

**todos
meus
Humores** **dia
NOBRE**

Editora Penalux
Guaratinguetá, 2020



prefácio

Ao longo do processo de edição e organização deste livro, pude conhecer com profundidade a estética, o pensamento e a intenção de Dia Nobre na escrita *de Todos os meus humores*.

Falar abertamente sobre saúde mental ainda é uma dificuldade para muita gente. A ignorância sobre o tema e o estigma atribuído aos transtornos mentais fazem com que esse seja um dos fatos mais controversos da atualidade, afastando pessoas e alimentando o isolamento de quem lida com qualquer tipo de transtorno mental. Mas este livro nos convida para uma caminhada que pode mudar tudo isso dentro de nós.

Todos os meus humores junta poesia, estética e enfrentamento. Dia Nobre encara mentiras, monstros, sombras, insensibilidade. O conjunto desses poemas é uma experiência de aproximação e de intensa troca. Sobretudo entre mulheres; mulheres que historicamente foram vítimas dos abusos dos manicômios e sanatórios, mulheres que foram (e são) carimbadas como histéricas por não se adequarem

aos limites da misoginia, por falarem em voz firme e alta contra ela.

Considero a poesia uma das mais poderosas linguagens literárias. A poesia é capaz de nos lembrar do que está enterrado e envergonhado, é capaz de nos fazer alcançar outra pessoa, de, com estética poética, conhecê-la. Dia Nobre sabe disso, porque faz isso muito bem.

Participar do processo de edição de *Todos os meus humores* foi profundamente recompensador. Vi cada poema se ligando ao outro, cada elo contando histórias secretas, em movimento, vivas. Pegar alguém pelos braços e conquistar sua atenção, quando uma obra ainda nem está pronta e lapidada, é um grande talento desenvolvido. Dia Nobre trabalhou sua habilidade com as palavras e imagens, elas são fortes, próprias, únicas. Cada escolha sua, cada citação e cada figura construída é transbordante de identidade.

A poesia é minha linguagem literária predileta e os livros que sempre mantenho nas minhas prateleiras são os bons livros de poesia. *Todos os meus humores* estará em uma delas, será relido e repensado, porque tem essa qualidade e magnetismo.

E de modo combativo, reúne as experiências das mulheres que precisam falar, escrever. Sobre o mundo interno e como externo ele é. Sobre as palavras bagunçadas que tomam forma. Sobre a forma de dizer que tem identidade. Sobre a identidade única de cada mulher, de cada pessoa, que também encontra nessas palavras um espelho e uma jornada.

Sou grata porque pude ler e trabalhar com Dia Nobre. O resultado desse trabalho é um livro consciente de seu papel político. Ele é político na literatura, é literatura para discutir políticas.

Não tenho dúvidas de que cada pessoa terá uma experiência relevante. *Todos meus humores* é nossa oportunidade de enxergar, aprender, sentir em conjunto, ler poesia transformada em manifesto.

Jarid Arraes

São Paulo, 27 de abril de 2020



san.guí.ne.a – humor dominante

adj. 1. relativo a sangue;

2. que tem a cor de sangue;

3. sedenta de sangue

para mulheres fortes permanecerem fortes

1. parar em silêncio.
2. comer verduras e vegetais.
3. pacificar as relações.
4. começar uma reserva financeira.
5. investigar as emoções.
6. se rodear de pessoas inteligentes.
7. explorar ideias.
8. olhar para si com generosidade.
9. fotografar as coisas do mundo.
10. experimentar ficar sozinha.
11. recomeçar se necessário.
12. fazer planos de curto prazo.
13. entender que felicidade não é euforia.

amo
quando você me abre
a qualquer hora
em qualquer lugar
e me lê
e me lê
e me lê.

de todos os fogos
o que mais me queima
é aquele que brota
da minha buceta
quando tua boca faísca-chama.

LIVROS ILUMINAM

Este livro foi composto em Utopia Std
pela Editora Penalux e impresso em papel
off-white 80 g/m², em maio de 2020.
