criatura ou cometer injustiças.*
- 5) *Maneira de vida correta. Não devemos prejudicar ninguém.*
- 6) *Empenho correto. Precisamos nos livrar de todo e qualquer vício.*
- 7) *Atenção plena. É uma técnica meditativa e consiste em prestar o máximo de atenção em tudo que faz.*
- 8) *Contemplação plena, que se alcança pela meditação, por meio da qual tentamos breçar a atividade mental ininterrupta.* (Revista Claudia, abril de 2006, p.154) [Anexo 10]

Observa-se em [45] e em [46], que o texto inevitavelmente conduz o enunciatário a um percurso de sentido, de uma forma metodológica ele dispõe passo a passo os caminhos que se deve trilhar para extinguir o sofrimento, e desta forma, alcançar a paz interior. Sendo assim, o enunciatário consegue passar sua mensagem repercutindo seus valores, crenças e padrões ideológicos de maneira sutil a todas as pessoas que estão nesse momento querendo entender o porquê de seu sofrimento e dor.

[47]

*NOSSA SENHORA, A MÃE DE TODAS AS MÃES - Maria de Nazaré é um bálsamo da nossa cultura patriarcal e pode nos ajudara a resgatar valores como nutrir, cuidar e proteger. Teólogos comentam a marca de sua presença espiritual e a escritora Adélia Prado dá o seu testemunho de fé.* (Revista Claudia, maio de 2006, p. 223) [Anexo 13]

A imagem humanizada da Santa é fator essencial para provocar a identificação com a figura da mulher - mãe e protetora sempre disposta a intermediar nossos pedidos ao “Pai”. Por ter sido uma mulher sofredora que recebeu a graça divina de conceber o homem que transformou a história da humanidade e, ainda assim, manteve a serenidade, como um bem supremo, Maria é vista como a grande intercessora das questões terrenas junto à autoridade divina e por isso, digna de veneração.

A história da Santa, devido a esse contexto, é retratada de forma doutrinária, pois serve como modelo de vida baseado na humildade e na resignação, reforçando a cultura judaico-cristã na qual a mulher está submetida às regras de uma sociedade patriarcal e evidenciando a importância de se resgatar valores maternos, que na sociedade contemporânea foram sendo deixados em segundo plano ou designados a outrem, sendo

responsáveis pelo cuidado dos filhos e do lar em função da busca da independência pelas mulheres.

O gênero místico/ritualista pode ser identificado por agrupar conhecimentos que não se restringem ao campo do saber lógico, nele convergem elementos lúdicos e simbólicos, o que propicia o intercâmbio entre elementos pertencentes às esferas alegórica e imaterial, manifestado em rituais e ações humanas dignas de reprodução. Assim, por meio de tais práticas, centradas no sujeito, pretende-se resgatar a primitividade inerente à espécie humana, valorizando a intuição e a ação movida pelo conhecimento empírico.

[48]

*COMIDA SAGRADA - Oferenda de alimentos são uma das formas de falar com os deuses e fazem parte de rituais de várias crenças. Mas você não precisa ter uma religião para transformar sua cozinha num templo-onde vai meditar e preparar um pão divino! (Revista Claudia, novembro de 2005, p. 66)*  
[Anexo 06]

Com o intuito de ensinar seus enunciatários a prepararem uma “deliciosa receita de pão”, faz-se um resgate sobre a simbologia dos alimentos em que a sacralização de alguns elementos, como o pão e o vinho, remete-nos à memória da Santa Ceia, conhecida passagem da história do cristianismo, contudo, nesse contexto, desvincula-se de tal significado e abrange esses elementos a rituais de outras crenças.

A disposição na mesa dos elementos sacros nos permite, por meio da imagem, símbolos que fazem parte do imaginário coletivo em relação ao cristianismo: o vinho – como o sangue de Cristo, o pão – como o seu corpo, a água – representando o batismo, e a maçã – como símbolo da tentação. Todavia, no interior da reportagem, o ato de cozinhar e de ofertar as refeições extrapola o contexto unicamente cristão e é expandido a outras religiões tais como o candomblé e o budismo, além de sugerir que o ato de cozinhar também seja uma forma de meditação.

[49]

*POR QUE TODA MULHER QUER SER FEITICEIRA? - [...] Afinal, o interesse pela magia aumenta a cada dia que passa. Só que as bruxas do século 21 dispensam truques e vassouras e querem muito mais do que mexer o narizinho... . (Revista Claudia, outubro de 2005, p. 207)* [Anexo 05]

Esse recorte parte da premissa de que, *toda mulher quer ser feiticeira*, o discurso se organiza de forma a provar que as mulheres contemporâneas necessitam recorrer a “truques” para poderem resolver as questões que o cotidiano lhes apresenta e para resgatar o saber que, durante a Idade Média, foi coibido por meio da morte na fogueira daquelas que eram consideradas deturpadoras da moral e dos bons costumes.

Percebe-se que o tema é abordado como sendo de interesse comum, afinal que mulher, ou qualquer ser humano, não gostaria de ser reconhecido por seu “encanto”, “beleza” e “sabedoria”? Numa atitude que visa a planificar o comportamento e considerando a diversidade de orientação religiosa/espiritual de seus enunciatários, o enunciador deixa claro que a concepção do termo “feiticeira”, atualmente, adquiriu um significado distinto do que fora amplamente utilizado pelos inquisidores medievais, logo, ser uma “feiticeira” do século XXI, além de conservar algumas características medievais como a atenção aos elementos da natureza, por exemplo, é, sobretudo, saber lidar com as emoções e com a própria intuição e utiliza-las de forma positiva e harmoniosa.

E.Orlandi (2003) menciona que o discurso religioso é aquele em que os enunciatários são tomados pela fé e a palavra é concedida ao mensageiro que assume um caráter profético em função da hierarquia estabelecida entre os planos divino e humano e, portanto, o que é dito não deve ser questionado, não ao menos nos espaços institucionais. Normalmente, a ritualização está respaldada por elementos sacros que remetem a uma instância superior de autoridade que deve ter seus passos seguidos em função de sua história de superação.

[50]

*ABAIXO A FALSA MODÉSTIA - Dizem que é feio se vangloriar. Mas isso não pode nos impedir de reconhecermos nossos talentos, valorizar nossas habilidades e comemorar nossas conquistas.*

*Recato e humildade. Essas virtudes, cultivadas por várias gerações de mulheres, persistem nos dias de hoje como se a revolução feminina dos anos 60 nem tivesse existido.*

*Segundo a psicóloga Carminha Levy, a falsa modéstia tem origem numa interpretação equivocada dos ensinamentos judaico-cristão. Para exercitar humildade, como prega o cristianismo, não é preciso desmerecer os próprios talentos. Não é pecado ser boa no que faz. Basta não se vangloriar, como se o mundo lhe devesse reverência pelo seu feito. (Revista Claudia, maio de 2005, p. 104) [Anexo 02]*

Nesse contexto, pode-se observar que, mesmo frente à necessidade de mostrar-se sensual, a mulher sente-se constrangida perante um elogio, evidenciando que o âmago de suas atitudes ainda está permeado pelos preceitos judaico-cristãos, frutos de uma educação que faz parte de sua personalidade e que se reflete em sua conduta e por meio da língua esboçamos práticas sociais marcadas historicamente.

[51]

**QUE CULPA, QUE NADA! NÃO QUEREMOS MAIS ESSA PRISÃO -**  
*Por razões nebulosas, a gente se pune por absolutamente tudo que faz ou deixa de fazer. Neste artigo, a escritora Paula Taitelbaum assume a neurose e propõe um pacto: vamos nos livrar desse sentimento que não nos leva a nada e abrir espaço o novo!*  
*O ser humano é, de modo geral, complexo e complexado. Ou seja, complicado e cheio de crenças distorcidas em relação a si mesmo. Eu tenho o maior respeito pela fé alheia, mas com certeza muitas das culpas que andam soltas por aí são frutos dos dogmas religiosos. O que acontece se eu cometo um pecado? Sou uma péssima filha de Deus, fiz com que Ele sofresse.[...] Estamos sempre nos criticando por não sermos divinas. (Revista Claudia, maio de 2005, pp.81-82) [Anexo 01]*

Novamente, constatamos a influência dos preceitos cristãos na regulamentação do comportamento feminino. Embora o enunciador, a princípio, faça uma generalização, acaba direcionando a argumentação em direção ao enunciatário, dando a entender que são as mulheres que mais se penalizam diante da culpa.

Em função dos inúmeros recortes e dos sentidos atribuídos aos discursos religiosos, criou-se um paradigma do comportamento feminino motivado por diversas orientações, o que de certo modo, corrobora para o surgimento da sensação de culpa, uma vez que, não é possível coloca-las em prática totalmente. O fato de a mulher não conseguir manter uma conduta imaculada tal como a dos santos, culpabiliza-se e a faz sentir não merecedora da graça divina.

Diante dos elementos apresentados, podemos destacar que subjaz aos discursos um caráter didático bastante expressivo, porque mais do que orientar os enunciatários para aquilo que consideram como adequado, o enunciador aconselha, informa, propõe e previne, ocupando a posição de quem sabe e ensina, ou seja, lida com a generalização das situações e, por meio da planificação, oferece respostas genéricas e globais a mulheres únicas que possuem problemas distintos. Por isso, quando partimos para a análise do discurso,

percebemos a falha no processo discursivo que consiste em não se considerar o auditório particular, algo essencial para que o discurso ganhe afiançamento.

### 3.4 A ESPIRITUALIDADE E A CONSTRUÇÃO DO *ETHOS* FEMININO

A Revista *Cláudia* tem atuado como um dos veículos midiáticos que opera na propagação de valores sociais e esboça por meio de seu discurso tais práticas, bem como a representação de estereótipos femininos.

Nesse contexto, o universo feminino pode ser percebido pela construção particular de seu *ethos*, que em função da posição e do meio social sofre influências, pois nas interações se corporificam valores que são acrescidos na identidade social da mulher contemporânea que a cada dia mais vem conquistando seu espaço no mercado de trabalho e ocupando posições que por longos anos só foram assumidas por homens.

A atuação da mulher frente ao mercado tecnológico influencia na sua conduta de subserviência ao marido, e o papel social da maternidade é posta em segundo plano. Temos hoje exemplos de mulheres que são líderes em multinacionais, administradoras e chefes de vários departamentos, e muitas delas são as responsáveis pelo provimento de seu lar. De uma forma ou de outra, essas mulheres participam de um universo comum a todas elas, que é o de ser mulher.

Diante de tantas responsabilidades e cobranças sociais a mulher não pode perder seu equilíbrio emocional, pois deixar uma “brechinha” para a emoção invadir o coração e a mente poderá desencadear uma catástrofe para a vida profissional e pessoal da mulher. Portanto, as reportagens da sessão emoção espiritualidade oferecem um suporte para que tais sentimentos não venham perturbar as inúmeras conquistas dos enunciatários da revista, por isso os discursos que compõe essa sessão estão fundamentados nos sentimentos de coragem, transformação e renovação, discursos estes atuantes nas representações e na manutenção das esferas sociais.

Fundamentada nos estudos de E.Benveniste e E.Orlandi, Dina Maria Martins Ferreira (2002:31) cita o conceito em que a relação com o outro é a responsável pela nossa formação identitária:

*O estudo da relação eu-locutor e suas formações discursivas reitera essa diferença de postura frente ao mundo, (E.BENVENISTE, 1974) “demonstrando que nem sempre a marca lingüística de pessoa gramatical espelha o verdadeiro sujeito social. O eu enunciativo (produtor da*

*linguagem) revela um “sujeito determinado pela exterioridade (contexto sócio-histórico). (E.ORLANDI, 1988), um sujeito social reconhecido por suas estruturas lingüísticas que por sua vez, representam formações ideológico- culturais.*

Segundo a autora, as marcas lingüísticas funcionam como instrumento valorativo da realidade do sujeito, e por meio delas é possível perceber estruturas ideológicas concernentes a tais discursos e de que modo os sujeitos estão acometidos pelo contexto histórico social.

No tocante à questão da língua, fica evidente que as estruturas lingüísticas dos enunciatários que partilham suas dores e aflições mantêm uma certa estrutura organizacional, mesmo frente a dilemas circunstanciais, a coesão e a coerência em seus discursos mantêm-se em equilíbrio. Ruth Amossy (2005:29) faz referência às palavras de Aristóteles em *A Retórica*. O filósofo já observava essa simetria textual, ao dizer que: “um homem rude não poderia dizer as mesmas coisas nem dizê-las da mesma maneira que um homem culto”. Tal postura do filósofo grego ratifica a construção do *ethos* feminino presente na *Revista Claudia*, já que o estilo dos enunciatários converge com o *ethos* do enunciador que por sua vez, nutre sua eloquência discursiva estando em consonância aos dilemas existenciais.

[52]

*Para a tradutora Eliza Nazarian, 57 anos, a gentileza só marca pontos quando autêntica. [...], ela acredita que essa qualidade, se genuína, é expressão de solidariedade. Na época em que trabalhava numa livraria, ela se valeu do recurso para conseguir conter o escândalo que um cliente estava fazendo. A moça ficou indignada porque soou o alarme como se estivesse levando os livros sem pagar. Num tom seguro e suave, Elisa contou que tinha passado pelo mesmo vexame em Nova York e mostrou que realmente estava chateada pelo ocorrido. As duas acabaram rindo. Pois é, um ato gentil reforça a sensação de que estamos todos no mesmo barco, sujeitos a bonanças e tempestades. (Revista Claudia, maio 2006 p.152) [Anexo 11]*

Observamos a partir do recorte acima, que o *ethos* feminino se sustenta de forma coesa e reafirma, por meio de seus atos, sua crença. É por isso, que podemos perceber no sujeito da enunciação, por intermédio das escolhas lexicais pronunciadas, um determinado posicionamento no seu discurso que direciona seus enunciatários ao afiançamento ou não.

De acordo com D.Ferreira (2002:112), *a linguagem é o lugar do sentido, sua significância pode ser tratada como uma questão de posicionamento do sujeito. Destaca-se, então a importância das formações discursivas como veículo de representações e comportamento diante do mundo.*

Toda escolha lingüística reflete valores sociais e culturais e é nesse eixo que a revista vem contrapor com seus enunciatários que, por sua vez, por serem mulheres de prestígio social e cultural acabam se distanciando da sua natureza primeira que era o de gerar e prover cuidados aos seus.

A espiritualidade está diretamente vinculada às paixões na visão aristotélica que lida com todas as formas do sentir e conseqüentemente do agir. Ela nos põe à prova à medida que, pela ação do outro, o sujeito se reconhece e toma consciência de sua existência. Valendo-se da emotividade e de um registro informal, a revista apresenta-se como amiga de longos tempos, o que possibilita ao *ethos* do enunciador envolver seus enunciatários, dando o tempero para a racionalidade tão exigida para sobrevivência no mercado capitalista que pode pôr em jogo certos valores hegemônicos.

Resgatar a feminilidade, a sensibilidade da mulher que por vezes tem deixado se esvaír é papel fundamental do discurso da revista *Claudia* que deve manter e nutrir padrões culturais e de comportamento vigentes ao olhar masculino para que as qualidades e preceitos femininos garantam a preservação de valores judaico-cristãos que fazem parte da nossa cultura.

### **3.5. O VOCABULÁRIO E EXPRESSÕES LINGÜÍSTICAS REPRESENTATIVOS DA CONSTRUÇÃO DA ESPIRITUALIDADE**

No processo de análise do discurso é importante destacar o papel da seleção lexical para a criação de um contexto em que a persuasão seja efetiva. Por isso, torna-se mister, à compreensão do discurso feminino a partir da materialidade constituída por palavras relacionadas ao campo semântico da espiritualidade, verificar quais estratégias são utilizadas pelo(s) enunciator(es) da *Revista Claudia* a fim de convencer e de persuadir seus enunciatários.

Em muitos casos, verifica-se que a correspondência entre lexemas presentes tanto no título dos artigos quanto no desenvolvimento dele, além de garantirem a coesão textual, contribuem de maneira significativa para que idéias e ideais sejam incutidos no imaginário dos enunciatários.

Nesse contexto, selecionaram-se alguns recortes em que tais estratégias pudessem ser verificadas mais efetivamente:



[53]

**Título:** *Inveja sem censura*

**Lead:** *Atire a primeira pedra quem nunca sentiu uma pontinha de inveja. Mas o caminho para lidar com essa emoção e usá-la em seu proveito passa longe da repressão. Agora, se o alvo for você, proteja-se!*

**Texto:** *Todo mundo tem olho gordo, mas ninguém confessa quando sente inveja dos outros. Uma pena, pois reconhecer o sentimento (não precisa contar para todo mundo, basta você saber) é o primeiro passo para transformá-lo (...) O sentimento pode causar estragos quando é jogado para baixo do tapete, pois ele continua operando. Aí, a invejosa tende a agredir quem lhe provocou o incômodo, seja simulando indiferença, seja tentando desqualificar o discurso alheio. (Revista Claudia, dezembro de 2006, p. 54) [Anexo 07]*

Ao tratar de um assunto como a inveja, há, por parte do enunciador, certo cuidado em fazer com que o enunciatário sintá-se confortável a partir da apresentação de uma afirmação de cunho generalizante: “Atire a primeira pedra quem nunca sentiu uma pontinha de inveja”. Desse modo, recorrendo à máxima do “atire a primeira pedra” (o que também remete ao episódio bíblico da crucificação de Cristo) cria-se uma atmosfera em que o assunto, em lugar de ser considerado como um comportamento social reprovável, é abordado com naturalidade. Nesse sentido, a linguagem assume importância ímpar já que, por meio do uso de lexemas do mesmo campo semântico do tema tratado cria-se, por meio de eufemismos, uma atenuação no caráter negativo que inicialmente tal sentimento provocaria, conforme se observa no esquema a seguir:

INVEJA      →      EMOÇÃO      →      SENTIMENTO

É importante destacar também que os elementos coesivos cumprem papel fundamental na construção do sentido e da atmosfera que envolve a questão da espiritualidade. Evitando a repetição do lexema inveja, por meio do uso de elementos anafóricos, cria-se uma rede argumentativa em que o caráter negativo do tema abordado vai-se atenuando até que, ao final, a inveja passa a ser tratada como uma emoção, um sentimento sem que haja qualquer distinção maniqueísta. Afinal, para manter-se fiel ao seu propósito, o(s) enunciatário(s) de *Claudia* em nenhum momento tece(m) julgamentos de valor, tudo é considerado normal e devidamente aceitável dentro de certos limites.

[54]

**Título:** *Dezessete idéias para desintoxicar a mente*

**Lead:** *Uma coisa é ficar brava ou triste de vez em quando. Outra, deixar-se dominar pela ira ou remoer eternamente o rancor, sem mudar o disco. Para evitar que isso aconteça, adote algumas medidas simples, mas altamente eficazes.*

**Texto:** *1. Gritar...Sozinha – não tem nada pior que nada pior que mulher histérica, que explode à toa. Para escoar o excesso de energia, conheça o sopro Rá – prática respiratória que termina com um grito. (...) 3. Providenciar um amuleto – os antigos xamãs atribuíam poderes medicinais às pedras (...) 8. Desconfiar dos próprios dramas – Não se leve tão a sério. Às vezes, rir é o melhor remédio. (...) 11. Escrever cartas – ponha no papel suas mensagens de mágoa, cobrança, indignação...seja o que for. (Revista Claudia, novembro de 2005, p.162) [Anexo 16]*

Claramente pertencente ao que definimos anteriormente como gênero didático, esse artigo, por meio de um roteiro composto de dezessete “dicas”, apresenta “receitas” para que as enunciatórias possam “desintoxicar a mente” e não se deixar levar por emoções de cunho negativo. Associados ao campo semântico da espiritualidade estão os lexemas e expressões: “excesso de energia”, amuleto, dramas e mágoa. Além desses recursos, é importante ressaltar que, assim como em [53], uma estratégia que faz parte da práxis argumentativa do(s) enunciador(es) da *Revista Claudia* é a recorrente utilização de ditos e expressões populares – “rir é o melhor remédio”.

A observação atenta de [53] e [54] permite inferir que o discurso do(s) enunciador(es) de *Claudia* fundamenta-se numa estrutura em que a idéia central do artigo, – apresentada no tópico frasal do *lead* – além de figurar no título por meio da seleção vocabular de um termo que seja bastante expressivo em relação ao assunto tratado, é reafirmada por meio de referências explícitas (a repetição, por exemplo do lexema inveja em [53] ou por meio da utilização de elementos catafóricos, como a substituição, ao longo do texto em [54], do lexema inveja por expressões correspondentes como “esse sentimento”, “essa emoção”).

Nesse recorte, em uma clara relação entre contexto de produção e intencionalidade, os mecanismos lingüísticos e as estratégias argumentativas empunhadas pelo(s) enunciador(es) de *Claudia* contribuem para a consolidação de um espaço discursivo, em que

se destaca a subjetividade, e para que o tema da espiritualidade, por meio das seleções temáticas e lexicais, ganhe sentido e consistência.

No que diz respeito à construção da espiritualidade por meio de recursos lingüísticos, é importante ressaltar que em [52], [53] e em [54], por exemplo, evidencia-se que a revista não adota um comportamento ideológico linear em se tratando da temática espiritualidade, pois utiliza expressões e termos específicos de campos distintos pertinentes a esse tema – transitando desde aspectos característicos do Cristianismo a referências da prática Wicca e do Xamanismo. Assim, em [52], a noção de espiritualidade constitui-se a partir de um contexto em que a mulher pode, sim, sob uma perspectiva antropocêntrica da situação, ser a responsável pela condução de seu destino, cabendo a ela agir em consonância com a natureza, tal qual as “bruxas” da Idade Média, perseguidas pela Igreja Católica. Obviamente, esse tipo de conduta só encontra coerência com a realidade devido à desmistificação e resignificação de muitos conceitos. Em contrapartida, em [53], embora com um tom crítico, há referências explícitas aos preceitos judaico-cristãos ainda bastante arraigados em nossa sociedade.

Nota-se, portanto, que, ao falar para um público com formações ideológico-religiosas heterogêneas, o(s) enunciator(es) busca(m) uma forma de construir um conceito de espiritualidade que vise a colocar o indivíduo humano em um lugar de importância na condução da própria história, ou seja, independentemente de qualquer religião, assume(m) – e procura(m) convencer os enunciatários disso – uma clara posição antropocêntrica em relação ao tema da espiritualidade.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esta pesquisa procurou estudar as marcas e mecanismos discursivos na seção Emoção e Espiritualidade da *Revista Cláudia*, objetivando mostrar de que maneira a linguagem pode servir como instrumento de avaliação histórico-social, desvendando por meio das pistas lingüísticas deixadas pelo enunciador uma outra possibilidade de leitura nas entrelinhas do discurso.

Pelo viés da análise de aspectos constitutivos do discurso como tematização, espaço discursivo cenografia, construção do ethos, dialogismo, polifonia e interdiscursividade, bem como os recursos de lingüísticos representativos da construção da feminilidade e da espiritualidade, pudemos reconhecer como os discursos intervêm na práxis social, não de maneira ingênua, mas de forma a disseminar as idéias hegemônicas.

A construção da feminilidade e da espiritualidade está, portanto, vinculada à expressão de um pensamento particular que encontra correspondência no coletivo por meio da linguagem e dos recursos por ela evocados. Assim, a Análise do Discurso constitui um importante elemento não só para a compreensão do discurso, mas também para a da dinâmica das relações sociais.

A partir dos referenciais teóricos em AD apresentados para análise e contextualização da amostra da seção estudada, buscamos estratégias de leituras em que as marcas lingüísticas do discurso da seção ratificam um direcionamento e um posicionamento na conduta feminina.

O posicionamento do(s) enunciador(es) da *Revista Cláudia* é o de prestar informações, esclarecimentos, serviços e entretenimento aos enunciatários. Dessa forma, anuncia-se a discussão de sentimentos, dando visibilidade a dimensões subjetivas, como estratégia de persuasão dos enunciatários, cria-se uma representação de modernidade e de descolamento em seus discursos a qual pressupõe um enunciatário que possui acesso a distintos meios de comunicação e que esteja bem informado acerca dos acontecimentos da realidade, o que, de certa forma, legitima e justifica a presença de discursos e argumentos de autoridade em todos os artigos da publicação.

Consideramos que a constituição e a manutenção da feminilidade – nos moldes da sociedade patriarcal - segundo a perspectiva da *Revista Cláudia*, fundamenta-se na questão espiritual e é abordada sob diversos enfoques, o que evidencia uma clara preocupação em

comunicar sua mensagem a enunciatários bastante heterogêneos em suas crenças. Pautado na argumentatividade e na intertextualidade o *ethos* do(s) enunciador(es) afluí aos interesses e expectativas dos enunciatários, que buscam nas publicações palavras de conforto e de orientação para seus dilemas cotidianos, por vezes compartilhados por outrem.

Notamos que a Revista apresenta uma heterogeneidade discursiva, desse modo, são apresentados textos que se caracterizam por aspectos bastante particulares como o didático e o místico-religioso sempre associados a um processo ritualístico que os direciona. Tal convergência de gêneros é necessária à criação de um espaço discursivo em que seja possível e coerente o tratamento de assuntos relacionados à espiritualidade que muitas vezes tem um papel secundário na dinâmica das relações sociais.

Designamos o discurso voltado à construção da feminilidade e espiritualidade como uma das estratégias argumentativas que permitem ao enunciador, por meio de suas escolhas lexicais, construir uma atmosfera em que o enunciatário adira às orientações e procedimentos sugeridos. Nesse contexto, a feminilidade e a espiritualidade concretiza-se a partir do momento em que encontra correspondência e significado na prática cotidiana dos enunciatários, nesse sentido, a linguagem cumpre papel essencial, uma vez que é por meio dela que o(s) enunciador(es) da *Revista Claudia* disseminam seus paradigmas de comportamento social.

## BIBLIOGRAFIA

*A revista no Brasil*. São Paulo: Abril, 2000.

ALTHUSSER, Louis. *Ideologia e aparelhos ideológicos de estado*. Trad.de J. J Moura Ramos Lisboa:  
Presença Martins Fontes, 1974.

AMOSSY, Ruth. *Imagens de si no discurso*. São Paulo: Contexto, 2005.

BAKHTIN, Mikhail. *Estética da Criação Verbal*. Trad. Maria E.G.G.Pereira, São Paulo:  
Martins  
Fontes, 1992.

\_\_\_\_\_. *Marxismo e Filosofia da Linguagem*. 9ed, São Paulo: Hucitec, 2002.

BENVENISTE, Emile. (1966). *Problèmes de Linguistique Générale I*, Gallimard. Trad.  
Brasileira:  
*Problemas de Lingüística Geral I*, Campinas: Pontes, 1988.

BRAIT, Beth (org). *Bakhtin: conceitos-chave*. São Paulo: Contexto, 2005.

BRANDÃO, Helena H. Nagamine. *Introdução à análise do discurso*. 7 ed, Campinas:  
Unicamp, 2000.

CEREJA, Willian. “Significação e Tema”. In: BRAIT, Beth (org). *Bakhtin: conceitos-  
chave*. São Paulo:  
Contexto, 2005. pp. 201-219.

CHAUÍ, Marilena. *O que é ideologia*. São Paulo: Brasiliense, 1980.

FERREIRA, Dina Maria Martins. *Discurso feminino e identidade social*. São Paulo:  
Annablume Fapesp, 2002.

FOUCAULT, Michel. *Arqueologia do saber*. Rio de Janeiro: Forense, 2004.

HOUAISS, Antônio e VILLAR, Mauro de Salles. *Dicionário Houaiss da língua portuguesa*.  
Rio de Janeiro, Objetiva, 2001.

LARDET, Paul. Travail du texte et Savoirs des Langues: la Philologie. In: *Histoire des Idées  
Linguistiques*, Tome 2, Liège, 1992.

MAINGUENEAU, Dominique. *Novas tendências em análise do discurso*. 3 ed., Campinas:  
Pontes,  
1997.

\_\_\_\_\_. *Análise de textos de comunicação*. 2 ed. Cortez: São Paulo,  
2002.

---

\_\_\_\_\_. *Dicionário de análise do discurso*. São Paulo: Contexto, 2004.

\_\_\_\_\_. *Gênese dos Discursos*. 1 ed. Curitiba: Unificada LTDA, 2005.

MAGALHÃES, Vera Lúcia Meira. *Um estudo sobre a legenda no discurso jornalístico Popular*.

Dissertação de Mestrado apresentada à Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, 1999.

ORLANDI, Eni. *Análise do discurso*. Princípios e Procedimentos. Campinas: Pontes, 1999.

\_\_\_\_\_. *A linguagem e seu funcionamento*. 4 ed. Campinas: Pontes, 2003.

\_\_\_\_\_. *Autoria, leitura e efeitos do trabalho simbólico*. 4 ed. Campinas: Pontes, 2004.

\_\_\_\_\_. *Discurso e texto: formulação e circulação dos sentidos*. 2 ed. Campinas: Pontes, 2005.

PRIORE, Mary Del (org). *História das mulheres no Brasil*, 4 ed. São Paulo: Contexto, 2001.

TELLES, Norma. “Escritoras, escritas e escrituras”. In: PRIORE, Mary Del (org) *História das mulheres*

*no Brasil*, 4 ed. São Paulo: Contexto, 2001.

### **Sites consultados**

[http://elle.abril.com.br/midia\\_kit/distribuicao\\_2.html](http://elle.abril.com.br/midia_kit/distribuicao_2.html). Acessado em 03/03/2007

[www.abril.com.br/institucional/50anos/femininas.html](http://www.abril.com.br/institucional/50anos/femininas.html) - Acessado em 17/03/2007

[http://elle.abril.com.br/midia\\_kit/claudia/emtodasasedicoes\\_2.html](http://elle.abril.com.br/midia_kit/claudia/emtodasasedicoes_2.html). Acessado em 03/03/2007

### **Revistas**

*Revista Claudia*. Ed Abril, nº 5. Ano 44, maio de 2005.

*Revista Claudia*. Ed Abril, nº 10. Ano 44, outubro de 2005.

*Revista Claudia*. Ed Abril, nº 11. Ano 44, novembro de 2005.

*Revista Claudia*. Ed Abril, nº 12. Ano 44, dezembro de 2005.

*Revista Claudia*. Ed Abril, nº 1. Ano 45, janeiro de 2006.

*Revista Claudia*. Ed Abril, nº 4. Ano 45, abril de 2006.

*Revista Claudia*. Ed Abril, nº 5. Ano 45, maio de 2006.

*Revista Claudia*. Ed Abril, nº 6. Ano 45, junho de 2006.

*Revista Claudia*. Ed Abril, nº 12. Ano 45, dezembro de 2006.

*Revista Claudia*. Ed Abril, nº 01. Ano 46, janeiro de 2007.

*Revista Claudia*. Ed Abril, nº 05. Ano 46, maio de 2007.

This document was created with Win2PDF available at <http://www.win2pdf.com>.  
The unregistered version of Win2PDF is for evaluation or non-commercial use only.



# Que culpa, que nada! Não queremos mais essa prisão

*relação ideológica passado e presente*

*Dialogismo ideologicamente marcado.*

*dialogismo*

Por razões nebulosas, a gente se pune por absolutamente tudo que faz ou deixa de fazer. Neste artigo, a escritora PAULA TAITELBAUM assume a neurose e propõe um pacto: vamos nos livrar desse sentimento que não nos leva a nada e abrir espaço para o novo!

*2, Circunstância social e histórica.*

*2, práxis social.*

*intertextualidade*

**Q**uantas vezes você já se sentiu culpada hoje? Culpada por não ter conseguido dar atenção ao seu filho. Por que esqueceu de ligar a um amigo que fazia aniversário. Por ter atrasado um trabalho. É uma culpinha cotidiana que não chega a matar de remorso, mas que incomoda e nos rouba energia. Como a gente não perde o sono pensando no assunto, o sentimento segue morando ali, sobre nossos ombros. Eu, por exemplo, só me dei conta do peso que estava carregando quando, no final do ano passado, fui comunicar à diretora da creche onde minha filha estudava que eu não renovaria a matrícula. Confesso que já cheguei com aquele ar de quem está se desculpando por ter nascido. Afinal de contas, eles tinham dado tanto carinho e atenção a minha filhinha e eu, a traidora, havia decidido procurar uma escola maior, com mais estrutura. Diante de tamanho crime, minha sentença só poderia ser "culpada". A diretora deve ter captado o meu conflito e, querendo fazer com que eu mudasse de idéia,

*Alimentos dísticos e pontos de*

*assujeitamento inconsciente religioso, vista mais dialógica*

MAIO 2008 CLAUDIA R1

*Detergenizada*

usou todos os argumentos possíveis e imagináveis para despertar na mãe aqui um sentimento de culpa ainda maior. No caso, culpa em relação a minha filha, já que, dizia a diretora, ela seria a grande prejudicada com a mudança que eu estava impondo. Não sei que espécie de santo baixou em mim, mas lá pelas tantas me dei conta do que estava acontecendo. Saí da creche decidida: não queria mais tanta culpa no meu dia-a-dia.

Essa culpinha cotidiana é uma moeda de duas faces. De um lado, ela nos atormenta, nos condena diante de nossas inseguranças e medos. Do outro, é uma poderosa arma de convencimento, capaz de fazer com que as pessoas ajam a nosso favor. É a tal chantagem emocional. Um jeito de extorquir não dinheiro mas atitudes das outras pessoas. E o negócio é que sempre acontece entre aqueles que possuem uma estreita relação. Ela pode ser aparentemente inocente: "Benê, vai comprar doce de tapioba azeda ou nosso filho vai nascer com cara de cajá". Ou bastante ameaçadora: "Se você se separar de

*Detergenizada*

estar fazendo bem, e não mal, ao chantageado. "Ele não é ninguém sem mim, precisa ficar ao meu lado mesmo que não queira", pode pensar a esposa que aplica essa no marido.

Tenho uma amiga que está sempre se desculpando. "Desculpa ter ligado na hora errada." "Perdão por não ter ligado." "Queria me desculpar por não ter respondido a seu e-mail." É uma mulher bonita, bem-sucedida, alto-astral e eu nunca entendi muito bem por que ela faz isso. Talvez seja algum trauma de infância, uma necessidade grande de agradar ou... um certo egocentrismo. Pois é, às vezes desconfio que essa culpa exagerada pode ser desencadeada pelo pensamento: "Já que o mundo gira em torno do meu umbigo, tudo é culpa minha". Mas é só uma opinião e não está baseada em nenhuma teoria científica. Por falar em teoria, vale um parêntese para dizer que, segundo Freud, o sentimento de culpa é um mecanismo gerado pela evolução humana para conter nossos instintos agressivos. Se não existisse sentimento de culpa, seríamos um bando

a lembrar a história na creche da minha filha: não existia motivo real para eu me sentir culpada e mesmo assim eu estava quase me chicotando. Minha consciência pesou porque eu achava que poderia magoar alguém que tinha sido legal comigo, mas no fundo eu estava mesmo era com medo de ser menos amada ou admirada. Freud também explica.

O ser humano é, de modo geral, complexo e complexado. Ou seja, complicado e cheio de crenças distorcidas em relação a si mesmo. Eu tenho o maior respeito pela fé alheia, mas com certeza muitas das culpas que andam soltas por aí são frutos dos dogmas religiosos. O que acontece se eu cometo um pecado? Sou uma péssima filha de Deus, fiz com que Ele sofresse. Então me sinto culpada. Sempre que falhamos diante dos olhos de alguém, seja de Deus, seja do vizinho, a culpinha cotidiana bate à porta da nossa consciência. Cheguei atrasada: sou uma amiga abominável. Esqueci uma vírgula no texto: sou uma profissional execrável. Atrasei o pagamento do condomínio: sou uma caloteira. Estamos sempre nos criticando por não sermos divinas. Quanto mais eu preciso ser amada, quanto mais medo eu tenho de ficar sozinha, mais culpa eu sinto diante das pequenas falhas cometidas diariamente. Isso quer dizer que as pessoas seguras e bem-resolvidas sentem menos culpa do que as outras? Bingo!

E a dificuldade em dizer "não"? É a mesma coisa. Preste atenção e você verá que muita gente não consegue dizer "não" porque se sente culpada, como se estivesse fazendo mal àquele que recebe a negativa. O resultado é que fazemos coisas que não estamos com vontade ou acabamos assumindo compromissos demais. Eu me sentia extremamente culpada quando negava algo a um amigo. "Não venha aqui em casa

*repetidas de si mesmo*

*idolatria - repetidas de si mesmo*

*deus é o deus*

*intelectual - compromisso*

*pot. son.*

*Detergenizada*

## Quanto mais eu preciso ser amada, quanto mais eu tenho medo de ficar só, mais culpa eu sinto diante de minhas falhas

mim, eu me mato". Independentemente da forma, o objetivo é fazer com que a vítima pense que, se não agir do modo como o outro quer, vai acabar sendo culpada de alguma desgraça. Até daria para dizer que é a culpa pelo que ainda não aconteceu, mas pode acontecer. Ninguém quer ser responsável pelo sofrimento alheio, então a gente acaba cedendo. A pergunta é: por que aquele que utiliza esse artifício não se sente culpado por isso? E eu lhe digo que é porque, nesse caso, ele acredita

de animais magoando uns aos outros.

Quero, portanto, deixar bem claro que eu não estou propondo aqui o abandono total da culpa e da desculpa. Minha intenção é que a gente reflita se não está exagerando na dose. Só os psicopatas são totalmente isentos de culpa e tenho certeza de que esse não é o nosso caso. Sentir-se mal depois de ter feito alguma coisa que consideramos errada é necessário, faz com que a gente repare o dano e não persista no erro. Mas precisa haver uma razão para isso. Volto

REALIZAÇÃO: NORA MANTOVANI  
DANÇA: MÔNICO SOUZA/TIVO

hoje porque eu quero ficar sozinha.” Era o tipo de frase que só de pensar fazia a culpa entrar por todos os meus poros. Dizer “não” para um trabalho de urgência era outro problema. Eu aceitava tudo e acabava estourando todos os prazos. Resultado: mais culpa. Sou uma incompetente, deixei alguém na mão, fiz mal a mim mesma, eram algumas das coisas que passavam pela minha cabeça. Felizmente já melhorei um pouco.

O excesso de tarefas colabora, e muito, para nossas pequenas culpas

E o engraçado é que a gente vive se culpando enquanto tolera e perdoa até quem não merece. Eu, por exemplo, desculpo quase tudo, sou tão boazinha... Mas tem uma coisa que eu realmente acho imperdoável: é quando a gente não se dá conta de que está criando crianças culpadas. Precisamos ter muito cuidado com o que fazemos ou dizemos na frente dos nossos filhos. Quando o pai e a mãe se separam ou brigam muito, o filho pode pensar que ele é o culpado. Criança peque-

## **S**e você sucumbir a uma fatia de torta, não se culpe tanto, pois assim só ficará ansiosa e com mais vontade de comer

diárias. Como é que a gente vai conseguir ser boa em tudo se não dá tempo de se dedicar plenamente a nada? É óbvio que quem trabalha demais vai acabar esquecendo de algo, vai chegar tarde para buscar os filhos no colégio. É a ordem natural das coisas: uma única pessoa não consegue estar em dois lugares no mesmo momento. Assim como só um gênio é capaz de lembrar do aniversário da prima enquanto tenta resolver um problema urgente na empresa. É humanamente impossível ser boa mãe, boa amiga, boa profissional, boa esposa, boa amante, boa patroa ao mesmo tempo. Nem a mulher-maravilha consegue. E é por isso que, na minha opinião, ficamos tão culpadas. Se meu pai está infeliz, é culpa minha. Se meu marido falhou na hora H, é culpa minha. Se um cliente deixou a empresa, é culpa minha. E, se um amigo não ligou no meu aniversário, não é porque ele esqueceu, é porque eu não fui a formatura dele. Ou seja, a culpa é minha também. E assim as culpas vão se cruzando e se multiplicando

na acha que é o centro do universo, sente-se responsável ainda que não consiga entender nem racionalizar esse sentimento. Portanto, atenção, pegar leve e tentar dar um bom exemplo pode evitar que a gente crie mais uma geração de extraculpados. É por tudo isso, por achar que todos os ombros andam mais pesados do que deveriam, que eu proponho um pacto. Quando você sucumbir a uma fatia de torta e quebrar a sua dieta, não se culpe tanto, pois assim só ficará mais ansiosa e com mais vontade de comer. Nada de sentir-se culpada por não ter tempo de ligar para os amigos, eles entendem, e a única coisa que você vai conseguir é virar uma amiga mal-humorada. Chega de culpa por não poder ficar tanto tempo com seus filhos, eles querem é que você esteja feliz e não com cara de réu condenado quando chegar em casa. A culpa cotidiana é como uma bicicleta quebrada no quatinho dos fundos, não nos leva a lugar nenhum. Chegou a hora de você se livrar dela e abrir espaço para coisas novas. ◦

O ritmo  
repetitivo  
de lugares  
pode fazer  
memória

memória  
constitutiva  
de posições

## De bem com a vida

**ABAIXO  
A FALSA  
MODÉSTIA!**

Dizem que é feio se vangloriar. Mas isso não pode nos impedir de reconhecer nossos talentos, valorizar nossas habilidades e comemorar nossas conquistas REGINA MARIA AZEVEDO\*

**R**ECATO e humildade. Essas "virtudes", cultivadas por várias gerações de mulheres, persistem nos dias de hoje como se a revolução feminina dos anos 60 nem tivesse existido. É inacreditável: depois de termos conquistado direitos, vencido no hostil mundo dos negócios e assumido cargos importantes no cenário mundial, ainda sentimos a maior dificuldade em aceitar um simples elogio sem perder o rebolado. Não raro, nos produzimos com esmero e saímos intencionalmente "vestidas para matar". No entanto, basta ouvirmos o primeiro galanteio para, automaticamente, emendarmos um "Ah, que nada, é só um

*marca de  
autoridade  
discussão  
polifônica  
e dialógica*

*Inteligência  
explícita  
dialógica*

*Inteligência  
combinatória  
no discurso*

pretinho básico” Outras vezes, arregaçamos as mangas para preparar um jantar glorioso e, ao final, enterramos nosso brilho e mérito repetindo velhos e desgastados chavões do tipo: “Imagine, o pavê devia estar mais gelado. Minha mãe, sim, era uma doceira de mão cheia”.

Na vida profissional, muitas mulheres também cultivam o mau hábito de diminuir as próprias qualidades. Apesar de toda competência, preferem esconder-se no anonimato a “mostrar serviço”.

Pior, permitem que alguém assumam a autoria da obra em seu lugar. Se você está familiarizada com frases como “Deixa pra lá, vale o espírito de equipe, um dia a diretoria vai saber quem, de fato, fez esse relatório” ou “Chefe é chefe, sou apenas uma assistente”, é hora de virar a mesa e demarcar território. Que tal experimentar um

Sim, fui eu que fiz!” para variar?

Segundo a psicóloga Carminha Levy, “a falsa modéstia tem origem numa interpretação equivocada dos ensinamentos judaico-cristãos”. Para exercitar a humildade, como prega o cristianismo, não é preciso desmerecer os próprios talentos. Não é pecado ser boa no que faz. Basta não se vangloriar, como se o mundo lhe devesse reverência pelo seu feito. Ao tomar consciência de suas qualidades, ao aceitar que tem potencial para acrescentar algo de bom à vida, você pode se empenhar mais, em benefício de todos.

Fomos ensinadas a baixar os olhos diante de elogios. Nossas mães e avós, mesmo achando que éramos lindas e inteligentes, evitavam nos dizer isso para que não nos tornássemos presunçosas. Assim, crescemos acreditando que moças bem

educadas devem ser extremamente recatadas. E que é o cúmulo da deselegância se achar o máximo e sair espalhando a notícia de uma conquista aos sete ventos.

Nos criaram para permanecer mais quietas, socialmente, enquanto nosso parceiro tinha a palavra. Ele era o centro das atenções. A figura máxima. O orgulho da família. Os tempos mudaram e estamos todos nos adaptando. Algumas de nós, ainda sob o efeito das avós, se acomodam um pouco na sombra, com certa dose de preguiça e pouca vontade de crescer. Outras, para não repetir a velha história nem assumir aquele tom arrogante das queimadoras de sutiãs, buscam um meio-termo: a possibilidade de um lugar ao sol para os dois. Sem falsa modéstia, assumindo a responsabilidade sobre seus atos, mais honestas, maduras e dispostas a compartilhar.

*dialogamos*

*Interpretação de Claudia, Mulher de Verdade*

*sujeito e a linguagem*

ENVIE SUGESTÕES PARA DE BEM COM A VIDA. CLAUDIA, AV. DAS NAÇÕES UNIDAS, 7221, 16ª ANDAR, CEP 05425-902, SÃO PAULO, SP. FAX (11) 3047 5875. E-MAIL: DEBEMCOMAVIDA@CLAUDIA.COM.BR

Como a sobriedade excessiva também está ligada à baixa autoestima, procure acreditar mais em você e no que tem para dar. Carminha sugere atitudes simples e eficazes: comece por uma generosa auto-reflexão acerca de suas principais habilidades e invista nelas. Não para ganhar elogios, mas para melhorar. Em seguida, peça a opinião de seus colegas de trabalho, outras pessoas de seu convívio, especialmente as mais queridas, como amigos, filhos e companheiro sobre seus pontos fracos e seus pontos fortes. Use sua capacidade de análise para tirar proveito

### Treinamento de *choque*

- **Aceite os elogios. Em vez de desculpar-se pelo fato de atrair a admiração alheia, responda apenas “Obrigada!” ou “Que bom que você gostou!”**
- **Seja autoral: reivindique a assinatura em seus trabalhos, deixe que seus superiores saibam quem fez o quê (inclusive, e principalmente, a sua parte).**
- **Não tenha vergonha de suas ambições pessoais ou profissionais. Muita gente se encolhe com receio de parecer presunçosa, mas aqueles que agem com dedicação e ética não têm nada a temer e não devem desperdiçar seus dons nem eventuais chances de crescimento.**
- **Não tente ser invisível em situações de grupo. Use o mesmo tom de voz dos participantes quando estiver numa reunião, palestra ou apresentação.**
- **A vaidade excessiva pode gerar antipatia nos outros, mas a segurança a respeito do próprio valor é sinal de sabedoria e provoca admiração.**
- **Procure cultivar a modéstia verdadeira. Assim, você vai aprender sempre mais. Afinal, como se diz, ninguém nasce sabendo...**

tanto das críticas quanto dos elogios. E responsabilize-se, enfim, por todas as suas qualidades, aprendendo a sustentar os seus valores sem cair na arrogância e no perfeccionis-

mo da supermulher. Sabendo que sempre há mais a fazer, a conhecer, a buscar. Isso é amadurecer. ○

REGINA MARIA AZEVEDO É AUTORA DOS LIVROS PRAZER EM CONHECER-SE, REDESCOBRINDO O PRAZER DE VIVER E MULHER DE VERDADE (OUTRAS PALAVRAS)

# Debem com a vida

DEBORAH DE PAULA SOUZA



## AS MENSAGENS DOS SONHOS

Por mais banais ou absurdos que pareçam, eles regulam o equilíbrio psíquico e transmitem informações valiosas para o autoconhecimento

**A**lguma vez você já acordou angustiada sem saber o motivo? É bem possível que tenha sido por causa dos seus sonhos. Para Sigmund Freud, o pai da psicanálise, eles revelam desejos inconscientes, ligados à sexualidade, fantasias de

vingança, de glória e poder... Enfim, segredos que não contamos nem para nós mesmas. Por isso, quando expôs essas idéias no livro *A INTERPRETAÇÃO DOS SONHOS*, de 1900, Freud criou grande polêmica. Suas descobertas, embora questionadas por

muitos, constituem até hoje referências para os estudiosos. Um dos que mais se dedicaram ao tema foi o psicólogo e psiquiatra Carl Gustav Jung (discípulo freudiano que depois romperia com o mestre), para quem várias das imagens que povoam a men-

ILUSTRAÇÃO ANDRÉS SANDÓVAL

de são arquetípicas, ou seja, protótipos comuns a toda a humanidade, integrantes do inconsciente coletivo.

Já na juventude, Jung teve um sonho que prenunciava essa teoria: ele desceu as escadas de uma casa e, a cada andar, entrava em épocas e civilizações mais antigas, deparando-se finalmente com um porão pré-histórico recheado de caveiras. Simbolicamente, o sonho mostrava as "reservas" psíquicas que Jung fazia ao longo de sua carreira de arqueólogo da mente até chegar a um solo primordial, com sua coleção de arquetipos, que vira e mexe aparece no nosso "cinema" noturno. "Na adolescência, por exemplo, podemos viver – e sonhar – com situações ligadas ao arquétipo do rebelde", afirma o psicoterapeuta junguiano Ascânio Jatobá. "Do mesmo modo, a figura da noiva ou da mãe são protótipos femininos associados à ideia de sedução, fertilidade e proteção, que se repetem de infinitas maneiras, tanto em livros, filmes e peças de teatros como nos enredos oníricos." Jatobá explica que cada detalhe dos sonhos é uma chave para o autoconhecimento. As situações, pessoas, objetos ou emoções vêm à tona com uma função específica: chamar a atenção para aspectos

obscuros da vida ou de uma situação conflitiva. Vamos supor que uma mulher que está enfrentando problemas com um colega de trabalho sonhe com uma águia

no alto de um pico. A analista Liliansa Liviano Wahba diz que a ave "pode representar a habilidade da sonhadora em olhar o dilema profissional de cima, com distanciamento. Por outro lado, é possível que mostre ainda o desejo de 'caçar' a colega". No consultório, os símbolos não têm significados fixos: cada um deve ser avaliado em um contexto particular no processo terapêutico.

Mesmo quem não está em tratamento tem condições de refinar a interpretação, acredita Jatobá, que há 14 anos coordena um curso e um grupo de estudos para esse fim. Uma de suas alunas, a consultora de moda Maria Helena de Almeida, 51 anos, anota seus sonhos diariamente e aprende muito com eles. "Certa vez, sonhei que chegava ao meu apartamento na praia e tudo estava fora de lugar. Eu reclamava com o zelador e o síndico dizendo que não tinham o direito de invadir minha casa", conta ela. Na época, a cena pro-

As situações ou as emoções vêm à tona nos sonhos para chamar a ATENÇÃO para aspectos obscuros da vida ou de uma situação conflitiva

duziu um *insight* importante: "Acabei me dando conta de que ela apontava um aspecto da minha personalidade. Na verdade, muitas vezes sou invasiva. Ao perceber isso, consegui transformar esse comportamento".

Segundo Liliansa, que também é presidente da Sociedade Brasileira de Psicologia Analítica, "os sonhos servem para regular o funcionamento psíquico". Pode soar paradoxal, mas até os pesadelos cumprem essa função, colocando-nos em contato com questões difíceis que precisamos assimilar. De certa forma, o ato de sonhar já é por si só uma elaboração de conteúdos irracionais, ainda que a gente não se lembre de absolutamente nada ao despertar. O esquecimento pode ocorrer por razões orgânicas – como doenças, cansaço ou ingestão de álcool e outras drogas – ou então por relutância, medo de enveredar pelo fascinante e desconhecido terreno do inconsciente. **REPORTAGEM MARIA EMILIA KUBRUSLY**

## LIÇÃO DE INTERPRETAÇÃO

Alguns passos vão ajudá-la a se lembrar dos sonhos e interpretar suas mensagens, de acordo com a teoria junguiana:

**● RITOS INICIAIS** Procure registrar num diário pensamentos e sentimentos habituais. Depois, comece a anotar os sonhos logo ao acordar. Releia sempre as anotações. Não tome os sonhos como verdades absolutas. Considere-os como um alimento para a alma ou como charadas a decifrar. Nunca atribua significados fixos aos símbolos. Apenas pergunte-se: "O que as cenas, os personagens e as sensações noturnas têm a ver com o meu momento?"

**● SÍMBOLOS** Para se familiarizar com a linguagem simbólica, estude cada detalhe do sonho. Se você sonhou com água, como ela era? Cristalina, suja, corrente ou estagnada? O que representava naquele enredo? Como a água é essencial para a existência, vale indagar-se sobre o que considera vital, o que sacia sua sede e como anda cuidando de suas fontes emocionais de energia. Observe ainda as diversas sensações que esse elemento pode ter produzido no sonho – purificação, prazer, medo de morrer afogada etc. As impressões podem ser variadas. Sejam quais forem, tente relacioná-las com sua vida, pois é você quem dá significado aos próprios sonhos.

ENVIE SUGESTÕES PARA DE BEM COM A VIDA, CLAUDIA, AV. DAS NAÇÕES UNIDAS, 7221, 16º ANDAR, CEP 09425-902, SÃO PAULO, SP, FAX (11) 3037 5675, E-MAIL DEBEMCOMAVIDA@CLAUDIA.COM.BR

CONFIRA A DATA DO CHAT COM O ESPECIALISTA ASCÂNIO JATOBÁ NO SITE [WWW.CLAUDIA.COM.BR](http://WWW.CLAUDIA.COM.BR)

## Debem com a vida

DÉBORAH DE PAULA SOUZA



### CONSTELAÇÃO FAMILIAR: O AMOR VAI À TERAPIA

Com esse método terapêutico, basta uma sessão, em grupo, para descobrirmos que muitos problemas de relacionamento têm a ver com nossos pais, avós, bisavós... Desvendar a dinâmica afetiva das gerações passadas abre novos caminhos para os amores de hoje

**C**OMO UM CASAMENTO feliz pode se desviar de repente para o ciúme exagerado e constantes agressões verbais? A empresária Vera Lúcia Demétrio, 54 anos, mais conhecida por Nandita, enfrentou essa situação três anos atrás. Tinha certeza de continuar amando o marido, com quem vivia fazia cinco anos e que atravessava um

momento extremamente difícil. No intervalo de três meses, ele havia perdido a mãe e um dos filhos do primeiro casamento: "A vida virou um caos, a gente estourava por qualquer coisa", lembra Nandita. Na tentativa de se reequilibrar, ela procurou igrejas, cartomantes, além de fazer algumas viagens à Índia e mudar-se para um sítio no interior

de São Paulo. Encontrou conforto espiritual, mas a questão só foi solucionada quando o casal participou da Constelação Familiar, terapia em grupo geralmente realizada em uma única sessão de algumas horas. Dependendo do número de inscritos, pode ser preciso mais de um encontro. Durante a sessão, a paciente escolhe pessoas da turma ao acaso

ILUSTRAÇÃO: SANDRO RICCO







Bruxas com senso de humor: Nicole, no papel de Samantha, e Shirley, no da mãe, Endora

Com NICOLE KIDMAN e SHIRLEY MACLAINE em ação, o *remake* do seriado *A FEITICEIRA* deve repetir no Brasil o mesmo sucesso que fez nos Estados Unidos. Afinal, o interesse pela magia aumenta a cada dia que passa. Só que as bruxas do século 21 dispensam truques e vassouras e querem muito mais do que mexer o narizinho... DÉBORAH DE PAULA SOUZA



**E**stá no dicionário: “feiticeira” é sinônimo não só de maga e bruxa, mas também de “mulher encantadora”. Talvez por isso as mulheres de hoje se interessem tanto pelo tema – querem encantar os outros, além de redescobrir o encantamento da vida e da natureza. De preferência, sem truques cinematográficos e sem culpa cristã. Pois, se hoje a feiticeira é *cult*, é bom lembrar que na Idade Média as bruxas foram perseguidas

pela Igreja Católica e queimadas em fogueiras. O livro *MALLEUS MALEFICARUM*, escrito por dominicanos em 1484, dizia que “toda bruxaria advém da luxúria carnal, que nas mulheres é insaciável”. Para eles, “bruxas” eram aquelas que sentiam o “imundo orgasmo”. Felizmente, os tempos são outros. Segundo o sacerdote e escritor CLAUDINEY PRIETTO, a última lei que proibia a bruxaria na Inglaterra foi revogada em 1951. Desde então, o paganismo tem sido resgatado e renovado em várias partes do mundo, tanto na tradição wicca (bruxaria

moderna de origem celta) e em outros movimentos, como o neoxamanismo, quanto em práticas da Nova Era, que propõem autoconhecimento à base de magia light. Nada de asas de morcego. O que vale agora são muitos óleos aromáticos, ervas medicinais e rituais, que podem ser realizados tanto na cidade como no campo, já que a Terra é considerada o corpo da Deusa. Cultuada por todas as magas, essa Grande Mãe se manifesta em divindades de diversas tradições, na natureza (daí o caráter ecológico da feitiçaria) e em todos os aspectos da vida e da morte, que é encarada sem medo, como parte do processo vital. A feitiçeira moderna, conhecida também como sacerdotisa e “mulher de poder”, deve passar por um processo de autoconhecimento (conduzido por ela mesma, com ajuda de terapia, livros ou vivências) a fim de dominar sua energia. Maga que se preza não tem chique nem TPM – isso é sinal de desequilíbrio, e o desafio aqui é manter-se no prumo. Resumindo: o feitiço começa transformando a feitiçeira e trazendo à tona seus poderes latentes. Mesmo quem não deseja participar de uma iniciação formal pode ter uma vida mais mágica. Para isso, basta aprender a se conhecer e a se cuidar, honrar os próprios dons e manter a capacidade de se maravilhar diante do mundo.

## ENERGIA, PODER E MAGIA

“As mulheres querem se tornar feitiçeras para ser mais vitais, criativas e poderosas”, diz a psicóloga Monika Von Koss, que começou a carreira na psicanálise, iniciou-se no xamanismo e fundou em São Paulo o espaço Caldeirão – um pólo de vivências, cursos e rituais que visam à expansão da consciência e ao resgate do feminino sagrado. Esses são temas recorrentes nos três livros de Monika: *HERA – UM PODER FEMININO* (ED. MASSAO OHNO), *FEMININO + MASCULINO – UMA NOVA COGEOGRAFIA PARA A ETERNA DANÇA DAS POLARIDADES* e *RUBRA FORÇA – FLUXO DO PODER FEMININO* (AMBOS DA ED. ESCRITURAS). A especialista esclarece que “poder”, nesse contexto, nada tem a ver com autoritarismo e ânsia de subjugar. “O que interessa é assumir sua capacidade de decisão – só faz magia quem está centrada nessa força. Uma feitiçeira não fica reclamando da vida, do chefe, do marido, pois se responsabiliza integralmente por suas escolhas”, afirma Monika. A definição de magia, segundo a terapeuta, é extremamente simples: “Consiste em movimentar a energia de acordo com a sua vontade”. Só que, para isso, precisamos de energia (não é tão fácil assim, vivemos estressadas) e habilidade para direcio-

## Como se forma uma sacerdotisa

Há mais de cinco anos, Telma Altomare, 40 anos, frequenta os cursos do Caldeirão e já conduz rituais. Sua iniciação com Monika Von Koss incluiu seminários de mitologia, vivências e jornadas xamânicas. “Essas jornadas são uma meditação conduzida, que pode acontecer num templo ou em meio à natureza, ao som de tambores e com evocações de deuses ou animais de poder. Por exemplo, quem precisa de autodomínio e segurança pode mentalizar a figura do leão – ele ajudará a despertar essa força, que já existe no inconsciente”, diz Telma. Com o processo, ela ganhou concentração e estabilidade, superou antigas mágoas amorosas, adotou a homeopatia e livrou-se das enxaquecas, que antes a atormentavam. “Quando descobri como manejar o caos interno, minha criatividade emergiu”, conta. Paralelamente ao trabalho numa corretora de seguros, ela faz artesanato (tece filtros dos sonhos, um tipo de móbilis mágico indígena) e escreve com regularidade. Avesa às fórmulas prontas de magia, Telma, que vive com duas gatas, inventa os próprios rituais. No dia-a-dia, gosta de acender incenso e velas brancas, pretas e vermelhas para a Deusa. Estudar é fundamental, mas quem quiser pode ser autodidata. “Hoje há vários livros no mercado, bem como discussões na internet”, diz Claudiney Prietto em *Wicca para Bruxos Solitários* (ed. Nova Era). “A natureza também é uma valiosa fonte de recursos e os ensinamentos dos deuses estão à nossa disposição por meio de *insights*, sonhos, reflexões e mensagens transmitidas em meditações diárias.”

ná-la (mais difícil ainda, pois o mundo convida à dispersão, e a pressão social nos aliena dos anseios íntimos). “Atingir um objetivo por meio de magia depende muito de clareza, foco e, sobretudo, da capacidade de sustentar o próprio desejo. E isso requer trabalho interior”, diz Monika, enumerando três princípios básicos:

**1) Conhecer o corpo** O poder começa na saúde. É preciso aprender a reconhecer e dominar o fluxo energético corporal. Uma maga não toma remédios a torto e a direito para eliminar a dor, mas tenta relacionar seus sintomas à alimentação, ao período menstrual e às emoções, levando em conta que corpo e psique são inseparáveis. Dessa maneira, ou promove a autocura (muitas se aprofundam no conhecimento de ervas, massagens e terapias alternativas) ou ajuda o médico, fornecendo informações preciosas e participando ativamente do tratamento.

**2) Refinar os sentidos e a intuição** O processo pode ser estimulado com exercícios e meditação, aumentando a percepção de si e do ambiente. Além dos cinco sentidos apurados, a feiticeira desenvolve a intuição – capacidade de conectar informações conscientes e inconscientes, produzindo *insights*. A ordem é sair do automático e ficar alerta para se proteger de coisas e situações que consomem energia, seja um ambiente hostil ou um som alto demais. Mais seletiva, terá condições de identificar o que precisa e o que lhe faz bem – das companhias ao cardápio.

**3) Acreditar nas dimensões invisíveis** Segundo Monika, vivemos num “universo holográfico”. O termo, cada vez mais usado na área de neoxamanismo, com justificativas vindas da física quântica, origina-se do holograma, espécie de foto tridimensional que, ao ser picotada, não se divide: cada recorte contém a imagem completa. Do mesmo modo, cada um de nós conteria dentro de si todo o universo – o “conhecimento cósmico” estaria disponível a todos, ampliando a possibilidade de premonição e telepatia, por exemplo. A magia é um dos modos de acessar essa sabedoria, mas não o único. “Além das feiticeiras, também visitam mundos paralelos – fontes permanentes de criatividade – médiuns, xamãs, cientistas e artistas visionários”, diz Monika.

VEJA MAIS INFORMAÇÕES SOBRE FEITICARIA MODERNA NO NOSSO SITE: [WWW.CLAUDIA.COM.BR](http://WWW.CLAUDIA.COM.BR)

Seja qual for a profissão da sacerdotisa moderna – há muitas atuando nas áreas de cura, bem-estar, educação e trabalho social –, ela é ativa na comunidade e jamais associa espiritualidade à idéia de isolamento. Acredita que o aspecto sagrado da vida não se restringe a templos ou paisagens paradisíacas,

está presente em atividades cotidianas, como trabalhar, criar os filhos, arrumar a casa ou conversar. Aliás, palavras também são mágicas e, dependendo de como forem utilizadas, criam situações auspiciosas ou destrutivas. A maga não tem dúvida de que tudo está ligado e de que qualquer ato terá impacto no ambiente. Por isso, sua regra de ouro é: faça o que quiser desde que não prejudique ninguém. Ela não usa a força psíquica para manipular as pessoas, já que isso vai contra a lei que reza: “O que você fizer lhe voltará triplicado”. Até para arrumar namorado deve ficar esperta: tudo bem realizar um sortilégio para aumentar o magnetismo, desde que não envolva a manipulação dos desejos de uns e outros. (O novo filme é água-com-açúcar, mas pedagógico nesse aspecto...) Para a magia moderna, o poder está vinculado ao auto conhecimento, à habilidade de lidar com as próprias emoções e aplicar bem seus talentos na vida cotidiana.

Quanto mais sábia, mais amorosa a mulher se torna. Compreende que não é o único ser divino e poderoso, todos são, mesmo que ainda não tenham se apropriado de seus dons – nesse processo, se dá conta também de que a vaidade é uma armadilha. A graça consiste em criar a atmosfera propícia para que o saber e o amor se propaguem, refinando a qualidade de vida e o campo energético do planeta. O que importa é dar suporte ao desejo de viver e partilhar cada dia como se fosse um milagre. Porque é mesmo. ☉



# Debem com a vida

DEBORAH DE PAULA SOUZA



## COMIDA SAGRADA

Oferendas de alimentos são uma das formas de falar com os deuses e fazem parte de rituais de várias crenças. Mas você não precisa ter uma religião para transformar sua cozinha num templo — onde vai meditar e preparar um pão divino!

**N**O MUNDO industrial, em que os produtos já chegam embalados ao mercado, perdemos a noção do quanto a comida está ligada ao mistério da vida. Porém, nas tradições religiosas, o alimento continua sendo visto como uma dádiva divina e o seu preparo, seja para consumo próprio ou para ofertar aos deuses,

é ritualizado. As iabassês, que preparam as oferendas no candomblé, tomam banhos purificadores antes de ir para o fogão. “Os pratos variam conforme a intenção e o orixá a quem se quer agradar e não devem ser consumidos por ninguém”, explica o sacerdote Gilberto de Exu. Já no budismo tibetano, os ali-

mentos colocados no altar são partilhados pelos praticantes: “Imantados pelos mantras (*cânticos sagrados*), eles nutrem também os nossos recursos internos”, acredita a professora de budismo Paula Rozin.

Para os católicos, a hóstia e o vinho são o próprio corpo e sangue de Jesus Cristo: ingeri-los significa en-

FOTO: CARLOS CUBRELAZ/CAO NORRIS  
CANTINHO: CARLOS CUBRELAZ/CAO NORRIS  
PRESENTES MICKY, PÃO INTEGRAL: DAIRYFA  
ROBERTO SIMÕES, TÍCIO STATUS E  
MESA: DE PINHA DE AGOSTO

trar em comunhão com Ele. Nos primórdios do cristianismo, a missa incluía um festivo banquete com legumes, frutas, carnes e leite, que eram doados pela comunidade. Tudo degustado com moderação, porque a gula sempre foi pecado. “O problema não está em comer uma fatia a mais do bolo, e sim na ganância, pois a irmandade se dá pela partilha”, diz o padre Juarez Pedro de Castro, do Vicariato de Comunicação da Arquidiocese de São Paulo. Quanto ao jejum, realizado em datas sagradas, convoca os devotos de vários credos a se absterem dos prazeres da mesa com o intuito de purificação física e espiritual. É um bom momento para refletir sobre a fome do mundo, a necessidade de caridade, compaixão, transformação.

### Matar, comer, viver

Como todos os animais, nós também matamos para comer, mas não sem conflitos. Não é à toa que a carne, sobretudo a vermelha, é tabu em algumas tradições. Nem todas a proíbem, mas muitas adotam normas para evitar a crueldade no abate. Os hindus não consomem carne de vaca, porque o animal, símbolo de amor e maternidade, é sagrado na Índia; os budistas evitam carnes em geral por compaixão e por acreditar que esse hábito dificulta a as-

cessão espiritual. “Numa churrascaria, não dá para ter idéias elevadas, seus pensamentos serão carnis!” diz a bem-humorada monja zen-budista Soon He, responsável pelo Spa Shishindo, de Campinas (SP). Os devotos do candomblé, muçulmanos e judeus consideram que o sangue é tóxico (todas as impurezas do bicho ficariam concentradas ali). Assim, os primeiros deixam de lado os pratos com molho pardo, enquanto os outros usam técnicas de abate que retiram todo o sangue das vítimas. No caso do judaísmo, há tantas normas em relação à dieta (porco e frutos do mar são proibidos, ovos e laticínios controlados) que se aconselha aos praticantes optar pela comida *kosher* (significa “adequada”), preparada com a consultoria de rabinos. Segundo o sheik Jihad, a tradição do Islã veta carne de porco e bebida alcoólica simplesmente porque “fazem mal” ao corpo humano – presente divino

## COZINHE COM ALMA

A monja zen Soon He ensina como transformar sua cozinha num templo:

- 1 RELAXAMENTO** Evite entrar na cozinha quando estiver ansiosa ou com raiva. Faça um breve relax, respire fundo e afine a sintonia, lembrando que nutrir a si mesma e ao outro é uma experiência amorosa e generosa.
- 2 CONCENTRAÇÃO** Siga o exemplo dos monges e transforme o ato de cozinhar em uma meditação cotidiana. Tente manter-se em silêncio, não atenda o telefone, desligue o som e não deixe o pensamento voar. Se quiser, entoe um mantra ou uma oração.
- 3 PERCEPÇÃO** Use os cinco sentidos. Ouça os chiados das panelas, aspire os perfumes, observe como o fogo transforma o alimento, exercite o tato colocando a mão na massa e, claro, prove o menu. Esse exercício sensorial ajudará a mantê-la presente no ato de cozinhar. Por fim, na hora de comer, agradeça pelo alimento.

que não pode ser prejudicado. O candomblé, por sua vez, não condena carnes, mas proíbe a abóbora alegando que o orixá Ori utilizou-a para criar a cabeça dos homens. O REPORTAGEM MARIA EMILIA KUBRUSLY

## O MILAGRE DO PÃO

Para a herborista MAGDALA FERREIRA GUEDES, a Magui, “quem conhece o pão e a partilha experimenta Deus”. Em sua pousada, em Minas Gerais, ela ensina grupos a preparar o “pão com intenção”. No processo, vale pedir o que você deseja. Depois, coma um pedaço por dia, durante uma semana, reforçando o seu intento a cada vez. Repita a receita e presenteie os amigos sempre que desejar. PÃO INTEGRAL DA MAGUI ● 1 tablete de fermento biológico ● 1 xícara (chá) de água morna ● 1 pitada de sal ● 1 colher (sopa) de manteiga ● 1 colher (sopa) de mel ou açúcar mascavo ● 2 xícaras de farinha de trigo integral ● 1 xícara de farinha de trigo branca ● PREPARO Numa tigela, misture o fermento (previamente diluído em um pouco de água morna) com o sal, a manteiga, o açúcar (ou mel) e o restante da água morna. Aos poucos, junte as farinhas amassando com suavidade até que a massa fique macia e desgrude totalmente das mãos. Cubra-a com um pano e deixe descansar por 40 minutos, para crescer. Transfira para uma assadeira e leve ao forno preaquecido. Asse por 20 minutos em temperatura média.

ENVIE SUGESTÕES PARA DE BEM COM A VIDA, CLAUDIA, AV. DAS NAÇÕES UNIDAS, 7221, 16º ANDAR, CEP 05425-902, SÃO PAULO, SP, FAX (11) 3037 5875. E-MAIL DEBEMCOMAVIDA@CLAUDIA.COM.BR VEJA TAMBÉM RECEITAS DA TRADIÇÃO BUDISTA E AFRICANA NO NOSSO SITE: WWW.CLAUDIA.COM.BR

# Debem com a vida

DEBORAH DE PAULA SOUZA



## INVEJA SEM CENSURA

Atire a primeira pedra quem nunca sentiu uma pontinha de inveja. Mas o caminho para lidar com essa emoção e usá-la em seu proveito passa longe da repressão. Agora, se o alvo for você, proteja-se!

**T**ODO MUNDO tem medo de olho gordo, mas ninguém confessa quando sente inveja dos outros. Uma pena, pois reconhecer o sentimento (não precisa contar para todo mundo, basta você saber) é o primeiro passo para transformá-lo, como mostra a consultora de gastrono-

mia Carolina\*, 37 anos, que teve a coragem de admitir que a felicidade amorosa de sua amiga a incomodava. “O marido e ela formavam um casal lindo, com uma filha belíssima. Eu sempre quis ter um filho, mas naquela época era solteira e achava que meu estilo de vida e ob-

jetivos profissionais não permitiriam realizar esse sonho.” Carolina procurou ajuda terapêutica e conseguiu dar conta do conflito: “Morria de vergonha e culpa por sentir aquilo, como se pudesse contaminar minha amiga e prejudicá-la”, diz. Com o tratamento, superou a insegurança

ILUSTRAÇÃO: BIANCO REICANDO

e a baixa auto-estima e assumiu o desejo de ser mãe.” Bastou limpar a área e o namorado apareceu, eles foram morar juntos e hoje têm uma garotinha de 1 ano. No final das contas, a inveja foi o pontapé inicial para Carolina ir cuidar da vida.

### Competição voraz

O sentimento pode causar estragos quando é jogado para debaixo do tapete, pois ele continua operando. Aí, a invejosa tende a agredir quem lhe provocou o incômodo, seja simulando indiferença, seja tentando desqualificar o sucesso alheio. Desse modo, evita contato com a dor ou a raiva de sentir-se “menor” do que os outros. Há ainda quem simplesmente fuja do conflito, sem conseguir resolvê-lo. Foi o que ocorreu com Angélica\*, 28 anos, pesquisadora iconográfica, que acabou se separando do namorado, assustada com a competição em que se via sempre perdendo. “Ele era inteligente, comunicativo, brilhante, cheio de amigos. Eu invejava sua personalidade transbordante. Hoje, acho que ele se aproximou porque via em mim qualidades que eu mes-

ma não conseguia enxergar”, analisa.

Para a psicoterapeuta corporal Liane Zink, presidente do Instituto Brasileiro de Biossíntese, pessoas tímidas ou modestas têm maior dificuldade em demonstrar o sentimento, ao contrário das exibicionistas, que falam rápido a respeito, tentando se livrar logo da “maldição”. Mas todas ficam mal, porque a inveja expõe nossa eterna sensação de falta. Na primeira infância, é compreensível que a gente espere porque o brinquedo da vizinha é mais bonito, mas, na vida adulta, deveríamos ter condições de suportar melhor as frustrações e alimentar ambições realistas, substituindo as fantasias infantis, como brilhar em tudo, por planos possíveis, como a realização amorosa e profissional.

### Oviés da admiração

O clique acontece quando mudamos o foco: ao parar de sofrer obsessivamente por aquilo que não somos ou não temos, conseguimos finalmente canalizar mais energia para a concretização dos projetos pessoais.

“A inveja pode ser trabalhada para nos ajudar a alcançar um objeti-

vo. Nesse caso, é positiva, pois nos estimula a progredir, a lutar por aquilo que desejamos”, afirma Liane. Em vez de tentar apagar a luz dos outros, reconhecemos os talentos deles e desenvolvemos os nossos, num jogo saudável de ambição e competição. Phillip Zelante, 26 anos, superou a inveja que sentia do primo – que estudava fotografia por hobby – quando juntou a quantidade necessária para ingressar na escola que queria, realizando o sonho de ser fotógrafo de cinema. “Atuo numa área em que não faltam invejosos”, brinca ele, que hoje tira o assunto de letra. Segundo Liane, o melhor é desmistificar o poder da inveja e encarar a situação sem tanto medo, confiando que a expressão das emoções tem força transformadora. Por isso, no dia em que a sua conhecida chegar arrasando na festa, não se contenha e solte algo como: “Nooooossa, esse vestido é lindo. Que inveja!” E siga em frente. Ela ganha o merecido elogio, e você a espontaneidade de quem lida bem com um sentimento que, afinal, todos têm. ◻

REPORTAGEM ROSE CAMPOS

## CONTRA MAU-OLHADO

Antes de reclamar dos invejosos de plantão, verifique até que ponto você gosta de provocar inveja e sente prazer quando atinge seu objetivo. Tudo bem querer atrair admiração e reconhecimento, mas quem é competitiva demais e adora se sentir a tal pode virar vítima da própria vaidade. Fique esperta: não alardeie seu sucesso perto de quem está por baixo, evite comentar projetos com quem não confia ou se exibir para a torcida inimiga. Se toda essa psicologia falhar e você perceber que pintou fofoca ou concorrência desleal no pedaço, é hora de se proteger contra a urucubaca e apelar para a infalível sabedoria popular. Mal não faz! • Queime folhas secas de louro: a bruxa e escritora Marcia Frazão garante que esse incenso natural é ótimo para espantar energias negativas. • O topázio imperial amarelo, o diamante e a turmalina negra são amuletos poderosos. Pode usar como jóias ou levar as pedras dentro de um saquinho. (O especialista Antonio Duncan ensina como limpar e energizar os cristais no site [www.crystals.com.br](http://www.crystals.com.br)). • Tenha sempre por perto um vasinho ou um buquê de arruda: ela é uma das plantas preferidas das benzedeiras tradicionais. Em dias de grandes decisões, não custa levar um raminho na bolsa, sabe-se lá... • Nada como um vaso com espada-de-são-jorge na entrada da casa: dizem que corta olho gordo na hora. Se quiser, misture com arruda, folha de guiné e comigo-ninguém-pode e terá um escudo invencível. • Mande os maus fluidos pelo ralo tomando um banho com sal grosso de vez em quando. Basta despejar um balde de água com o sal do pescoço para baixo, mas sem molhar a cabeça.

ENVIE SUGESTÕES PARA DE BEM COM A VIDA, CLAUDIA, AV. DAS NAÇÕES UNIDAS, 7221, 18º ANDAR, CEP 05425-902, SÃO PAULO, SP, FAX (11) 3037 5875. E-MAIL [DEBEMCOMAVIDA@CLAUDIA.COM.BR](mailto:DEBEMCOMAVIDA@CLAUDIA.COM.BR)

\*NOMES TROCADOS PARA PRESERVAR A IDENTIDADE DOS ENTREVISTADOS



# Debem com a vida

DÉBORAH DE PAULA SOUZA



## DIGA NÃO AS CRENÇAS NEGATIVAS

A dona dos seus pensamentos é você e não o contrário. Retome o comando, livre-se daquelas idéias que são um atraso de vida e libere o caminho para a criatividade e a confiança

**A**S CRENÇAS têm origem em informações que recebemos da família e da sociedade, desde a infância, e que são reforçadas pela cultura. Sem que a gente perceba, elas acabam se fixando no nosso subconsciente como se fossem verdades

inquestionáveis. Em alguns casos, isso não é problema – pelo contrário, as observações se tornam convicções positivas e fortalecedoras. Quem sempre ouviu a frase “Essa menina vai longe”, por exemplo, passa a apostar em si mesma intimamente. Mas, às

vezes, as informações nascem de mágoas ou preconceitos e se transformam em certezas negativas, que sabotam nossa felicidade. Chavões como “os homens são todos iguais” ou idéias como “nunca vou saber ganhar dinheiro” só atrasam a vida.

ILUSTRAÇÃO: CLAU

Um bom jeito de saber se você é vítima de crenças limitadoras é verificar seus comportamentos repetitivos. “Se faz algo sempre da mesma maneira e não dá certo, pare. Se não conseguir perceber o que está errado, tente novamente, mas de um modo diferente”, ensina Alexandra Toupitzen, que há mais de 40 anos coordena workshops na área de desenvolvimento pessoal. “Repetir o erro leva à perda de controle, ao desânimo e ao medo de arriscar”, alerta.

Nas questões amorosas, multipliquem-se as crenças perigosas. Quem nunca afirmou algo como “não tem homem”, “estou velha demais para namorar” ou ainda “ruim com ele, pior sem ele”? A médica paulista, Angélica Dicieri, 38 anos, suportou um relacionamento insatisfatório por mais de quatro anos. “Eu não me separava porque acreditava que, se fizesse isso, ficaria sozinha”, revela. “Fui buscar ajuda num curso de autoconhecimento e percebi que estava dependente da relação, acostumada com ela, mas não feliz. Assim que entendi que precisava respeitar mais os meus desejos e sentimentos, ganhei coragem para mudar”, conta. Nesse trajeto, ela desativou a crença de que a solidão era o seu destino e renovou sua fé no amor e na possibilidade de ser amada –

o que foi decisivo para encontrar o novo marido.

Não devemos esquecer que nada é imutável – nem as relações nem as idéias que passam pela nossa cabeça. Segundo Ana Alvarez, pesquisadora com doutorado em ciências e autora do livro *CRESÇA E APAREÇA* (ED. RECORD), em que aborda o assunto, o sistema nervoso tem dois processos principais de ação: o da facilitação e o da inibição. “Pessoas com muitas crenças limitadoras funcionam no breque. Ou seja, inibem suas capacidades e não mantêm o foco no seu objetivo. Em casos radicais, esse comportamento pode levar à depressão”, diz ela. “Por sua vez, quem se dispõe a se libertar

de antigas convicções e inovar aciona o comando da facilitação e consegue se concentrar em suas metas.” Mas não há passe de mágica – toda mudança exige elaboração interna e esforço. Assim, não basta trocar uma idéia por outra nem re-

## ACERTE O RITMO

A escritora ANA ALVAREZ dá alguns exemplos de crenças que freiam ou que impulsionam nosso crescimento. Veja só

| BREQUES   | ACELERADORES   |
|---|--|
| Gosto de mim do jeito que sou. Sou assim e pronto.    | Este é o meu jeito de ser... hoje. Mas eu vou saber me adaptar aos novos acontecimentos.                       |
| Tenho medo de não conseguir. É melhor nem tentar.     | Não sei se consigo, mas farei o máximo para chegar lá.   |
| Não posso errar!                                      | Sei que vou errar muitas vezes, aprender com os erros e preparar-me para arriscar outra vez, de outra maneira. |
| Não importa o que digam, minha opinião não vai mudar. | Idéias novas são sempre bem-vindas. Posso selecionar as que me convêm.   |

petir “sou ótima em números” para virar craque em matemática – é preciso estudar. Já na área de relacionamentos, mudar crenças arraigadas pode exigir uma boa terapia. O importante é dar o primeiro passo. **REPORTAGEM MARISTELA RAMOS**

## EXERCÍCIO DA CONFIANÇA

Prepare-se para reverter convicções e despertar sua força interior com este passo-a-passo sugerido pela professora ALEXANDRA TOUPITZEN. **1.** Sente-se confortavelmente, feche os olhos e fique em silêncio. Mentalize uma situação negativa que deseje modificar. Visualize-a como se fosse um filme, sem se envolver emocionalmente. Abra os olhos e respire fundo. **2.** Feche novamente os olhos e mentalize agora uma situação feliz. Fixe com atenção os recursos positivos, como segurança e flexibilidade, que você tinha nessa situação. Abra os olhos e respire fundo. **3.** Feche os olhos novamente. Escolha três recursos positivos da situação feliz e imagine-se usando-os na cena negativa. Veja-se, digamos, atuando de modo mais seguro e flexível. **4.** Avalie se, com esses recursos, você conseguirá enfrentar melhor as dificuldades. Se a resposta for sim, sua confiança aumentará para lidar com futuros desafios. Se a resposta for não, repita o exercício e se fixe por mais tempo nos elementos positivos. Lembre-se: esses recursos já existem dentro de você e sempre podem ser acionados. Faça esse exercício três dias seguidos e retome-o quando achar necessário.

ENVIE SUGESTÕES PARA DE BEM COM A VIDA, CLAUDIA: AV. DAS NAÇÕES UNIDAS, 7221, 16º ANDAR, CEP 05425-902, SÃO PAULO, SP, FAX (11) 3037 5879, E-MAIL DEBEMCOMAVIDA@CLAUDIA.COM.BR



# 10

## COISAS QUE VOCE PRECISA SABER ANTES DE CASAR (E DEPOIS, PARA FAZER O AMOR DURAR)

Há mais de duas décadas trabalhando como conselheiros matrimoniais, os psicoterapeutas americanos LINDA e CHARLIE BLOOM mostram como o casamento pode dar certo REGINA VALADARES

**POR MAIS DIFÍCIL** que seja a vida a dois, todo mundo quer assumir esse desafio e fazer a relação dar certo. Linda e Charlie Bloom aproveitaram a experiência pessoal e profissional – estão juntos há mais de 30 anos e há um quarto de século cuidam de casais com problemas – para escrever *101 COISAS QUE NÃO ME CONTARAM ANTES DO CASAMENTO*, publicado no Brasil pela Editora Best Seller.

## Amor que dura

Frederich Nietzsche disse: "Aquilo que não me mata me torna mais forte". O filósofo não estava se referindo especificamente ao casamento, mas definiu o que acontece nele: ou aprendemos a crescer com os obstáculos ou seremos destruídos por eles. "As experiências que nos derrubaram nos tornaram as pessoas que somos. O aprendizado e a recuperação que acompanharam cada uma delas deram forma ao tesouro que é o nosso relacionamento atual", diz Linda Bloom. Ela e o marido aprenderam a usar seus erros para ajudar casais em crise. Aqui, algumas lições do livro que vão fazer com que você se conecte ou se reconecte com a pessoa amada – não importa se já é casada ou se a cerimônia ainda vai acontecer.

### 1 INVESTIR SEMPRE

A vida tem uma carga de stress capaz de desestabilizar qualquer casamento. Por isso, é necessário fazer uma reserva de amor para tempos difíceis. Imagine o casamento como se fosse uma conta de poupança. Você deposita acontecimentos significativos, resgata o reconhecimento dos bons momentos juntos e ganha disposição para continuar investindo. Uma conversa íntima, um momento de amor, a companhia em um passeio de mãos dadas... Esses atos de amor são o saldo positivo e você pode recorrer a eles sempre que preciso.

**LIÇÃO** A maneira ideal de construir uma relação que funcione de verdade e sobreviva a crises é criar lembranças fortes e estimulantes. Elas reforçarão o compromisso e fortalecerão o vínculo nos momentos de conflito.

### 2 DIZER O QUE SENTE

"Você nunca está em casa, só pensa em trabalho." Queixas como essa, apesar de frequentes, não são nada construtivas. Muitas vezes a gente erra no discurso e, sem querer, promove o afastamento. Porque o parceiro não está agindo de má-fé. Cabe a você mostrar, sem cobranças, que valoriza a presença dele. Experimente quebrar o padrão e falar com o coração. Em vez de acusar, entrando numa batalha inglória, se abra: diga como fica triste por não contar com a sua companhia por mais tempo. Se não se sentir acuado, ele vai reagir bem à conversa. **LIÇÃO** O antagonismo é contraproducente, não leva a nada. O caminho do entendimento está em trocar a raiva por um discurso sincero e amoroso. Assim, mesmo que voltem a ter problemas na mesma área, não se posicionarão como inimigos.

### 3 PRIORIZAR O CASAL

Parece chocante, mas é simples: cuidar primeiro de vocês e depois dos filhos. Se perceber que o bem-estar deles depende do bem-estar do seu casamento, se sentirá menos culpada por agir assim. Uma mãe obcecada, superprotetora e superpresente deixa pouco espaço para o pai atuar. Sem perceber, ela o afasta de seus filhos ao mesmo tempo que desvia a atenção dos problemas que os dois deviam estar tentando superar para seguirem juntos e felizes. **LIÇÃO** Mudar o foco e cuidar da relação é o melhor que o casal pode fazer para que seus filhos cresçam com o exemplo de um casamento gratificante.

### 4 ESTIPULAR SEUS LIMITES

Jogar a toalha no chão, esquecer datas importantes, estar sempre atrasado... Para algumas situações, você pode fechar os olhos; para outras, não. Então, posicione-se com transparência. Quando souber exatamente quais são as suas prioridades, estabeleça os seus limites. **LIÇÃO** Sem agressividade nem ameaças, deixe claro suas posições e a expectativa de que ele as respeite. Lembre-se, algumas questões são mais importantes que outras. Então, poupe sua energia para lutar por aquelas que realmente fazem diferença e seja firme na sua intenção.

### 5 SER FELIZ SOZINHA

A felicidade individual depende de cada um. Não podemos esperar que o parceiro nos satisfaça completamente. Uma coisa é você desfrutar tudo de bom que ele traz para a sua vida, outra é achar que ele tem a obrigação de fazê-la feliz. Amar não é depender. É partilhar. Infelizmente muitas de nós entram no casamento imaginando que serão salvas de suas dores e frustrações pelas mãos do marido. Esse engano é a fonte de infelicidade de milhares de relacionamentos. **LIÇÃO** Quanto maior for a sua capacidade de criar felicidade interior, de alimentar o amor-próprio, mais feliz você será com o outro.

REALIZAÇÃO: INIBIS MARTINELLI/PRODUÇÃO  
DIVERSA: PADOVANI/CORBIS E MAGALHÃES/AGÊNCIA TELLES/MODELO  
BRANCOS E TANA BELLA GOLDEN, VESTIDO PRESSING, SANTOS  
SAMANTHA/PIRELLA, CABRILE CAL FORNIA, CLOIETS

## 6 TIRAR FÉRIAS JUNTOS

Poucas coisas são mais eficazes para reacender o entusiasmo numa relação do que um tempo de lazer. Alguns casais, sem ter noção exata da importância de sair da rotina e respirar novos ares, nem fazem planos de férias conjuntas. Outros se habituariam tanto com o ritmo alucinante de vida que inventam motivos para adiar os projetos. Achar que não têm dinheiro nem tempo para parar. Mas basta um dos dois tomar a dianteira e traçar o plano de fuga para experimentarem uma renovação da relação. E os frutos serão colhidos durante o ano todo.

**LIÇÃO** Respirar novos ares, se desobrigar das exigências do dia-a-dia, reviver a paixão e o romance do começo, isso tudo traz outro colorido para o relacionamento. Se estão há muito tempo sem tirar férias, mudem rapidamente de paisagem. O casamento agradecerá.

## 7 ACEITAR O CONFLITO

Muitas vezes, por incapacidade de expressar-se honestamente, você não empurra a mágoa para debaixo do tapete e finge que está tudo bem? Temendo o confronto, não armazena a ira até que o sentimento reprimido azeda, vira ressentimento e machuca o outro, que se sente traído? O medo de desagradar a leva a esconder dele os seus sentimentos. E isso é uma traição.

**LIÇÃO** Em vez de fugir do conflito que surge das diferenças, acolha-o com curiosidade e interesse. De peito aberto. Porque dele virá a possibilidade de harmonia.



## 8 APRENDER A PERDOAR

O processo de abrir mão do rancor começa quando percebemos que estamos minando a própria vida ao cultivá-lo. Com essa consciência, fica mais fácil livrar-se da raiva – e da sensação de superioridade que ela dá. Para muitas pessoas, o impulso de retaliação e de punição é muito forte, sentem-se traídas e injustiçadas. Mas vale lembrar que o hábito de guardar ressentimentos é um padrão aprendido, não escolhido. Por isso, não devemos nos culpar, e sim nos perdoar também: por não sermos perfeitas, por termos dificuldade de perdoar. **LIÇÃO** Como uma ferida física, o processo de perdão leva tempo e acontece em etapas. Mas, dando um passo de cada vez, reconhecendo o quanto nos fazemos sofrer com esse padrão, podemos vencer qualquer desafio.

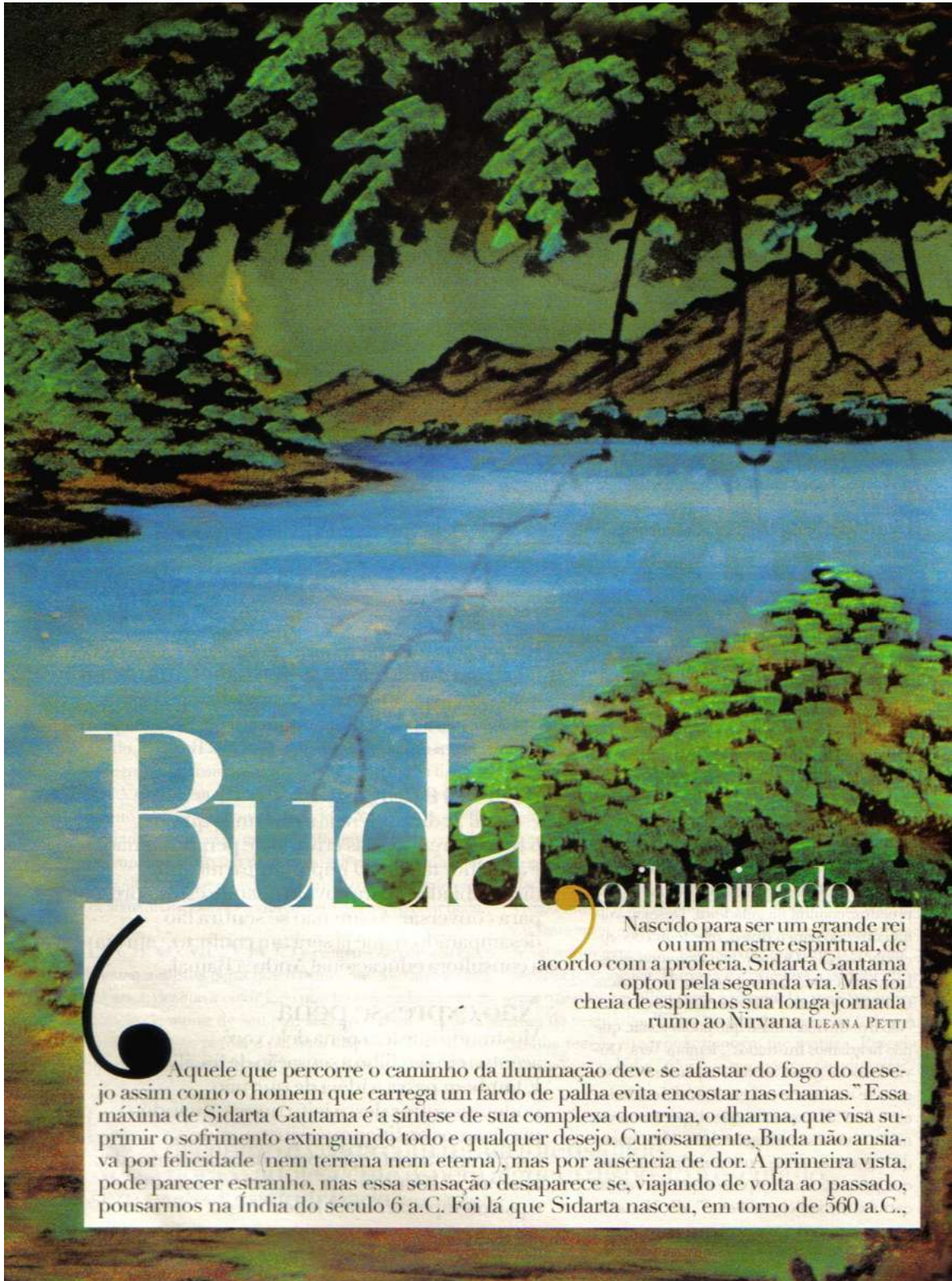
## 9 TER VIDA PRÓPRIA

Como se fazer tudo juntos fosse a receita do casamento perfeito, muitos casais não se permitem atitudes individuais. No começo, até pode funcionar, mas com o tempo aquela sensação de conforto, segurança e proximidade passa a ser percebida como controle, prisão e ressentimento. Um sufoca o outro e a fusão impede o crescimento interior. Para o relacionamento dar certo, cada um precisa estar seguro na própria vida e ao mesmo tempo conectado com o outro. **LIÇÃO** No lugar de dois pedaços tentando se unir para formar uma laranja, dois seres humanos distintos, com autonomia, que optaram por caminhar lado a lado e tomar uma laranjada juntos!

## 10 RESPEITAR E OUVIR

Nada mais frustrante, irritante e desanimador do que contar um problema e ouvir o comentário de que você está fazendo tempestade em copo d'água. Geralmente usamos esse discurso quando não conseguimos controlar o nosso desconforto por não saber a saída de um impasse. Então, em vez de apoiar o sentimento do parceiro, fazemos com que se sinta criticado e julgado.

**LIÇÃO** Mesmo que não pareça um drama para você, ouça o que o outro tem a dizer. É só isso que ele quer. Você não precisa resolver a questão. Apenas dar a sua atenção. O



# Buda, o iluminado

Nascido para ser um grande rei ou um mestre espiritual, de acordo com a profecia, Sidarta Gautama optou pela segunda via. Mas foi cheia de espinhos sua longa jornada rumo ao Nirvana ILEANA PETTI

Aquele que percorre o caminho da iluminação deve se afastar do fogo do desejo assim como o homem que carrega um fardo de palha evita encostar nas chamas.” Essa máxima de Sidarta Gautama é a síntese de sua complexa doutrina, o dharna, que visa suprimir o sofrimento extinguindo todo e qualquer desejo. Curiosamente, Buda não ansiava por felicidade (nem terrena nem eterna), mas por ausência de dor. À primeira vista, pode parecer estranho, mas essa sensação desaparece se, viajando de volta ao passado, pousarmos na Índia do século 6 a.C. Foi lá que Sidarta nasceu, em torno de 560 a.C.,



SIDARTA ASSUME  
A POSTURA DE LOTUS E,  
SOB UMA FIGUEIRA,  
MEDITA PARA ALCANÇAR  
A ILUMINAÇÃO



Por seis anos, conviveu com vários mestres, aprimorando seus conhecimentos. Não satisfeito apenas com as rigorosas técnicas de meditação, quis ir além. Dedicou-se, então, à automortificação. Seu despreendimento das coisas terrenas culminou com um jejum tão radical que quase o matou – diz a lenda que se alimentava com um único grão de arroz por dia. Aos poucos, intuiu que as privações o faziam delirar, mas não era o êxtase dos sábios, era o desvario dos loucos que embotava sua mente em vez de elevá-la. Segundo a tradição budista, o jovem se deu conta do erro cometido ao ouvir um músico que ensinava a seu aprendiz os fundamentos da arte. Ele dizia que as cordas de um instrumento, se muito folgadas, não emitem um som harmonioso e, se muito esticadas, arrebentam. O príncipe percebeu que os extremos se parecem – nem a sensualidade desenfreada nem o ascetismo levam à libertação. O segredo está na moderação, no caminho do meio, expressão que é o alicerce de sua doutrina (veja quadro).

**Sidarta** voltou a se alimentar, aceitando uma porção de arroz e leite oferecida por uma jovem. Seus companheiros, decepcionados com o que consideravam uma fraqueza, o abandonaram. Sozinho novamente, ele rumou para Bodhgaya, região no norte da Índia. Ao pôr-do-sol, assumindo a postura de lótus, sentou-se sob uma figueira (a árvore Bodhi) para meditar. Seu propósito era alcançar a iluminação ou morrer. Para se concentrar, repetiu para si mesmo: “Não viva no passado, não sonhe com o futuro, fixe a mente no momento presente”. Enquanto o príncipe permanecia imóvel, o deus hindu da morte, Mara, enviou um exército de demônios para destruí-lo, mas as setas por eles lançadas se transformaram em flores. Também surgiram lindas garotas para fazer

com que caísse na tentação do desejo. Sakyamuni continuou absorto, ignorando os ataques. Finalmente, o deus do mal desistiu e, numa noite de lua cheia, Sidarta Gautama se tornou o Buda, palavra que em sânscrito quer dizer “o Iluminado”, “aquele que despertou”. Tinha 35 anos e dedicou o resto de sua vida a difundir o dharma para que outros seres humanos pudessem descobrir o caminho da iluminação. Sua religião se baseia na tolerância. Não se conformava com as restrições de castas impostas pelos brâmanes nem se prendia a livros sagrados. Costumava dizer: “Não se deve aceitar nada por ouvir falar, tampouco porque está nas escrituras”.

**Depois** de uma intoxicação alimentar, Sakyamuni morreu aos 80 anos, alcançando o Parinirvana, o cessar da percepção e da sensação. O budismo, no entanto, se espalhou pelo mundo afora, instalando-se principalmente na China, no Japão, na Coreia e no sudeste da Ásia, tendo hoje mais de 200 milhões de adeptos. Supreendentemente, não vingou na Índia, seu berço, talvez devido às invasões islâmicas dos séculos 12 e 13. Também não se pode descartar a hipótese de que a estratificada sociedade local, dominada pelos brâmanes, tenha impedido o fortalecimento de uma religião mais igualitária. Seja qual for a explicação, nos demais países surgiram ramificações da doutrina original. Para algumas escolas, Sakyamuni não é Deus, mas um grande sábio. Outras o reverenciam como uma divindade. E há as mais diferentes imagens para representá-lo. Ora é um asceta magérrimo, ora é o jovem e belo Sidarta. E que dizer dos Budas gorduchos, sisudos ou risonhos que simbolizam a prosperidade? Tudo isso faz parte de uma doutrina tolerante e pluralista que parece um oásis de paz nesta época de ortodoxia e fundamentalismos. ◻



PINTURA COREANA QUE MOSTRA O NASCIMENTO DO PEQUENO BUDA

ELIMINAR O DESEJO NOS LIVRA DO MEDO DA DOENÇA, DA VELHICE E DA MORTE

## Buda

no Jardim de Lumbini, perto da cidade de Kapilavastu. Era filho do soberano de um dos vários reinos do país, o do clã dos sakyas, que ficava aos pés do Himalaia. A sociedade indiana que acolheu o pequeno príncipe era dividida em castas: brâmanes (os sacerdotes), xátrias (guerreiros e governantes), vaixás (comerciantes e agricultores) e sudras ou párias (os excluídos, privados de direitos sociais e religiosos). Esse sistema extremamente rígido –

não havia chance de passar de um grupo para outro – fazia da Índia uma nação onde a desigualdade imperava no seu máximo grau. Embora pertencesse à casta privilegiada dos guerreiros, não admira que Sidarta julgasse a ausência total de dor o bem supremo. A esse estado de paz, dizia ele, chegasse por um distanciamento de si mesmo, que é a própria realização da sabedoria. Assim, Buda definiu o Nirvana: “Existe uma esfera onde não é terra, nem água, nem fogo, nem ar... Que não é deste mundo nem de outro. Eu nego que seja morte ou nascença. É simplesmente o fim do sofrimento”.

**Logo** depois do nascimento, Sidarta foi levado pelo pai, Shudodhana, e pela mãe, Maya, a um templo para ser apresentado aos sacerdotes. Um velho brâmane chamado Ansita profetizou que, dependendo do caminho escolhido, o menino se tornaria ou um grande rei ou um mestre espiritual. Poucos dias depois da predição, Maya morreu e uma irmã dela passou a cuidar do bebê. O jovem cresceu no meio do luxo. Educado pelos melhores preceptores, adquiriu vasto conhecimento, desenvolvendo inclusive grandes habilidades nas artes marciais. Dividia seu tempo morando em três palácios e estava sempre cercado por lindas garotas, cuja função era distraí-lo. Dessa forma, Shudodhana queria afastá-lo de todo contato com a realidade e evitar que se cumprisse a segunda parte da profecia. Como era praxe, aos 16 anos, ele casou com sua bela prima Yashodhara, com quem teve um filho, Rahula.

**Feliz**, aparentemente, Sidarta possuía uma natureza introspectiva e gostava de se isolar nos jardins do palácio para meditar. Com o tempo, a introspecção virou inquietude e ele decidiu se aventurar fora dos limites impostos por Shudodhana e misturar-se com seus sú-

## O CAMINHO DO MEIO

O dharma, a doutrina de Buda, baseia-se nestas quatro verdades:

- 1) Onde há vida, há dor.
- 2) O desejo é a causa da dor.
- 3) A dor cessa quando conseguimos eliminar o desejo.
- 4) A superação da dor só é possível seguindo o caminho do meio, que é constituído por oito passos:

- 1) Conhecimento pleno das quatro verdades.
- 2) Decisão correta. Leva ao controle dos sentidos.
- 3) Linguagem correta. É a palavra que abomina a mentira.
- 4) Conduta correta. Não devemos destruir nenhuma criatura ou cometer injustiças.
- 5) Maneira de vida correta. Não devemos prejudicar ninguém.
- 6) Empenho correto. Precisamos nos livrar de todo e qualquer vício.
- 7) Atenção plena. É uma técnica meditativa e consiste em prestar o máximo de atenção em tudo o que se faz.
- 8) Contemplação plena, que se alcança pela meditação, por meio da qual tentamos breçar a atividade mental ininterrupta.

ditos. Ao deparar com os primeiros três dos “quatro sinais” citados pela tradição budista, o príncipe levou um susto. Inicialmente, encontrou um velho arqueado, cheio de rugas. A seguir, viu um enfermo se contorcendo de dor. Mais tarde, acompanhou um funeral e se condeu das lágrimas dos parentes. Concluiu que o corolário do nascimento é um tripé sustentado por doença, velhice e morte. O quarto sinal foi uma revelação: cruzou com um asceta errante que vivia de esmolas e irradiava sabedoria e serenidade. A sorte estava lançada. Abandonaria a opulência dos palácios e se afastaria da família para se dedicar a uma vida de sacrifício e contemplação. Aos 29 anos, saía de cena o jovem Gautama e começava a se formar o Sakyamuni, “o santo dos sakyas”.

FOTOS: LEONARD DE BELVA/CONTRASTO/STOCK PHOTOS

# Debem com a vida

DÉBORAH DE PAULA SOUZA



## Gentileza gera gentileza

Um gesto amável mostra o que há de melhor em você e, como num passe de mágica, revela também o melhor dos outros

**A** GENTILEZA TEM ALGO em comum com a gripe – é contagiosa. Oferece sem exigir reciprocidade. Na forma de um olhar, de um sorriso, de uma palavra, ela faz com que os nossos sentimentos entrem em sintonia com os dos demais. Por se basear na aparência, não é propriamente uma virtude, mas um treino

que leva a outras virtudes. O escritor francês André Comte-Sponville, no livro *PEQUENO TRATADO DAS GRANDES VIRTUDES*, num capítulo sobre a polidez, cita Aristóteles. Segundo o filósofo grego, só aprendemos fazendo: “É praticando as ações justas que nos tornamos justos. É praticando as ações moderadas que nos tornamos

moderados. É praticando as ações corajosas que nos tornamos corajosos”. Como corolário, pode-se acrescentar: é praticando a gentileza que nos tornamos gentis e acabamos sendo por dentro o que parecemos por fora. A economista Luciana Rossi, 30 anos, conta que descobriu os poderes da delicadeza há dois anos, quando

ingressou no centro de meditação Brahma Kumaris, em São Paulo. "Eu era impositiva no trabalho. Passava por cima das emoções. Com a ajuda da meditação e das palestras, meu astral mudou da água para o vinho. Perdi o interesse em apontar os defeitos das pessoas. Tudo ficou muito melhor – para mim e para os outros."

Ser gentil consigo mesma é a primeira etapa para se transformar numa mulher afável, garante a produtora de festas Ana Maria Carvalho Pinto, 48 anos. Ela procura tratar os demais com igual carinho. Não sai para uma visita sem levar um mimo e, se percebe que ofendeu alguém sem querer, gosta de oferecer uma vela de lavanda para desfazer o mal-entendido. Além disso, nunca esquece três palavrinhas mágicas – desculpe, por favor e obrigada –, capazes de transformar hostilidade em cordialidade. Acostumada a coordenar equipes, Ana Maria acha que as questões de prazo não devem ser usadas como justificativa para a desconsideração. "Solicito tudo com antecedência para não abusar de ninguém. É questão de respeito."

A gentileza faz bem à alma e também ao corpo, assegura Sâmia Aguiar Brandão Simurro, mestre em psicologia na área de neurociências e com-

portamento. "Quanto mais amável você for, mais bem-estar terá, pois esse tipo de atitude libera endorfina, substância relacionada à calma e à alegria." Sâmia lembra que só filosofar não basta, tem de praticar. Oportunidades não faltam. "Dar passagem no trânsito, priorizar o pedestre, oferecer carona, segurar a porta do elevador para alguém... tudo isso faz diferença", exemplifica. Em reuniões com empresários, ela alerta para o perigo da desumanização nos escritórios e para a importância de manter vivo o contato entre as pessoas. "Um bom-dia dito com interesse real promove integração e evita uma competição exagerada."

No entanto, Sâmia desconfia da cortesia de fachada, que beira a hipocrisia. "Na falsa gentileza, as palavras não têm o mesmo calor", afirma. Segundo André Comte-Sponville, um canalha afável não deixa de ser canalha, pelo contrário. "A polidez torna o mau mais odiável porque denota nele uma educação sem a qual a sua maldade, de certa forma, seria desculpável." O escritor acrescenta: "Um grosseirão generoso sempre será melhor do que um egoísta poli-

do; um homem honesto descortês, melhor do que um crápula refinado".

Também para a tradutora Elisa Nazarian, 57 anos, a gentileza só marca pontos quando autêntica. Autora do romance *RESPOSTA*, que aborda o poder dos sentimentos, ela acredita que essa qualidade, se genuína, é expressão de solidariedade. Na época em que trabalhava numa livraria, ela se

Quanto mais amável você for, mais bem-estar terá, pois essa atitude libera **ENDORFINA**, que está relacionada à calma e à alegria SAMIA SIMURRO

valeu do recurso para conseguir conter o escândalo que uma cliente estava fazendo. "A moça ficou indignada porque soou o alarme como se estivesse levando os livros sem pagar." Num tom seguro e suave, Elisa contou que tinha passado pelo mesmo vexame em Nova York e mostrou que estava realmente chateada pelo ocorrido. As duas acabaram rindo. Pois é, um ato gentil reforça a sensação de que estamos todos no mesmo barco, sujeitos a bonanças e tempestades. **REPORTAGEM ROSE DELFINO**

## SAUDADES DO PROFETA

Todos o chamavam de Profeta Gentileza, mas seu nome era José Datrino. De túnica branca, cabelos e barba compridos, ficou conhecido nas ruas do Rio de Janeiro, onde perambulava com mensagens bordadas num estandarte. Sua máxima favorita: "Gentileza gera gentileza". A história do profeta está ligada ao incêndio do Circo Americano, em 1961, que matou 500 pessoas no centro carioca. Comovido, José deixou a casa, a família e o trabalho para consolar os parentes das vítimas, plantou um jardim no local e ficou morando por ali. Acreditava na salvação humana pelo amor, não se importava de ser chamado de louco e, a partir de 1980, encheu as 55 pilastras do viaduto do Caju com inscrições pacifistas. Foram 35 anos de pregação, até a sua morte, em 1996, aos 79 anos. Quando sua obra registrada a céu aberto sofreu danos – pichações e pintura esconderam as frases –, artistas e intelectuais reagiram, levando a prefeitura a restaurar o patrimônio. Além de tema de escola de samba, o profeta foi homenageado pela cantora Marisa Monte com uma música e pelo filósofo e professor Leonardo Guelman, que, em 2001, lançou o livro *BRASIL, TEMPO DE GENTILEZA*.



ENVIE SUGESTÕES PARA DE BEM COM A VIDA, CLAUDIA, AV. DAS NAÇÕES UNIDAS, 7221, 16º ANDAR, CEP 05425-902, SÃO PAULO, SP. FAX (11) 3037 5875. E-MAIL DEBEMCOMAVIDA@CLAUDIA.COM.BR



2006

S S

5 6

2 13

9 20

6 27

# CRIATIVIDADE CONTRA A MESMICE

Todo dia é tudo sempre igual e você vive sonhando com um grande romance ou altas viagens para quebrar a rotina. Há outra maneira mais simples de pôr prazer em sua vida: ativar o circuito cerebral da criatividade

PATRICIA ZAIDAN

**UM DIA DESSES,** o estilista mineiro Ronaldo Fraga, famoso pela inventividade na moda, foi acordado com notícias que perturbam qualquer mortal: a bateria do carro estava arriada, as crianças atrasadas para a escola e uma pilha de pequenos problemas já o esperava na fábrica. Saiu feito Homem-Aranha. No final da tarde, o estilista desistiu de malhar ferro frio. "Chamei Ivana e saímos para fazer nada." Ele e a mulher bateram perna na rua Itapeverica, endereço dos antiquários de Belo Horizonte, cidade onde moram. "Demos de cara com um casarão dos anos 10 maravilhosamente restaurado. Nele, vimos, encantados, um realejo

## Criatividade

alemão de 1864, movido a manivela. As duas surpresas valeram a felicidade do dia”, diz Ronaldo, exemplificando o que é, para ele, criatividade. “Criar é oxigenar a rotina. Interrompo o que está dando errado para ouvir música, mudar os móveis de lugar ou abrir um champanhe gelado.” Simples assim. Essa capacidade não é exclusiva dos artistas. A criatividade é vizinha da inteligência e as duas se complementam. Enquanto o inteligente é capaz de montar um espetacular banco de dados e dispor dele, o criativo tem o poder de sintetizar as informações e combiná-las para obter algo novo e diferente. Em maior ou menor grau, todos nós temos essa habilidade. O que acontece é que a gente se acomoda, deixa de usar e ela acaba enferrujando.

Para azeitá-la é preciso, antes de tudo, reconhecer que somos guiados por padrões – e eles nos amarram à mesmice. Padrão, define o psicanalista americano Farrell Silverberg, é um modelo que adotamos à risca para executar todas as etapas de uma tarefa. “Se o seguirmos com bastante frequência, ele se torna de tal forma automático que cumprimos as etapas sem sequer pensar nelas”, afirma no livro *COMO QUEBRAR PADRÕES E ROTINAS E MUDAR DE VIDA*. Silverberg explica ainda que, com o tempo, o modelo passa a constituir uma segunda natureza – se torna parte de nós. Temos um padrão para reagir quando ficamos doentes, para lidar com uma aflição, encarar desilusões ou mesmo para tratar dos assuntos relacionados ao trabalho e ao dinheiro. Alguns padrões podem até ser produtivos – tais como aqueles que nos fazem ganhar tempo ou poupar recursos –, mas a maior parte deles impede o crescimento pessoal. Reconhecido isso, o próximo passo é dar corda à imaginação para romper com aqueles que nos travam.

O que desenvolver, então, para inovar? As idéias não nascem no vazio. Elas só brotam com base na estimulação. Ir ao cinema, ler, viajar, conhecer pessoas suscita imagens, que são a matéria-prima das idéias. Para que elas ganhem corpo, os estudiosos recomendam três atitudes: questionar sempre (nada de se contentar com as “verdades absolutas”); observar muito (é daí que vem a descoberta); e tentar combinar coisas que ninguém combinou antes. Dessa forma, você cria condições para ter estalos e para efetuar mudanças capazes de dar colorido ao seu dia-a-dia. Também vale simplesmente incrementar o que você já conhece. Nessa linha, experimente exercitar estes verbos: adaptar, substituir, reduzir e adi-



## MALHE O CÉREBRO

Resultado de muito exercício, a criatividade é uma espécie de musculação do cérebro. “Quanto mais você treina, mais forte fica”, diz o consultor Antonio Carlos Teixeira. No DVD *PENSE DIFERENTE*, que ele assina, há 100 práticas. Seleccionamos oito. Brinque com elas.

- Imagine seis maneiras de utilizar uma bicicleta dentro de casa.
- Descreva cinco melhoramentos que se pode fazer num garfo.
- Faça uma paródia de *PARABÉNS A VOCE*.
- Indique três artigos de uso cotidiano que considera ultrapassados e aponte formas para modernizá-los.
- Crie cinco manchetes que gostaria de ler nos jornais de amanhã.
- Lembre-se de um sinônimo, uma gíria, um dito popular para substituir a palavra absurdo.
- Recorte seis cenas de diferentes histórias em quadrinhos. Elimine o texto dos balões e elabore novas falas para os personagens.
- Naves espaciais de outros planetas têm visitado a Terra. Dê cinco justificativas para isso.

cionar. Antes deles, coloque o condicional: E se eu adicionasse isso a aquilo? E se eu reduzisse tal coisa?

Em *UM CHUTE NA ROTINA*, o especialista em criatividade Roger von Oech sugere ao leitor encarnar quatro papéis: explorador, artista, juiz e guerreiro. O primeiro levanta informações. O segundo usa a intuição para revirar e organizar o conteúdo recolhido. Depois, entra em cena o lado que pondera prós e contras, procura falhas, analisa riscos e prevê conseqüências antes de tomar uma decisão. Já o guerreiro coloca a decisão em prática. Antes de sair a campo, elabora táticas para evitar contratempos e neutralizar opositores durante a batalha. ●



N. SRA. MÃE DE DEUS



N. SRA. APARECIDA

# NOSSA SENHORA

## A MÃE DE TODAS AS MÃES

Maria de Nazaré é um bálsamo na nossa cultura patriarcal e pode nos ajudar a resgatar valores como nutrir, cuidar e proteger. Teólogos comentam a marca de sua presença espiritual e a escritora Adélia Prado dá seu testemunho de fé. **DEBORAH DE PAULA SOUZA**



N. SRA. DAS DORES

# E

la é bonita, cheia de graça e escolhida por Deus. E pensar que não passava de uma adolescente quando recebeu a visita do anjo Gabriel avisando que se tornaria a mãe de Jesus. Por mais fé e coragem que tivesse, será que essa jovem palestina do século 1 fazia idéia do que viria pela frente? De que seu filho mudaria a história do mundo e até a contagem do tempo? Poderia imaginar que, mais de 20 séculos depois, milhares de criaturas clamariam por sua presença, pedindo luz e proteção? Porque às vezes nós temos que atravessar alguns desertos e, quando a coisa aperta, chamamos a Mãe. Ela é única, mas seus



## Diadas Mães

nomes são muitos. Segundo a historiadora Nilza Botelho Megale, autora de *INVOCÇÕES DA VIRGEM MARIA NO BRASIL*, as primeiras designações, entre elas Imaculada Conceição e Assunção, foram criadas pela Igreja. Depois surgiu a lista que remete às aparições da Virgem – como é o caso de Fátima, Lourdes e de Nossa Senhora Aparecida, a padroeira nacional.

Até hoje, os nomes populares não pararam de se multiplicar e referem-se às várias situações em que ela nos socorre, desde a hora do parto até a da morte, ou às dádivas que nos oferece, como glória, bom sucesso e prazeres.

Ao longo da história do cristianismo, Nossa Senhora tornou-se um ícone. Santificada oficialmente no ano 431, nem sempre foi interpretada da mesma maneira. Para Pedro Vasconcellos, professor de teologia da PUC de São Paulo, as mulheres modernas ganham ao deixar de lado as versões marianas da Idade Média e recuperar a Maria do ínfimo da história, que tem força de sopra para nos ajudar a restabelecer a valorização do feminino no mundo. “É preciso compreender a dimensão do drama de Maria, pois era uma mulher solteira que engravidou em circunstâncias misteriosas. Na época, isso seria motivo de apedrejamento, mas ela não teve medo”, afirma Vasconcellos. Em seguida, casou-se com José, com quem nunca havia coabitado, para seguir o destino anunciado pelo anjo. “Maria de Nazaré é uma sobrevivente”, conclui o professor. Ela soube como ninguém misturar doçura, coragem e sabedoria no caldeirão do feminino. E alguém duvida que, toda vez que a gente perde essa receita, o caldo entorna?

De acordo com Vasconcellos, co-autor de *OS CAMINHOS DA BIBLIA*, o cristianismo nasce da dignidade de Maria. Tal visão é muito diferente da que foi divulgada na Idade Média, quando tudo isso ficou esquecido e estabeleceu-se o estereótipo de uma Maria servil e assexuada. “Essa interpretação é de Santo Agostinho (354-430), que, por sua vez, bebeu na fonte de Platão”, diz o especialista. O filósofo grego que exerceu enorme influência na civilização ocidental tinha uma percepção negativa da sexualidade – ele não via o corpo como um templo, e sim como o cárcere da alma.

Se para os católicos a virgindade de Maria é um dogma, para Joseph Campbell, um dos maiores experts de



**E**LA  
SOUBE MISTURAR  
SABEDORIA,  
DOÇURA  
E CORAGEM NO  
CALDEIRÃO  
DO FEMININO.  
SEM ESSA  
RECEITA, O CALDO  
ENTORNA

mitologia do século 20, a questão deve ser encarada de maneira simbólica. Em *O PODER DO MITO*, ele afirma: “Em diversas culturas, o nascimento virginal diz respeito ao aparecimento dos deuses (...), que nascem como seres motivados pela compaixão e não pela vontade de domínio, de sexualidade e de autopreservação”. Segundo Campbell, Jesus protagonizou o renascimento espiritual da humanidade ativando o chacra do coração, que amplia nossa capacidade de amar.

No mesmo livro, ele defende que a madona é uma reedição do antigo modelo da deusa egípcia Ísis amamentando Horus e que Nossa Senhora seria a versão cristã de uma divindade ainda mais arcaica, chamada apenas de a Deusa. Fernando Altemeyer, teólogo e ouvidor da PUC de São Paulo, não concorda completamente. “A construção da reverência por Maria não passa pelos mesmos mecanismos da adoração às antigas deusas. Ela era humana, mãe de um camponês palestino visto então como um zé-ninguém e que mais tarde se tornaria um prisioneiro político.”

Enfim, Maria era mulher e não deusa, embora, em alguns casos, como o de Nossa Senhora de Guadalupe, padroeira da América Latina, ela reapareça como uma versão cristianizada de uma deusa índia dos náuatles, povos do México e da América Central. Além disso, o teólogo confirma alguns paralelos da Virgem com as deusas pré-cristãs. Todas atuam sob influência lunar (a Lua crescente é um dos símbolos de Maria), com as mesmas funções maternas: gerar, cuidar, nutrir, educar e inspirar. Altemeyer ressalva que, desde o Antigo Testamento, a Virgem é associada também à árvore: “Ligada à Terra, ela é o tronco que contém a semente divina e nos oferece o seu fruto, que é a vida e a palavra de Jesus”, diz. Esse gesto inaugura a mensagem cristã da filantropia – que cala fundo no coração dos devotos marianos, como a empresária Claudia Maria Chiari, 53 anos. Casada e mãe de dois filhos moços, ela atua como

FOTOS: CARLOS DURVAL/ALTAÇÃO; NICHOLS MARTINEZ/LEFTHOOK; ESTYVA MACDONALD/GETTY IMAGES; MARTINEZ/GETTY IMAGES; CARLOS DE VILHENA/ISTOCK; LUTHERUS APE/ISTOCK

voluntária social desde 1996, tendo herdado a devoção da mãe, que era da Legião de Maria. Durante a infância, Claudia e as duas irmãs (todas com Maria no nome) participavam das festas de coroação de Nossa Senhora vestidas de anjo. Consagrada pela mãe a Nossa Senhora das Graças, sua protetora, Claudia continuou a tradição familiar e recebe a imagem da Virgem mensalmente em sua casa, um ritual comum entre os devotos – enquanto a santa passeia, as bênçãos circulam. Para a empresária, a Imaculada é modelo de coragem e de conduta ética: “Diante de uma situação difícil, eu me pergunto o que ela faria e peço equilíbrio e luz para seguir no mesmo caminho. Quero olhar o mundo sem preconceitos, com a mesma doçura com que ela o enxergou”. É bom lembrar que Nossa Senhora não faz milagres, só Deus tem esse poder. Sendo assim, ela intercede junto a Ele para ajudar os filhos. “Como é a predileta, aquela que foi escolhida pelo Pai, o Filho e o Espírito

Santo, tem íbopo altíssimo no céu e grandes chances de ver seus pedidos atendidos”, garante o teólogo Altemeyer. O ditado popular “Peça à mãe que o filho atende” confirma as palavras dele. No Brasil, onde o catolicismo é marcado pela devoção aos santos, cultua-se fortemente Maria, a santa máxima (tanto que, na hora da morte, nem precisou passar pelo Juízo Final. Não tinha pecado e foi direto para o céu, resplandecente). Cada um a invoca pelo nome que convém à necessidade do momento. Em geral, sem cerimônia: se tememos a Deus, que nos parece um pouco distante, ocupado demais com tantos problemas do mundo, diante de Nossa Senhora nos sentimos mais à vontade. Como antes de ser santa ela foi humana, tem paciência infinita com nossas bobagens, sabendo perdoar e consolar como ninguém. Não raro, no nosso coração está misturada com uma saudade de mães, tias e avós, as primeiras mulheres que nos colocaram no colo e cuidaram de nossos machucados. o

## ADÉLIA PRADO E O SAGRADO FEMININO

Devota de Imaculada Conceição,  
a escritora mineira, autora de *QUERO MINHA MÃE*,  
entre outros livros, fala de sua fé

COMO VOCÊ, QUE MISTUROU O SAGRADO E O PROFANO EM SUA OBRA, VÊ O DOGMA DA VIRGINDADE? Quanto a misturar fervor religioso e sexualidade, não há mistério. A exaltação religiosa, eivada ou não de patologias psíquicas, tem um forte componente de eros, de felicidade vital. A concepção virginal aparece também em narrativas fundadoras de outras crenças, é um arquétipo, que para nós, católicos, se realiza literalmente em Maria com a encarnação do Verbo Divino, Jesus Cristo, Deus feito homem.

ACHA QUE O ASPECTO VIRGINAL DE MARIA INFLUENCIOU A VIDA SEXUAL DAS MULHERES? OU SERÁ QUE MUITAS PEDEM SUA AJUDA ATÉ NA HORA DA CONQUISTA? É pouco ortodoxo e até desrespeitoso invocar a Virgem Maria para isso. No catolicismo popular, para arranjar bons casamentos recorremos a Santo Antônio ou a São José, não por acaso “esposo de Maria”. Não sei responder como o dogma da virgindade influencia a vida sexual das mulheres. Reprimindo-as? Valorizando a castidade? A virgindade antes do casamento ainda é, em muitos casos, uma exigência ligada apenas ao orgulho machista, passando ao largo de qualquer devoção. A virgindade de Maria remete e convoca à virgindade real, a que nem uma rédua de filhos e uniões sexuais podem nos tirar, a virgindade do coração, da alma.

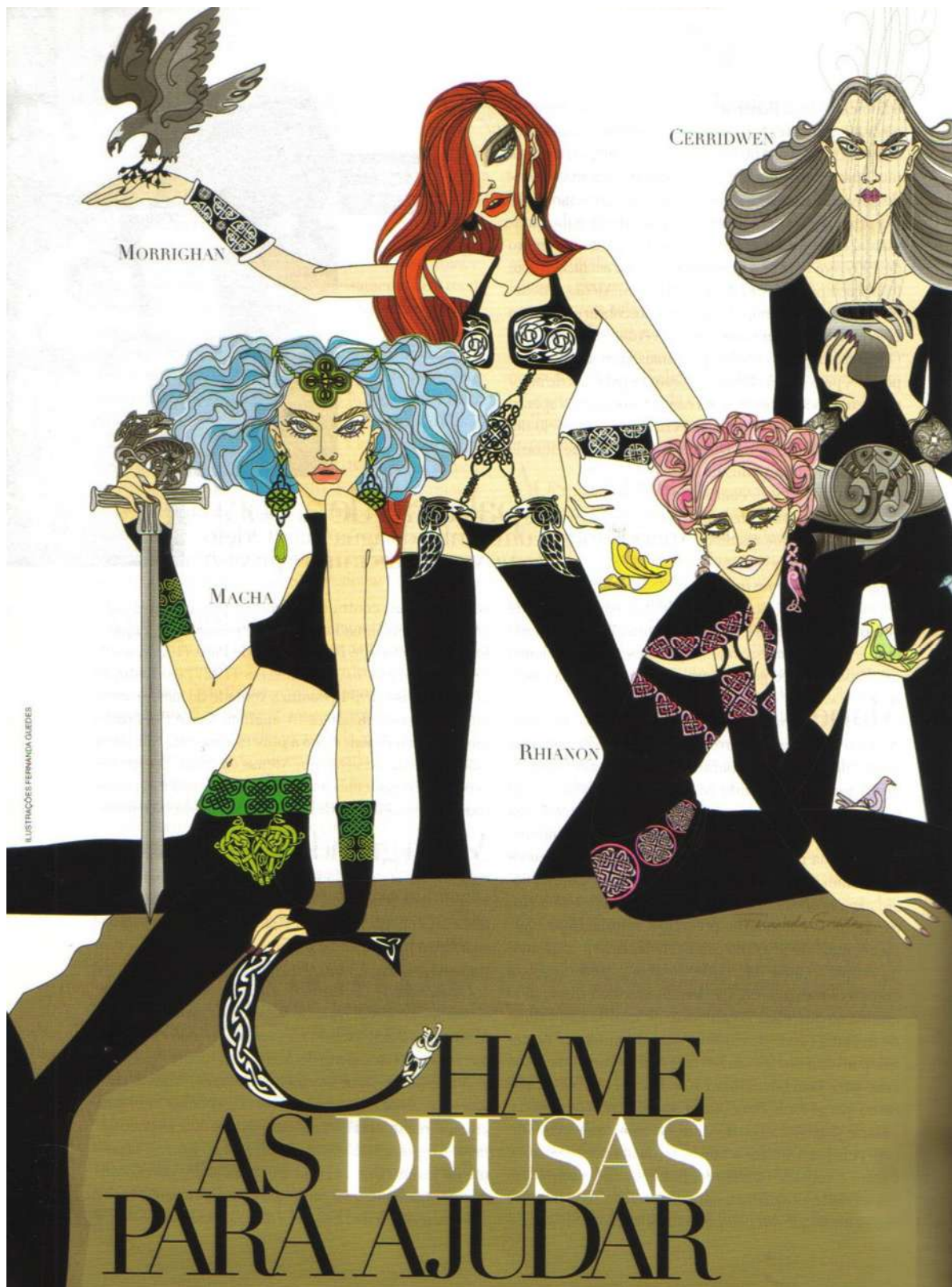
NO SEU DIA-A-DIA, QUANDO VOCÊ SENTE A PRESENÇA DE MARIA? Quando sei calar-me, quando aceito a secundidade do meu papel, quando perdoo, cedo, submeto-me, dou o primeiro passo na reconciliação, no acolhimento, quando abro mão da maledicência, da murmuração, das racionalizações, quando digo o difícil sim à morte do ego para que a vontade divina se cumpra, ela, a Virgem Maria, está presente. Parece um projeto impossível, mas para isso nascemos, nisso devemos empenhar a vida se quisermos, como ensina Kazantzaks, ajudar Deus (Nikos Kazantzaks é autor do famoso *Zorba*, o Grego).

VOCÊ NUNCA SENTIU-SE INCOMODADA PELO FATO DE NOSSA SENHORA NÃO FAZER PARTE DA SANTÍSSIMA TRINDADE? Sim, sempre. Para pacificar-me, eu a punha em meu coração no lugar de quarta pessoa da trindade. O mistério do feminino em Deus, chamado Virgem Maria, produziu e produz coisas belíssimas em hinos, ladainhas, nascidos no lugar onde o homem intui o inefável e produz poesia e oração. Sou gratíssima por alguém com útero e seios ser chamada, não por concessão dos doutores da Igreja, de Mãe de Deus e minha mãe. Não sou órfã mais não.



N. S. Imaculada Conceição

SAIBA MAIS SOBRE OS NOMES DA VIRGEM EM  
[WWW.CLAUDIA.COM.BR](http://WWW.CLAUDIA.COM.BR)





BRIGID

Na hora do medo, as divindades celtas nos enchem de coragem; em períodos de luto e separação, nos ensinam a lidar com a dor e a morte. Mestras da feminilidade, estimulam ainda a criatividade e o poder de sedução. IARA BIDERMAN

**N**ÃO há quem não tenha tido contato, mesmo sem o saber, com o mundo mítico dos celtas, já que ele inspirou de contos de fadas à trilogia *O SENHOR DOS ANÉIS*, passando pela obra *AS BRUMAS DE AVALON*. A origem desse povo remonta ao final da Era do Bronze (1200-800 a.C.), quando suas tribos se espalhavam por toda a Europa. No fim da Idade Média, elas foram empurradas para as extremidades da Grã-Bretanha, lugares como o País de Gales, Cornualha, Irlanda e Escócia. Ali, os celtas mantiveram suas tradições em segredo, pois eram libertários demais para o tempo em que viviam e praticavam a magia, punida na época com a morte. Além dos cultos mágicos, dois outros pilares fundamentais estavam na base de

## Deusas celtas

sua cultura: o respeito à natureza e a política matriarcal. Isso não quer dizer que as mulheres mandavam em tudo, e sim que se valorizavam os atributos femininos, como a intuição e a capacidade de gerar. Reverenciadas pelo seu poder criador, as mulheres nada tinham de frágeis, sabiam se defender muito bem e encaravam o sexo e a morte como coisas naturais da vida. Espiritualizadas, cultuavam deusas guerreiras amorosas e independentes – que, nos dias de hoje, podem trazer uma resposta ecológica, feminista e muito feminina às contradições da modernidade. Para Cláudio Crow Quintino, autor de *O LIVRO DA MITOLOGIA CELTA*, a simples leitura dos mitos já nos ajuda a refletir sobre a natureza e os atributos femininos – e sobre os motivos que nos levaram à desqualificação desses valores. Muita gente, porém, vai mais longe: cria os próprios ritos ou participa de vivências, como as da psicoterapeuta Monika Von Koss, que escreveu vários livros sobre o assunto. “A função do ritual é criar um espaço sagrado, que nos isola do cotidiano e nos liga à energia da divindade que foi invocada. Sob o impacto dessa experiência, a vida muda”, afirma. Na visão da terapeuta Patrícia Fox, que faz atendimento com um oráculo de deusas e coordena ritos xamânicos para pedir a proteção

delas, as práticas permitem incorporar os valores do sagrado feminino no nosso dia-a-dia. Mas quem está se iniciando no assunto não precisa se preocupar com um culto formalizado. “O importante é conversar com as divindades”, sugere a engenheira aposentada Rosane Volpatto, cujo interesse pelo tema resultou na criação de um site na internet. Ela costuma acender velas para Brigid ou queimar ervas no caldeirão para pedir sabe-



### BRIGID

DEUSA DA ARTE E DA CURA

Filha de Dagda (deus da magia) e criada por um druida (sacerdote celta, que faz a ponte entre homens e deuses), ela é a senhora da lareira, o centro do lar. Seu símbolo é o fogo em suas várias manifestações: na forja do ferreiro (fogo físico), nas curas (fogo interior, metabolismo) e na poesia (fogo espiritual). Invocada para despertar a inspiração, ela produz *insights* que trazem sabedoria. Protetora das famílias, está associada à fertilidade e à força emocional. Em momentos difíceis, induz à compaixão e intercede pela recuperação dos males do corpo e da alma, ajudando a restabelecer o equilíbrio. Brigid era tão amada pelos celtas que, quando o cristianismo chegou à Grã-Bretanha, foi incorporada à nova religião como Santa Brígida, a padroeira da Irlanda.



### MORRIGHAN

DEUSA DO SEXO E DA MORTE

Temida por sua força e independência – e também por ser um pouco vingativa –, Morrighan está ligada à sexualidade e à guerra. Garante prazer (notadamente o sexual) e vitória para seus protegidos. Etimologicamente, seu nome significa “Grande Rainha”: podemos invocá-la sempre que sentimos necessidade de alimentar o amor-próprio, retomar o autocontrole e reafirmar nossa liberdade de pensamento. Auxilia ainda na superação de obstáculos e na tomada de decisões, principalmente as que implicam rupturas, que são, em certo aspecto, uma forma de morte, seguida de um renascimento para uma nova etapa. Nas lendas célticas, ela muitas vezes assume o aspecto de um corvo, o mesmo símbolo da fada Morgana – personagem das lendas do rei Artur e de *As BRUMAS DE AVALON*. Muitos estudiosos afirmam que Morgana é uma manifestação mais recente dessa deusa arcaica.

doria à Cerridwen. Além disso, inventou uma meditação particular. Em seu quarto, há várias almofadas – uma para cada deusa, de acordo com a cor. Quando precisa se reequilibrar, senta, visualiza a “dona” do lugar e se concentra nos aspectos dela que gostaria de despertar em si mesma. Segundo Monika, ao buscar dentro de nós a energia que as divindades representam, provocamos mudanças internas que se refletem em nossas atitudes. ◻



## MACHA

DEUSA DA HONRA E DA CORAGEM

A mulher que aprende a se defender é a personificação de Macha (pronuncia-se "Marra"). Seu marido, Crunniuc, um mortal que graças à deusa havia enriquecido, resolveu se vangloriar às suas custas quando ela estava grávida de gêmeos. Num torneio de cavalos, ele afirmou que ela era capaz de vencer todos os cavaleiros. Em meio às dores do parto, Macha foi obrigada a montar, venceu a corrida e deu à luz. Para se vingar dos homens que a desonraram, lançou uma maldição: por nove gerações, eles sentiriam dores na hora de enfrentar o perigo. Depois disso, abandonou o marido. Macha ensina a importância de impor limites mesmo a quem mais amamos. Invoque-a quando se sentir invadida e precisar de coragem para se fazer respeitar.



## CERRIDWEN

DEUSA DA MAGIA E DA SABEDORIA

Sábia anciã, Cerridwen é aquela que deixa os planos amadurecerem no caldeirão – seus dons proféticos estão relacionados à lenta preparação das poções. Ela domina os mistérios da magia, definida como a arte de manipular as forças invisíveis da natureza para produzir transformações no mundo visível. Embora resgate o valor da experiência e da maturidade, Cerridwen nos lembra que surpresa e risco são ingredientes naturais da vida. Tanto que a deusa passou um ano e um dia preparando uma poção para tornar seu filho, extremamente feio, no ser mais belo e inteligente do mundo. Na data marcada, porém, o servo de Cerridwen tomou a poção por acidente, adquirindo esses poderes. Com o mito, aprende-se a não ter pressa e a deixar que o tempo corrija os nossos passos, já que nem tudo está sob nosso controle – a mulher sábia aceita o inesperado e aprende com ele.



## RHIANON

DEUSA DA JUSTIÇA E DA PERSEVERANÇA

Ela mostra que até as deusas sofrem e que, às vezes, só o tempo repara as injustiças. Rhianon imprime significado aos períodos de provação, revelando seu potencial de fortalecimento interno. Acusada de ter comido seu filho recém-nascido, que na verdade fora raptado de seu berço, ela recebeu uma terrível punição: ficar na porta de um castelo, carregar nas costas cada visitante e contar a ele sua história. Após sete anos, ela viu surgir entre os visitantes o próprio filho, criado por camponeses, e finalmente tudo se esclareceu. Com tal história, Rhianon não poderia deixar de ser a protetora dos injustiçados. Invocada nas ocasiões em que é preciso enfrentar a adversidade e a falsidade com muita paciência, ela ensina o valor da atenção e da cautela.

# O MAGO MERLIN

Considerado o último dos druidas, Merlin é uma das figuras mais queridas da mitologia celta. Famoso por sua participação na história do rei Artur e os cavaleiros da Távola Redonda, é também o arquétipo do mago Gandolf, da trilogia *O SENHOR DOS ANÉIS*, de J.R. Tolkien. Na juventude, foi acometido por uma suposta loucura, que o fez abandonar tudo para viver nos bosques. Nessa temporada "fora do mundo", desenvolveu seus dons e tornou-se um dos maiores magos de todos os tempos – o que não o impediu de ser traído pela mulher que amava. Podemos pedir a ajuda de Merlin quando pretendemos fazer qualquer tipo de retiro meditativo. Ele favorece a introspecção e o recolhimento, que levam à sabedoria interior.

CONHEÇA OS PODERES MÁGICOS E PROFÉTICOS DE OUTRAS DIVINDADES MASCULINAS NO NOSSO SITE: [WWW.CLAUDIA.COM.BR](http://WWW.CLAUDIA.COM.BR)





6 VELHICE

7 SEPARAÇÕES E MORTES

# Os SETE CICLOS SAGRADOS

(E COMO VIVER TODOS ELES COM MAIS SABEDORIA)

Assim como a Lua e as estações, as mulheres mudam durante a vida inteira. Cada fase oferece chances de renascermos, aceitando a nossa natureza cíclica, criativa e mutável. SUELI ZOLA





## INICIAÇÃO SEXUAL

**2** Para a psicoterapeuta Monika Von Koss, autora do livro *RUBRA FORÇA* (ed. Escrituras), a primeira relação sexual inicia a mulher na vida adulta. Simbolicamente, mostra quanto o nosso mundo interno é permeável ao universo externo – daí a importância de aprendermos a discernir o que desejamos receber e o que queremos evitar. O cuidado não tem cunho moralista, é uma proteção à essência feminina não só nesse primeiro contato mas ao longo da vida. Se não honrarmos essa essência, respeitando nosso corpo como a um templo sagrado, ficamos vulneráveis. Por isso, é fundamental conhecer métodos contraceptivos, impedindo uma gravidez indesejada e doenças sexualmente transmissíveis. Vale lembrar também que, ao entrar nesse ciclo, a jovem se dá conta da sua capacidade de sentir prazer e percebe que a sexualidade vai além do aspecto físico, envolvendo a alma, o coração, medos, desejos e fantasias. Então, ela não deve se deixar influenciar por exigências externas ou banalizações. Iniciar a experiência sexual num encontro fortuito pode não ser enriquecedor. Cultivar a autoconfiança, a sensualidade e exercer o pleno direito à escolha são iniciativas decisivas. Assim, saberá eleger o parceiro e o momento certos.

## FASE DE CONQUISTAS

**3** A formatura é um rito de passagem recente na história feminina, já que, até a metade do século passado, a profissão das nossas avós era, em geral, o casamento. “A graduação e a estreia no mercado de trabalho são uma fase de conquistas e fortalecimento”, afirma Mirella. Nessa época, em que a mulher se firma como adulta e quer solidificar suas bases, costuma surgir o desejo de um relacionamento duradouro. Faz parte do amadurecimento esquecer o mito romântico da união indissolúvel, tão disseminado pela nossa cultura. “Os celtas chamavam o casamento de *handfastings*, isto é, amarrar as mãos”, conta Mirella. “O gesto selava o compromisso de lealdade e ajuda recíproca durante um ano e um dia – o ano representa o ciclo solar e o dia o ciclo lunar. No final desse período, em que aprendia a conviver, o casal poderia renovar os votos se desejasse.” Antes disso, porém, os parceiros faziam um ritual de avaliação: um falava, o outro ouvia sem interrupções e vice-versa. Assim, criava-se a oportunidade de mudar o que fosse necessário. Afinal, não dá para encarar o casamento como algo garantido. As relações amorosas são vivas, precisam ser alimentadas. Cada ano de casamento merece uma comemoração. Um brinde, um jantar, uma viagem, troca de presentes... o que importa não é o estilo, e sim que o casal abra espaço para festejar a sós.



### Dizem que Deus escreve certo por linhas tortas. Será?

A escrita divina parece seguir um traçado curvilíneo. Afinal, tudo no universo se movimenta em círculos: da órbita terrestre às estações do ano. As civilizações antigas sabiam disso, organizavam todas suas atividades baseando-se nos ciclos do Sol, da Lua e do planeta. Mas a sociedade moderna se afastou da natureza e nós, mulheres, mesmo tendo o registro da menstruação no corpo, perdemos a conexão com o fator cíclico. Aprisionadas no pensamento linear, vivemos como se a existência percorresse uma linha reta: nascer, crescer e morrer. E não é assim. Morremos e renascemos o tempo todo: na puberdade, deixamos de ser meninas para que a mulher possa surgir. Logo o papel de filha cede lugar ao de mãe, e, mais tarde, nos despedimos da juventude para acolher a maturidade. Nossos ancestrais consagravam o início desses estágios com ritos. No mundo atribulado de hoje, eles são raros ou ficam restritos às circunstâncias sociais, como a festa de casamento. A ausência de uma cerimônia coletiva, entretanto, não nos impede de celebrar a beleza e as transformações de cada etapa, tornando-nos mais conscientes do processo. A seguir, abordamos os sete principais ciclos femininos. Embora apareçam em ordem sequencial, nem todas as experiências são necessariamente cronológicas. Em qualquer idade, nos deparamos com riscos, rupturas e alegrias. Viver bem cada ciclo significa manter-se receptiva a essa gama de experiências vitais sem se fixar numa única fase nem querer eternizar aquilo que, por definição, é mutável e passageiro.



## PUBERDADE

**1** Para mulheres de muitas gerações, a menarca foi vivida como um fato incômodo. O pior é que até hoje se associa a menstruação apenas às cólicas e à TPM, como se ela não tivesse nada a ver com a função reprodutiva e o potencial feminino para o milagre da gravidez e do parto.

Desfazer a conotação negativa em torno do assunto é tarefa da mãe. Cabe a ela ensinar à filha o significado dessa passagem que marca o fim da infância e torna a menina capaz de gerar e nutrir. "O essencial é acolher a garota e transmitir-lhe o verdadeiro sentido do sangue menstrual, que é força, renovação e energia vital", ensina Mirella Faur, pesquisadora e autora do livro *O LEGADO DA DEUSA* (ed. Rosa dos Tempos). Assim, será mais fácil para a adolescente lidar com as emoções ambivalentes típicas do período e com as metamorfoses do corpo, valorizando-o sem se basear em padrões estéticos inatingíveis (como a magreza das modelos, por exemplo). Segundo Mirella - que por muitos anos coordenou círculos de mulheres e ritos coletivos em Brasília e hoje vive no interior de São Paulo -, a menarca deve ser celebrada. De preferência com um mimo vermelho - cor do sangue e da vitalidade. Uma flor, um anel com pedra rubra ou um bolo de morango são jeitos carinhosos de se comemorar a data em família.

FOTOS: CARLOS CUBI



## MATERNIDADE

**4** Nada transforma tanto uma mulher quanto a maternidade. Além das mudanças físicas, a gestação e a fase de aleitamento produzem alterações psíquicas e cerebrais. A jornalista Katherine Ellison mostra no livro *INTELIGÊNCIA DE MÃE* (ed. Planeta do Brasil) que o aumento nos níveis de hormônios torna a mente mais ágil, reduz o stress, aguça o olfato e a audição. "A vida com o bebê é uma constante invenção. Aprendi a lidar com o imprevisível e também com o incomensurável, porque é um amor sem medi-

## MATURIDADE

**5** A passagem do tempo é igual para todas nós. Mas o processo de amadurecimento não é. Há quem envelheça sem atingir a maturidade, que significa fazer escolhas, enfrentar crises, aceitar perdas e decepções, enfim, aprender com as experiências.

Se você desenvolve seus recursos interiores, chega ao apogeu preparada para viver mais uma transição: o climatério, um longo período de oscilações hormonais que conduz ao final da fertilidade. "São anos decisivos, de profundas mudanças. A plenitude e o bem-estar dependem da capacidade de se desapegar de tudo que não é essencial", explica a homeopata Dagmar Ramos, autora do livro *VIVA A MENOPAUSA: NATURALMENTE* (ed. Augustus). Quando a produção do estrogênio despenca, algumas mulheres sentem alterações de humor, ansiedade, perda da libido e os fogachos. "No climatério me senti sozinha, perdi o ânimo e o interesse sexual, parei de dançar em público, até meu casamento acabou", conta a coreógrafa e professora de dança Cristina Brandini, 58 anos, um filho. Com a entrada definitiva na menopausa, Cristina recuperou a libido, voltou a ser bailarina e fundou um estúdio de artes corporais. "É a melhor época da minha vida. Uma semente brotou dentro de mim e virou uma árvore frondosa e frutífera." Enquanto boa parte da medicina atual trata o declínio hormonal como um problema a ser equacionado, Dagmar afirma que essa é uma fase natural que, se for vivida com consciência, traz autoconhecimento e força extra. "A energia criadora dos ovários, que antes era vertida junto com a menstruação, a partir da menopausa retorna para a mulher", explica a homeopata. "O padrão hormonal muda, os níveis dos hormônios da hipófise sobem e os centros energéticos superiores são ativados, propiciando o saber intuitivo." Não por acaso, as sacerdotisas da antiguidade eram menopáusicas.

das", conta Cristiane Mesquita, 40 anos, pesquisadora de moda, mãe de uma menina de 4 anos. "O vínculo é muito forte. A mulher torna-se responsável pelo ser que pôs no mundo. Mas não é sua proprietária. É uma guardiã", comenta Monika. A intensidade dessa experiência não deve, porém, ser usada como justificativa para abandonar projetos pessoais. "Voltei às aulas do doutorado quando minha filha completou 6 meses. Estava sedenta por exercitar o pensamento", comenta Cristiane. Faz parte dos desafios maternos lidar com as culpas e desapegar-se dos ideais de perfeição. Mãe não precisa sofrer nem viver no paraíso. As dores, como as do parto, existem. Mas são apagadas diante da glória de conceber a vida.





## SEPARAÇÕES E MORTES

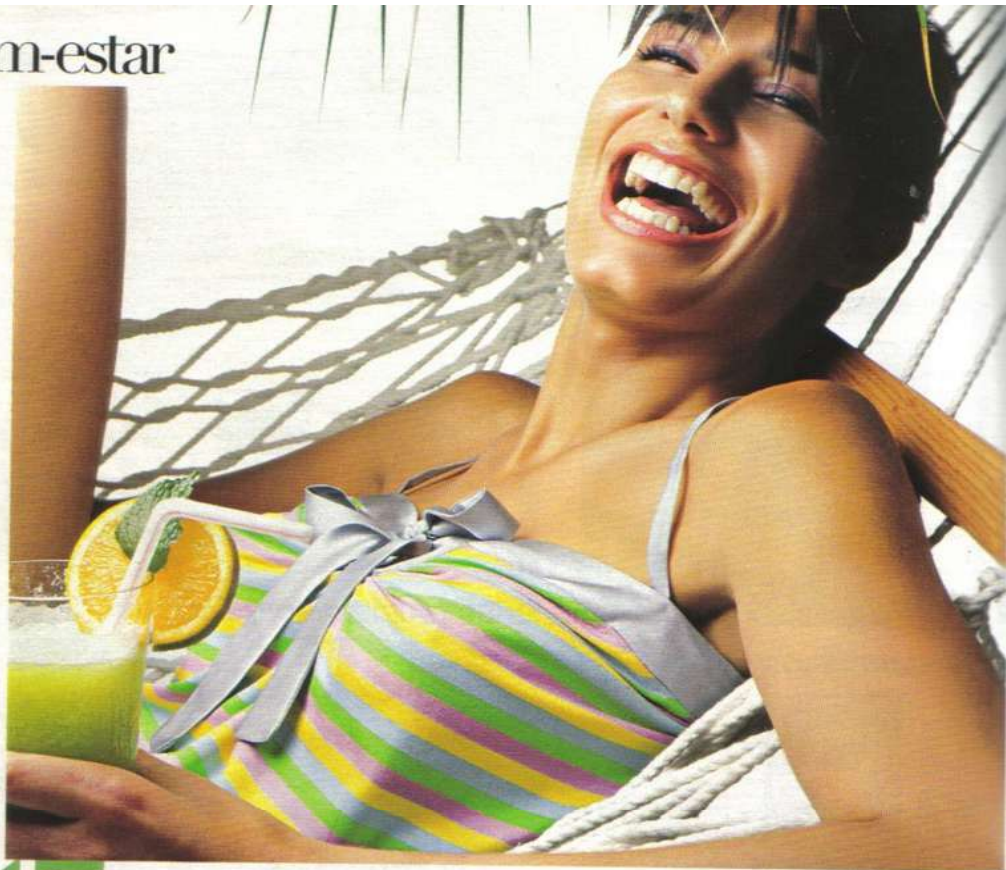
**7** Embora as experiências de luto marquem nossa existência, a civilização ocidental teima em negar a morte, o que só dificulta a elaboração emocional. É mais saudável chorar, esvaziar a dor e, nesse processo, atribuir sentido às perdas. “Sofri muito com a morte de minha mãe. Como não tenho irmãos, a orfandade me fez valorizar ainda mais os amigos – agora, eles e o meu marido são minha nova família”, diz a professora Regina Maria Aguiar, 55 anos, que se casou seis meses antes da morte da mãe, há um ano. O ciclo das despedidas é inevitável e inclui as separações conjugais, que também são vividas como luto. “Perdi o chão quando meu primeiro marido decidiu ir embora. Vivíamos juntos fazia dez anos e eu estava grávida. Apesar de toda a dor, o nascimento de minha filha me fortaleceu. Seis meses depois, já estava namorando outra pessoa. Nunca acreditei que o casamento fosse eterno”, conta a designer gráfica Carla Castilho, 40 anos. Reconhecer que todas as coisas são impermanentes não elimina a tristeza, mas ajuda a superar as perdas e também a lidar com a própria finitude. “A morte põe a vida em perspectiva. Mais do que aceitar, é preciso se preparar para ela abrindo o canal da espiritualidade”, afirma a terapeuta Monika.

## VELHICE

**6** Imagine-se subindo uma montanha. Após percorrer uma longa trilha, você chega, enfim, ao topo. De lá consegue vislumbrar coisas que antes não podia enxergar, gozando a sensação de plenitude e de gratidão pela vida. Sim, a velhice pode ser um tempo de sabedoria, mas ela não vem de graça. É preciso se cuidar ao longo de todos os ciclos e se autovalorizar, honrando os cabelos brancos. Cultivar a espiritualidade é fundamental para driblar os estereótipos que rondam essa fase. “Na sociedade consumista, só tem valor o que é útil. E considera-se que a mulher perde a utilidade com o fim da capacidade reprodutiva”, explica Monika. Não é o caso de se prender a esses preconceitos nem a padrões de beleza ligados puramente à sedução e ao consumo. “Quanto mais nos preocupamos com as aparências, mais ficamos vulneráveis às frustrações. Mesmo quem opta pelas cirurgias plásticas precisa lembrar que elas esticam a pele do rosto, mas não devolvem a juventude”, complementa Mirella. O envelhecimento nos convida a desaparecer, a exercitar a flexibilidade – das juntas, das articulações e da mente –, mantendo as antenas abertas às novidades, pois elas revigoram o espírito.



Bem-estar



## 17 IDÉIAS PARA DESINTOXICAR A MENTE

Uma coisa é ficar brava ou triste de vez em quando. Outra, deixar-se dominar pela ira ou remoer eternamente o rancor, sem mudar o disco. Para evitar que isso aconteça, adote algumas medidas simples, mas altamente eficazes **CARLA LEIRNER**

**1 GRITAR... SOZINHA** Não tem nada de pior que mulher histérica, que explode à toa. Para escoar o excesso de energia, conheça o Sopro Rá – prática respiratória que termina com um grito. “O som deve sair da região do estômago, e não da garganta”, ensina Márcia De Luca, do Centro Integrado de Yoga, Medita-

ção e Ayurveda, em São Paulo. Com os pés afastados, alinhados com os quadris, inspire fundo erguendo os braços. Entrelace as mãos no alto, gire a palma para cima e alongue todo o corpo. Ao expirar, flexione o tronco para a frente e grite “Rá”. Retorne à posição inicial inspirando profundamente. Repita cinco vezes.

**2 FAZER EXERCÍCIOS** A atividade física, se não for mecânica, vai vitalizá-la. O que importa é escolher algo de que goste (dançar, nadar, correr...). “Os exercícios oxigenam e estimulam a produção de endorfinas, responsáveis pela sensação de bem-estar”, diz a psicanalista Patrícia Argelazi, de São Paulo.

**3 PROVIDENCIAR UM AMULETO** Os antigos xamãs atribuíam poderes medicinais às pedras. No livro *A MAGIA DAS PEDRAS E CRISTAIS* (ED. PLANETA), Barbara de Lellis indica as propriedades de muitas delas: a malaquita equilibra o sistema nervoso; a esmeralda expande a consciência; o quartzo rosa alivia males do amor. Escolha uma ou várias para manter perto de você.

**4 AFASTAR-SE DOS CHATOS** Quem está vulnerável deve passar longe dos fofoqueiros, dos reclamões e de quem adora julgar os outros. Já as pessoas de alto-astrol atuam como antídoto contra piti.

**5 LIBERAR A TENSÃO** Procure incorporar a automassagem ao seu cotidiano para relaxar. Passe nas mãos um pouco de óleo vegetal morno (gergelim, por exemplo) e pressione áreas doloridas, como sola dos pés, ombros, pescoço e cabeça (experimente massagear o couro cabeludo com a ponta dos dedos). Inspire e expire durante o processo.

**6 PERMITIR-SE MIMOS** “Não descuide dos pequenos prazeres, pois são eles que trazem a alegria de volta”, garante a psicóloga Maila Flesch, de São Paulo. Vá ao cinema, passeie, veja uma exposição ou tome um drinque com as amigas.

**7 CONSTRUIR O SEU REFÚGIO** Transforme sua casa num templo purificando-a com alguns rituais. Acenda incensos e velas e coloque vasos com flores brancas em pontos estratégicos. Em lojas de produtos naturais, é fácil encontrar aromatizadores: experimente borrifar essências cítricas, como limão, tangerina e laranja, que são estimulantes. À noite, prefira um aroma relaxante de lavanda.

**8 DESCONFIAR DOS PRÓPRIOS DRAMAS** Não se leve tão a sério. Às vezes, rir de si mesma é o melhor remédio. “O humor abre portas, permite encarar as dificuldades sob uma nova perspectiva”, diz o americano Allen Klein, autor de *COURAGE TO LAUGH* (Coragem para rir).

**9 CANTAR** Pode ser debaixo do chuveiro, no trânsito ou no karaokê. O importante é soltar a voz. “Ao cantar, você desbloqueia a respiração e relaxa a musculatura corporal e da mandíbula”, explica a cantoterapeuta Adelina Rennó, de São Paulo. “Isso ajuda a liberar as emoções represadas.”

**10 TROCAR O CAFÉ PELO CHÁ** Todo mundo adora um cafezinho, mas ele é um veneno para quem anda nervosa. Procure substituí-lo por uma gostosa xícara de chá à base de passiflora, melissa ou camomila. Esses calmantes naturais auxiliam o sono e a digestão.

**11 ESCREVER CARTAS** Ponha no papel suas mensagens de mágoa, cobrança, indignação... o que for. O segredo é não enviá-las logo: guarde-as por uns dias, releia e depois decida se o destinatário merece tais palavras – ou precisa delas. O recurso ajuda a discernir se o problema é seu ou do outro e pode poupá-la de vexames.

**12 RECORRER À FORÇA DAS AGULHAS** Segundo a medicina chinesa, as emoções estão associadas aos órgãos. “A raiva está ligada ao fígado e à vesícula; o medo, ao rim e à bexiga”, explica a acupunturista Mai Li Chu, de São Paulo. Com as agulhas de acupuntura aplicadas nos pontos certos, libera-se a energia estagnada e os sintomas emocionais melhoram.

**13 SAIR DE CENA** O trabalho ou o namorado está afetando seus nervos? É hora de fugir dos holofotes. Restrinja-se à rotina, não se exponha, fique na sua. “Quando as exigências internas ou externas forem muito intensas, dê um tempo”, sugere Maila Flesch. “Essa pausa reflete respeito com seus limites e permite entender melhor as emoções que estão em jogo.”

**14 CONECTAR-SE COM A TERRA** A natureza é mãe. Tente ficar mais perto dela e deixe que o fio terra neutralize sua eletricidade. Fugir para a praia, a montanha ou um parque é uma ótima saída.

**15 LIMPAR A ÁREA** Engolir raiva e mágoa é como varrer a sujeira para debaixo do tapete – um dia ela acaba aparecendo. “Por mais difícil que seja, o melhor é tentar conversar, esclarecer e limpar os ressentimentos a fim de evitar novos atritos”, diz Márua Pacce, psicóloga e coordenadora do Núcleo de Yoga Ganesha, em São Paulo.

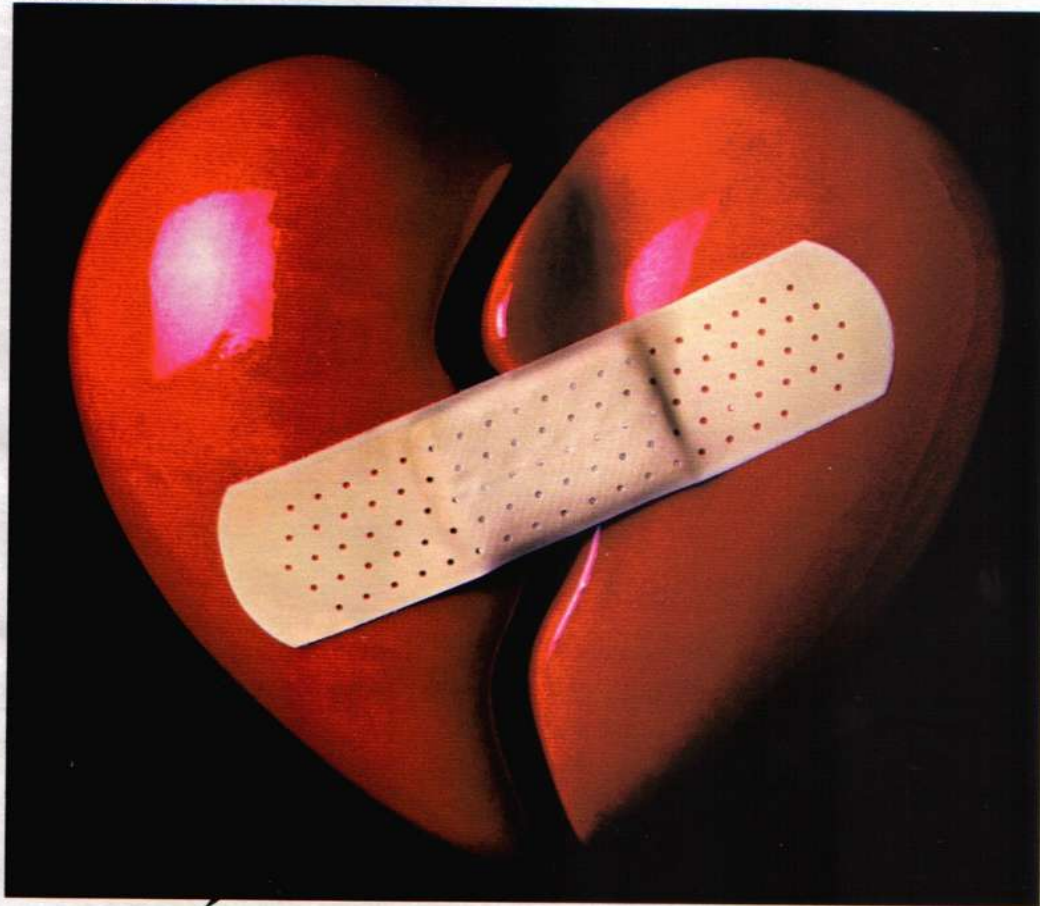
**16 PERMANECER AQUI E AGORA** O passado já foi e o futuro é projeto. O momento atual é tudo o que temos. “Faça dele o foco principal de sua vida”, sugere Márua Pacce. “Se estamos com a cabeça em outro tempo, não vemos as chances que se apresentam.”

**17 PREPARAR UM ESCALDA-PÉS** Anote a receita do fitoterapeuta Alexandros Botsaris: ferva cerca de 4 litros de água, adicione um punhado de alecrim, alfavema e erva-doce (desidratados ou não). Desligue o fogo e abafe. Acrescente sal marinho, despeje numa bacia e mergulhe os pés por dez minutos antes de se deitar. Você vai dormir como um anjo. o

FOTOGRAFIA: BASTIEN MOUËLO; ALEXANDRIA VICENTINI; FORD

# Devem com a vida

DEBORAH DE PAULA SOUZA



## REMÉDIOS PARA UM CORAÇÃO PARTIDO

Dói, mas passa. Antes de dizer que essa é mais uma frase vazia, incapaz de consolar quem acabou de perder um grande amor, leia esta reportagem. Duas mulheres que enfrentaram o abandono e uma terapeuta falam sobre a volta por cima

Eu dormia e acordava chorando, achava que morreria sem ele.” Quem já sentiu na pele a dor de ser traída e abandonada sabe do que a assistente administrativa Renata Ferrari, 31 anos, está falando. Depois de dez anos de namoro e três de casamento, o marido pediu a separação.

“Ele alegou que estava sufocado e precisava de espaço, não me dava um motivo concreto e negava a existência de outra pessoa”, lembra. Logo após o rompimento, Renata descobriu que estava grávida e que havia, sim, uma mulher na parada. O desespero aumentou, pois fazia tempo que vinham tentando a gravidez.

“O pior é que trabalhávamos juntos”, diz ela, que acabou perdendo o bebê. “Eu chegava ao escritório com os olhos inchados e ele me perguntava quando eu ia parar de chorar.”

Em casos assim, costumamos ser tomadas por uma avalanche de sentimentos – entre outros, raiva e dor misturadas – e enfrentamos uma

GARY GAVALANY/OTHEIMAGES

## Coração partido

série de questionamentos. Para a analista junguiana Rosely Teixeira Gomes, quando não há um consenso, a parte abandonada sempre se pergunta: "Por que aconteceu comigo? Onde foi que errei? Será que um dia conseguirei amar de novo?" Na hora de enfrentar a crise, algumas pessoas vão para a terapia, outras procuram alívio na religião – o importante é buscar ajuda para lidar melhor com a perda. Renata melhorou montando um tripé de emergência. "Entrei para a academia, procurei o colo da minha irmã e comecei a sair com a turma dela, pois, de início, preferi me afastar dos amigos comuns. Mas o que me segurou mesmo foi minha fé. Para me restaurar, busquei um tratamento espiritual no candomblé." O período de recuperação durou dois anos, e ela saiu da depressão disposta a aproveitar a vida. "Eu era muito

dependente do ex, hoje me sinto mais confiante. Perdi o medo de dirigir, comprei casa própria e tive três relacionamentos sem compromisso. Adorei!" Com o coração já cicatrizado, Renata está pronta para amar de novo, casar e ter filhos.

A artista plástica Alice Matuck, 23 anos, indica a psicoterapia como outro remédio eficaz. Para ela, funcionou. O analista reconhecia seu sofrimento, enquanto os amigos insistiam que dor de amor passa, o que a irritava. "É como ser mutilada e alguém lhe dizer: 'Olha, você está sem braço, mas, tudo bem, logo vai se acostumar'. Eu é que sabia da minha tristeza." Como o ex foi o primeiro homem da vida dela e o namoro durou dois anos, a separação calou fundo. "Quando ele entrou na facul-

**A separação é como um luto. Para cortar os vínculos, é melhor evitar CONTATO com tudo que lembre o ex. Ouvir músicas dos velhos tempos, nem pensar**

dade, passou a me ver como a namorada da adolescência e rompeu." No auge da crise, para não cutucar a ferida, jogou fora tudo que lhe trazia recordações insuportáveis, guardando apenas uma foto. Mesmo assim, acredita que só se curou tempos depois, quando conseguiu restabelecer a amizade com a antiga paixão. "Nós éramos muito amigos antes de começar o namoro. Eu não me conformava de ter perdido tudo", revela. Há seis meses – mais de dois anos após o fim do romance –, Alice se apaixonou de novo e, finalmente, está em outra. Ao deixar o tempo passar antes de

restabelecer a amizade, Alice agiu com sensatez, talvez até sem saber disso. Tentar transformar a relação do dia para a noite não é mesmo uma boa política. "A separação é como um luto. De certa forma, é preciso se convencer de que o outro 'morreu' e dispor-se a cortar os vínculos", diz Rosely. Ela sugere que, se for impossível parar de encontrar o antigo par-

ceiro (caso tenham filhos ou trabalhem juntos), você evite muita proximidade. Ouvir músicas dos velhos tempos e frequentar lugares que só provocam saudades, nem pensar. Ao menos por um tempo, é até prudente se distanciar dos amigos comuns. Afinal, por meio deles chegam informações e você não precisa saber que o ex está feliz com outra namorada.

Simplesmente essa não é mais a sua história. Quando a separação é inevitável, adiar as despedidas ou perder a auto-estima tentando reatar só traz sofrimento. Ganha quem se preserva e cuida com carinho de si mesma, fortalecendo-se para uma nova etapa. Talvez não seja rápido, mas pode ter certeza de que ela virá. **o**

REPORTAGEM MARIA EMILIA KUBRUSLY

## PRIMEIROS SOCORROS

**A travessia vai ser menos dolorosa se você seguir estas orientações.** ● **PERMITA-SE SENTIR A DOR** Só você sabe o tempo de que precisa para assimilar a ruptura. ● **EVITE OS EXTREMOS** Ficar em casa sozinha remoendo ou cair na noite, tentando fugir da angústia, não são boas alternativas. Busque amigos confiáveis para se distrair ou apenas conversar até sentir-se melhor. ● **NÃO SE DESGASTE** arquitetando vinganças, isso é um modo de permanecer ligada ao ex. Concentre-se em você e faça coisas a seu favor: pode ser viagem, dieta, terapia, um curso novo, desde que lhe traga algo de bom. ● **QUANDO A SAUDADE APERTAR**, não se detenha nas melhores cenas a dois, lembre-se também dos maus momentos. Não é o caso de endear um homem que a magoou. ● **SE TIVER IMPETOS DE TELEFONAR** para o ex, use um recurso dos Alcoólicos Anônimos e comprometa-se: "Apenas por hoje eu não vou procurá-lo". É mais fácil viver um dia de cada vez quando se trata de largar um "vício". ● **GUARDE NUMA CAIXA AS FOTOS, cartas, presentinhos. Se tiver vontade de mexer nesse baú, peça a uma amiga para guardá-lo bem longe.**

ENVIE SUGESTÕES PARA DE BEM COM A VIDA, CLAUDIA, AV. DAS NAÇÕES UNIDAS, 7221, 16º ANDAR, CEP 05425-902, SÃO PAULO, SP, FAX (11) 3037 5675, E-MAIL DEBEMCOMAVIDA@CLAUDIA.COM.BR





# Temascal

A sauna **purificadora** dos xamãs

Antigo rito de iniciação dos líderes espirituais indígenas, a sauna sagrada hoje atende homens e mulheres da cidade, propiciando uma experiência de integração com a natureza que lava corpo e alma e inspira transformações. Nossa editora DEBORAH DE PAULA SOUZA participou de um ritual e conta tudo

**O** dia estava nublado quando cheguei ao topo da montanha, num sítio do interior de São Paulo. Como é um ritual de conexão com a Terra, a sauna é sempre realizada em meio à natureza, assim como na tradição mexicana e nas tribos norte e sul-americanas, onde o temascal era praticado pelo povo inca, maia e tolteca. Na origem, o temascal – a palavra é maia, significa literalmente um “banho de vapor realizado no ventre da Terra” – fazia parte da rigorosa iniciação do xamã, misto de curandeiro e sacerdote tribal. Adaptado para os centros urbanos, suavizou-se, mas não perdeu seu caráter mágico e terapêutico. O lugar é lindo, conta com alojamentos coletivos e ampla cozinha, aberta para a mata. Aos poucos, vão chegando os participantes: 25 pessoas, a maioria

## Sauna sagrada

jovens entre 20 e 30 anos e uma pequena trupe maior de 40. Para minha surpresa, há uma mulher grávida, um molequinho de 2 anos com seus pais, um garoto de 9 e seu irmão, de 14, que também estavam com a família. O grupo de apoio tem umas dez pessoas. A líder que comanda a cerimônia é uma morena imponente e seu braço direito é um homem esbelto, de cabelos brancos e olhos claros. Ambos me inspiram confiança. A primeira reunião ocorre na cozinha. Lá fora, desaba uma tempestade. Depois de nos dar as boas-vindas, a líder lembra que estamos ali para reverenciar a Mãe Terra e teremos de esperar sua permissão para poder iniciar os trabalhos. Durante a apresentação do grupo, uma moça chora. Outra,

também aos prantos, diz que está assustada com o que virá. A líder acolhe os temores, lembrando que o propósito do temascal é ajudar a encontrar o caminho do coração. Diz ainda que um guerreiro valente não é aquele que não se fragiliza, e sim o que reconhece o próprio medo. Na minha vez, conto que sou novata e agradeço a permissão para fazer esta reportagem. O combinado é que eu não faria fotos nem citaria nomes, preservando a privacidade dos participantes.

Depois de alguns avisos práticos, são montados vários comitês de trabalho e me alisto na cozinha. A ordem é: "Permaneçam aqui e agora e sejam impecáveis, façam tudo do melhor modo possível". Eu me atraco com uma bacia de inhames, ajudando a fazer a sopa da noite. De vez em quando, pessoas enlameadas passam lá fora. É o time que prepara a sauna – a armação é de madeira e já está instalada, mas o chão de terra, onde vamos sentar, deve ser varrido e coberto de folhas. Por cima, colocam-se uma grande lona e cobertores de modo que não entre ar nem luz. A tenda é como um útero. Na porta, outro grupo esculpe um totem de tartaruga, símbolo da Terra.

Sempre que toca um sino, paramos as tarefas e fechamos os olhos – a estratégia nos mantém concentrados. Na sauna, a regra é silenciar e seguir as orientações da líder, chamada de "corredora", porque ela é quem cuida da circulação energética. Se a chuva deixar, teremos quatro rodadas: ao fim de cada uma, a porta será aberta e quem quiser poderá sair, mas não terá permissão para voltar.

O temascal é realizado num terreno plano. Do lado esquerdo, fica a tenda, que representa a energia feminina; do direito, o fogo, masculino. No fim da tarde, o que parecia impossível acontece: a tempestade cessa e dá para acender a fogueira (o toró recomençaria no término do ri-



**N**o círculo de pedras, nós evocamos os animais de poder: búfalo, coiote, urso e águia

tual). Então, entramos no círculo de pedra em volta do fogo e evocamos os quatro animais de poder que regem as rodadas da sauna sagrada. A leste, a águia; ao sul, o coiote; a oeste, o urso; ao norte, o búfalo. Enquanto o grupo dos veteranos entoa cânticos ao som de tambores, forma-se uma fila de homens e mulheres. Todos envergam roupas confortáveis, não se usa maiô no rito. Já é noite quando entramos na tenda. Antes de cruzar a porta, uma *abuela* (avó em espanhol) nos saúda pelo nome e, com penas na mão, nos abençoa. Fiel às instruções, ingresso na sauna de joelhos, beijo a terra e digo: "Por todas as minhas relações". (Acredita-se que pessoas e situações que encontramos ao longo da vida contribuíram para que che-

gássemos até ali.) Está muito escuro e a líder indica onde cada um deve sentar. Meu ponto é o oeste, regido pelo urso – "o lugar onde ficam os guerreiros que não temem mergulhar no escuro". Eu não tenho tanta certeza disso.

**MAGOAS PASSADAS** Fechada a tenda, a líder pede: "Que o Grande Espírito fale através de mim". O clima é solene, mas o Grande Espírito surpreende, pois a seguir ela agradece a presença das crianças e pergunta à mãe do garotinho de 2 anos qual é a música predileta dele. Iniciamos o ritual cantando *O SAPO NÃO LAVA O PÉ*. Depois de algumas músicas infantis, mãe e filho se despedem.

No centro da sauna há um buraco que, a cada volta, vai sendo preenchido com pedras incandescentes. A primeira rodada é a da visão, regida pela águia. Cantamos, clamando por luz e clareza. Quando termina, é a vez de o menino de 9 anos pedir para sair. Os "homens e mulheres de fogo" trazem novas pedras, a líder joga água, e o vapor sobe com cheiro de ervas. Já estou pingando de suor.

A segunda rodada é a do coiote. Bicho ambíguo, repre-

senta tanto a inocência quanto a trapaça, uma espécie de mestre às avessas. É a hora do perdão, oportunidade de tratar das feridas e dissolver as mágoas. Sob o comando preciso da líder, os homens cantam e as mulheres rezam em voz baixa (livremente, não há uma liturgia a ser seguida). O resultado é uma ladainha hipnótica. Penso em dois homens que amei. No passado, eles puxaram meu tapete e eu também não fui santa. Mas hoje não sinto mais culpa nem rancor. Passou. Agradeço aos anos de psicanálise e ioga, às minhas buscas espirituais e ao tempo, necessitei de tudo isso para melhorar. A sauna ferve e sou invadida pela imagem de uma roleta preta e vermelha girando: associação o coite a um jogador safado, que desperta minha simpatia. Quero me lembrar dele quando me levar a sério demais ou precisar me safar dos dramalhões românticos.

**LÁGRIMAS E RISADAS** A líder pergunta se alguém quer dizer ou cantar algo e peço licença para cantarolar uma música do Caetano Veloso que diz: "Respeito muito minhas lágrimas, mas muito mais minha risada". Será que fui profana demais? Quando a porta abre de novo, um homem sai. O ar agora parece uma outra forma do fogo. Minha cabeça pesa. Sei que do meu lado esquerdo está um moço com rabo-de-cavalo. Na terceira rodada, descubro que é um músico. Ele toca o *didgeridoo*, exótico instrumento usado em ritos de aborígenes australianos. O som é baixo e grave. A líder informa que a música vai mexer com os primeiros chacras – região do sexo e, na ala feminina, também do útero. A cabeça dói, sinto o ar quente atravessando minhas vísceras, as narinas come-

çam a queimar, meu olhos ardem. Esta é a rodada das grandes curas, comandada pelo urso. De novo alternamos cantos com rezas. Peço por algumas pessoas que amo e que estão doentes e agradeço pela minha saúde e a de minha filha. Me sinto sufocada com o calor. A líder diz que é o momento de lidarmos com nossos medos. Conheço os meus e quero sair dali. Uma moça começa a soluçar alto. O músico se estira no chão. Eu chapinho as mãos na terra úmida e fria e passo pela testa. Acho que meu nariz vai sangrar. Tenho tanta sede que dou umas lambidas no meu braço. Suavemente, a líder acalma a moça

que chora, pede que tente respirar pela boca. É a rodada mais difícil. Do que precisamos tanto nos curar?

Tenho uma pequena vertigem e lembro que há dois dias acordei com um quadro na cabeça: era o retrato dos meus bisavós maternos, que não conheci. O que eles têm a ver com essa aventura? Rezo para os dois e aproveito para dizer que a filha deles era o máximo. Eu adorava a minha avó. Aquela moça continua mal, precisando de ar e de cuidados. A pedido de outra garota, na hora de abrir a sauna a líder opta pela parte traseira da tenda, onde estou, e ordena que todos se deitem. Eu desabo no chão e o músico me abraça. Recebo uma lufada de ar fresco. Nós dois estamos com a cabeça para fora! Respiro fundo e sou tomada pelo esplendor: a noite está maravilhosa, o céu tem estrelas esparsas, as árvores protegem a tenda, tingidas de vermelho pela luz da fogueira. Começo a chorar. Não há dor alguma, só gratidão. Lá dentro, uma moça entoava um canto: "Oxum, lava meus olhos". Oxum é a mãe das águas doces. A mulher que chorava se acalma e não quer mais ir embora. Nem eu. Na roda das curas mais profundas, o remédio é amor, música e beleza.

Antes da última etapa, é servido um chá de hortelã frio que é um bálsamo. Todos se reanimam e uma moça pede licença para cantar uma música do Roberto Carlos, melosa demais para o meu gosto. A canção do Rei dá íbope (reparo que sei a letra de cor), mas acho bom quando acaba e um homem pede silêncio. Aquietamos. A quarta rodada, do búfalo, é de reverência aos ancestrais. A

**F**ui tomada pelo esplendor. Descobri que, na roda das curas mais profundas, o remédio era amor, música e beleza

líder canta para a Terra e nos apresenta: "Estes são os seus filhos". Reverencio tudo, me sinto irmã de todas as coisas vivas. Sou a última a sair da tenda. Lá fora rola uma sessão de abraços. Depois de três horas intensas de vapor, somos cúmplices suados e enlameados. Faz frio, a chuva recomeça. Tomo banho gelado e sopa quente. Durmo uma noite sem sonhos e acordo no dia seguinte ainda com terra na cabeça. O cabelo está duro, a pele ótima e o olfato aguçado. Chove. Nos reunimos para o café e uma última conversa, trocando impressões e delicadezas. O sol enfim dá as caras. Acho que vou gostar de contar essa história. ◊



# Os problemas dos Outros

É com eles que você evita os seus?

De briga com namorado a falta de dinheiro, tem quem faça qualquer coisa para resolver os dilemas dos amigos. Enquanto isso, varre para debaixo do tapete as próprias angústias. Pôr fim a essa estratégia perigosa é possível e preciso, e você já tem o arsenal para virar o jogo ÁUREA LOPES



## Os problemas dos outros

**A boa alma** sempre disponível, toda ouvidos. A fortaleza que não poupa esforços em busca de saídas para quem estiver em apuros. Eis aí um tipo que todas nós conhecemos – se é que já não nos encaixamos nele em algum momento da vida. Desempenhar esse papel de cuidadora pode significar, para uma mulher, simplesmente dar vazão aos instintos de acolhimento e proteção que costumam estar associados à natureza feminina – embora alguns homens também tenham tais características pronunciadas e apresentem o mesmo perfil. Porém, o excesso de altruísmo muitas vezes camufla um paradoxo: a dificuldade de lidar com os próprios problemas. A construção da imagem da boa samaritana pode ainda ser uma forma de neutralizar ou esconder algum traço indesejado da personalidade – algo como: “Se ganho fama por minha característica bondosa,

consigo compensar meu desempenho ruim no trabalho”. Também é possível que tanta generosidade funcione como uma estratégia de defesa ou de conquista de espaço em ambientes muito competitivos. A “boazinha” tem mais facilidade para ganhar confiança, aceitação e prestígio em seu grupo de convivência. Seja como for, o mecanismo, em geral, é inconsciente – igualzinho a quando alguém mergulha no trabalho para não encarar as angústias da vida pessoal. Pode ser um recurso temporário, usado para evitar o contato com uma questão específica, de difícil solução – uma morte em família, um filho dependente químico – ou um comportamento permanente, impulsionado por uma dificuldade crônica em enfrentar as intempéries cotidianas, das mais brandas às mais preocupantes: os afazeres desgastantes, o marido insensível. E é justamente o objeto que elegemos para receber o foco de nossa atenção que dá as pistas sobre o

real problema a ser enfrentado. “Esse objeto tem tudo a ver com aquilo que desejamos manter oculto, à sombra”, explica a psicóloga Sílvia Graubart, integrante da Associação Junguiana do Brasil e filiada à International Association for Analytical Psychology. “Falamos de nós mesmas por meio da relação que estabelecemos com os outros. Por exemplo, há muito mais possibilidade de encontrar alguém com uma história complicada de relação materna entre voluntárias em um asilo de idosas do que entre voluntárias em um programa de portadores de deficiência física”, afirma Sílvia. Da mesma forma, é curioso observar que, em geral, a menina que recolhia gatinhos abandonados na rua e o adolescente envolvido em trabalhos comunitários são o embrião do modelo “ombro amigo”.

**Lei da compensação** Quando criança, Thaís Carvalho Infante, 27 anos, tinha o apelido de “irmã Thaís”. Ela até pensou, de fato, em se tornar freira, tamanha sua predisposição para ouvir e se emocionar com as histórias dos outros. Formada professora, escolheu (não por acaso) trabalhar com alfabetização de adultos. Durante muitos anos, não só ouviu os desabafos de seus interlocutores mas os ajudou a ponderar, deu sugestões conciliadoras em conflitos, mostrou o lado bom das coisas desagradáveis. “Às vezes, eu ficava exausta, me sentia sobrecarregada. Chegava a abrir mão das coisas pessoais para tapar buraco dos outros. Na escola, por exemplo, era comum eu fazer sozinha os trabalhos de grupo”, conta ela.

A vocação cuidadora de Thaís era real e não mudou – tanto que, depois do magistério, ela cursou psicologia e hoje está muito feliz na nova profissão. No entanto, ao fazer análise, como estudante, Thaís compreendeu que usava sua extrema dedicação para compensar a baixa auto-estima. “Eu era gordinha, não estava satisfeita com meu corpo. Enquanto minhas amigas se aproximavam dos meninos para namorar, eu conseguia a atenção deles porque era a garota legal, a superamiga, a conselheira para todas as horas”, lembra ela. Graças à terapia, Thaís acredita ter amadurecido: “Continuo pronta para o que der e vier, mas dentro de alguns limites. Custou, mas aprendi a cuidar também de mim”. Dar a quem precisa é uma missão nobre, desde que a cuidadora esteja bem resolvida.

Às vezes, ficava **exausta**. Abria mão das minhas coisas para tapar buraco dos amigos THAÍS INFANTE, PSICÓLOGA

**No outro não dói** Encarar um processo de autoconhecimento e procurar ajuda é a atitude mais saudável para abandonar o comportamento de cuidar do outro para não enxergar a si mesma. Boa parte das vezes, porém, a pessoa não quer reconhecer as próprias angústias porque, ao tomar contato com elas, se sente cobrada a agir, a mudar as coisas. Af é que o bicho pega – é muito mais fácil tratar o machucado do outro porque não dói na nossa pele. “Mas precisamos entender que o fato de desviar o olhar do sofrimento não elimina a causa do mal. Quando não é atacado, o problema continua presente ou, o que é pior, aumenta”, alerta Sueli Gevert, integrante do Instituto de Psicanálise da Sociedade Brasileira de Psicanálise.

Assim como aconteceu com Thais, foi a terapia que levou a enfermeira Anusca Pinheiro de Freitas, 31 anos, a enxergar sua história de vida com mais clareza. Ela confessa: precisou “recomeçar do zero” por ter se preocupado muito com os outros e pouco consigo mesma. Nascida na Bahia, Anusca perdeu a conta de quantas vezes deixou de lado seus objetivos para atender às mais diversas necessidades de amigos e de parentes. “O fato é que eu vivia tentando resolver as encrencas dos outros. Arranjava roupa para uma amiga ir a um casamento, ensinava o primo a dançar para um baile de formatura, ia atrás de uma empregada para a tia...”, lembra. Solteira, há três anos ela deixou sua cidade, Salvador, para trabalhar em São Paulo. “Sozinha numa cidade desafiadora, sem conhecer ninguém, pensei em tudo o que tinha ficado para trás. Então me toquei que deveria reconstruir meu caminho, começar a viver a minha vida, uma vida que, de certa forma, eu ainda não tinha vivido”, afirma ela.

**Sinal de força** A virada, por paradoxal que seja, é possível graças à mesma característica que move a cuidadora a abraçar os problemas alheios. “A pessoa precisa ser muito forte para tomar para si desafios que não lhe pertencem”, avalia Sueli Gevert. Uma vez consciente dessa força, fica mais fácil encarar as próprias aflições.

ILUSTRAÇÃO ANDRÉS SANDOVAL

“Quando alguém me conta um problema, vou fundo e me coloco no lugar do outro”, confessa a artista plástica Marta Sadalla, 42 anos. “Sem a pessoa pedir, já estou ajudando, me mexendo.” Acostumada desde pequena a oferecer acolhida a quem precisa – herdou a característica da mãe, refugiada de guerra, cuja casa estava dia e noite aberta a todos –, Marta gosta tanto de cuidar que desde os 13 anos faz cursos de massagem e terapia corporal. Hoje, além de expressar sua arte nas telas, ela usa as mãos para aliviar desconfortos físicos. De quebra, também colabora como pode para melhorar o emocional das pessoas atendidas. “Não espero retribuição. Mas o retorno é gratificante”, conta ela. Solteira e sem filhos, Marta começa a recompor suas expectativas em relação à vida: “Estou mudando meus sonhos, minha visão de futuro. Algumas coisas que eu esperava não aconteceram. Penso em redirecionar meu caminho, mas isso não é fácil”. Apesar de suas dores, ela mantém o coração aberto, tal e qual o mitológico Quíron, centauro famoso por sua bondade e muito querido dos mortais e dos deuses. Alvejado por engano, ele recebeu uma flechada que lhe causou uma ferida incurável. Mesmo assim, continuou a ajudar a todos os que precisavam com a sensibilidade de sua metade homem e a força de sua metade cavalo. o

## Desviar o olhar do próprio sofrimento não elimina a causa do mal

SUELI GEVERT, PSICANALISTA





**Feliz aniversário**  
Parabéns pelos 45 anos. Vocês merecem nota mil pela reedição da capa número 1. A combinação de foto e desenho ficou impecável. Adorei também a matéria “Nossas Claudias pelo Brasil” e o especial “Na propaganda, nossas conquistas”, que mostra a evolução feminina. **CRISTIANI SILVA**

Sou colecionadora de CLAUDIA desde 1975. Quanta coisa eu aprendi e sonhei desde então! O aniversário me lembrou que eu também tenho muito a comemorar: sou uma profissional realizada, amo meu marido e tenho três filhos lindos. Parabéns a vocês. Vamos continuar juntas. A revista está ótima, até o suplemento de cozinha, que eu adorava, voltou! **MARIA IZABEL**

A música CLAUDIA, de Francis Hime e Geraldo Carneiro, foi uma ótima escolha para levar a festa ao site da revista! A canção não homenageou só as Claudias mas também as Marias, Fernandas, Carlas... Eu me senti presenteada. **VAL MELLO**

**Plástica no seio**

Eu tinha acabado de consultar um cirurgião plástico quando parei na banca para comprar a revista. Parece brincadeira, mas ao folheá-la caí direto no “Diário do silicone”. Para mim, foi mais do que um incentivo: era tudo de que eu precisava para tomar a decisão de colocar as próteses. **DESIERY MARCHINI**

**Nossas crianças**

É impensável que os fatos descritos na reportagem “O mapa da violência contra a criança no mundo”

ainda sejam tão comuns. No mesmo dia em que li a matéria, vi na TV o caso de uma babá que foi presa em flagrante maltratando um menor com síndrome de Down. Essas notícias me fizeram chorar e também refletir. De início, pensei que tais crimes mereciam pena de morte ou prisão perpétua – mas será que isso não seria repetir a barbárie? Governo e sociedade precisam se unir para achar a resposta e lutar por um mundo humanizado. **ROSANGELA MESQUITA**

**Querido Jabor**

Na entrevista “Eu ando perplexo diante das mulheres”, Arnaldo Jabor acertou em cheio quando disse que as mulheres inteligentes afastam os homens. Muitas vezes temos que bancar a “tolinha” para conquistar o amado. **SAMARINA PAULA**

**Métodos contraceptivos**

Na minha opinião, entre as opções mostradas na reportagem “Pílula na balança – a revolução feminina x nossa saúde”, a pílula e a camisinha ainda são as melhores. As técnicas mais recentes deixam a desejar. Tenho uma amiga que engravidou usando o anel contraceptivo, e eu tive uma péssima experiência com o adesivo. **S.P.V.**

**Códigos do afeto**

Achei muito interessante a abordagem de “Amar se aprende a cada dia”. Conheço meu marido há oito anos, sempre fomos muito diferentes e, como toda mulher, imaginava que poderia mudá-lo. Puro engano. Como diz o artigo, o mais importante é conviver com as diferenças sem perder o respeito mútuo. Até porque eu também tenho os meus defeitos. **SILVIA NOBRE**

**Coluna da Danuza**

Tenho 23 anos, sou pedagoga e funcionária pública com muito orgulho, por isso fiquei insatisfeita com o artigo “A ilusão da estabilidade”. Nele, Danuza diz que o servidor público pode faltar 15 dias no trabalho e “descolar” um atestado médico sabendo que não será descontado nem sofrerá represálias. Isso não é verdade, e sim preconceito. **ROSSANA DUARTE**

**NOTA DA REDAÇÃO**

O nome correto do livro do estudioso Ronie Lima, citado na matéria “Médium, eu?” (edição de setembro), é *Os Médicos do Espaço*.

ENVIE SEUS COMENTÁRIOS PARA A SEÇÃO “SUA OPINIÃO”, REVISTA CLAUDIA, POR CARTA, FAX OU E-MAIL. AV. DAS NAÇÕES UNIDAS, 7221, 16º ANDAR, CEP 05425-902, SÃO PAULO, SP. FAX (11) 3537 5875. E-MAIL: SUAOPINIAO@ABRIL.COM.BR. A REDAÇÃO SE RESERVA O DIREITO DE ADAPTAR AS MENSAGENS SEM ALTERAR O CONTEÚDO.



Eu e você



Adoramos Natal!  
Por isso, preparamos  
um pacote de sugestões  
maravilhosas de  
decoreação e presentes  
para a grande noite



## MENSAGEM PARA 2007

Dezembro é momento de reflexão, balanço, mergulho interior. Ao mesmo tempo que o Natal nos propõe a união da família, a reunião dos amigos, a troca de afeto, o espírito do réveillon nos induz a pensar sobre a nossa vida e o que queremos daqui para a frente. Fernanda Young escreveu uma bem-humorada carta ao Papai Noel fazendo pedidos divertidíssimos, apesar de impossíveis. Lista que eu assino embaixo. O publicitário Marcelo Pires saúda o ano novo abrindo com um inspirado texto, "O bom começo", o editorial de moda e beleza para a grande festa de passagem, estrelado por Grazi Massafera, que também está na capa. Com a clarividência da simplicidade, Marcelo nos lembra os tantos recomeços que nos cercam o tempo todo sem que estejamos atentos. A escritora Martha Medeiros propõe pensarmos sobre o amor, sentimento que anda tão castigado, ignorado, desprezado em favor da paixão instantânea, do sexo ocasional e das fofocas venenosas. Em seu artigo, "O amor move o mundo", ela defende o resgate do amor e seu poder revolucionário, que, "diferentemente da paixão, que se agarra ao presente, nos faz planejar um futuro". Diferença sutil e fundamental.

Mas, se a construção de um futuro mais justo deve ser a nossa meta de começo de ano, vá correndo ler... Jesus Cristo! Sim, de tudo que preparamos nesta edição para você, nada me tocou mais fundo do que as palavras desse velho sábio, o aniversariante do mês, que está completando 2006 anos jovem e atualizadíssimo. Não precisa ser cristão nem mesmo seguir religião alguma para encontrar respostas decisivas em suas parábolas para os grandes desafios do século 21: respeitar a diversidade, se conhecer melhor, diminuir o abismo entre ricos e pobres, sobreviver à avalanche de informações trazida pela tecnologia e a globalização e conseguir se aperfeiçoar como ser humano em um mundo conturbado, violento e materialista. Acredite, está tudo lá, na reportagem "As palavras de Jesus Cristo à luz do século 21". "Quem tem ouvidos ouça!" MATEUS, 13, 4-9

Um maravilhoso ano novo para você. Um beijo,

*Marcia Neder*  
MARCIA NEDER DIRETORA DE REDAÇÃO



**Show de capa**  
 Me senti muito lisonjeada com a publicação da réplica da minha capa. Quanta saudade. Mas não poderia deixar de lembrar que quem criou esse estilo de capa, *big close*, foi o querido fotógrafo José Antonio, que vem a ser o pai de Nana Moraes, que fotografou a Cleo Pires. Filho de peixe, peixinho é!

ANGELA CATRAMBY, CAPA DE JANEIRO DE 1973, NA QUAL FOI INSPIRADA A CAPA DE CLEO PIRES

• A revista deste mês ficou uma delícia e a Cleo Pires ajudou. Ela é uma graça, exala saúde, é feminina, enfim, a cara de CLAUDIA. KARINA L.

**Grupos de apoio**

• Adorei a reportagem “Corrente do bem”, que fala dos grupos de apoio às pessoas doentes. Os artigos da revista contribuem para a minha vida – também já fui muito beneficiada pela coluna “A lei e você”, em que os advogados respondem às dúvidas das leitoras. ETIENNE MEKITARIAN

• Achei bom vocês abordarem os grupos que atuam online. A internet ainda é um território novo, por isso todas as informações sobre ela são muito bem-vindas. GIOVANNA LONGO

**High tech**

• Eu me identifiquei com a reportagem “Elas preferem alta tecnologia a um diamante?”. Sou professora e há sete anos trabalho com tecnologias voltadas para educação. O tema é muito atual, parabéns. ANDRÉA TOLEDO

**Sabedoria chinesa**

• O assunto que mais me agradou na última edição foi “O I Ching e o amor”. Vou guardar o texto, quero ler sempre e aprender a cultivar a harmonia em minha vida. GISELA B.

**Receita de bem-estar**

• Resolvi testar uma das sugestões publicadas na matéria “17 idéias para desintoxicar a mente”. Fiz em casa o escalda-pés com alecrim, alfazema e erva-doce e recomendo. A receita cumpre o que promete: a sensação é ótima. ALINE R.

**Questão de estilo**

• Descobri o meu biotipo ao ler “0% de gordura”. Gente, sou meio pêra, meio uva... estou ferrada! Devorei a revista, especialmente as dicas da Ulrica e da Noris (*editoras de beleza e de moda*), embora eu nem sempre me encaixe nas roupas mostradas pela revista. SUELI MARTINS

**Columistas**

• Não dá para esperar menos do que sutileza e inteligência da Danuza. Eu me deleitei com sua última crônica, “Os sinais de amor”. Com relação à surpreendente carta da Fernanda Young, “Ao clitóris”, acredito que nós todas deveríamos abraçar essa revolução que termina em clímax e repetir com a autora: “Unidos venceremos”! DENISE BRAGA

• Assino CLAUDIA há muitos anos e adorei sua reformulação. Porém, na minha opinião a Fernanda Young não tem nada a ver com o espírito da

revista. Considero o seu discurso agressivo, típico de pessoas inseguras que gostam de passar por rebeldes incompreendidas. Fernanda transformou sua página em um espaço de auto-ajuda – para ela, não para as leitoras. CYNTHIA W. HUGO

**NOTAS DA REDAÇÃO**

Na reportagem de moda “Pano pra manga”, o preço das seguintes peças saiu alterado: túnica de seda, KA, 860 reais; biquíni de Lycra, Lygia & Nanny, 120 reais; e plataforma de plástico, Melissa, 79,90 reais. Por um erro gráfico, o último dígito de cada preço ficou encoberto pela imagem da modelo.

Na matéria de decoração “Na sua casa, o estilo forma e função”, a peça redonda e transparente, com desenho de peixe colorido, é um cinzeiro de murano da Benedixt, 110 reais.

Os créditos da matéria de moda “Quarteto surpresa” (edição de outubro) foram trocados. A bolsa de couro metalizado é da Animale e custa 798 reais. As sandálias de couro são da Cristófoli e custam 96 reais.

ENVIE SEUS COMENTÁRIOS PARA A SEÇÃO “SUA OPINIÃO”, REVISTA CLAUDIA, POR CARTA, FAX OU E-MAIL. AV. DAS NAÇÕES UNIDAS, 7221, 16º ANDAR, CEP 05425-902, SÃO PAULO, SP. FAX (11) 3037 5875. E-MAIL: SUAOPINIAO@ABRIL.COM.BR. A REDAÇÃO SE RESERVA O DIREITO DE ADAPTAR AS MENSAGENS SEM ALTERAR O CONTEÚDO.

PREÇOS REVISADOS EM NOVENO. SUJEITOS A ALTERAÇÃO. CONFIRME NA LOJA ANTES DE COMPRAR.

Euevocê



Eu, Jairo Leal, diretor-geral da Abril, e Eida Müller, diretora-superintendente das revistas femininas, com a corujinha do Prêmio Caboré



Simone de Sousa, gerente de marketing, e Daniela Ota, gerente de publicações, mostram com orgulho o Marketing Best. Equipe boa é tudo! A festa foi uma farra mais que merecida



## ALEGRIA! ALEGRIA!

Para nós, 2007 começa sob o signo da alegria. Sabe por quê? Porque 2006 foi ótimo. CLAUDIA fez 45 anos cheia de energia. Trouxemos de volta o suplemento de culinária. Recebemos torrentes de carinho de nossas leitoras. Trocamos idéias e experiências. Trabalhamos duro. Nada vem de graça. Mas é uma sensação maravilhosa ver os objetivos realizados, os sonhos virando realidade, os desafios superados. É assim em todas as áreas da nossa vida, privada ou profissional. E o que nos move adiante. Reconhecimento, então, é uma delícia. No finalzinho do ano passado, ganhamos três importantes prêmios e vamos dividir essa honra com você, que é nossa parceira e parte do time.

O primeiro foi o Marketing Best, criado há 19 anos pela Editora Referência, junto com a Fundação Getulio Vargas e a MadiaMundoMarketing, para reconhecer histórias bem-sucedidas em estratégia e planejamento. Vencemos também o Prêmio Veículo de Comunicação, concedido desde 1986 pela revista PROPAGANDA a quem apresenta os melhores resultados no setor, a ser entregue agora em março. E, para completar, levamos o Caboré 2006, do jornal MEIO & MENSAGEM, que há 26 anos homenageia quem mais se destaca em sua área de atuação. Uma festança, como você pode ver nas fotos!

Mas nada de deixar o sucesso subir à cabeça. Todos esses prêmios aumentam a nossa responsabilidade. Em 2007, temos que ser ainda melhores. O esforço de superação precisa ser contínuo. Por nós mesmas, pela revista e, sobretudo, por você, nossa fiel companheira. Nesta edição, portanto, preparamos com esse espírito um leque de propostas alegres. De amor à primeira vista a cinco jeitos práticos de manter o cabelo na moda em pleno verão. De roupas coloridas para as férias a astrologia indiana. De faxina emocional a previsão dos astros. De orgasmo em qualquer idade à tentação transbordante de creme que ilustra a capa do suplemento Comida&Bebida.

Como você vê, 2007 promete!

*Marcia Neder*

MARCIA NEDER DIRETORA DE REDAÇÃO

FOTOGRAFIA: FLAVIO SANTANA



**CLAUDIA**

www.claudia.com.br

**WANESSA CAMARGO,**  
a noiva do mês, experimenta  
7 vestidos de sonho

**O PAPA NO BRASIL**  
UM SANTO NACIONAL E  
MUITAS POLÊMICAS

**MULHERES**  
QUE JÁ GANHARAM O  
**PRIMEIRO**  
**MILHÃO**  
TESTE SE VOCÊ TEM ESSE PERFIL

**ENTREVISTA**  
A inteligência  
da mãe moderna  
é saber escolher com  
quem procriar  
**SACADAS SÁBIAS**  
**DAS CRIADORAS DO**  
**BLOG MOTHERN**

**Mais amor e intimidade sem discutir a  
relação (ele vai adorar!)**

**PERDI METADE DE MIM**  
**HISTÓRIAS DE VITÓRIA CONTRA A BALANÇA**  
**SEM REMÉDIO NEM CIRURGIA**

**AS ÚLTIMAS TENDÊNCIAS EM COR PARA OS CABELOS**  
**E UNHAS HIGH TECH**

**MAXIPULL, TWIN-SET, PANTALONA, BOTA, BOLSÃO E**  
**8 REGRAS DE ESTILO PARA VOCÊ QUEBRAR**

**310** idéias de moda e beleza

Arroz-doce, picadinho, bolinho de chuva, crepes, músculo, chá-de-bebê e um bar  
profissional em casa **CLAUDIA COMIDA & BEBIDA**

ISSN 0004-8507 R\$ 9,90  
00546  
9770009850005

Abril

Euevocê



## A nova cara das mães do novo milênio

Ser mãe é a coisa mais antiga do mundo, certo? Mas não precisa ser sempre da mesma maneira. As mulheres fizeram uma revolução em sua vida profissional e em seu papel na sociedade no século passado. Mas ainda viraram o milênio igualmente atordoadas e culpadas quando o assunto era filhos. Nada de se colocar em primeiro lugar. Qualquer coisa que não

fosse trabalhar – única alforria já que o salário da mãe é fundamental para a qualidade de vida da família – era encarada como “tempo roubado dos filhos”, o que mereceria danação eterna. Bastava as mulheres poderosas e vitoriosas se tornarem mães para virarem menininhas inseguras e dependentes emocionalmente.

Só que algumas mulheres resolveram botar a boca no mundo e se reinventar. Passaram a falar o que muitas estavam pensando e não tinham coragem de pôr para fora. Não somos heroínas. Não temos que ser perfeitas. Não temos que estar sempre renunciando a tudo pelos filhos. Não vamos ser mães melhores só porque estamos em estado de doação permanente. Nasceram as *motherns*, trocadilho

em inglês de *mother* (mãe) e *modern* (moderna), sacada de uma dupla de publicitárias mineiras, Laura Guimarães e Juliana Sampaio, que catalisaram esse sentimento e criaram um blog. Sucesso instantâneo, ele gerou dois livros e inspirou uma série de TV que já vai para a segunda temporada. “As *motherns* estão antenadas com o seu tempo, não querem repetir os erros do passado, e sim construir uma nova forma de fazer as coisas”, defende Juliana em nossa entrevista do mês, feita sob medida para comemorarmos o Dia das Mães com novas reflexões sobre esse papel. “E abaixo a culpa!”, completa.

Um dos mais importantes segredos das *motherns* é escolher com quem procriar: um *fathern*, figura essencial para a mãe do novo milênio. Acho que minha filha, Roberta, é sortuda, tem uma *mothern* e um *fathern*. Nunca me senti culpada por tê-la colocado na creche com poucos meses – aliás, só houve ganhos –, e o Roberto sempre me ajudou em tudo, de fazer mamadeira a ir à reunião da escola, de levar para tomar vacina até conversar sobre dilemas com os meninos. Neste Dia das Mães, vou estourar um champanhe para brindarmos juntos, Roberto. Você merece.

E você, minha amiga, já pensou como vai comemorar o seu dia? Um beijo,

*Marcia Neder*

MARCIA NEDER DIRETORA DE REDAÇÃO

FOTOMARTIA SANTOS



Já nas bancas o nosso filhote querido: CLAUDIA BEBÊ. Você também pode comprar pelo site [www.lojaabril.com.br](http://www.lojaabril.com.br)

TALERT

*Era uma vez uma mulher  
que só comia cereais e fibras,  
bebía água o tempo todo,  
praticava exercícios todos os dias  
e nunca teve prisão de ventre.  
At... bom, aí ela acordou.*

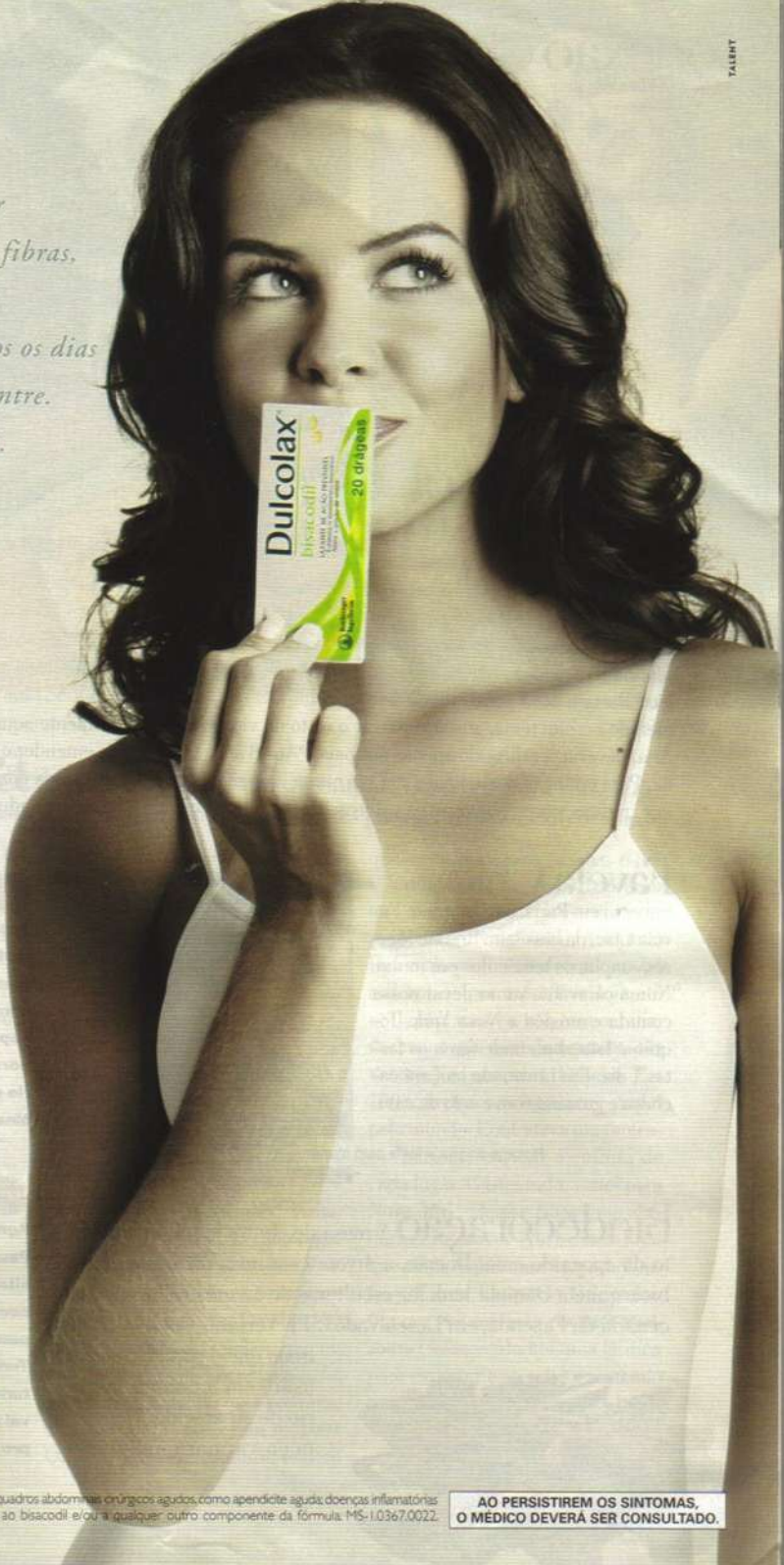
*Cuidar do seu intestino  
é cuidar do seu bem-estar.*

*Alívio suave e previsível  
ao redor do mundo.*

**Dulcolax<sup>®</sup>**  
**bisacodil**  
[www.dulcolax.com.br](http://www.dulcolax.com.br)

Contra-indicações principais: íleo paralítico; obstrução intestinal; quadros abdominais cirúrgicos agudos, como apendicite aguda; doenças inflamatórias agudas do intestino; desidratação intensa; hipersensibilidade ao bisacodil e/ou a qualquer outro componente da fórmula. MS-110367.0022.

**AO PERSISTIREM OS SINTOMAS,  
O MÉDICO DEVERÁ SER CONSULTADO.**



# Livros Grátis

( <http://www.livrosgratis.com.br> )

Milhares de Livros para Download:

[Baixar livros de Administração](#)

[Baixar livros de Agronomia](#)

[Baixar livros de Arquitetura](#)

[Baixar livros de Artes](#)

[Baixar livros de Astronomia](#)

[Baixar livros de Biologia Geral](#)

[Baixar livros de Ciência da Computação](#)

[Baixar livros de Ciência da Informação](#)

[Baixar livros de Ciência Política](#)

[Baixar livros de Ciências da Saúde](#)

[Baixar livros de Comunicação](#)

[Baixar livros do Conselho Nacional de Educação - CNE](#)

[Baixar livros de Defesa civil](#)

[Baixar livros de Direito](#)

[Baixar livros de Direitos humanos](#)

[Baixar livros de Economia](#)

[Baixar livros de Economia Doméstica](#)

[Baixar livros de Educação](#)

[Baixar livros de Educação - Trânsito](#)

[Baixar livros de Educação Física](#)

[Baixar livros de Engenharia Aeroespacial](#)

[Baixar livros de Farmácia](#)

[Baixar livros de Filosofia](#)

[Baixar livros de Física](#)

[Baixar livros de Geociências](#)

[Baixar livros de Geografia](#)

[Baixar livros de História](#)

[Baixar livros de Línguas](#)

[Baixar livros de Literatura](#)  
[Baixar livros de Literatura de Cordel](#)  
[Baixar livros de Literatura Infantil](#)  
[Baixar livros de Matemática](#)  
[Baixar livros de Medicina](#)  
[Baixar livros de Medicina Veterinária](#)  
[Baixar livros de Meio Ambiente](#)  
[Baixar livros de Meteorologia](#)  
[Baixar Monografias e TCC](#)  
[Baixar livros Multidisciplinar](#)  
[Baixar livros de Música](#)  
[Baixar livros de Psicologia](#)  
[Baixar livros de Química](#)  
[Baixar livros de Saúde Coletiva](#)  
[Baixar livros de Serviço Social](#)  
[Baixar livros de Sociologia](#)  
[Baixar livros de Teologia](#)  
[Baixar livros de Trabalho](#)  
[Baixar livros de Turismo](#)