

Chegamos lá. E agora?

Depois de tantas conquistas, a mulher do século 21 busca o redescobrimto interior de suas porções femininas. No Dia Internacional da Mulher, eis um novo desafio

DÉBORA PEDROSO
DA REDAÇÃO

A mulher conquistou espaço de destaque no mercado de trabalho, bem como na sociedade. Lidera a família, é bem sucedida. Multitarefa. Sinônimo de pluralidade e exemplo de competência e firmeza. O que falta, então, para ela? Muitos acreditam que o drama da mulher no século 21 é o reencontro consigo. É como se do topo onde está atualmente, não conseguisse enxergar a própria essência e descobrir o que realmente a faz realizada.

Uma das defensoras desse pensamento é a psicóloga Cleide Negri dos Santos. A especialista de Curitiba (PR) faz um trabalho clínico sobre o tema. "Ao longo de diversas gerações aconteceu uma desvalorização do que é feminino e estabeleceram-se estereótipos de que são características de mulheres travadas ou frágeis".

Como consequência do novo papel na sociedade, a mulher passou a desenvolver características predominantemente masculinas. Desaprendeu interiormente o que é o feminino.

DIFERENÇAS ENTRE GÊNEROS

De acordo com Cleide, todos trazemos energia dos dois gêneros em nosso ser. Mas homens e mulheres carregam naturalmente potencial para desenvolver e desempenhar qualidades diferentes.

Entre as qualidades potenciais femininas estão a intuição, coragem e instintos de força. E qual o papel delas? Acolher, gerar, nutrir, buscar o sentido das coisas.

Quanto ao masculino, cabe a ação, a força, o poder e o domínio. Logo, compreendemos: mulheres são intuitivas e homens, racionais.

CONSEQUÊNCIAS

Essas definições estão distan-

As características



tes de um "mi mi mi de mulherzinha", como dizem atualmente. Segundo Cleide, sufocar essa personalidade traz, ao longo do tempo, uma insatisfação só recuperada por meio desse reencontro.

"Vai chegar um momento em que ela vai se sentir perdida e vazia. Ficará fraca e poderão surgir doenças, como a depressão, porque o corpo sentirá".

O RETORNO

Especialistas acreditam que a busca pelo autoconhecimento é o melhor caminho para despertar o feminino. "O papel da mulher pode ser resignificado todos os dias, não adianta ligar no automático", defende a psicóloga e coordenadora do setor de gerenciamento de estresse da Unifesp, Denise Pará Diniz.

Perguntar-se qual é o lugar que desempenha no mundo e ouvir as respostas internas é um dos métodos.

Uma das perguntas que a mulher deve responder internamente é se todas as atividades são importantes, se ela não perdeu os sonhos. A respiração e a busca pela introspecção tra-

zem a clareza de pensamento.

"Se estou em um momento tenso e preciso de silêncio posso deixar o ambiente por alguns minutos. Essa calma é a oportunidade de ouvir a intuição e desenvolver um outro olhar da situação", explica Cleide.

O resultado, segundo as estudiosas, é uma mulher com controle do rumo que a vida toma e que sabe potencializar suas qualidades em valores reais, e não em superficialidades do mundo atual.

"Não existe jeito melhor ou pior de ser mulher. Somos únicas. E a mulher assumiu tantas funções que pode até ter esquecido da essência e significado da vida. Independentemente das nossas escolhas, precisamos estar completas com essas decisões", conclui Denise.



Adriana já foi o homem da casa, mas agora prioriza coisas simples em família



A rotina de Lia é puxada, mas suas escolhas a tornam mais realizada

Ter e fazer menos, para ser mais

Joyce, Carina, Isabel, Silvana, Hagar, Ana, Daniela. Não importam os nomes, as profissões. O primordial é estar bem resolvida consigo. Compreender o ser mulher e a missão de transformar o mundo.

Intuitivamente, a personal trainer Lia Flávia Savaris Prokisch, de 32 anos, fez as escolhas. Com organização, empenho e dedicação, administra uma vida profissional bem sucedida, o relacionamento com o marido e o cuidar dos filhos Henrique, de 5 anos, e Miguel, de 1 ano e cinco meses.

De tão feliz, nem sente o esforço da rotina. Acorda às 5 horas da manhã para dar aula e geralmente dorme depois de uma hora da madrugada. É claro que para dar conta de tudo tem o apoio do marido André, que fica com os pequenos de noite. Três vezes por semana, a empregada também dá suporte. Quando necessário, a sogra entra em cena.

"Não terceirizo a alimentação, eu cuido disso. Também faço questão de levar e buscar o mais velho na escola e acompanhar nas atividades esportivas", explica Lia. Ela ainda consegue dedicar parte do período da tarde e da manhã com os filhos.

Talvez a chave para uma mulher plena esteja no envolver a família, a qualidade de agregar explicada pela psicologia. E assim tem sido o papel de outra guerreira, a instrutora de Yoga e doula Adriana Vieira, de 43 anos. Mas, para chegar nessa compreensão percorreu um caminho tortuoso.

Mãe aos 20 anos, admite: passou parte da vida com uma postura que trazia insatisfação. "Já fui o homem da casa e hoje não quero mais. Quero tempo para fazer comidinha para minha filha, ser profissional".

A ficha caiu aos 35 anos. Sentias-se vazia e fez o que chama de viagem de autoconhecimento. Atribuiu o florescer do próprio ser feminino aos estudos e práticas da Yoga. Hoje com os filhos Aline, de 23 anos, Thales, de 21, e Dora, de sete meses, vive uma outra perspectiva.

Todos colaboram para que ela desempenhe o que considera primordial como papel da mulher: a união da família com gestos simples como agregar todos à mesa para uma refeição.

"Não fazer isso é ter um ponto de vista egoísta. O que essas crianças terão de vínculo afetivo? Ou a mulher abre mão de algo, ou encontra um parceiro que divida as tarefas", conclui.

Em tempo: Adriana deixou de ministrar algumas aulas no período da manhã e também conta com apoio do marido Rene, nas atividades domésticas e no cuidado de Dora.

Comentário DE FABIANA HONORATO

Porque é possível ser mulher com o M maiúsculo!

Começo o dia voltando do exercício físico, na praia, pensando que preciso marcar horário com a manicure. Nossa, essas unhas estão horríveis! Ao mesmo tempo, o apito da panela de pressão avisa que os legumes para a sopinha das crianças estão no ponto.

Corro para a cozinha, mas, no caminho, me deparo com migalhas de pão no chão. Tranquilo. Em cinco minutos passo o aspirador de pó e deixo a casa limpinha. De novo.

O apito estridente da panela me chama outra vez. É hora de caprichar para reforçar a ali-

mentação dos pequenos.

Os meus, Lucas, de 5, e Lara, de 3 anos, pintam e bordam pela casa enquanto esfrego uma camiseta do uniforme para deixa-la branquinha.

Quase me esqueci! Preciso lavar e picar as frutas para o lanchinho da escola. Faço isso ao mesmo tempo em que tempero o líquido borbulhante com um mix de sabores e cores. Acho que não vou resistir hoje!

Me pego cantando *O que que tem na sopa do neném* enquanto dou banho, um a um, na minha duplinha.

Já está quase na hora do

almoço e eu ainda não consegui ligar para a manicure. Depois que eles saírem para a escola, eu ligo. Sem falta.

Comer, escovar os dentes, beijos e tchau! Ufa, agora chegou minha vez de sentar à mesa e apreciar... a comida fria.

Mal engulo a última porção e a máquina de lavar parece querer sair pela casa. Volta aqui, que é isso! Esse técnico que nunca tem horário. A aperta aqui, empurra dali e a melhor amiga retorna ao lugar e dá conta do recado.

O marido lamenta que, na-

quele dia, não vai poder ajudar e lavar a louça. O trabalho chama mais cedo. E eu que tinha prometido fazer uma sobremesa especial pra ele, ainda nem comprei os ingredientes.

Mas, no final de semana me redimo caprichando no cardápio e programando uma saidinha a dois. Namorar é bom e nós merecemos, né?

O tempo parece correr em outro ritmo e logo é hora de me preparar para ir ao trabalho. Trabalho?

Sim, é lá que o lado profissional aflora e no qual mergulho por um período, envolta com

fotos, textos e páginas.

Porque é possível ser mãe, esposa, filha, irmã, amiga, prima, tia, madrinha, funcionária e mulher. Com M maiúsculo, repleta de orgulho e com todos os outros 'emes' que posam nos definir: mágicas, místicas, missionárias, maravilhosas, misteriosas, meticolosas e multitarefas.

E é possível ter prazer e ser feliz em todos os sentidos desta tarefa única que é ser mulher! Mas, e as unhas, hein?

FABIANA HONORATO É JORNALISTA E EDITORA ASSISTENTE DO CADERNO CIDADES DE ATRIBUNA



8 DE MARÇO

DIA INTERNACIONAL DA MULHER

Desejo a todas as mulheres guerreiras, batalhadoras e admiráveis que nunca desistam de sonhar e permaneçam firmes em sua grandeza.

JÚNIOR
BOZZELLA