

COMER:

culpa  
ou  
prazer?



LÊDA REZENDE

COMER:

culpa  
ou

prazer?

B

**Copyright** © Leda Rezende,  
por meio de coedição com a Bridge3 e publicação pelo Clube de Autores.

1ª edição

Editora-chefe: Eliane Otani

Revisão de texto: Alessandra Sevilla e Eliane Otani

Projeto gráfico e diagramação: Eliane Otani – Visão Editorial

Capa: Plínio Ricca – Sopros Design

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)  
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

---

Rezende, Leda

Comer : culpa ou prazer? / Leda Rezende. --  
Santana de Parnaíba, SP : Bridge3, 2020.

ISBN 978-65-992119-3-5

1. Alimentação 2. Fome 3. Obesidade 4. Saúde  
I. Título.

20-48244

CDD-613.2

---

Índices para catálogo sistemático:

1. Alimentação e saúde 613.2

Cibele Maria Dias - Bibliotecária - CRB-8/9427

Todos os direitos reservados. Nenhuma parte deste livro poderá ser reproduzida, por qualquer processo, sem a permissão expressa da autora. É proibida a reprodução por fotocópia.

Impresso no Brasil | *Printed in Brazil*

## **Je est un autre**

*Eu é um outro*

*(Arthur Rimbaud)*



**À Lia**

**Por ensinar que o sabor e o prazer surgem  
quando compartilhados.**



# Apresentação

**É** comum escutar as perguntas de onde veio a ideia do livro e a que público se dirige.

Perguntas sempre são fáceis. Difíceis mesmo são as respostas.

A ideia segue as observações de um cotidiano individual e social.

Ao final, muitos são os protagonistas: os que passam pelas ruas, os que dirigem apressados, os que circulam desatentos, os que homenageiam o passado, os que buscam algo na bolsa dentro de um metrô.

E assim o livro vai se escrevendo.

Formalmente, esse livro diz respeito – e respeito parece a palavra justa – ao exagero, ao fora do controle.

Por que se come sem limites e sem busca de sabor, por que se responde a uma aparentemente anônima demanda insaciável. De quem ou do que uma pessoa se esconde ou por que se anula mesmo ocupando o espaço de dois.

A obesidade se expande no mundo.

Surge um tipo de comportamento em que o corpo parece ser desprezado pelo seu proprietário. Ciente, o expõe a graves doenças consequentes, limitações de mobilidade, permitindo que o excesso ingerido sempre seja o vencedor acima da razão e da lógica.

Não é uma surpresa quando a pele é ferida, quando o diabetes se instala e muda todo um comportamento, ou quando a hipertensão delimita atitudes, ou quando o câncer renomeia uma parte do corpo.

Por que, paulatinamente, a obesidade se difunde como um status, uma entidade, uma “des-culpa”, uma submissão – eis uma questão a ser respondida.

Essa foi a motivação da construção desse livro. Falar de razões sabidas e não sabidas.

Foi construído pela escuta entre a dor do orgânico e a angústia do psíquico, entre as tantas culpas e o pouco prazer denunciados pelos relatos de quem mastiga continuamente sem participar da mastigação, um não se dar conta do que mastiga. O ato pelo ato.

Assim foi delineado esse livro, pelo caminho da solidão percorrido pelo sujeito algoz obediente de si mesmo, das muitas dificuldades do passo a passo para entender e encontrar a saída de um labirinto que o prende pelo excesso, mas que sequer sabe como foi entrar lá.

Assim nasceu o *Comer: culpa ou prazer?*



# I

**S**air cedo em uma manhã de inverno no hemisfério norte nem sempre é animador. Por mais que se esteja adaptado à rotina sazonal, há dias em que o frio supera a si mesmo.

Naquela manhã em particular, o inverno mostrava a que veio. Fazia muito frio, e a minha casa, agradavelmente aquecida, iria ficar sozinha. Uma agenda tinha de ser cumprida. O clima não se preocupa absolutamente com as facilidades ou dificuldades de quem deve acatar às próprias responsabilidades.

Já no primeiro passo na calçada, entendi que nem tudo é como se pensa em relação à natureza. Sempre há algo mais

para surpreender. Eis que surgiu um vento frio, invasivo e sem limites, buscando abrigo dentro do meu grosso casaco.

O céu estava branquinho, as árvores, sem folhas, e a terra do parque, totalmente endurecida. Um inverno com tudo aquilo a que se tem direito – inclusive o frio encontrar abrigo em meu casaco. Sorri.

Em torno, as jaquetas pesadas e os capuzes pareciam caminhar sozinhos. As luvas moviam-se anexadas aos aparelhos celulares. Não fossem as vozes e as botas seguindo um ritmo apressado, não se garantiria que houvesse corpos dentro. Parecia uma rebelião das roupas dos armários em fuga por alguma razão desconhecida.

Habituar-me a caminhar. Dispensava trilhos de superfície e subterrâneos. Não apenas pelo prazer do exercício, mas por ser um modo delicioso de sempre descobrir algo de novo. A cada dia, a cidade escolhida tornava-se mais prazerosa e com percursos alternativos mais e mais conhecidos.

Naquela manhã, entretanto, foi impossível manter o ritmo habitual. Entrar no *tram* e sentar-me foi preciso para aquecer o corpo e a alma. O vento frio que saía finalmente de dentro do meu casaco ficava lá, nas paradas das estações, por certo a perseguir outros casacos disponíveis na saída dos vagões.

Já sentada, passei a observar as pessoas e seus inúmeros apetrechos de inverno. A cada parada, cada um que entrava dava uma espécie de suspiro, uma homenagem à temperatura