

PARA CRIS

Pouco mais de uma década após perder o marido, aos sete meses de gravidez, a escritora e criadora de conteúdo Cris Guerra renasce mais uma vez, agora como Cris Páz. Nesta conversa, a autora fala sobre perdas, maternidade e o prazer de envelhecer bem – algo que, para ela, as pessoas têm em comum com os vinhos

por Juliana Bordignon foto Leo Drumond



Antes da paz, fez-se a guerra. Afinal, quando despontou na internet, em 2007, era assim que Cristiana era conhecida: Cris Guerra. O sobrenome forte da escritora mineira foi cunhado na certidão de nascimento quase que como um prólogo.

Cris tinha 24 anos quando perdeu a mãe. Sete anos depois, aos 31, ela perdeu o pai (de quem herdara o sobrenome). Casou-se com o namorado da época e, decidida a ser mãe, enfrentou a perda de duas gestações – além de um divórcio. Nos altos e baixos da vida, Cris reencontrou o amor com Guilherme, seu colega na agência de publicidade em que trabalhava. Aos 36 anos, pensava que a maternidade era um plano do passado; ironicamente, descobriu, no susto, que ela e Guilherme seriam pais.

Também foi assim, repentinamente, que Cris teve mais uma perda. Em janeiro de 2007, apenas dois meses antes do nascimento de Francisco, filho do casal, Guilherme teve uma morte súbita. “Fui para o fundo do poço com um bebê na barriga”, recorda a autora.

Para lidar com o turbilhão de emoções – a felicidade de ser mãe e a tristeza de dizer adeus ao companheiro e pai de seu filho –, buscou refúgio em um lugar familiar: na escrita.

O luto gerou o *blog Para Francisco*, no qual Cris escrevia cartas para o filho sobre seu pai. “Eu podia construir uma memória do Gui para o Francisco. Podia dizer: ‘olha, esse é o seu pai’, ainda que fosse sob o meu olhar”, diz. A página *Hoje vou assim*, na qual Cris publicava fotos de seus *looks* de trabalho, foi criada logo na sequência. E foi assim, falando sobre morte, vida, maternidade, moda e envelhecimento, que a mineira abriu caminho para a publicação de oito livros, inúmeras palestras, colunas em revistas e portais, e, agora, para a televisão – ela estreia este mês o programa *Hoje vou assim*, no canal Viver Brasil, de Belo Horizonte. Também abriu caminho, enfim, para Cris Páz. Hoje, aos 52 anos, ela defende que as pessoas são como vinhos: “Sei que é clichê, mas a gente vai envelhecendo e vai ficando melhor. Ou pelo menos esse é o plano... Se não ficarmos melhores quando envelhecemos, tem alguma coisa errada.” A seguir, Cris fala mais à **Víssimo**.

*“Fazendo a clássica analogia com os vinhos,
a gente melhora com o tempo. Precisamos
olhar para o ser humano e entender que a
maturidade faz bem para as pessoas”*

Cris Guerra —



VÍSSIMO. Por que passar de Cris Guerra para Cris Pàz, assim, com acento e tudo?

CRIS GUERRA. Essa mudança aconteceu em maio de 2022. Amo Cris Guerra, é um nome muito forte. E eu me orgulhava quando as pessoas diziam que eu era mesmo guerreira. Só que fui percebendo, por meio da psicanálise, que depois de tantas perdas eu estava acostumada com desafios. Naquela história de a vida mandar um limão e você fazer uma limonada, virei uma fábrica de limonadas, estava meio ‘manda o limão que faço limonada, caipirinha e uma torta’ [risos]. Nesse processo, entendi que não queria mais ser chamada de guerreira. O “paz” foi sugestão do meu namorado e o acento está aí por uma questão de numeração. Cris Pàz não é uma negação de Cris Guerra. Continuo sendo Cris Guerra, só não quero ficar repetindo isso. Guerra é a trajetória; paz é o horizonte, a chegada. É para onde quero ir em vida ainda, e não depois da morte.

Você perdeu a mãe aos 24, o pai aos 31 e o marido dois meses antes de o Francisco nascer. O que todas essas perdas lhe ensinaram?

Muita coisa. Uma delas é que a gente não tem controle sobre a vida. Na verdade, temos controle de poucas coisas e normalmente estamos com olhos voltados para o que não podemos controlar. A entrega também foi uma coisa que a morte me ensinou. Ela faz parte, e não dá para viver tentando se prevenir do que a vida pode trazer. A morte do Gui foi uma das mais impactantes, porque ele era a pessoa com quem eu ia viver um futuro junto. Quando olho para aquela perda tão repentina, tão descabida, entendo que a morte não é um problema a ser resolvido, uma doença a ser curada; é algo com que você tem que lidar. É uma grande prova de fogo que a vida coloca na sua frente e diz: o que você vai fazer diante disso?

Como foi a descoberta da escrita como um meio para lidar com o luto?

A escrita sempre foi um recurso para mim. Aos 13 anos, eu escrevia um diário porque não me sentia muito aceita em casa. Quando o Francisco tinha quatro meses, resolvi escrever uma carta em homenagem ao Gui porque fazia seis meses que ele tinha morrido.

Era para ser uma mensagem para os amigos, mas me veio essa ideia de dar ao Francisco acesso a essa história sem que ela esfriasse. Eu já tinha perdido os meus pais e sabia que mais dia, menos dia, as fotos da nossa memória vão amarelando, é uma questão de sobrevivência. Então percebi, ali, uma oportunidade de não me perder das lembranças e de construir para o Francisco uma

memória do pai. A escrita me permitiu lidar com a felicidade de ser mãe e com o luto, a lidar com os dois sentimentos sem que um me roubasse do outro. Eu me dei a chance de viver esse luto e, assim, fui uma mãe mais inteira.

Em um texto seu, você diz que a tristeza tem um lugar privilegiado para olharmos para dentro de nós mesmos. Por quê?

A tristeza nos dá a oportunidade de nos conhecermos com mais profundidade e honestidade. Porque a tristeza é a crueza do que estamos sentindo, não tem maquiagem ali. Em meu último livro, *Fundo do poço, o lugar mais visitado do mundo: Notas de viagem* (Ed. Melhoramentos), digo que o mundo não reserva espaço para vivenciar a tristeza.

O mundo se constrange diante dela e do choro. Sempre nos dizem que no fundo do poço tem uma mola, mas por que temos tanta pressa de sair de lá? Minha experiência – eu estive no fundo do poço com um bebê na barriga – mostra que precisamos reconhecer nossas fraquezas e nossas forças. Sou uma defensora de que devemos viver a tristeza inteira. Não significa se colocar no lugar de vítima e ficar lá, significa viver intensamente o que estamos sentindo para querer viver também o movimento de sair desse lugar. A gente veio ao mundo para vivenciar tudo o que é humano, e a tristeza é humana, a perda é humana.



Você também fala bastante sobre presença. Como viver o presente em um mundo que parece exigir que a gente esteja sempre em vários lugares ao mesmo tempo?

Amo essa pergunta, porque acho que este é o grande desafio da nossa vida: aprender a estar no presente. E o tempo nos dá essa possibilidade. Só aprendi a viver no presente sem ficar ansiosa quando estava a caminho dos 50. É muito bom estar comigo mesma, em silêncio, tomando um vinho ou uma cervejinha, sem ansiar pelo futuro e amando o que já tenho, mas para apreciar isso é preciso saber cortar os excessos e saber lidar com as perdas. É curioso: quando estamos jovens, temos uma ansiedade grande e muito tempo pela frente; quando estamos mais velhos, teori-

camente temos menos tempo, mas sabemos valorizá-lo melhor. Estar no presente é o maior luxo. Quando estamos em vários lugares ao mesmo tempo, não estamos em nós mesmos.

Como foi a descoberta da Cris mãe, considerando tudo o que você estava vivendo quando o Francisco nasceu?

Eu morria de medo de ser mãe, achava que ia ser complicado demais, que não ia ter capacidade. Aos 36, me perguntava: ‘será que tenho maturidade?’, porque é uma responsabilidade muito grande. E, logo em seguida, me vi ali mãe sozinha. Eu não sabia se seria desesperada, superprotetora, sem paciência... E acho que sou uma mãe humana. Pelo fato de ter tido todas essas perdas, aprendi que

se eu não cuidasse de mim, eu não seria uma boa mãe, então eu não sacrificava tudo para cuidar do Fran. Parei de amamentar cedo porque fui pressionada a voltar para o trabalho antes da hora, 45 dias após o parto. Mas fui uma mãe possível, que aceitou todo o tipo de ajuda de uma rede de apoio construída aos trancos e barrancos. Eu não estava presente em tudo, estava presente no que a minha história permitiu.

O envelhecimento e o etarismo são pautas frequentes dos seus conteúdos. Como você se relaciona com esses temas?

Estas deveriam ser pautas prioritárias porque dizem respeito a todos nós. Todos seremos velhos se tivermos a sorte de viver o suficiente para isso; então o etarismo é um preconceito contra nós mesmos no futuro. O envelhecimento é inevitável. Não aprendemos a lidar bem com isso, principalmente em sociedades ocidentais não tribais. Somos uma sociedade etarista há muito tempo. A aposentadoria foi inventada na Alemanha por Otto von Bismarck em 1880, uma época em que as pessoas trabalhavam no chão de fábrica e a expectativa de vida era de pouco mais de 70 anos. Como fazer para dar espaço para outros trabalhadores sem descartar essas pessoas? E até hoje seguimos essa lógica, mais de 140 anos depois. Seguimos olhando para as pessoas por sua capacidade produtiva. Acho importante falar sobre isso porque senão o etarismo fica só ali na questão estética e a discussão fica superficial, embora, como quase todos os preconceitos, ele seja



muito mais cruel para as mulheres – principalmente as mulheres negras. As mulheres são invisibilizadas mais cedo. Mas, fazendo a clássica analogia com os vinhos, a gente melhora com o tempo. Precisamos olhar para o ser humano e entender que a maturidade faz bem para as pessoas. Envelhecer não é simples, mas eu não gostaria de voltar a ser uma pessoa mais jovem.

Por falar em bons vinhos, como é o seu exemplar ideal?

Meu vinho ideal é seco e tinto de *Shiraz* ou *Pinot Noir*, desses que a gente vê mais recentemente. Também gosto de um rosé de vez em quando. E apesar de gostar muito dos espanhóis, portugueses e de ter tomado bons vinhos da África do Sul, adoro conhecer rótulos nacionais. Sou uma apreciadora e defensora dos espumantes nacionais. Acho que os brasileiros não devem nada para os franceses, por exemplo.

Em quais momentos você gosta de apreciar uma taça?

Para mim, é uma bebida para ser apreciada com poucos amigos, para beber e conversar. Acho que o vinho tem a ver com boas conversas, com calma para aproveitar a vida, tem a ver com fruição, com um ritmo da serenidade, com o aprender a ter calma que vem com o amadurecimento. Aliás, um fato curioso: amo rótulo de vinho. Compro muitos deles pelo rótulo. Quando vejo rótulo bonito, acho que o vinho vai ser ótimo [risos]. Eu teria um álbum de figurinhas só com rótulos de vinho.

Se hoje a Cris Pàz fosse escrever uma carta para a Cris Guerra de 2007, qual mensagem estaria nela?

Faça atividade física. Acalme o seu coração e ‘não se afobe, não, que nada é para já.’ Você vai ver como, com o tempo, tudo chega no seu devido lugar e como você vai gostar cada vez mais da sua própria companhia. Fiz muitas coisas em busca de um par, de romance, de amor e fiz coisas erradas, mas não me arrependo. Tenho orgulho de ter feito coisas boas com a minha história e com os ingredientes difíceis que ela tinha.

E quais são os planos da Cris Pàz para o futuro?

Tenho muita dificuldade de pensar a longo prazo. Do ponto de vista prático, ainda este ano vou começar um programa de TV aqui em Belo Horizonte. Vou levar pontos do meu *blog* de moda para lá. Também estou criando um curso *on-line* com uma mentora financeira, um curso para mulheres voltado para o descanso. Quero olhar para o futuro com simplicidade. Quero olhar para o essencial.