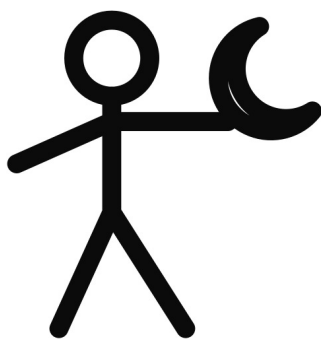


MEU FILHO ADULTO É **SONÂMBULO**



Guia para não se assustar no corredor



Dear **Folk** Books
BRIAN ALEXIS PARKER

CONTEÚDO

Carta da casa (antes de abrir o diário de bordo)	5
Diário de bordo noturno	7
Os desencadeantes (Noites 5 a 12)	10
A casa segura (Noites 13 a 25)	13
Nova rotina, novas noites (Noites 26 a 60)	16
A visita (Noites 61 a 70)	19
Um episódio inesperado (Noite 78)	24
Epílogo: O que o diário deixou	27
Obrigado por ler	30

Carta da casa (antes de abrir o diário de bordo)

Numa madrugada, uma mãe a quem vou chamar de Hermínia saiu para o corredor de casa com um rolo de macarrão na mão, convencida de que eram ladrões. O que encontrou foi o filho de vinte e oito anos, de cueca e com os olhos abertos, procurando uma impressora no armário de vassouras.

Ela me contou isso com tanta graça, e com tanta ternura, que pedi permissão para contar. Ela disse que sim, com uma condição: nomes trocados e o rolo de macarrão sempre em primeiro plano. O que vem a seguir é a Hermínia quem conta, em primeira pessoa, como um diário de bordo, com as anotações de cada noite. Eu acrescento notas e atividades. Sou o amigo que escuta e anota. Não sou médico nem especialista em sono. Tenho ideias demais, às vezes tantas que sufocam, e muitas vezes fico com uma ideia girando na cabeça enquanto faço outra coisa. Talvez por isso a impressora tenha me divertido tanto.

Aviso: este livro mistura humor com informação geral. Não substitui a consulta com um médico ou com um especialista em medicina do sono. O sonambulismo costuma ser benigno, mas em adultos convém avaliar, porque pode estar associado a outras condições ou a risco de lesões. Ninguém aqui ri do Damásio: rimos do rolo de macarrão e da Hermínia.

No fim de várias seções você vai encontrar uma seção chamada **Para fazer hoje**, com duas coisinhas: uma para pedir a alguém e outra para praticar por cinco minutos. Não precisa fazer todas. Se uma só te servir, o livro já valeu a pena.

Abrimos o diário de bordo.

Diário de bordo noturno

Registro de bordo. Capitã: Hermínia (mãe, sessenta e um anos, sono leve). Tripulação: Gilberto (marido, sessenta e três, sono de pedra). Passageiro: Damásio (filho, vinte e oito anos, sonâmbulo há dois meses).

Noite 1. 2h47. Barulho no corredor. Acordo com o coração a mil. Saio de camisola com um rolo de macarrão na mão, porque achei que eram ladrões. No corredor, uma figura alta, de cueca, de olhos abertos e com uma expressão de tranquilidade absoluta, caminha devagar até o banheiro.

— Damásio?

Não responde. Abre a porta do armário de vassouras. Fica olhando lá dentro por alguns segundos.

— Damásio, meu filho, o que você está fazendo?

— Procurando a impressora — diz, com voz tranquila.

— Que impressora?

— A do trabalho.

— Você está em casa.

— Eu sei.

Fecha a porta do armário, se vira e volta para o quarto. Se enfia na cama. E dorme como um anjo.

Esta foi uma amostra grátis

Se você gostou, o livro completo tem 33 páginas e é baixado na hora em PDF. Tem garantia de 14 dias.

Garanta o seu aqui:

[**https://dearfolkbooks.com/bliaWHu**](https://dearfolkbooks.com/bliaWHu)