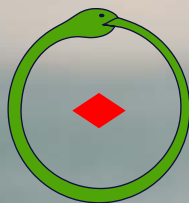
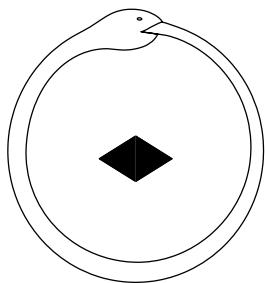


A woman with blonde hair tied back, wearing a light blue patterned t-shirt, is leaning over the side of a boat. She is looking back over her shoulder towards the camera with a slight smile. The background shows the ocean and a cloudy sky.

A CALMARIA E A TEMPESTADE
Kiana Weltzien



cadernos
SELVAGEM



A CALMARIA E A TEMPESTADE

Kiana Weltzien

Este caderno traz a fala de Kiana Weltzien, gravada em 28 de março de 2026, em seu barco atracado em Paraty, Rio de Janeiro.

A fala de Kiana é o sétimo [Recado Selvagem](#) e pode ser acessada [aqui](#).

Eu não vim do mar. Eu não nasci no mar. Não fui criada no mar. Mas, durante os últimos dez anos, o mar tem sido meu lar e, por isso, eu tenho muita sorte. É uma experiência incrível sair de perto de qualquer terra, de qualquer pessoa, de qualquer outra cor que não seja azul. Durante dias, semanas, meses. Em 2018, eu encontrei o meu barco, a minha casinha, o meu grande amigo. Eu digo que é a minha alma gêmea também. Ele é uma embarcação de madeira muito especial dos anos 1970. É uma réplica moderna de canoas polinésias, que popularam o Oceano Pacífico, e traz com ela uma sabedoria, eu acho, de navegação muito grande que eu não tinha na época que eu comecei. Eu aprendi tudo em cima desse barco e até hoje eu digo que eu não sei navegar. É o barco que me navega, com certeza.

Esse barco me levou de um ponto a outro, a outro, a outro, com tanta segurança que o medo, qualquer medo que eu teria de enfrentar esses mares, nunca veio. E eu tive muita sorte com isso. Eu também era muito jovem, eu tinha 22 anos de idade, quando eu comecei a navegar nesse barco, 20 quando eu comecei a morar no mar. Então eu acho que isso também ajudou muito. Também não tinha muitas referências do mar, a não ser de pessoas mais doidas do que eu sou hoje, e isso também ajudou. Eu não tinha referências de pessoas navegando, como a maioria das pessoas navegam hoje em dia, que é com bastante segurança e equipamentos e barcos muito mais novos e em melhores condições do que o meu. Mas isso me fez apreciar muito e aprender muito da simplicidade. Eu acho que o mar é tão complexo já e pode ser tão complexo, e a natureza pode ser tão complexa, que, se a gente introduzir muita



complexidade dentro dos nossos métodos de viver junto com o mar e a natureza, fica mais complicado. Então, essa simplicidade de uma embarcação como eu tenho, realmente me fez apreciar a simplicidade que pode ser também o mar.

Eu fiz até agora quatro travessias do Atlântico. E outras travessias no meio. Mas essas quatro travessias foram de 30 dias até 43 dias, o que é muito, muito tempo para estar distante dos outros e de qualquer mudança de paisagem também. E de estar num espaço tão pequeno e ter que se entreter nesse espaço. Ter que também cuidar desse espaço num ambiente onde não tem outros recursos. E eu tenho apreciado muito poder ficar tanto tempo junto ao mar.

No mar, eu acredito que nada é pessoal. Eu não consigo afetar o tempo, as condições. Eu não consigo afetar se tem calmaria ou se tem Sol, ou se não. Ou se vem tempestade ou ventos muito fortes. E são só coisas que eu preciso enfrentar no momento e também ter muito, muito respeito por isso. Eu acho que em terra ou especialmente na sociedade... Quando eu digo sociedade, eu não me refiro tanto à comunidade e mais ao geral, que nós nos afetamos muito uns aos outros em pequenas

e grandes coisas, e estando isolado assim milhares de quilômetros de outra pessoa não tem isso. E aí o vento que vem é o vento que vem e você lida do jeito que lida. E não dá para ficar bravo ou triste ou frustrado com isso, porque vai fazer o quê, né? Então, eu tendo a apreciar muito esses momentos assim de deixar o controle e não ter controle, porque acho que eu sou uma pessoa que gosta de ter controle sobre as coisas. Eu acho que isso vem com qualquer capitão de barco, porque, de certa forma, você tem que ter um pouco de controle na sua embarcação, porque é a coisa que te mantém vivo, né?

Eu não sou do mar, eu não nasci no mar e eu não sou feita para viver só no mar. E, por isso, eu preciso de uma plataforma na qual eu possa viver em cima e junto com o mar. E isso requer um certo cuidado e também uma certa... Deixar acontecer. E eu acho que as pessoas tendem a me perguntar muito se eu não sinto medo de estar no mar por o mar ser uma coisa tão desconhecida, tão vasta, não feita para nós, humanos. Só que não tem muito espaço para medo no mar, especialmente quando já se está no mar. Quando acontecem coisas em que surgiria o medo, por exemplo, o mastro caindo, como na minha primeira travessia do Atlântico, ou a retranca rompendo e rasgando minha vela mestra inteira, como na minha última travessia do Atlântico, não tem espaço para medo naquele momento. Ele é coberto por adrenalina e a sabedoria de que você tem que pensar no que vai fazer para arrumar, melhorar aquela situação. E é um sentimento muito legal, porque acho que muito dessa ansiedade da vida em geral vem antes daquela coisa pior, o pior cenário que você possa imaginar. Aquela ansiedade de tudo vem antes de tudo acontecer e pode ser que nunca aconteça. E quando acontece aquela coisa, você geralmente – especialmente numa situação assim de sobrevivência, que é morar no mar, morar junto à natureza em qualquer forma – eu acho, vem muita adrenalina e vem muita vontade de sobreviver e de superar. E o medo não tem lugar dentro dessas emoções, não tem espaço para ser. E depois que você consegue arrumar, superar, sobreviver, não é necessário mais ter medo, porque agora você tem felicidade. É tipo: ah, muito bom!

Quando eu sinto essa ansiedade de coisas que podem dar errado, eu tento lembrar que é sempre antes de qualquer coisa acontecer e não é

tão necessário. É muito necessário, sim, se preparar para eventualidades, especialmente morando no mar ou na natureza, mas constantemente ter essa ansiedade de que o pior pode acontecer, não é necessário, porque quando acontece, acontece. E é isso, não tem o que fazer. E de lá você enfrenta. E o mar tem me ensinado muito, muito disso que eu agora levo para o resto da minha vida. E eu espero nunca esquecer essas lições que eu aprendi e que tive a sorte de aprender tão cedo, de uma maneira tão real.

Tem uma dualidade no mar que é a calmaria e a tempestade. Para quem não conhece, pensaria que o que seria mais estressante, mais perigoso ou etc., seria a tempestade. Mas depois de enfrentar as duas coisas... A calmaria, a calmaria pode ser muito pior às vezes, porque não tem muito andamento para frente. E essas tempestades que vêm, elas passam rápido. A calmaria pode passar bem mais devagar e você nunca sabe quando vai acabar. Agora, uma tempestade tem um ciclo, você consegue segui-la pelas nuvens, você consegue segui-la pelo mar e as condições visuais que tem. Então, eu tendo a enfrentar uma tempestade de uma maneira mais calma. Claro que tem um certo nível de estresse por conta da minha embarcação velha, que é minha única forma de sobreviver no mar. Mas eu sei que ela vem, que passa, e que as ondas de seis metros também vão diminuir eventualmente e que o vento de nem sei quantos nós – porque eu não tenho como medir a velocidade do vento nesse barco – também vai passar e que vai virar uma brisinha num mar calmo, eventualmente.

Isso também é uma lição que eu tendo a carregar para a vida que tudo, tudo vai passar e passa rápido, mas, no momento, parece que vai durar para sempre. Os dias de tempestade são assim de ficar presa dentro da cabine, porque eu tenho uma casinha, uma caminha fora do barco onde eu durmo normalmente. Aí eu tenho muito acesso ao lado de fora e eu consigo analisar as condições e também as condições do barco e das velas e como tudo está. Mas, quando vem uma tempestade muito forte, eu me retiro para dentro e eu boto o barco na capa, se chama, mas é como se você estivesse meio que parando o barco ao colocar ele contra o vento, então ele vai bem, bem devagar. E dentro do casco de madeira, que é um casco fininho, assim de 12 milímetros, muito fino

entre você e o mar, fica a sua segurança e essa água poderosa. Quando bota o barco contra o vento, dentro do barco, o barulho da água batendo no casco parece que eu estou ancorada numa baía calma, porque faz uns *splash, splash, splash* no casco. Aí quando você abre a capotaria para sair para fora e botar a cabeça para fora e olhar realmente como estão as condições lá fora, vem um *chhhhh* de vento. E um *spray*, assim, do mar e das ondas batendo no barco. E é muito, muito intenso. Aí eu fecho a capotaria e volto lá para baixo e fico ouvindo *splash, splash, splash, splash*.

Assim, eu tendo a não ficar muito tempo sem olhar para fora e observar as condições do mar, porque é muito importante também por causa de outras embarcações, mesmo no meio do mar, quando acha que não vai ter ninguém. Baleias, também não é uma coisa que você queira se aproximar com o barco. E tem outros perigos assim no mar, então é importante sempre ficar de olho. Mas, durante minha primeira tempestade, eu fiquei bem intimidada porque era muito intenso o barulho e o sentimento do vento. Assim, era muito intenso. Então eu fiquei dentro do barco durante dez horas, não coloquei a cabeça para fora e sabia que eu estava bem só por conta desse barulhinho da água no casco. *Splash, splash!* E se esse barulho fosse mudar? Quer dizer que o barco tinha pegado velocidade e estava indo mais rápido. Isso diria que alguma coisa tinha dado errado e aí sim eu teria que sair para fora. Então eu tendo a levar uma prática mais relaxada, às vezes, para essas coisas.

E eu acho que muitos diriam isso vendo o meu barco e o jeito com que eu navego. Eu recebo alguns comentários sobre isso em questões de segurança e, enfim, eu não tenho equipamentos para saber quando essas tempestades vão passar, para saber onde estão os outros barcos, que são equipamentos muito comuns em outras embarcações. Mas eu acho que depois de navegar, de fazer travessias longas quatro vezes e outras mais difíceis e mais curtas, eu acho que eu tenho um pouco de espaço para falar que não é tão perigoso assim, que tem outras coisas perigosas também na vida que, quando se acostuma, a gente não percebe, não pensa. Dentro de uma vida moderna, acho que casos extremos desses são dirigir num trânsito todo dia. É muito perigoso, é muito perigoso. Mas se a gente ficar pensando nisso, em quão perigoso todos os dias são, você nunca vai sair de casa, nunca vai entrar num carro. Mas eu acho

que é um pouco mais perigoso do que atravessar o mar. Só que são coisas conhecidas e desconhecidas. É o que estamos acostumados ou não.

Eu acho que estar próximo à natureza e próximo ao mar, às águas, à terra, a tudo é muito natural e a gente tem essa sabedoria dentro de nós, mesmo sendo criados longe, numa cidade ou sem esse aprendizado nesta vida. Mesmo assim, eu acho que os nossos corpos carregam muito, muito essa sabedoria. Então, quando vêm a fazer coisas mais simples, mais antigas, como uma fogueira – porque eu gosto de fazer fogueira no barco também, que não é uma coisa que se pode fazer em outros barcos. Mas sentar ao redor de uma fogueira é um sentimento tão antigo que eu acho que a nossa reação àquilo é a mesma que seria milhares de anos atrás. E eu acredito que é a mesma coisa quando a gente carrega peso, caminha longas distâncias, sente um pouco de frio à noite. Tem que enfrentar o Sol o dia inteiro. Ou de estar navegando para terras distantes numa embarcação. São coisas que a gente tem feito como seres humanos por tanto tempo, muito mais tempo do que dirigir um carro na cidade. Então, realmente, é muito natural e é muito gostoso.

A gente tem esse intuito, eu acho que vem muito rapidamente – mesmo que você ache que não, por ser uma coisa desconhecida. Vem, a gente sabe, e o mar te ensina no final. A calmaria sendo uma coisa que parece ser tão bonita e tão boa, e pode até ser durante um dia ou dois dias, onde o mar não se movimenta tanto, não tem vento, o barco não se mexe. Não, ele se mexe, mas ele não vai pra frente, às vezes vai para trás, que aí é frustrante. Muito Sol, muito calor. Porque essas calmarias geralmente são nas áreas equatoriais, é bem quente mesmo. Então parece ser... Uma imagem disso é muito linda. O pôr do Sol é o mais lindo, o nascer do Sol é o mais lindo, você tem como entrar na água e nadar, porém entrando numa calmaria, em uma área de calmaria, como a que fica a sul de Cabo Verde, traz assim um... Eu não diria que é um medo, mas uma ansiedade. Aí a gente volta para a ansiedade do que pode acontecer e não do que está realmente acontecendo. Dá muito tempo para ter essa ansiedade do: será que eu vou sair daqui? Será que esse barco vai ficar preso nessa calmaria para sempre? E aí eu lembro de histórias antigas de navegadores do passado relatando isso e como eles ficavam loucos. Tinha muitos que ficaram bem loucos e eu não entendia tanto

antes de experienciar. Mesmo depois de começar a navegar, eu não tinha experienciado vários dias de calmaria e, quando eu senti isso vindo para o Brasil, eu fiquei dez dias sem vento algum. Eu passei até uns dois dias onde eu não saí de uma área de um quilômetro. Então, 48 horas, eu ainda estava numa distância onde, se o meu barco de 48 horas atrás estivesse ali do meu lado, eu poderia ir nadando até ele. E aí você fala: putz, eu tenho mais 2 mil milhas, 4 mil e tantos quilômetros pela frente. Eu só tenho essa quantidade de água. E a água de chuva só vem com tempestade. E eu não quero tantas tempestades. Eu só tenho um tanto de comida. Será que tudo vai durar? Será? Será?

E é interessante também, porque na calmaria o único jeito de sair da calmaria é com tempestades, porque não tem vento algum. Por causa do calor, surgem uns Pirajás que entram. Umas tempestades pequenas que duram pouco, geralmente meia hora, no máximo uma hora, onde entra uma pancada de vento com chuva ao mesmo tempo. Então, eu tinha que utilizar essas mini tempestades para andar um pouco para frente cada vez. E é a maior dualidade essa. Só que você começa realmente a apreciar essas tempestades e olhar para o céu e falar: ali está escuro, ali vem, tá vindo, tá vindo o vento. E é muito interessante, porque durante as tempestades, a última coisa que você está é confortável. Não é confortável, nem um pouco, nem um pouco. Na calmaria pode até ser mais confortável. Você consegue limpar o barco, tirar as coisas, tomar um monte de banhos de mar, etc. Durante a tempestade, não, você fica assim [encolhida]. Porém, tem uma parte de um poema que eu amo muito que diz que o conforto e o desejo do conforto mata a paixão da alma¹. E eu acho que é verdade, porque eu nunca me sinto tão viva quanto nesses momentos em que vem toda aquela adrenalina e vem aquele movimento e... Ah, é muito lindo, é muito lindo! Eu nem tenho palavras o suficiente. E nem em inglês, nem em outro idioma eu consigo encontrar as palavras para o que eu realmente sinto, assim, no mar. Ou talvez eu não esteja preparada para descrever ainda o que eu realmente sinto no mar, porque é... É muito íntimo.

1. Kiana cita o livro *O profeta*, de Khalil Gibran. O trecho se insere no capítulo “Sobre as casas” e diz: “Na verdade, a paixão pelo conforto mata a paixão da alma e depois acompanha sorrindo o funeral. Mas vocês, filhos do espaço, inquietos na quietude, vocês não devem ser presos ou domados. Sua casa não deve ser uma âncora, mas um mastro.” (Gibran, *O profeta*)

Capitã e navegadora, a cineasta Kiana Weltzien vive no mar há mais de dez anos, quando deixou sua carreira no setor imobiliário para velejar pelo mundo. Em 2018, encontrou Mara Noka, sua canoa dupla polinésia moderna, com a qual fez sua primeira travessia solo pelo Atlântico em 2019. Em 2022, além da navegação que deu origem ao projeto Women & the Wind, que criou com Laerke Heilmann, Kiana navegou até o Brasil e completou uma travessia solo de 43 dias entre Cabo Verde e Ilhabela. Atualmente em Paraty, no Rio de Janeiro, Kiana dedica-se ao [Women & the Wind Foundation](#), sua organização sem fins lucrativos, e à escrita de um livro sobre suas viagens.

FOTOS

Elisa Mendes

Toda a realização dos Cadernos Selvagem é da equipe Selvagem, com coordenação editorial de Anna Dantes. Este caderno e muitos outros estão disponíveis no site Selvagem em português e várias outras línguas. Mais informações em selvagemciclo.org.br.

Tudo que Selvagem cria é para ser compartilhado gratuitamente. Você pode usar livremente esse material, em parte ou na íntegra, desde que dê créditos à Associação Selvagem e mantenha o acesso gratuito. Para permissões adicionais, escreva para contato@selvagemciclo.org.br.

Gostamos muito de acompanhar a circulação dos materiais Selvagem pelo mundo e, por isso, se usar esse material de alguma forma, convidamos também a compartilhar registros pelo e-mail acima.

Se você deseja retribuir, convidamos a apoiar financeiramente as Escolas Vivas, uma rede de 5 centros de formação para a transmissão de cultura e conhecimentos indígenas: selvagemciclo.org.br/apoie.

Agradecemos!