

BRUNA MAIA
@estarmeta

Parece
que
piorou

CRÔNICAS
DO CANSAÇO
EXISTENCIAL



DEDICO ESTE LIVRO A MINHAS AMIGAS E MEUS AMIGOS,
MEU PSIQUIATRA, MINHA PSICÓLOGA E MINHAS GATINHAS



SUMÁRIO

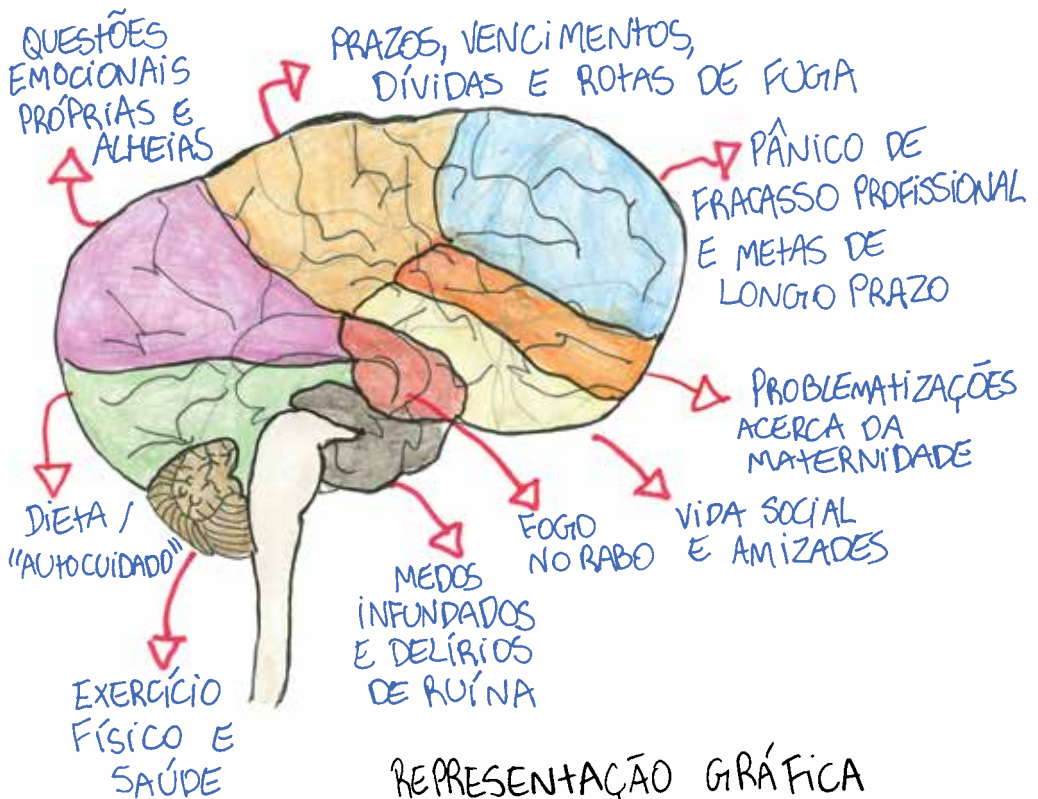
| | |
|-----------------------|-----|
| MENTE | 5 |
| CORPO | 29 |
| TRABALHO | 53 |
| RELACIONAMENTO | 89 |
| AMIZADE | 121 |
| ESPIRITUALIDADE | 149 |
| SOBRE A AUTORA | 175 |

Aquele delicado
equilíbrio entre



café &
ansiolítico

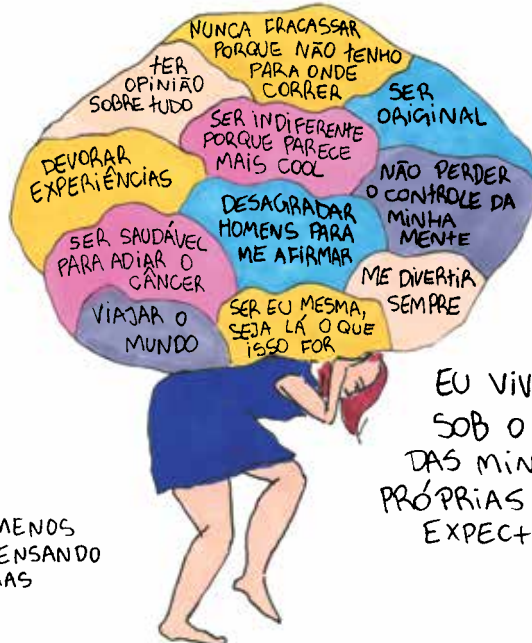
A VIDA DE UMA MULHER ADULTA EM GRÁFICOS



REPRESENTAÇÃO GRÁFICA DE NEUROSES COTIDIANAS DE UMA MULHER SOLTEIRA E SEM FILHOS



AFF...
ESSAS
EXPECTATIVAS
SOCIAIS TRADICIONAIS
QUE SÃO IMPOSTAS
AS MULHERES?
ELAS NÃO
SIGNIFICAM
NADA PARA
MIM



EU VIVO
SOB O PESO
DAS MINHAS *
PRÓPRIAS
EXPECTATIVAS

* OU PELO MENOS
ME CONSOLO PENSANDO
QUE SÃO MINHAS



PARALISADA PELA
MONTANHA DE
PEQUENOS PROBLEMAS
QUE ME IMPEDEM
DE REFLETIR SOBRE
MEU GRANDE
OBJETIVO



ONDE VOCÊ
ESTEVE NOS
ÚLTIMOS DIAS?
T



RECOLHIDA, ELABORANDO
EM DETALHES ESTRATÉGIAS
MIRABOLANTES PARA LIDAR
COM UM
PROBLEMA
QUE SE
RESOLVEU
SOZINHO



Quando o ansiolítico

Se eu perder o emprego por causa daquele e-mail que enviei com o nome errado, eu vou ter que entregar o apartamento, doar os gatos, cancelar o plano da academia? Ai, acho que vou ter que vender os móveis! Que pena! Eu gosto tanto do meu sofá. Mas, sério? Como eu vou alimentar os gatos? Eu não posso ficar sem eles. Será que eu vou ter que morar em uma ocupação?

→ **ÂNGELA, 32 ANOS**
NINGUÉM NOTOU QUE
ELA TROCOU UM NOME.
ALIÁS, ELA VAI
GANHAR UM AUMENTO
SEMANA QUE VEM

é o único amigo possível

Se a minha mãe morrer,
o que eu vou fazer? Não
tenho estrutura emocional
para planejar o enterro.
Ou será cremação? Ai...
Será que eu peço ajuda
para a tia Luíza? Ou
para a tia Sônia?
Mas, depois de tudo,
eu vou precisar
sumir por uns
dias. Tirar
aquela semana
de férias. Pra onde
eu vou? Para uma
praia tranquila?
Ou é melhor uma
pousada no
campo? Preciso
levar livros que
não me façam
lembrar dela



→ LETÍCIA,
28 ANOS
A MÃE DELA ESTÁ
SUPERSAUDÁVEL E
CORREU 12 km
DE MANHÃ

Retratos de



Meu namorado está estranho, demorou para ver meus stories. Será que ele está me traindo? Porque faz dois meses que ele me diz que tem estado nervoso porque eu ando trabalhando muito e não dou atenção para ele. Será que vou morrer sozinha?

Pensamento obsessivo

Minha menstruação não desceu até agora. Será que meu DIU falhou e aquela camisinha estourou? Quanto será que custa um aborto? Será que eu vou morrer de infecção? Será que vale a pena ir abortar no Uruguai?

7



Panicquinho & eu

PANICQUINHO,
SABE QUE EU APRENDI
UMA COISA COM VOCÊ?

QUE TENHO QUE ME CERCAR
DE QUEM ME FAZ BEM, PORQUE
PARA ME FAZER
MAL JÁ
BASTA VOCÊ

QUÊ?



CHATA E AUTO-OBCECADA
DO JEITO QUE VOCÊ É, NENHUMA
DESSAS PESSOAS VAI FICAR POR
PERTO POR MUITO TEMPO

AFF

MAS EU ESTAREI
AQUI. SEMPRE
AO SEU
LADO

