Manual de sobrevivência para noites solitárias

Survival guide for lonely nights

Charles Luciano[1]

Resumo

O *Manual de sobrevivência para noites solitárias* narra a jornada psicodélica de um homem que, sob calor insuportável e profunda melancolia, busca refúgio em estados alterados de consciência. A narrativa começa com o consumo de cerveja puro malte, mas rapidamente escala para uma tentativa desesperada de fuga. Sem maconha, o protagonista recorre a um antigo pote rosa de sua avó, agora contendo cocaína. O cheiro de talco e urina da infância mistura-se à euforia da droga, disparando delírios em que o corpo se liquefaz e a mente projeta visões místicas.

Surge a Santa Isabelita dos Patins, convocando-o a explorar outras realidades. O narrador entra em transe xamânico, comunica-se com tucanos, veste um manto sagrado e tenta navegar por um labirinto onírico que conecta a Grécia clássica, com o fio de Ariadne, à Floresta Amazônica. Nesse percurso, reflete sobre a colonização e a perda de sua ancestralidade, sentindo o rompimento do cordão que o prendia à realidade. Em queda livre, mergulha em um lago de fluidos corporais, transformando-se em um peixe-cristo que clama por sexo e fertilidade.

O clímax ocorre com um despertar abrupto e visceral. O protagonista acorda suado após uma polução noturna, percebendo que a odisseia foi um pesadelo provocado pela solidão e pelos excessos. O manual encerra-se com a aceitação do abjeto: ele busca proteção no filme *Pink flamingos* e na figura de Divine, a Rainha da Sujeira, como talismãs contra a normalidade. Enrolado em seu cobertor de tucanos, entrega-se finalmente ao sono sob a guarda da deusa Jaci, aceitando sua nova e estranha identidade, uma fusão de medo, desejo e êxtase que redefine sua relação com o corpo, a memória e a própria cultura.

Palavras-chave: Psicodelia; Ancestralidade; Abjeto; Onirismo e decolonialismo.

[1] Ator, encenador, ensaísta, dramaturgo em formação, pesquisador das artes da cena e professor de Educação Artística, com ampla experiência profissional no campo artístico desde 1996. Graduado em Educação Artística Licenciatura Plena pela Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (Unirio, 1997), possui pós-graduação em Ensino de Artes Técnicas e Procedimentos, além de MBA em Produção Executiva de Cinema e TV pela Fundação Getúlio Vargas. Concluiu o Mestrado Profissional em Artes na Unirio em 2025 e, atualmente, é doutorando no Programa de Pós-Graduação em Estudos Contemporâneos das Artes (PPGCA) da Universidade Federal Fluminense (UFF). Fundou, em 1998, o grupo Circo de Estudos Dramáticos, em parceria com Caco Coelho. Ministrou oficinas de práticas teatrais e dirigiu o Teatro Municipal João Caetano, em Itaboraí, por quatro anos. Atualmente, dedica-se à criação de uma dramaturgia desenvolvida a partir de uma lógica documental e ficcionalizada, com foco na pesquisa dos processos de ensino-aprendizagem por meio das artes cênicas. Em 2014, fundou o grupo de teatro Água Benta. E-mail: charlesasevedo@gmail.com.

Abstract

Survival manual for lonely nights chronicles the psychedelic journey of a man who, oppressed by unbearable heat and profound melancholy, seeks refuge in altered states of consciousness. The narrative begins with the consumption of all-malt beer but quickly escalates into a desperate attempt to escape. Lacking marijuana, the protagonist turns to an old pink jar belonging to his grandmother—now containing cocaine. The childhood scents of talcum powder and urine mingle with the drugs euphoria, triggering delirium in which his body liquefies and his mind projects mystical visions.
Saint Isabelita of the Roller Skates appears, beckoning him to explore other realities. The narrator enters a shamanic trance, communicates with toucans, dons a sacred cloak, and attempts to navigate a dreamlike labyrinth connecting Classical Greece—via Ariadne's thread—to the Amazon Rainforest. Along the way, he reflects on colonization and the loss of his ancestry, feeling the severing of the cord that tethered him to reality. In freefall, he plunges into a lake of bodily fluids, transforming into a "Christ-fish" that cries out for sex and fertility.
The climax arrives with an abrupt, visceral awakening. The protagonist wakes up sweaty after a nocturnal emission, realizing the odyssey was a nightmare born of loneliness and excess. The manual concludes with an embrace of the abject: he seeks solace in the film Pink Flamingos and the figure of Divine—the Queen of Filth—viewing them as talismans against normality. Wrapped in his toucan-patterned blanket, he finally surrenders to sleep under the protection of the goddess Jaci, accepting his strange new identity—a fusion of fear, desire, and ecstasy that redefines his relationship with the body, memory, and culture itself.

Keywords: Psychedelia; Ancestrality; The abject; Oneirism and decolonialism.

* * * * *

Manual de sobrevivência para noites solitárias

Em uma noite como tantas outras noites. Uma casa. Sozinho. Muito quente. Calor insuportável. Eu pensei em tomar alguma coisa, me refrescar. Estava muito desanimado. Desidratado mesmo. O dia não tinha sido fácil. E, definitivamente, eu precisava me acalmar. Talvez com um puro malte.

Eu lembrei:

– Cacildis! Comprei várias. Ainda hoje, pela manhã!

Eu andava meio melancólico. Depressivo mesmo. Sei lá o quê! Eu precisava de uma fuga. Algo que me tirasse daquele estado tão material. Tão excessivamente mental.

Não que eu odiasse o mental. Afinal de contas, agora mesmo, acabei de lembrar de um

querido amigo que não vejo há muito tempo. Olha nesse exato momento aconteceu de novo. E de novo.

Vou até a geladeira em busca de outro pensar.

Pego a garrafinha suaaaaaadadadadadaaaaaaaaaaa. Trincando!

Lembro que a tampinha é de rosca. Torcer e abrir.

Treeeee tchuuuuu!

Despejo todo o conteúdo no copo de alumínio.

Geeeeelaaaaaadododododooo! Ufmmmmm.

Minhas papilas gustativas entram em alerta. E gritam pelo conteúdo:

– Euqueio! Euqueio!

Gruuuuuuuuuuu glub glub glub.

Ah! O corpo. O corpo. Essa coisa. Esse invólucro.

O ar tan tan tan buscava saída pelo esôfago, tatarara esse tubo que conecta o estômago à garganta, até alcançar a liberdade pela boca. Repercutindo em uma sonoridade animalesca.

– Gruuuuuuuuu.

Um arroto saiu em galopes das minhas entranhas, das mais profundas, inesperadamente.

Relaxa. Finalmente! Distensiona. Finalmente!

E o cérebro insaciável grita:

– Queiomais!

Treeee tchuuuuu. Glub glub glub.

E abro outra.

– Gruuuuuuuuuuu glub glub glub.

E outra.

- Glub glub glub.

E outra garrafinha desse malte misterioso. Rótulo laranja.

– Cacildis! Eu já tô ficando muitcho louco...

Isso tudo me fez evocar tantas memórias. De amigos queridos. Antigos amores. Da vida. De um passado. Muitas vezes a gente não está preparado para o passado, não é mesmo? Principalmente em noites solitárias.

– Definitivamente não quero mergulhar nesse lago. Preciso de algo mais intenso.

Comecei a vasculhar. Primeiro nas gavetas da sala.

– Nada! Oh, meu Deus do céu. Nada. Nada. Nada.

Vou até a cozinha, dessa vez abro o congelador.

Eu costumava armazenar uma plantinha seca, embrulhada em plástico-filme e papel laminado, no congelador, para não mofar, não estragar. Foi assim que me ensinaram.

– Todo o meu acevo zerado! Droga!

Tirei tudo de dentro do freezer, na esperança de algum vestígio remanescente! E não encontrei absolutamente nada.

– Que derrota!

Voltei para a sala. Sem guardar as coisas no freezer. Deixei tudo na bancada entregue à própria sorte.

Estava à meia-luz.

Apenas um abajur laranja aceso.

– Laranja!

Meu amigo que sumiu. Onde ele se meteu?

– Cacildis!

– Que saudade!

Muitas sobras. Sombras. Assombrações.

– Ah! Preciso de algo mais forte.

Vou até o quarto.

E vi, sobre a cômoda, o pote cor-de-rosa das viagens ancestrais.

Um potinho singelo e secreto, que fazia parte do ritual de higiene noturno da vovó.

– Meus deus do céu, como eu pude esquecer disso? Dá minha avó!

Minha avó. O cheiro da minha avó. Que saudade! Que saudade!

Essa cômoda era tão grande, quando eu era criança, que eu não conseguia alcançar o pote nem mesmo na ponta dos pés. Quando a minha avó morreu, o meu maior desejo era pegar o potinho para me perfumar com o cheiro dela. Aquele cheiro de talco hummmm misturado com urina hummmm. Só a vovó tinha. A fralda estendida no ventilador da GE.

– Seca! Seca!

Golden shower!

– Para! Para! Que gozo é esse? Para com isso. Nada de memórias! Para!

Corro e pego a embalagem. As mãos tremem com a urgência. Suspiro e analiso. Engraçado, esse potinho rosa. Percebo que há um desenho na tampa.

– Como eu nunca prestei atenção nessa ilustração?

Isso sempre me intrigou. Sou muito desatento. Coisas de um pisciano.

Não era um casal. Era um trisal.

– Aiiiiiii, que tesão! Que vontade de tocar uma punheta!

– Para! Para! Não, nada disso! Esquece. Foco.

Abre a embalagem, vai. Vai. Lá você vai encontrar o paraíso.

O cheiro da vovó não estava mais guardado por ali há muito tempo. Agora só tinha *"euforia"*.

(funga com furor)

Nesse instante, o corpo. Que já era menos rígido e mais liquefeito, por causa do carboidrato líquido. Trincou os dentes, arregalou os olhos.

E viu Deus.

Me deixou superligado. Resolvi fazer uma faxina. Limpar todas essas carreiras. Muito pó! Muito pó! Pó à beça. Mas a faxina ia acabar incomodando os moradores do andar de baixo. Eu já havia tido esse problema no passado.

– Não, não, nada de passado. Esquece. Nada de faxina. Esquece a faxina. Esquece tudo.

– Vai, vai ler um livro. Quem sabe eu consigo.

Encontro o livro de brincar. Abre aleatoriamente uma página. Como antigamente.

– Manual: Como usar luvas?

Olhei para as minhas mãos. Nossa! Como as minhas mãos lembram as mãos do meu pai. Por que luvas? Eu não tinha luvas. Eu só tinha o pote rosa, a cocaína no nariz e o cheiro da vovó no meu sistema límbico. E uma voz mental gritando.

– Ai, é tão chato não ser mais criança! Não saber brincar.

Não. Ai, não. Não. Não. Sococococococacacacararararaaaalhouuuuuu! A frase sobre as luvas ficou ecoando dentro da minha cabeça! Se multiplicando. Como um eco.

– Manual: Como usar luvas?

– Manual: Como usar luvas?

– Manual: Como usar luvas?

Viro a página, numa tentativa de fugir do pensamento obsessivo e vejo um flamingo cor-de-rosa na página seguinte, me encarando com a cabeça de lado.

– Preciso de outra coisa.

Resolvi apagar a luz. Deitei. Acabei dormindo. Dormi e sonhei com a minha santa. A minha santa protetora. A que cuida de mim. A Isabelita dos Patins. Dos Patins.

Ela falou assim:

– *Tu dois partir en voyage, mon fils. Tu dois quitter ce monde et partir à la découverte d'autres réalités.*

(Tradução: Você precisa fazer uma viagem, meu filho. Tem que sair desse mundo e buscar outras realidades.)

– Caramba! Mas eu preciso de um sentido, de um caminho.

Então, a Santa Isabelita dos Patins desapareceu bem diante dos meus olhos. Como num passe de mágica. Como só as santas cuidadoras são capazes de fazer.

Fiquei desolado com o seu desaparecimento. Uma sensação de completo abandono. Comecei a soluçar. Era um choro seco. Sem lágrimas.

E meu soluço foi ficando cada vez mais encorpado... Intenso mesmo, como um canto de um tucano.

E, nisso, surgiu uma revoada de tucanos. Atraídos pelos meus soluçoscantos. Pousaram ao meu lado.

E começamos bater um papo de tucano. Papo vai e papo vem.

Entre eles e eu. Um eu que não era exatamente eu. Era um eu que sabia a língua dos tucanos.

– Gruuuuuuks!

– Gruuuksssgrrruuuuu!

E eu entendia tudo, absolutamente tudo o que eles diziam. Tudo.

Eles estavam ali porque queriam me ajudar. Então decidiram me contar que, na visão xamânica de Santa Isabelita dos Patins, ela os havia conduzido até onde eu estava. Me explicaram que eles, os tucanos, são considerados animais de poder, símbolo da comunicação, da alegria, da conexão com o mundo espiritual, com os mortos. Como a própria Isabelita. E eles iriam me conceder um presente: os seus papos. E iriam confeccionar um grande manto sagrado. Esse manto me daria a força do espírito dos tucanos em todas as adversidades que eu enfrentasse ao longo da vida.

E assim foi feito. Me vesti com o manto sagrado que recebi.

Agora percebi que com esse manto eu podia voar. Alto. Entre as nuvens. Experimentei toda uma tecnologia: voo arrasante, voo de ponta-cabeça e voo em espirais. Agora eu só

precisava de um caminho. De um sentido. Por onde seguir? Eu não queria me perder ainda mais.

Foi quando eu achei o.

A linha dá.

Um novelo de lã.

Não sei por que eu fui pensar logo na Grécia.

Ariadne. Teseu. Minotauro.

Claro, foi porque eu fui colonizado e estava apegado às minhas convicções. Tinha sido bem doutrinado.

Peguei o novelo de lã e fui desenrolando a linha. Fui. Fui. Em um grande voo. Nas alturas. As nuvens eram frias. Fantasmagóricas. E lá embaixo, eu via uma pequena cidade. Parecia uma pintura surrealista de Marc Chagall. Eu voava lá em cima e a cidade, minúscula, lá embaixo.

Eu não queria me perder naquele labirinto onírico. Afinal de contas, eu queria voltar pro mundo dos vivos. Lá embaixo era o meu lugar.

Fui subindo em um longo voo, distribuindo a linha. Deixei o carretel correr, como se eu fosse uma pipa ao vento. Como se estivesse preso ao meu cordão umbilical, estendido por todo o caminho, por todo o céu. Para eu ter um norte na volta e não me perder naquele labirinto onírico. Para não esquecer de onde eu vim e quem eu era e nem o caminho de volta.

Só que, no lugar de chegar na Grécia, eu fui parar lá no Amazonas. No meio de uma mata virgem e muito fechada. O novelo de lãcordãoumbilical, já estava quase no fim. E até aquele instante, eu não sabia o que eu estava fazendo no Amazonas, afinal de contas.

No meio daquela mata escura, o meu cordão se rompeu e eu caí. O meu manto sagrado simplesmente desapareceu; foi roubado e acabou indo parar em uma cidade alhures, para os lados da Holanda. O meu poder de voo tinha prazo de validade e se esgotou. Eu lembrei! O manto, o meu manto, sempre foi considerado pelo meu povo um ancestral vivo, um símbolo de identidade e de resistência. Como eu pude esquecer? Agora eu simplesmente lembrava de tudo: o meu manto! Ele sempre foi utilizado em rituais, em questões políticas e até mesmo em funerais. Por isso, agora eu me sentia tão perdido! As minhas escolhas sempre me levando ao naufrágio, sempre esse sentimento de síndrome de vira-lata. Eu percebi que não podia contar com a minha ancestralidade. A minha cultura

originária tinha sido apagada. O meu povo tinha sido colonizado. Caí vertiginosamente, em queda livre. Achei que ia morrer.

– AuuuuuuuuAhhhhhhhhcccrrrauuuuuuuuuu tchubumbauuuuuuuutchaaaaa.

Caí dentro de um lago que não era composto de água, mas sim de uma matéria líquida densa, plástica, branca e perfumada, cujo aroma remetia ao cheiro da minha avó. Ao mesmo tempo, esse cheiro possuía uma qualidade ancestral, uma espécie de mistura de esperma e líquido vaginal.

Afundei nessa substância espessa, fértil, gigante e repleta de vida .

– Porra!

Pensei: eu estou completamente envolto por ela. Descia cada vez mais, até cerca de cinco metros de profundidade, formando uma espécie de segunda pele, um escudo ao redor do meu corpo. E, por incrível que pareça, era bom, quente e eu respirava aliviado, mesmo lá embaixo.

Foi então que avistei uma água-viva. Mas, ao me aproximar, percebi que era uma bolsa colorida, africana, vindo em minha direção. Em seguida, um peixe pulou de dentro da bolsa.

– Espera, acho que era uma piranha, ou um pirarucu.

Ele nadou em minha direção e, quando ficou diante de mim, olhos nos olhos, cuspiu uma pequena caixinha de madeira marchetada. No interior da caixa, havia duas pedras associadas simbolicamente ao "Sagrado Amor": uma redonda e a outra pontiaguda, uma branca e a outra preta. Elas representavam uma conexão inter-racial, sendo uma desgastada na areia da praia e a outra fossilizada nas montanhas da Patagônia argentina. Além disso, havia dois pequenos budas praticando práticas orgiásticas milenares. Avante, em direção à eternidade.

Nesse momento, percebi que havia me transformado em uma espécie de peixe, respirando livremente pelas guelras. Nadei até a superfície, balançando o meu "rabo de peixe" com maestria, e decidi:

– Preciso continuar a viagem.

Agora, esse novo eu, meio humano, meio peixe, precisa aprender a viver na terra. Então, pulei para fora do lago, mas olhei para trás a tempo de ver meu reflexo no espelho do líquido espermatosoidicovaginal e pensei, pensei realmente em me lançar novamente ao fundo, diante do encantamento desse novo ser que eu me tornei, que se apresentava ali

diante de mim, no meu reflexo eu era a encarnação da própria beleza. Porém, desisti da ideia; afinal, a vida é muito mais incrível do que qualquer mito. A princípio, caminhei de forma desajeitada, mas avancei no meu aprendizado e consegui aprender um novo andar na terra.

Eu era o "ichthys", o peixe sagrado dos cristãos, mas nadava em um mar de esperma. Eu era a fartura, a fertilidade... e o peixe-cristo queria era o sexo. Sexo. Sexo.

Foi aí que tudo em torno de mim mudou. A densidade, o calor, a textura... tudo se esvaiu. O cheiro de vovó, o útero primordial, o meu cordão umbilical sumiram. E o peixe-cristo ficou só: vazio. Vazio. Vazio.

– Isabelita dos Patins, eu sou só uma escama flutuando...

Não obtive nenhuma resposta. A santa estava muda, fazendo a linha galinha morta. Resolvi continuar a minha travessia com os meus próprios pés-barbatanas.

O fio de Ariadne, meu cordão umbilical, ficou tão fino, tão fino... e de repente, não havia mais linha. Não havia mais nada. Eu estava só. Não havia como voltar. Não havia como me reconectar. Eu estava off-line.

Fiquei pensando em como escapar daquele labirinto. Mas a ilha de Creta, lá na Grécia, já era algo tão distante que não fazia mais parte de mim...

Esse pensamento me atravessou naquele momento, como uma flecha de Tupã.

– uaaaaaaaaaaaaaa

Um estrondo do rompimento, um estalo seco, ensurdecedor, foi o que me trouxe de volta.

– Baroom Baruuum Brrr-boom Crack-boom.

Era o som da porta do inferno se fechando. Me fez estremecer/despertar. Na minha cama. Na minha casa. Assustado com o pesadelo que acabei de ter e o barulho. Eu não estava mais no Amazonas. Eu eu eu estava no meu corpo de novo, mas molhado, como se tivesse acabado de sair de um lago.

- Eu preciso fluir. Calma.

Sentei. Estava completamente suado. Tinha tido uma polução noturna. Virei para o lado e vi, na mesinha de cabeceira, a caixinha do filme em VHS, o *Pink flamingos*. Pensei: em momentos de urgência, esse filme é essencial. Se conselho vale alguma coisa, aqui vai o meu:

- Tenha o seu *Pink flamingos* ao seu alcance.

Me rebobinei e me enrolei no rolo da fita VHS de *Pink flamingos*, como um talismã contra a

normalidade. Me recompus. Fiz o sinal de paz e amor, não para a santa, mas para Divine, a Rainha da Sujeira, a porca, a suja, a única que entende a beleza do abjeto. Aquela que inverte todas as leis. Deitei-me, cobri-me com o meu cobertor sintético de estampa de tucanos e fiquei em posição fetal, esperando que, finalmente, essa jornada tivesse chegado ao fim. Ou que um novo eu surgisse dessa manifestação etérea. Fechei os olhos e, com o corpo pesado e a mente vazia, lancei-me novamente nos braços de Jaci, a deusa da noite, a guardiã da escuridão, a grande lua, dormindo o sono dos justos.

Referências da disciplina

BUTLER, Judith. **Relatar a si mesmo**: crítica da violência ética. Tradução Rogério Bettoni. Belo Horizonte: Autêntica, 2017.

HALBERSTAM, Jack. **A arte queer do fracasso**. Tradução de Bhuvi Libânio. Recife: Cepe, 2020.

HARAWAY, Donna. **Ficar com o problema**: fazer parentes no chthluceno. São Paulo: n-1 edições, 2023.

LE GUIN, Ursula K. The carrier bag theory of fiction. *In*: LE GUIN, Ursula K. **Dancing at the edge of the world**: thoughts on words, women, places. New York: Grove Press, 1989.

LE GUIN, Ursula K. **A teoria da bolsa da ficção**. Tradução de Luciana Chieregati e Vivian Chieregati Costa. Introdução de Juliana Fausto. Posfácio de Luciana Chieregati. São Paulo: n-1 edições, 2021.

PRECIADO, Paul B. **Eu sou o monstro que vos fala**: relatório para uma academia de psicanalistas. Tradução de Carla Rodrigues. Rio de Janeiro: Zahar, 2022.

RIBEIRO, Martha. Interromper o espetáculo: o gesto político e estético das emoções. **Revista do Programa de Pós-graduação em Artes da EBA/UFMG**, [S. l.], v. 13, n. 27, p. 49 – 72, 2023. Disponível em: https://periodicos.ufmg.br/index.php/revistapos/article/view/41744. Acesso em: 07 mar. 2026.

TAYLOR, Diana. **O arquivo e o repertório**: performance e memória cultural nas Américas. Tradução de Eliana Lourenço de Lima Reis. Belo Horizonte: UFMG, 2013.

Submetido em: 6 mar. 2026
Aprovado em: 2 ago. 2026