

# Prefácio (fofinho)

**É para mim uma honra prefaciá-lo este livro, que fala de uma parte da vida da minha filha. Aos 22 anos, a Kéfera já colheu muitos frutos, e isso deixa-nos muito orgulhosos.**

Recordo que, quando nasceu, escolhi um nome de origem egípcia, por significar «o primeiro raio de sol». Com o seu talento, com a sua criatividade e persistência, a Kéfera superou obstáculos e conquistou sonhos.

A Kéfera é, na verdade, em cada manhã, o nosso primeiro raio de sol. Filha amada, querida, dedicada. Coração bondoso, que só quer o bem de todos. Pela sua permanente vontade de transmitir alegria nos vídeos que difunde, no teatro e na vida. Recordo a sua infância e aquela maneira de ser continuamente voltada para a representação e para o desejo de dar vazão à «veia artística». Lembro-me disso quando penso em todos os momentos que lhe marcaram a infância e a adolescência. E lembro-me das muitas lutas travadas e das importantes vitórias conquistadas.

A Kéfera é, com toda a certeza, fruto do seu enorme talento e da capacidade inesgotável de criar. E está sempre focada nas pessoas, nas emoções, na ressonância da sua comunicação inteligente, dinâmica e atual, que tão bem reflete um estilo de ação no mundo da Internet. Estendo a todos um

convite para que a leiam e desfrutem do *Muito Mais Que 5inco Minutos*. E aqui dou testemunho, com coração de mãe, de toda a grandeza de alma da Kéfera. Da filha e da amiga, da neta amável, da jovem mulher que adora a família e os amigos, e que, além de tudo isso, tem um coração maior do que ela, com pureza nos sentimentos e um amor constante pelos seres humanos, pelos animais e por tudo o que faz parte da sua vida.

Com tantos sonhos realizados, só desejo que os anjos continuem a estimular a sua busca por mais sucesso. Tendo sempre o carinho pelo trabalho, pelos que contribuem com o seu êxito e pelos milhões de fãs que são a base da sua caminhada.

*Zeiva Buchmann*

# Prefácio (na galhofa)

**Lembro-me bem da primeira vez que vi a Kéfera. Obviamente, já** a conhecia dos vídeos na Internet. E do *Coletivation*, programa da MTV que apresentava. E de como o pessoal todo se ria com ela a bandeiras despregadas!

Um dia, fui o convidado especial da estreia da temporada de um espetáculo de improvisação em São Paulo e, nessa temporada, a Kéfera reforçou o elenco e garantiu a maior parte do público — já era uma *pop star* da Internet. E achei porreiro poder conhecê-la finalmente!

A primeira coisa que lhe disse foi: «Que fixe! Tu é que és a **KÉFORA!**» E ela corrigiu-me imediatamente, como se, pondo um «e» no sítio do «o», o nome deixasse de ter a sonoridade de um ingrediente de champô! Ah! Ah! Ah!

Falámos um bocado e houve logo alguém a dizer que parecíamos amigos de infância. Talvez por isso nos tenhamos passado naquela noite, em cima do palco, e tenhamos dado alma ao **PIOR IMPROVISO DA HISTÓRIA DOS IMPROVISOS!** Vejam só o que aconteceu...

A dada altura, a proposta era: cada um de nós seria uma personagem com características criadas pela plateia. E estávamos todos numa festa. Eu era o *Incrível Hulk*, mas cego. E a Kéfera era o *Bob Esponja*, mas pedrado. E lá fomos nós para o improviso...

Eu tive uma brilhante ideia e saí do palco, fui até aos camarins e voltei à cena com uma sande gigantesca qualquer de *catering* que o elenco ainda nem tinha cheirado. Achei que ia ser giro o *Hulk* cego reaparecer com comida nas mãos, sei lá. Não fazia ideia do que inventar com aquilo, mas avancei.

Quando a Kéfera me viu com aquela sande enorme, não sei que tipo de entidade se apoderou de ambos. Na plateia, alguém gritou que queria um naco, e ela e eu começámos a arremessar pedaços de sande aos espetadores! Ah! Ah! Ah! Assim, sem mais nem menos! As fãs adoraram, mas imaginem o resto do pessoal!... Lembro-me de uma mulher cheia de tiques que olhou para nós, com cenoura ralada no nariz, e disse que aquilo não tinha piada nenhuma. E de ver uma amiga minha na quarta fila com maionese na testa! Ah! Ah! Ah! A Kéfera acertou-lhe em cheio. É maluca!

Foi uma bronca das grandes entre o pessoal do elenco. Eu e a Kéfera ficámos a rir nos bastidores, parecíamos dois parvinhos. E a padaria deixou de fornecer sandes à companhia de teatro. Deste episódio bizarro nasceu uma amizade igualmente bizarra entre nós. Vemo-nos pouco, mas, de tempos a tempos, encontramos-nos e fazemos coisas parvas, tipo a dança ridícula que criámos nos bastidores de uma estação de televisão.

É uma pena que as pessoas não tenham o WhatsApp da Kéfera. Eu tenho, e até já fui vítima da chantagem de um fã, que queria à viva força que lho desse. Não o dou nem sob tortura! No *Whats*, a Kéfera é ainda mais divertida. Lembro-me de passarmos que tempos a mandar sons impublicáveis um ao outro, e que nos púnhamos a imitar as atendedoras de

linhas eróticas e a falar de tudo o que se faz quando toca a abafar a palhinha! Ah! Ah! Ah!

Eis a Kéfera. É uma porreira, porque transborda espontaneidade. É alegria pura. É bonita, sim, mas é mais fixe do que muita gente fixe que há por aí. Ela é uma instituição na Internet, já é uma personalidade da TV e uma figura pública adorável... Mas é maluca! E este livro é espontâneo e maluco, tal como ela.

*Rafa Cortez*



# Uma mensagem para os haters

**Este livro foi escrito para as pessoas que gostam de mim. Ou para aquelas que querem tentar gostar. Ou para aquelas que gostam mais ou menos, mas, ainda assim, querem conhecer-me. Ou para aquelas que estiveram quase a gostar de mim, mas que, num momento qualquer, viram um vídeo meu no YouTube e acharam aquilo uma cagada, mas, como têm bom coração, estão dispostas a voltar a tentar gostar de mim. Mas se tu não me gramas **MESMO**...**

... **PORQUE É QUE**, meu Deus, tens este livro nas mãos?

Se já não gostas de mim, fecha imediatamente o livro. Porque, se já me odeias, vou dar-te ainda mais motivos para isso.

Ah! Mais uma coisinha:

**TOMAAAA! EU ESCREVI UM LIVRO!**

(Se não gostas de mim e ainda estás a ler isto, é porque és mesmo otário.)

Última hipótese de fechar o livro, hem!





3...



2...



**1...**



**Ainda não o fechaste? Vá, então põe-te a lê-lo de uma vez por todas, e não me chateies.**

*(Diverte-te, e boa leitura. :))*





# Introdução

**Este livro não é um livro revolucionário. Não esperes por histórias** que viraram o mundo de cabeça para baixo. Até porque fala de uma rapariga de 22 anos que (ainda) não fez nada de verdadeiramente relevante (tipo inventar uma vacina contra uma doença qualquer). Deves estar a perguntar-te: «Mas por que diabos escreveu ela um livro?» Porque, por incrível que pareça, há pessoas no mundo (umas três, mais ou menos) que têm vontade de saber um pouco mais sobre a história da minha vida. Porque, sem querer, acabei por inspirar algumas raparigas e alguns rapazes.

No dia em que a primeira edição brasileira deste livro foi para a gráfica, tinha quase 13 milhões seguidores no YouTube, no Facebook, no Twitter e no Instagram. Sou reconhecida na rua e recebo milhares de mensagens de fãs todos os dias. Mas a minha vida não foi sempre assim...



# Capítulo #1

**Tenho uma ligação forte com a arte, desde cedo. Com qualquer tipo de arte.** A coisa começou quando eu era miúda (ainda mais do que sou agora). Punha-me a fazer desenhos e, durante um longo período (uns três meses), acreditei que haveria, um dia, de ser artista plástica, uma pintora incrível, conhecida no mundo inteiro pelos meus desenhos (que eram uma tanga total, para ser sincera). Fazia desenhos e oferecia-os à família toda. Presenteava o pessoal com as minhas pinturas, como se estas fossem algo que eles quisessem realmente. E todos me mentiam, dizendo que aquilo era bonito e que eu tinha mesmo muito jeito para a coisa. Acabei por acreditar.

Mas o sonho de ser uma pintora famosa veio por água abaixo, e num instantinho. A minha mãe até tentou incentivar-me a ter aulas de Educação Visual, porque — dizia ela — eu era capaz de criar traços muito bons. Mas tu sabes como são as mães, não sabes? Não se pode confiar cegamente em alguém que te elogia até quando o que só fazes é cocó (no penico). E a minha mãe elogiava-me constantemente, e muito (mesmo quando não acertava no penico). A minha mãe gostou sempre de todas as merdas (literalmente) que fiz.

No entanto, cedo comecei a perceber que não desenhava tão bem como as minhas colegas de escola. E o desenho acabou

por se transformar só num passatempo. Um passatempo bastante inútil, diga-se. E eu só lhe chamo passatempo para não me parecer tão vergonhosa a constatação de que pintava mesmo mal. Chamar passatempo àquilo que não sabes fazer é uma coisa que te fica bem. Deixo aqui a dica.

E mando daqui também um beijo à dona Zeivanez, a minha mãe, sim, a senhora que tem este nome horroroso. E que adociou a raiva de ter um nome mais que chunga atribuindo à minha pessoa este nome: Kéfera. Já agora, muito gosto, sou a Kéfera Buchmann.

Lembro-me da minha vida mais ou menos a partir dos cinco anos. Devem ter acontecido coisas boas antes disso, mas não me lembro. Desculpa lá. Bem, aos cinco aninhos já conhecia a minha amiguinha Josiéne. (Que, aliás, também tem um nome bastante estranho, tal como o meu. Sim, os nossos pais estavam com vontade de nos chatear, como já percebeste.) Na verdade, conheci a Josie aos três anos. Bem, isso é o que os nossos pais nos dizem, porque, com três anos, nem sabia que existia. Ainda não estava muito ligada a essa cena a que chamam vida. Tu, por exemplo, com três anos, ainda mamavas nas tetas da tua mãe. Certo? Só te estou a lembrar disto para que te sintas — vá... — mal.

Eu e a Josie brincávamos às cantoras boazonas da moda (**GRANDE FASE, HÃ?**). Tínhamos as nossas bonecas, e a história era sempre a mesma. As nossas *Barbies* namoravam com gajos podres de bons e ricos, e eram famosas (cantoras ou atrizes), felizes, realizadas, magras, boazonas, desejadas e um bocado vacas. Sim, porque ser desejada e não sair por aí a mostrar o que é bom de ver não tem muita piada, não é? Era mais ou menos

assim que eu e a Josie imaginávamos que ia ser a nossa vida aos catorze anos. (Precoces como tudo, pois é, mas acabámos por desistir da ideia de ser um bocado cabras quando descobrimos que não era assim *tããã* fixe.) O sonho de ser artista e bem-sucedida, porém, continuou vivo, muito mais vivo do que o fogo no rabo das nossas *Barbies*. Estou para aqui a falar destas parvoíces todas só para reforçar a ideia de que sempre me imaginei a trabalhar no ramo artístico. Só não sabia bem onde.



Com sete aninhos, lá estava a menina Kéfera a entrar na fase inicial do ensino básico. O primeiro dia foi desastroso. Fui na carrinha (com a Josie!) e demos logo de caras com uns palhaços mais velhos que começaram a gozar connosco. Porque um primeiro dia de aulas sem *bullying* não é um primeiro dia de aulas. Aliás, quem diz que as criancinhas são seres inocentes é porque não sabe do que fala. Os putos podem ser as criaturas mais demoníacas à face da Terra, por mais que digam o contrário. Queres saber porquê? Porque são demasiado sinceros. Uma criança olha para uma velha com as mamas caídas, aponta, dá uma gargalhada e diz: «Olha, ela vai tropeçar nas próprias tetas.» E ainda dizem que são anjinhos? **JAMAIS!** Os adultos também não são seres puros e cheios de luz, mas, ao menos, evitam ser demasiado sinceros, porque sabem que temos uma coisa chamada coração e que há outras coisas chamadas falta-de-autoestima.

Voltando aos belzebus que começaram a gozar comigo à saída da carrinha escolar, um deles era um loiro e, infelizmente, bonito. Infelizmente, porque odiava o facto de ele ser bonito e

porque era ele que me estava a ridicularizar. O outro tinha uma carita banal de puto demoníaco, por isso, que se vá lixar. Na hora das ofensas gratuitas, não percebi muito bem o que se estava a passar e por que motivo estavam a ser tão estúpidos. Chamavam-me «bolinha» e «quatro olhos». Se fosse hoje, dizia-lhes que fossem levar no cu, mas naquela época nem sequer sabia o que era o cu, e acabei por ficar quietinha. Os meus olhos começaram a encher-se de lágrimas, e senti a primeira a escorrer por uma das bochechas. A Josie também estava assustada, e olhava para mim sem perceber o que estava a acontecer. Foi um longo caminho de vinte minutos até que, por fim, chegámos à nova escola.

Quando desci da carrinha, além dos belzebus, vi uma montanha de miúdos a abraçar os pais, a chorar, a rir, à bulha... Vi pais a correr atrás dos filhos, que pareciam ter sniffado substâncias estranhas, tais eram a insanidade e a energia que tinham. Perdi-me imediatamente da Josie. Pensei: «Foda-se!» Mentira. Não pensei «foda-se» nada. Afinal, tinha sete anos. Mas fiquei logo bué de chateada, e com raiva, por ela se ter afastado de mim e por ter feito com que nos perdêssemos uma da outra.

O primeiro dia numa escola nova é como o primeiro dia do *Big Brother Famosos*. Toda a gente se adora e fica amiga, e uma semana depois odeiam-se e fazem vudu contra os amiguinhos.

Conheci umas raparigas que foram simpáticas comigo, e achei a maioria dos rapazes feia. Os que eram assim mais girinhos já estavam de olho nas loiritas magras da escola. Foi aos sete anos que comecei a perceber que era um bocado diferente das outras raparigas da minha turma. Elas tinham o cabelo liso e comprido, enquanto o meu parecia uma vassoura de palha. Eram loiras, eu tinha o cabelo castanho. Elas tinham olhos claros,

e eu, escuros. Elas eram mais baixas, eu, mais alta. Elas eram magras, eu estava acima do peso. Elas usavam produtos de marca, eu, a minha caneta, que tinha comprado numa loja tudo-a-um-euro.

Não preciso de dizer que as loirinhas magras se tornaram logo populares, cheias de meninos a correr atrás delas. Pois. É coisa que acontece sempre nos filmes americanos para adolescentes. Se pudesse determinar quem seria escolhida para florzinha da escola naquela altura, teria indicado uma mulata deliciosa tipo Miss Universo, para sair deste maldito padrão das loiras magras. Mas éramos criancinhas sebosas que não sabiam muito bem o que se estava a passar.

O pessoal da minha turma não levou muito tempo a escolher-me como objeto da chacota geral. Em pouco tempo, já odiava a escola inteira, e vice-versa. Fui sempre o tipo de miúda que atrai as tretas todas. Talvez porque só fazia coisas parvas. Os rapazes começaram a perseguir-me e a dar-me apelidos carinhosos, tipo «balão», «tampa de poço», «saco de areia», «balofa», «pneu de trator», «bolo fofo», «pudim de banha», «baleia», «barril sem tampa», «*Libertem o Willy*», «farinheira», «almôndega», «chupeta de baleia», «saco de banha», e por aí fora... O povo era criativo, é preciso admiti-lo. Agora que o relembro, é engraçado. Mas naquela altura doeu um bocado. Tipo muito, mesmo. Odiava ir à escola. Chorava todos os dias. E culpava-me por estar a crescer (tanto cronologicamente como para os lados). Achava que, se não ficasse mais velha, não teria de enfrentar a escola. Desejei ficar na creche para toda a eternidade. E, bem vistas as coisas, nem sequer sabia o que me esperava.

## O *Bullying* é uma coisa séria

As ofensas e as bulhas entre crianças, na escola, são acontecimentos banais. E a coisa é assim desde que o mundo é mundo. A diferença está no facto de alguns rapazes e algumas raparigas aceitarem o que ouvem e veem na boa, e deixarem para trás os insultos que ouviram. Mas outros hão de carregar com o fardo pela vida inteira. Eu sou uma destas pessoas. Trago comigo todos os insultos que ouvi, e falo disso neste livro.

Para quem ainda não sabe, na definição de Cleo Fante, pioneira no estudo deste tema no Brasil, o *bullying* é «quando um estudante (ou mais), de forma intencional, elege como alvo outro (ou outros) contra o qual desfere uma série de maus-tratos repetitivos, impossibilitando a defesa»\*.

Da minha parte, fui sempre gordinha, e sofri muito com isso. Passei por todo o género de humilhação possível enquanto andei na escola, o que foi o motivo da minha infelicidade durante anos. Não é fácil tratar da cabeça de um ser humano que foi tão ridicularizado, e digo-o do fundo do coração. É preciso combater o *bullying*.

Mas haverá sempre quem insista em dizer: «Ah, mas são só brincadeiras.» Se a pessoa dá sinais, por mais mínimos que sejam, de que pode ficar muito chateada, muito triste mesmo, então a coisa deixa de ser uma piada, uma brincadeira. Se és vítima de *bullying* ou se conheces alguém que esteja a passar por isso, pede ajuda aos teus pais, aos teus amigos, aos teus professores. Tens vergonha? Não é caso para isso. Ou enfrentas a vergonha ou corres o risco de carregar às costas, e para o resto da tua vida, o fantasma da humilhação.

\* Entrevista ao Portal do Professor disponível em:

<http://portaldoprofessor.mec.gov.br/conteudoJornal.html?idConteudo=930>. (NA)