

Desabafo de uma sobrevivente digital.

Caro leitor, hoje inicia-se um novo passo na minha vida. Sim, é o meu primeiro dia de desintoxicação digital. Que sensação estranha! Estou escrevendo a lápis, e é um misto de sentimentos... Liberdade ou solidão? Desejem-me boa sorte!

6h30 – Levantei-me sem aquele barulho estridente do meu despertador digital. Fiquei surpresa com o fato de que meu corpo já estava realmente adaptado ao meu horário escolar — parecia, literalmente, um “reloginho”. #PartiuEscola

8h05 – Que aula de História *ma-ra-vi-lho-sa*! Pela primeira vez em muito tempo, eu fiz questão de copiar o que a minha professora escreveu na lousa — fiz até um título decorado! Mas assumo: era bem mais prático quando eu podia tirar uma foto do quadro. #DeuTrabalho

9h00 – Finalzinho da aula de Matemática. Que loucura! Eu tive que, literalmente, raciocinar, em vez de usar meu querido ChatGPT para resolver aqueles cálculos mirabolantes. E adivinha? Sou bem melhor na tabuada do que imaginava! Consegui fazer tudo sem a ajudinha “mágica” da tecnologia, ufa! #Gênia

9h30 – Este recreio foi uma loucura! Não sei nem por onde começar... Logo de cara, tive que usar a minha boca para socializar com o pessoal — sem *emojis* e sem figurinhas. Tive que entregar 100% de contato visual. Me superei! SPOILER: Descobri que a minha melhor amiga canta muito. #AmigaDeCantora

12h02 – Torci para que o meu pai não me esquecesse na escola. Antes, eu sempre precisava lembrá-lo de me buscar, mandando uma mensagem no WhatsApp. Dito e feito: fui esquecida! Nada de “caroninha” e ar-condicionado. Voltei para casa a pé mesmo, com meus melhores amigos — o que acabou sendo divertido demais! Inclusive, ganhei um sorvete 0800. #Risadas #Amigos

14h40 – Já alimentada e descansada, o tédio começou a me consumir. Comecei a me revirar na cama, encarando o teto, mas logo meus olhos se

moveram sem direção até minhas telas brancas de pintura, empoeiradas atrás do guarda-roupa. Resolvi aventurar-me. #DaVinciON

17h20 – Ah... Tinha até me esquecido de como pintar era tão relaxante! Eu não me recordava deste sentimento de tranquilidade há muito tempo. Foi revigorante! #Arrasei

18h10 – Hora da novela das seis da dona Daniela, minha mãe. Vim, juntamente com a minha família, para o sofá. Teve até o famoso bolinho de chuva da vovó. Não fazíamos isso há tanto tempo... Foi nostálgico. #FãDeVilã

19h15 – Antes de jantarmos, meu avô ligou o som e estava tocando “How Deep Is Your Love”, do Bee Gees. Ele acabou se lembrando de como dançava nos bares quando era mais jovem e logo puxou minha vó para dançar com ele bem no meio da sala. Foi hilário! Nunca pensei que pudesse rir ou sorrir sem os *memes* do meu Instagram. #VovôLigeiro

22h35min – Que dia foi este? Quantas alegrias, quantas emoções! Achei que não fosse suportar, mas não é que deu certo? A vida não é tão sem graça com a ausência do meu celular; pelo contrário, ela é cheia de nuances que eu mesma não tinha sequer notado. Minha mãe estava certa: a vida real é muito mais intensa sem as minhas notificações. Consegui me divertir, sorrir, viver... Ser livre! Entendi que foi preciso me desconectar para, enfim, me reconectar à minha real identidade. O celular pode até fazer parte de alguns momentos da minha vida, mas não posso fazer dele a melhor parte dela. #LivreEstou #BoaNoite