

### 3 Memórias de conversas com o travesseiro

Ana Lúcia Gomes da Silva<sup>1</sup>

Em noites de conversas com o travesseiro, mergulho em águas calmas para escapar da tempestade de cada dia. Acreditem... aproveito para buscar compreender os tipos de pessoas que me irritam e as que me pacificam; as que semeiam paz e serenidade e as que promovem discórdias. Sonho com a coragem e a vontade de fazer beleza nos dias mais comuns!

Ao olhar para meu travesseiro mergulho profundamente nas minhas questões existenciais e assim vou revendo meus medos e minhas dificuldades. Faço um resgate das minhas vivências para encontrar pistas valiosas sobre como lidar com as pessoas que lembram um cacto espinhento, daqueles que ferem e machucam. Exatamente com estas pessoas aprendo que não vale a pena ficar triste ou me chatear e, nem tentar fazer os outros serem como espero que seja. Paz interior é o que há de mais precioso. Não existe nada mais importante do que ter paz no coração e viver em paz com aqueles que nos rodeiam.

Nem sempre conversei positivamente com meu travesseiro, as mudanças no meu ciclo de vida são das mais variadas que se pode imaginar. Umas são para melhor. Outras são nem tanto, mas todas fazem parte da vida, por isso sou defensora que mudar é possível, estamos em constante transformação. Creio que no repertório da vida este é o ingrediente essencial para dar sabor a qualquer escolha. Encontrar equilíbrio nas parcerias tem sido meu grande desafio interdisciplinar e minha grande chance de não se perder pelo caminho do meio século de vida. Vou investindo nas transformações serenas para pacificar, arejar e plantar alegria de viver!

---

<sup>1</sup> Profa. Dra. da Universidade Federal do Mato Grosso do Sul/ Campus de Aquidauana Pesquisadora no Grupo de Estudos e Pesquisas Interdisciplinares - GEPI, e no Grupo de Pesquisa Ensino e Aprendizagem em Artes Visuais/CNPq da UFMS.