

Melissa McInnis, *Elementar 2 e Gêneros Textuais*, 2019.

18/07/2019

Tema dado: **Os Neutrinos passam por nossa vida e nós não os vemos.**

O amor e outros sentimentos também passam por nossa vida e nós não vemos. Um filme favorito meu, *A Walk to Remember*, tem uma frase no final de que eu gosto muito. O protagonista se apaixona por uma garota que cai doente com câncer, e ela morre ao final do filme. Na última cena, ele fica perto do lago, fazendo uma caminhada, e diz: “O amor de Jamie [a namorada dele que morreu] é como o vento: você não pode vê-lo, mas você pode senti-lo”. Eu acho que quando alguma pessoa te ama, você pode sentir isso pelas ações dessa pessoa por você, e como essa pessoa te faz sentir (feliz, querido, importante, especial, etc). É um sentimento que você pode sentir, embora você não possa ver, mas você sabe que existe. É sentir-se em casa no minuto em que está com a pessoa certa.

**Crônica** (18/07/19)

Eu não gosto de fazer muitas tarefas domésticas na casa. Um biscate que não gosto fazer é lavanderia. Eu sei que é necessário para ter roupas limpas, mas demora muito tempo. Sempre quando preciso lavar roupas, eu penso no que preciso fazer e me dá preguiça. Fico preguiçosa. A rotina é: eu separo as cores dos brancos. Para os brancos, eu lavo na água quente com branqueador se necessário. Para as cores, eu coloco a roupa na lavadora, e coloco a roupa delicada numa sacola que protege a roupa delicada na lavadora. Quando você vai lavar roupa, precisa ter muito tempo e paciência. A lavadora sempre demora mais ou menos uma hora, e para secar a roupa sempre demora quase todo um dia dependendo do clima. Para secar, precisa pendurar a roupa numa corda de varal, uma a uma. Este trabalho é oportunidade de praticar “mindfulness” - atenção plena. Eu sempre me lembro de Dalai Lama (por exemplo) e outras pessoas que têm iluminação. Eles disseram que para ter paz de espírito e felicidade, você precisa fazer cada pequena coisa, não importa quão pequena, com atenção plena. A atenção plena é ir prestando atenção de uma maneira particular: de propósito, no momento presente, sem julgamento. Existem muitas maneiras simples de você ser mais atento. Pode incorporar isso em sua vida diária, durante atividades de rotina; tente conscientizar as atividades diárias que você costuma fazer no piloto automático. Por exemplo, preste mais atenção quando estiver escovando os dentes, tomando banho, tomando café da manhã ou caminhando para o trabalho. Concentre-se na visão, som, olfato, paladar e sensação dessas atividades. Você pode achar que a atividade de rotina é mais interessante do que você pensou. Eu acho que a prática de atenção plena treina seu cérebro a ser mais eficiente e melhor integrado, com menos distração e foco melhor. Isso minimiza o estresse e também ajuda você a se tornar o melhor de si.

**Proposta: Crônica com uso de metáfora** (25/07/19)

Meu hobby é danças de salão. Eu vou aos clubes ou eventos em que as comunidades de dança se encontram e dançam toda a noite. Às vezes, eles têm uma aula no começo da noite, e, depois da aula, podem dançar no salão até a hora em que o lugar fecha. O homem é o líder, e a mulher a seguidora. Cada passo que o homem faz, a mulher tem que seguir o movimento como uma resposta. A mulher pode ser líder, e o homem seguidor, mas normalmente acontece ao contrário. Quando estou dançando em casal, nossos corpos estão sincronizados. Cada um, parte de uma máquina complexa, um sistema feito com muitos detalhes. Um movimento pequeno tem um efeito dominó até o movimento que vem, até o último movimento. Como um efeito borboleta, uma ondulação da água quando você solta um seixo no lago. O movimento é fluído, é um relógio suíço que está sincronizado perfeitamente com a música. É fazer um poema, nossos corpos são as palavras que ilustram a pintura de uma canção.

### **O caminho para o Brasil (01/08/19)**

Eu concluí meus estudos da graduação em Junho de 2018. Durante meu último ano, todos meus colegas falavam do que eles iam fazer depois da graduação. Alguns iam entrar numa empresa para trabalhar, outros iam preencher formulários para entrar ao pós-graduação, outros iam entrar na escola de medicina e outros iam fazer estágio. Eu já tinha feito um estágio, que era parecido com trabalho; então entrar no trabalho não me chamava a atenção. Eu não quis estudar medicina para ser médica, e não acreditava que tinha as notas suficientemente altas para concorrer às universidades norte-americanas. Entrar na pós é muito competitivo, e precisa de muitas notas boas e exames. Eu quase não tinha a motivação para terminar a graduação, então minhas notas estavam muito baixas. Embora eu tivesse muita experiência em estágio e em pesquisa, as notas ainda eram importantes. Então eu passei o ano todo sem fazer planos para o futuro, entretanto meus colegas já sabiam o que eles queriam fazer. Chegou o dia da cerimônia da graduação, e ainda não tinha ideia do que eu ia fazer. Eu queria viajar, mas eu sabia que para viajar precisava de dinheiro e para isso precisava trabalhar. Eu passei o verão do ano passado no Japão, e gostei muito. Gostei de aprender línguas e culturas que eram diferentes da minha. Queria crescer e evoluir, queria desafiar a mim mesma. Eu não queria trabalhar ainda, porque as pessoas que eu vi, iam para trabalhar, e retornavam complacentes com sua vida ou trabalho, esquecendo dos sonhos que elas tinham quando eram jovens. Às vezes, elas começavam a trabalhar, esquecendo que elas quiseram viajar pelo mundo, apenas para chegar à conclusão de que já haviam passado 5 a 10 anos, e estavam no mesmo trabalho ainda...sem viajar porque não tinham dinheiro porque se tornara confortável comprar casa, carro, ou outras despesas caras. Eu não queria deixar meu sonho morrer.

Um mês depois da minha graduação, minha mãe me enviou um link de bolsas para estudar no Brasil em ciências puras, tecnologia, e engenharia. Eu sempre quis conhecer o Brasil, então eu corri o risco e me inscrevi. Eu tive professores que me escreveram cartas de recomendação; eu fui muita afortunada por ter professores que acreditavam em mim mais do que eu acreditava em

mim. Para concorrer à bolsa, eu tinha que escolher uma de uma lista das universidades que estavam participando do programa. As universidades estavam separadas por região, e depois por estado. Eu estudei bioengenharia na graduação, e sabia que queria continuar a estudar isso (ou alguma coisa similar). Só tinha uma universidade que oferecia bolsa na área de Engenharia Biomédica: UFABC, no estado de São Paulo. Eu entreguei o formulário de inscrição, e o resto é história.