

organizadores

Monica Duarte da Silva Gonçalves
Cristiano dos Passos
Girlane Mayara Péres
Anderson Carlos Santos de Abreu

Tracos e ENSaios

POÉTICAS E ESTÉTICAS CLÍNICAS

organizadores

Monica Duarte da Silva Gonçalves

Cristiano dos Passos

Girlane Mayara Péres

Anderson Carlos Santos de Abreu

Tracos e ENSaios

POÉTICAS E ESTÉTICAS CLÍNICAS

I SÃO PAULO

I 2 0 2 3

I



DADOS INTERNACIONAIS DE CATALOGAÇÃO NA PUBLICAÇÃO (CIP)

T783

Traços e ensaios: poéticas e estéticas clínicas / Organizadores Monica Duarte da Silva Gonçalves, Cristiano dos Passos, Gírlane Mayara Péres, et al. – São Paulo: Pimenta Cultural, 2023.

Livro em PDF

ISBN 978-65-5939-812-6

DOI 10.31560/pimentacultural/2023.98126

1. Psicologia. 2. Arte. 3. Ensaio teórico. 4. Estética. 5. Poesia.
I. Gonçalves, Monica Duarte da Silva (Organizadora). II. Passos,
Cristiano dos (Organizador). III. Péres, Gírlane Mayara (Organizadora).
IV. Abreu, Anderson Carlos Santos de (Organizador). V. Título.

CDD: 150

Índice para catálogo sistemático:

I. Psicologia.

Jéssica Oliveira • Bibliotecária • CRB-034/2023

Copyright © Pimenta Cultural, alguns direitos reservados.

Copyright do texto © 2023 os autores e as autoras.

Copyright da edição © 2023 Pimenta Cultural.

Esta obra é licenciada por uma Licença Creative Commons:

Atribuição-NãoComercial-SemDerivações 4.0 Internacional - (CC BY-NC-ND 4.0).

Os termos desta licença estão disponíveis em:

<<https://creativecommons.org/licenses/>>.

Direitos para esta edição cedidos à Pimenta Cultural.

O conteúdo publicado não representa a posição oficial da Pimenta Cultural.

Direção editorial | Patricia Bieging
Raul Inácio Busarello

Editora executiva | Patricia Bieging

Coordenadora editorial | Landressa Rita Schiefelbein

Assistente editorial | Bianca Bieging

Estagiária | Júlia Marra Torres

Diretor de criação | Raul Inácio Busarello

Assistente de arte | Naiara Von Groll

Editoração eletrônica | Andressa Karina Voltolini

Imagens da capa | Freepik.com

Imagens do projeto gráfico | Andressa Karina Voltolini; anlomajja, larisa_zaytseva, pikisuperstar, yurlick - Freepik

Tipografias | Abril, Acumin, Kiln

Revisão | Cristiano dos Passos

Organizadores | Monica Duarte da Silva Gonçalves
Cristiano dos Passos
Girlane Mayara Péres
Anderson Carlos Santos de Abreu

PIMENTA CULTURAL

São Paulo • SP
+55 (11) 96766 2200
livro@pimentacultural.com
www.pimentacultural.com



2 0 2 3

CONSELHO EDITORIAL CIENTÍFICO

Doutores e Doutoras

Adilson Cristiano Habowski

Universidade La Salle, Brasil

Adriana Flávia Neu

Universidade Federal de Santa Maria, Brasil

Adriana Regina Vettorazzi Schmitt

Instituto Federal de Santa Catarina, Brasil

Aguimario Pimentel Silva

Instituto Federal de Alagoas, Brasil

Alaim Passos Bispo

Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Brasil

Alaim Souza Neto

Universidade Federal de Santa Catarina, Brasil

Alessandra Knoll

Universidade Federal de Santa Catarina, Brasil

Alessandra Regina Müller Germani

Universidade Federal de Santa Maria, Brasil

Aline Corso

Universidade do Vale do Rio dos Sinos, Brasil

Aline Wendpap Nunes de Siqueira

Universidade Federal de Mato Grosso, Brasil

Ana Rosangela Colares Lavand

Universidade Federal do Pará, Brasil

André Gobbo

Universidade Federal da Paraíba, Brasil

Andressa Wiebusch

Universidade Federal de Santa Maria, Brasil

Andreza Regina Lopes da Silva

Universidade Federal de Santa Catarina, Brasil

Angela Maria Farah

Universidade de São Paulo, Brasil

Anísio Batista Pereira

Universidade Federal de Uberlândia, Brasil

Antonio Edson Alves da Silva

Universidade Estadual do Ceará, Brasil

Antonio Henrique Coutelo de Moraes

Universidade Federal de Rondonópolis, Brasil

Arthur Vianna Ferreira

Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Brasil

Ary Albuquerque Cavalcanti Junior

Universidade Federal de Mato Grosso, Brasil

Asterlindo Bandeira de Oliveira Júnior

Universidade Federal da Bahia, Brasil

Bárbara Amaral da Silva

Universidade Federal de Minas Gerais, Brasil

Bernadétte Beber

Universidade Federal de Santa Catarina, Brasil

Bruna Carolina de Lima Siqueira dos Santos

Universidade do Vale do Itajaí, Brasil

Bruno Rafael Silva Nogueira Barbosa

Universidade Federal da Paraíba, Brasil

Caio Cesar Portella Santos

Instituto Municipal de Ensino Superior de São Manuel, Brasil

Carla Wanessa do Amaral Caffagni

Universidade de São Paulo, Brasil

Carlos Adriano Martins

Universidade Cruzeiro do Sul, Brasil

Carlos Jordan Lapa Alves

Universidade Estadual do Norte Fluminense Darcy Ribeiro, Brasil

Caroline Chioqueta Lorenset

Universidade Federal de Santa Catarina, Brasil

Cássio Michel dos Santos Camargo

Universidade Federal do Rio Grande do Sul-Faced, Brasil

Christiano Martino Otero Avila

Universidade Federal de Pelotas, Brasil

Cláudia Samuel Kessler

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Brasil

Cristiana Barcelos da Silva.

Universidade do Estado de Minas Gerais, Brasil

Cristiane Silva Fontes

Universidade Federal de Minas Gerais, Brasil

Daniela Susana Segre Guertzenstein

Universidade de São Paulo, Brasil

Daniele Cristine Rodrigues

Universidade de São Paulo, Brasil

Dayse Centurion da Silva

Universidade Anhanguera, Brasil

Dayse Sampaio Lopes Borges

Universidade Estadual do Norte Fluminense Darcy Ribeiro, Brasil

Diego Pizarro

Instituto Federal de Brasília, Brasil

Dorama de Miranda Carvalho

Escola Superior de Propaganda e Marketing, Brasil

Edson da Silva

Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri, Brasil

- Elena Maria Mallmann**
Universidade Federal de Santa Maria, Brasil
- Eleonora das Neves Simões**
Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Brasil
- Eliane Silva Souza**
Universidade do Estado da Bahia, Brasil
- Elvira Rodrigues de Santana**
Universidade Federal da Bahia, Brasil
- Everly Pegoraro**
Universidade Federal do Rio de Janeiro, Brasil
- Fábio Santos de Andrade**
Universidade Federal de Mato Grosso, Brasil
- Fabrícia Lopes Pinheiro**
Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro, Brasil
- Felipe Henrique Monteiro Oliveira**
Universidade Federal da Bahia, Brasil
- Fernando Vieira da Cruz**
Universidade Estadual de Campinas, Brasil
- Gabriella Eldereti Machado**
Universidade Federal de Santa Maria, Brasil
- Germano Ehlert Pollnow**
Universidade Federal de Pelotas, Brasil
- Geymeesson Brito da Silva**
Universidade Federal de Pernambuco, Brasil
- Giovanna Ofretorio de Oliveira Martin Franchi**
Universidade Federal de Santa Catarina, Brasil
- Handherson Leylton Costa Damasceno**
Universidade Federal da Bahia, Brasil
- Hebert Elias Lobo Sosa**
Universidad de Los Andes, Venezuela
- Helciclever Barros da Silva Sales**
Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira, Brasil
- Helena Azevedo Paulo de Almeida**
Universidade Federal de Ouro Preto, Brasil
- Hendy Barbosa Santos**
Faculdade de Artes do Paraná, Brasil
- Humberto Costa**
Universidade Federal do Paraná, Brasil
- Igor Alexandre Barcelos Graciano Borges**
Universidade de Brasília, Brasil
- Inara Antunes Vieira Willerding**
Universidade Federal de Santa Catarina, Brasil
- Ivan Farias Barreto**
Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Brasil
- Jaziel Vasconcelos Dorneles**
Universidade de Coimbra, Portugal
- Jean Carlos Gonçalves**
Universidade Federal do Paraná, Brasil
- Jocimara Rodrigues de Sousa**
Universidade de São Paulo, Brasil
- Joelson Alves Onofre**
Universidade Estadual de Santa Cruz, Brasil
- Jónata Ferreira de Moura**
Universidade São Francisco, Brasil
- Jorge Eschriqui Vieira Pinto**
Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho, Brasil
- Jorge Luís de Oliveira Pinto Filho**
Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Brasil
- Juliana de Oliveira Vicentini**
Universidade de São Paulo, Brasil
- Julierme Sebastião Moraes Souza**
Universidade Federal de Uberlândia, Brasil
- Junior César Ferreira de Castro**
Universidade de Brasília, Brasil
- Katia Bruginski Mulik**
Universidade de São Paulo, Brasil
- Laionel Vieira da Silva**
Universidade Federal da Paraíba, Brasil
- Leonardo Pinheiro Mozdzenski**
Universidade Federal de Pernambuco, Brasil
- Lucila Romano Tragtenberg**
Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, Brasil
- Lucimara Rett**
Universidade Metodista de São Paulo, Brasil
- Manoel Augusto Polastreli Barbosa**
Universidade Federal do Espírito Santo, Brasil
- Marcelo Nicomedes dos Reis Silva Filho**
Universidade Estadual do Oeste do Paraná, Brasil
- Marcio Bernardino Sirino**
Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro, Brasil
- Marcos Pereira dos Santos**
Universidad Internacional Iberoamericana del Mexico, México
- Marcos Uzel Pereira da Silva**
Universidade Federal da Bahia, Brasil
- Maria Aparecida da Silva Santadel**
Universidade Federal de Mato Grosso do Sul, Brasil
- Maria Cristina Giorgi**
Centro Federal de Educação Tecnológica Celso Suckow da Fonseca, Brasil
- Maria Edith Maroca de Avelar**
Universidade Federal de Ouro Preto, Brasil
- Marina Bezerra da Silva**
Instituto Federal do Piauí, Brasil
- Michele Marcelo Silva Bortolai**
Universidade de São Paulo, Brasil
- Mônica Tavares Orsini**
Universidade Federal do Rio de Janeiro, Brasil

Nara Oliveira Salles

Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Brasil

Neli Maria Mengalli

Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, Brasil

Patricia Bieging

Universidade de São Paulo, Brasil

Patricia Flavia Mota

Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Brasil

Raul Inácio Busarello

Universidade Federal de Santa Catarina, Brasil

Raymundo Carlos Machado Ferreira Filho

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Brasil

Roberta Rodrigues Ponciano

Universidade Federal de Uberlândia, Brasil

Robson Teles Gomes

Universidade Federal da Paraíba, Brasil

Rodiney Marcelo Braga dos Santos

Universidade Federal de Roraima, Brasil

Rodrigo Amancio de Assis

Universidade Federal de Mato Grosso, Brasil

Rodrigo Sarruge Molina

Universidade Federal do Espírito Santo, Brasil

Rogério Rauber

Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho, Brasil

Rosane de Fátima Antunes Obregon

Universidade Federal do Maranhão, Brasil

Samuel André Pompeo

Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho, Brasil

Sebastião Silva Soares

Universidade Federal do Tocantins, Brasil

Silmar José Spinardi Franchi

Universidade Federal de Santa Catarina, Brasil

Simone Alves de Carvalho

Universidade de São Paulo, Brasil

Simoni Urnau Bonfiglio

Universidade Federal da Paraíba, Brasil

Stela Maris Vaucher Farias

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Brasil

Tadeu João Ribeiro Baptista

Universidade Federal do Rio Grande do Norte

Taiâne Aparecida Ribeiro Nepomoceno

Universidade Estadual do Oeste do Paraná, Brasil

Taíza da Silva Gama

Universidade de São Paulo, Brasil

Tânia Micheline Miorando

Universidade Federal de Santa Maria, Brasil

Tarcísio Vanzin

Universidade Federal de Santa Catarina, Brasil

Tascieli Feltrin

Universidade Federal de Santa Maria, Brasil

Tayson Ribeiro Teles

Universidade Federal do Acre, Brasil

Thiago Barbosa Soares

Universidade Federal do Tocantins, Brasil

Thiago Camargo Iwamoto

Pontifícia Universidade Católica de Goiás, Brasil

Thiago Medeiros Barros

Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Brasil

Tiago Mendes de Oliveira

Centro Federal de Educação Tecnológica de Minas Gerais, Brasil

Vanessa Elisabete Raue Rodrigues

Universidade Estadual de Ponta Grossa, Brasil

Vania Ribas Ulbricht

Universidade Federal de Santa Catarina, Brasil

Wellington Furtado Ramos

Universidade Federal de Mato Grosso do Sul, Brasil

Wellton da Silva de Fátima

Instituto Federal de Alagoas, Brasil

Yan Masetto Nicolai

Universidade Federal de São Carlos, Brasil

PARECERISTAS E REVISORES(AS) POR PARES

Avaliadores e avaliadoras Ad-Hoc

Alessandra Figueiró Thornton
Universidade Luterana do Brasil, Brasil

Alexandre João Appio
Universidade do Vale do Rio dos Sinos, Brasil

Bianka de Abreu Severo
Universidade Federal de Santa Maria, Brasil

Carlos Eduardo Damian Leite
Universidade de São Paulo, Brasil

Catarina Prestes de Carvalho
Instituto Federal Sul-Rio-Grandense, Brasil

Elisiene Borges Leal
Universidade Federal do Piauí, Brasil

Elizabete de Paula Pacheco
Universidade Federal de Uberlândia, Brasil

Elton Simomukay
Universidade Estadual de Ponta Grossa, Brasil

Francisco Geová Goveia Silva Júnior
Universidade Potiguar, Brasil

Indiamaris Pereira
Universidade do Vale do Itajaí, Brasil

Jacqueline de Castro Rimá
Universidade Federal da Paraíba, Brasil

Lucimar Romeu Fernandes
Instituto Politécnico de Bragança, Brasil

Marcos de Souza Machado
Universidade Federal da Bahia, Brasil

Michele de Oliveira Sampaio
Universidade Federal do Espírito Santo, Brasil

Pedro Augusto Paula do Carmo
Universidade Paulista, Brasil

Samara Castro da Silva
Universidade de Caxias do Sul, Brasil

Thais Karina Souza do Nascimento
Instituto de Ciências das Artes, Brasil

Viviane Gil da Silva Oliveira
Universidade Federal do Amazonas, Brasil

Weyber Rodrigues de Souza
Pontifícia Universidade Católica de Goiás, Brasil

William Roslindo Paranhos
Universidade Federal de Santa Catarina, Brasil

Parecer e revisão por pares

Os textos que compõem esta obra foram submetidos para avaliação do Conselho Editorial da Pimenta Cultural, bem como revisados por pares, sendo indicados para a publicação.

SUMÁRIO

Prefácio 10

Alberto A. Heller

Apresentação 13

A ARTE DA PRÁXIS

O voo da Vespa..... 24

**Aspectos reflexivos para pensar
os atendimentos terapêuticos *online*:**

DA TEORIA PARA A EXPERIÊNCIA 28

Anderson Carlos Santos de Abreu

Sonhos na clínica gestáltica 48

Marilaine Bittencourt

**O uso de pinturas artísticas
como recurso psicoterapêutico
no contexto da clínica** 60

Girlane Peres

**Swing: onde tudo é permitido
e nada é obrigatório –**

UMA ANÁLISE DO ROMANCE "PEÇA-ME O QUE QUISER" 96

A PROVOCADORA REALIDADE SUPLEMENTAR

Monólogo... Um interrogador..... 123

Wescley Dinali

O reencontro	129
<i>Judith Katsaros Soares</i>	

A INSUPORTÁVEL LEVEZA DO NÃO SABER

As barreiras que colocamos	158
<i>Nathália Zilli</i>	

Helenas	166
<i>Vanessa da Silva Domingos</i>	

DA VIDA AO ESPELHAMENTO E ESPELHAMENTO À VIDA

Obesidade:

MINHA LUTA CONTRA ESSA DOENÇA!	183
<i>Ana Tamutis</i>	

Da tese à crise à tese:

REORGANIZANDO OS FIOS DO TEXTO	191
<i>Cristiano dos Passos</i>	

Ser mãe:

DESCOBRITAS DE UM PROCESSO TERAPÉUTICO	219
<i>Liliane Alves da Silva</i>	

Transições e demônios.....	247
<i>Monica Duarte</i>	

Inconclusões.....	280
--------------------------	------------

Índice remissivo	284
-------------------------------	------------

PREFÁCIO

Alberto A. Heller¹

Perguntaram certa vez ao compositor italiano Luciano Berio o que ele entendia por música: *“sinto-me tentado a responder que a música é a arte dos sons”*, disse ele, *“mas correria o risco de me perguntarem o que é arte e então seria pior”*. Penso nessas palavras quando me pergunto sobre as diversas clínicas psicoterapêuticas; o que é clínica? Onde começa e termina a arte, onde começa e termina a clínica?

Monica Duarte cita em seu texto *Transições e demônios* o desabafo de uma amiga: *“Meu deus, quanto drama!”* – referindo-se às histórias cotidianas as quais contamos sobre nossas vidas na cozinha da clínica em que trabalhamos”. Sim, nossas vidas são esses pequenos (e não tão pequenos) dramas, essa cotidianidade que se nos dá todo o tempo em todos os lugares, nunca se restringindo obviamente ao divã: na cozinha (ah, o cafezinho!), no banheiro, nos corredores... (John Cage: *não paramos de viver enquanto estamos ocupados fazendo arte* – ou clínica ou qualquer outra coisa).

Os textos que compõem este livro saem do consultório e nos convidam à vida naquilo que ela talvez tenha de mais frágil: a incerteza de toda existência. São textos *humanos* (demasiadamente humanos, acrescentaria Nietzsche), textos que deixam a vaidade de lado e se aventuram para além da segurança das várias teorias e

1 Alberto Heller é músico (pianista, compositor) e Gestalt-terapeuta. Sua prática e seus estudos sempre privilegiaram a interdisciplinaridade, especialmente nas áreas de artes, psicoterapia e filosofia. Possui graduação e pós-graduação em Música na Alemanha, mestrado em Educação, doutorado em Literatura e formação em Gestalt-terapia. É autor dos livros **Fenomenologia da Expressão Musical** (2007) e **John Cage e a poética do silêncio** (2012). Gravou treze CDs, compôs trilhas para cinema, teatro e dança, música sinfônica e de câmara.

abordagens, assumindo em voz própria a angústia do para sempre inacabado e inacabável que é o viver (novamente Cage: *a arte está em processo de retornar ao que lhe é próprio: a vida*).

São escritos que *interrogam* – e não o fazem por mera estratégia retórica, mas sabendo que, no mundo da vida, somos constituídos e envoltos pelo *não saber* (quantas vezes isso que chamamos “saber” não passa de defesa contra a angústia!). A escrita que assim surge não é o acabamento de uma ideia que teríamos de antemão (situação em que se utilizaria a linguagem apenas para “transmitir” “algo” aos “outros”), mas um modo de (nos) perder e de encontrar, de explorar certo espaço – que acaba por se tornar um *lugar*: o lugar da escrita, da expressão, da criação.

Aqui, angústia e incerteza não são fraquezas, mas honestos pontos de partida (Lacan, aliás, desconfiava do termo “pesquisa”, quase sempre viciado em seu movimento de querer confirmar hipóteses). Somos falta, somos buraco, somos incompletude; há silêncio em nossa fala, há o impossível da visão em nossas imagens. Por isso produzimos tanto, interminavelmente (aqueles espaços “em branco” em algumas pinturas chinesas, assim deixados para que a visão do expectador as complete). O ser é criação, *poiesis* – ou, como diz tão bem Merleau-Ponty, *o ser é o que exige de nós criação para que dele tenhamos experiência*.

Já não mais somos o que éramos, somos sempre já outro, um contínuo advir – e grande parte de nossas neuroses vem justamente do fato de nos agarrarmos às fantasias que temos sobre nós “mesmos”. Que(m) somos quando somos? Somos seres de linguagem, de ficção, de narrativa; precisamos contar, sempre – a nós, aos outros, aos outros em nós, ao nós nos outros (tantos nós!). Nos textos aqui presentes, algo se escreve/inscreve para além/aquém das autorias: *traços* outros surgem e atravessam a escrita; *era isso que eu queria escrever?* – nos perguntamos ao “terminar” um texto (que nunca termina, apenas abre). Toda escrita alberga um infamiliar (*Unheimlich*), um estranho e um estranhamento em relação a esse *eu*.

que aparenta ser sua origem. Não escrevemos porque conhecemos e sabemos: desconhecemo-nos escrevendo, e o texto que no fim surge é surpreendente até mesmo (ou principalmente) para seu autor.

O lugar da clínica é um lugar de criação. O termo estética, presente no título desta publicação, deve ser compreendido em seu sentido original de aisthesis: conhecimento sensível – sensibilidade esta que é uma forma privilegiada e sempre inaugural de contatar a experiência (facilmente perdida ao nos alienarmos em reflexões idealistas sobre a experiência). Aproximar o significante arte da experiência clínica não deve nos remeter ao aspecto monumental da obra de arte, mas à experiência artística; o artista, independentemente de seu domínio de técnicas e linguagens, sempre parte da folha em branco: o que fazer? Não existe segurança nesse campo. O vazio da folha nos olha e instiga, a brancura da tela nos convida: um percurso se inicia.

APRESENTAÇÃO

Este livro é uma produção [com]partilhada entre psicólogos, psicanalistas, terapeutas, artistas, poetas e teóricos. Sua organização coletiva propõe resistência às formas de domesticação epistêmica, que colocam a experiência e o pensamento criativo em uma única prática ou em uma única concepção de mundo e de sujeito. Essa obra traz, portanto, algo inédito em relação ao texto acadêmico, pois cada um dos autores apresenta uma composição performática, no qual a escrita é alicerçada não apenas na teoria, mas numa experiência poética individual sobre o próprio saber fazer.

Dessa forma, a invenção deste livro consiste em apresentar um campo teórico em derretimento expandido, no qual o recuo do espaço epistemológico proposto pela reflexiva escrita dos autores traz novos horizontes e possibilidades. Cada página deste trabalho coletivo é um espaço de autorização da prática até então solitária de autofiliação teórica.

O teórico aqui cede espaço para a vivência prática e, portanto, partimos antes do desejo de (re)compor um conhecimento de mundo que passa muito mais pelo sensível do que pelo meramente racional, de algo que se (re)cria com o corpo fincado na areia move-diça da arte e da experiência e reúne fragmentos daquilo que efetivamente vivemos, ainda que não façamos questão de nos desprender radicalmente daquilo que os livros nos ensinaram. Assim, com atitude independente e ousadia, porém, sem arrogância, buscamos articular nesta compilação aquilo que consideramos relevante do nosso próprio ponto de vista, deixando para os leitores e os pôsteros as conclusões e os julgamentos acerca da validade e pertinência do que ora apresentamos.

Foi a partir dessa perspectiva mais livre que cada um procurou aqui ilustrar suas experiências, concretizando em palavras angústias e necessidades geradas no seio de um momento árduo da nossa história recente, no qual estávamos imersos numa crise sanitária sem precedentes. Afinal de contas, foi o claustro provocado pela pandemia que nos obrigou a (re)pensar saídas para desobstruir o pensamento e libertar a alma – e nada melhor para tal do que fundir sabedoria e sensibilidade, razão e arte, em nome da nossa própria saúde mental.

É importante destacar que o contexto da saúde mental foi o eixo que atravessou toda a elaboração desse ensaio teórico. Ensaio, porque deu luz e vazão às experiências e emoções, o que possibilitou uma organização subjetiva daquilo que estava dentro de cada autor e transbordou, dando lugar ao existir. Dessa forma, o ensaio possibilita um encontro de cada autor com o seu leitor, na medida em que, ao se conectarem, utilizando o texto como recurso, ambos se curam juntos, provocando novas formas de criar, de organizar a existência e de dar fluidez à vida.

Nessa mesma direção, com base na emoção, no sentir e na experiência, há a possibilidade de construir novas teorias, as quais não têm a pretensão de ser universais ou generalizáveis, e sim fomentar conhecimentos que abarquem a dimensão do existir. Assim, este livro busca abarcar uma integração entre corpo, emoção e racionalidade, utilizando como ferramenta principal os processos existenciais de cada autor.

A escolha dos autores desta obra foi baseada na rede socio-métrica profissional e afetiva dos quatro organizadores. Todas as pessoas que colaboraram para a concretização deste material possuem em comum a busca por mundo mais colaborativo e menos rivalizador. Em tempos de queda do “nome do pai”, talvez uma possibilidade para incorporarmos novamente a regulação às relações esteja no investimento em desenvolver a função fraterna, que traz em si o objetivo da criança em aprender a compartilhar o mundo ao seu redor,

entendendo a diferença entre competição, rivalização, construção conjunta e colaboração. A falta do aprendizado dessa função, que só se constrói por meio dos espelhamentos dos e com os outros, acaba muitas vezes levando ao ímpeto de diminuir a outra pessoa para alimentar seu narcisismo defensivo. Infelizmente, o movimento das relações atuais baseia-se em nutrir um narcisismo patológico e retirar qualquer lei regulamentadora das relações pessoais e sociais.

Aqui, entretanto, conseguimos criar um coletivo que, durante todo o processo de construção, esteve ativo em prol do objetivo comum. Foi um prazer compartilhar esses anos de colaboração entre os autores e a equipe organizadora. Não seria justo, portanto, que fizéssemos uma introdução clássica apresentando as seções e seus capítulos, pois estes já estão no Sumário. Neste momento, o importante aqui é falar de quem escreveu, desenhou e trouxe poesia a esta obra.

A escolha do autor para o prefácio foi unanimidade entre a equipe organizadora – **Alberto Heller**. Este, além de ser um estudioso dentro da psicoterapia, sendo um excelente Gestalt-terapeuta, tem como profissão principal a música, sendo um pianista reconhecido em Florianópolis e um artista único em sua sensibilidade e, principalmente, alguém que, sempre que solicitado no seu saber, nos atendeu e muito apoiou em outros projetos.

A DESENHISTA . MARLA

Sou **Marla Cristina Matos**. Nasci em 1968 na cidade de Capinzal, SC. Sou formada em Engenharia Elétrica pela Universidade Federal de Santa Catarina, especialista em telecomunicações pelo INATEL e trabalhei na área por 20 anos. Fiz uma troca de atualmente sou graduanda em artes visuais pela UDESC, Universidade do Estado de Santa Catarina.

O POETA . NAVARRO

Ensaio: Aspectos reflexivos para pensar os atendimentos terapêuticos *online*: da teoria para a experiência. Sou **Anderson Carlos Santos de Abreu**, psicanalista, graduado em psicologia e filosofia, com mestrado, doutorado e pós-doutorado na área de ciências humanas. Tenho dedicado o meu trabalho à clínica e a formação em psicanálise, como também à arte. Minhas pesquisas e estudos no campo da arte e da psicanálise envolvem performance, visualidades, música, política, estudos de gênero e sexualidade. Atualmente, estou como membro da Maiêutica Florianópolis – Instituição Psicanalítica e coordenando, na mesma instituição, um território de atendimento clínico sociopolítico à população LGBTQIAPN+ em situação de rua.

Ensaio: Sonhos na clínica gestáltica. Sou **Marilaine Bittencourt**, Psicóloga clínica e empresarial, Sócia-Diretora de BITTENCOURT LIMA – empresa de consultoria. Em 2006, graduei-me em Psicologia pela UNISUL (SC), e desde então o estudo faz parte de minha vida...Em 2010, concluí o mestrado em Psicologia Social pela UFSC e, no mesmo ano, concluí a especialização clínica em Gestalterapia – Instituto Miller & Granzotto, recebendo o título de especialista em Psicologia Clínica. Durante os últimos anos, fiz várias formações, entre elas: Coaching – SBC (SP), Planejamento de Carreira e Preparação para Aposentadoria – Instituto do SER (SP), Detecção do Uso de Substâncias Psicoativas – UNIFES (SP). Em 2020, concluí a pós em Neurociência e Comportamento Humano – PUC (RS). Atualmente, tenho estudado Psicodrama. As afinidades epistemológicas entre as abordagens que estudo alicerçam

minhas práticas profissionais de psicoterapeuta clínica, grupal e de consultoria. Hoje, além dos atendimentos clínicos e de grupos, sou coordenadora de programas de orientação para aposentadoria e planejamento de vida, consultora empresarial com foco em desenvolvimento humano, mediação de conflitos e recrutamento/seleção. Sou autora e organizadora do livro *Policia Federal: retratos de vida e carreira*.

Ensaio: O uso de pinturas artísticas como recurso psicoterapêutico no contexto da clínica. Sou **Girlane Péres**, psicóloga, doutora em Psicologia e mestre em Saúde Mental e Atenção Psicossocial. Atualmente realizo atendimentos clínicos e tenho estudado sobre os atravessamentos neoliberais nos processos de constituição do sujeito e na prática clínica. Além de psicóloga, sou esposa, amiga, filha e mãe de gata.

Swing: onde tudo é permitido e nada é obrigatório – uma análise do romance “Peça-me o que quiser”.

Sou **Simone Bolze**, psicóloga, graduada pela UNISINOS. Tenho mestrado e doutorado em Psicologia pela Universidade Federal de Santa Catarina. Sou especialista em Psicologia Clínica pelo Familiare Instituto Sistêmico. Tenho treinamento em Terapia Focada nas Emoções. Atuo como terapeuta de indivíduos, casais e famílias e como professora de cursos de pós-graduação. Desde 2009, realizo pesquisas sobre relações conjugais e familiares. Sou autora de artigos científicos e capítulos de livros. Tenho três grandes paixões na minha vida: minha família, que é meu porto seguro; estudar, um prazer desde a infância; e minha profissão, que me satisfaz cada vez mais.

Meu nome é **Jovana**, tenho 43 anos e sou natural de Caxias do Sul/RS, mas vim criança ainda para Florianópolis, cidade que me acolheu e me faz estar em casa. Psicologia foi minha segunda formação entre dois filhos e um casamento. Em 2018, me especializei em Terapia Relacional Sistêmica, me capacitando ainda mais para os atendimentos com indivíduos e casais. Posteriormente, descobri uma nova paixão na profissão, que é estudar a sexualidade humana, quando fiz a especialização nessa área e, desde então, passei a focar nela. Sou intensa, curiosa e viver é uma grande festa pra mim!

Ensaio: MONÓLOGO... UM INTERROGADOR. Meu nome é **Wescley Dinali**, tenho 42 anos e nasci na cidade de São João del-Rei/MG. Sou formado em Pedagogia pela Universidade Federal de São João del-Rei (UFSJ), mestrado e doutorado em Educação pela Universidade Federal de Juiz de Fora (UFJF). Tenho experiência como docente na Educação Básica, Técnica, Superior e pós-graduação. Atualmente sou Professor na Universidade do Estado de Minas Gerais (UEMG) e estou há três anos como coordenador de pesquisa da Unidade Ubá/MG. Tenho experiência em Educação, com ênfase em Filosofia da Educação, atuando principalmente nos seguintes temas: filosofia francesa contemporânea e educação, filosofias da diferença e educação, ética docente, estética da existência, cotidiano escolar, movimento *punk* e educação.

Ensaio: O REENCONTRO. Com nome da heroína hebreia que, armada de sua incomparável beleza, seduziu e degolou um temido general inimigo de seu povo, é ao mesmo tempo aquela que, desapegada das coisas tediosas, se aventura em voos de liberdade. A síntese da força e da leveza, esta sou eu – **Judith Soares**.

Ensaio: Obesidade: minha luta contra essa doença! Meu nome é **Ana Lucia Tamutis Pereira**, tenho 52 anos. Sou professora de Educação Infantil, servidora municipal de Florianópolis, licenciada em Pedagogia pela Universidade do Vale do Itajaí. Nasci no Estado de São Paulo, mas fui acolhida por essa belíssima ilha de Santa Catarina no ano de 1994, e sou moradora de uma localidade ímpar, conhecida como Costa da Lagoa. No exercício da docência, eu sempre deixei meu lado de artista fluir e, ao narrar histórias para as minhas crianças, percebi o quanto essa vivência me realizava. Hoje sei que, quando interpreto algum texto, é a minha criança que fala...

Ensaio: Da tese à crise à tese: reorganizando os fios do texto. **Cristiano dos Passos**, nascido em 1973 em Florianópolis, graduado na área de Letras (1995), com mestrado em Teoria Literária (2009) e doutorado em Estudos da Tradução (2022). Apesar da carreira acadêmica errante, sempre estive acompanhado dos elementos que a compõem: as letras e as artes, especialmente a literatura e a música. Fui professor por mais de uma década, mas atuo como revisor de textos e tradutor desde 1994, profissão a qual me dedico no presente momento. Em paralelo, sigo como baterista (do brega ao noisecore!), colaborador de fanzines, revistas e livros na área de música extrema e apoiador da cultura independente *underground*.

Ensaio: Ser mãe – descobertas de um processo terapêutico. Meu nome é **Liliane** e na intenção de me apresentar, procurei em vão, nas palavras, nas expressões, nos adjetivos, nas qualificações, nas titulações... porque são tantas em mim. Todas em transformação! Sou Liliane, sou mulher, sou mãe, sou professora, sou contadora de histórias, sou esposa,

sou amiga, sou irmã, sou filha, sou tia... sou aquelas que ainda hão de vir. Ainda assim, me sinto indefinida.

Ensaio: Transições e demônios. Meu nome é **Monica Duarte** sem acento e talvez isto tenha me constituído, pois às vezes acho chata a exigência de ter que ter um *assento* teórico. Isso é muito significativo para mim, não ter *assento*. Por um lado, precisei desenvolver a sensação de assentar em algum lugar e mais bacana foi a possibilidade de escolher onde assentar; por outro, sou alguém que está sempre buscando conhecer outros lugares e saberes. Sou Psicodramatista Didata/ Supervisora, fiz formação em Terapia Relacional Sistêmica, mestrado em Gênero e Constituição do Sujeito, participei de outros cursos, como, por exemplo, formação em psicodinâmica psicanalítica. Em paralelo à carreira mais intelectual e racional que desenvolvi nos últimos trinta anos, a arte foi uma amiga e companheira. Hoje sou cantora de uma banda que mistura teatro e música, há 15 anos. Atualmente, tenho duas paixões profissionais que envolvem a arte: uma a banda Dbregas Drama Band e outra o grupo que nomeei de "Artes do corpo: os nós dentro de nós." Porém, confesso que atualmente meu maior prazer está em ser mãe, avó, esposa, irmã, amiga e madrinha de dois gatos, bem como ver o pôr do sol da janela da minha casa.

Ensaio: As barreiras que colocamos. Sou a **Nathália Zilli**, tenho 32 anos e interessada na escrita amadora desde os 10 anos. Formei-me em Psicologia pelo Cesusc em 2014 e desde então trabalho com clínica de adolescentes e adultos. Meu texto é um pouquinho da poesia de se trabalhar com a clínica, das dores e dos amores de se envolver nas histórias sem medo de sentir. Afinal, quando me perguntaram como

eu fazia para não me envolver nas histórias eu respondi: Ué, mas se eu não me envolvo, como vou conseguir ajudar?

Ensaio: As Helenas que existem dentro de nós. Meu nome é **Vanessa da Silva Domingos**, tenho 30 anos. Sou Psicóloga Clínica de adultos e casais. Me formei em Psicologia pela Universidade Federal de Santa Catarina e sou Pós-Graduada em Terapia Relacional Sistêmica pelo Instituto Familiare. Também sou cantora, papel que venho construindo ao longo de toda a vida e hoje sou muito feliz por poder exercê-lo na formação de uma banda. Sou uma mulher, uma profissional e uma artista em constante aprendizado em suas diversas funções.

Agora que você que nos lê já conhece a todos nós, seja bem-vindo/a/e a essa escrita que nos transformou enquanto pessoas, profissionais e artistas. Ficamos na esperança de que cada capítulo lhe toque a alma, provoque reflexões e, quiçá, as mudanças necessárias e desejadas. Um abraço carinhoso e boa leitura!



A ARTE DA PRÁXIS



O VOO DA VESPA

Voando em minha direção, quando passou pelo Japão, lá pelos idos do século XVII, a Vespa foi capturada e entrou na órbita do atrator estranho Matsuo Bashô.

Assim, ela conheceu com o seu exoesqueleto vespídeo tanto as amenidades quanto as agruras das quatro estações. Conheceu o sabor dos néctares, na PRIMAVERA, tendo ajudado a disseminar a vida transportando o pólen entre as flores de Penstemon e também de algumas espécies de figo. No VERÃO, quase foi comida por um sapo que pulava em um poço, mas, felizmente para mim, escapou ilesa e sagaz antes de ouvir o plóóp do anfíbio na água. No OUTONO, pode sobrevoar e contemplar a beleza do monte Fuji espelhado nas águas do lago Yamanaka, antes, tendo visitado alguns pomares, onde provou das frutas típicas da estação, uvas, maçãs, peras e caquis. Conheceu, na ocasião, o frio nos montes nevados, o próprio Fuji e outros, como o conjunto vulcânico de Daisetsuzan e o Iwate, nas proximidades da cidade hoje conhecida como Morioka. Como a proximidade da neve fez eriçar os seus pelos de inseto, o que a incomodou um pouco, visto ser ela um inseto solar, resolveu logo se afastar dali. Acrescente-se que tendo também ouvido falar mal do rigoroso INVERNO japonês, cujo frio intenso faz arquear a própria lua, ela decidiu, então, subir e se aquecer nos círculos mais altos da atmosfera onde o sol, acima das cobertas de nuvens, espalha o benfazejo calor de seus raios.

*



Subiu aproveitando as correntes de vento ascendentes, antes que esfriassem completamente. Foi nessa fuga do frio que ela penetrou, sem perceber, no fluxo do tempo; primeiro, seguindo os ares de Cronos e, após e inadvertidamente, nos bafejos de Aion. Digo bafejos numa dicção poética; na verdade, violentos sacolejos fizeram chacoalhar muito as três partes de seu corpo de inseto, a cabeça, o mesossoma e o metassoma. Cerrados os ocelos dispostos em triângulos logo à frente do vértice da cabeça, pareceu-lhe que iria a se romper o pecíolo que separa as duas partes de seu abdome. Mas, não obstante esse desconforto, sobreviveu – por quanto tempo, não se sabe – até encontrar a grande paz do ESPAÇO.

E foi aí que, sem saber, voando na minha direção, ela, de fato, vinculou-se à minha história.

*

Eu que, fenômeno ainda não estudado nos meios culturais e literários da pós-modernidade, fora um **AUTOR**, tendo constituído uma obra poética extensa, publicando todos os dias, durante oito anos ininterruptos, nas páginas de um blog meus poemas; um dia, me encontrei desAUTORizado à revelia minha com a seguinte mensagem: “404 – Parece que esta página foi pro (sic) ESPAÇO”.

Desde então, aturdido e atônito, quedei-me prostrado ante a súbita desdita.

Mais tarde, lendo sobre os significados atribuídos aos animais pelas diferentes religiões, me deparei com a seguinte informação sobre a Vespa: “As vespas enfrentam os desafios que elas têm na vida sem nunca desistirem. Apesar de minúsculas, elas superam todos os problemas, portanto, motivando os humanos a tomar conta de suas vidas e se esforçar para perseguir seus corações e mentes”.



E, foi nesse momento de leitura que, telepaticamente, esse inseto da classe dos himenópteros, vindo de longe em minha direção, ainda distante, me inspirou o desejo e o interesse pelo estudo cabalístico dos números.

Então, realmente, apliquei meus esforços para entender a razão 404 da perda que me pôs em contínua letargia.

Desde o fatídico instante em que me vi privado dos meus textos, fiquei alheio a tudo, como se tivesse perdido o meu chão, partes de mim, alma e mente nesse ESPAÇO improvável, obscuro e indizível, e partes outras no vazio e no desconselo.

Mas, graças a esse mensageiro nos anjos, inseto solar, fui voltando a mim, sentindo de novo o chão sob os meus pés, readquirindo o autocontrole e a vontade de viver.

De fato, “o número 4 (...) pode trazer a necessidade de ser uma pessoa mais ‘pé no chão’, sem se perder nos próprios pensamentos e sonhos. (...) A outra metade da sequência é composta pelo número 0, o que torna o significado do número 4 ainda mais forte, pois sua característica principal é intensificar outros números. O dígito zero representa tudo e nada: todas as realidades possíveis e o vazio. Isso sugere que todas as coisas são possíveis...

*

Enviada pelos anjos em meu socorro, essa Vespa, voando pelo ESPAÇO das afecções e percepções no estrato cronológico da matéria despublicada que vem do ano de 2008 para 2012, e; sem deixar a órbita do atrator estranho Matsuo Bashô, por isso mesmo, reautorizou-me ao fazer dessa matéria seu alimento, metabolizand-a nos seus ovos que ela deposita aqui, no rodapé deste livro coletivo, onde fez o seu ninho.

Diga-se de passagem, em nome de um pudor intelectual da forma, que seus ovos não são, em geral, haicais, tal como os inventara o mestre Bashô. Embora alguns se lhes assemelhem, o que há neste ninho são variações da forma originária contidas na disposição em três versos e na disposição métricosilábica 5-7-5, o que inspiraria um outro estudo cabalístico a ser realizado em outro momento mais oportuno.

*



Saco de mil galhos
se traduz a humanidade:
alhos e bugalhos!

ASPECTOS REFLEXIVOS PARA PENSAR OS ATENDIMENTOS TERAPÊUTICOS *ONLINE*: DA TEORIA PARA A EXPERIÊNCIA

REFLECTIVE ASPECTS
TO THINK ABOUT ONLINE
THERAPEUTIC CARE:
FROM THEORY TO EXPERIENCE

Anderson Carlos Santos de Abreu

RESUMO:

Movido por algumas questões reflexivas sobre o atual contexto da clínica na Psicologia, este texto propõe aspectos reflexivos para pensar os atendimentos terapêuticos *online* em tempos de pandemia da COVID-19 e, também, pós-pandemia. Por conta disso, visei escrever sobre a composição da clínica *online* a partir do conceito de acolhimento catártico, o qual indica que o terapeuta deva assumir comportamentos movidos por indagações reflexivas, as quais primam pela liberdade, espontaneidade e criatividade na construção de transferências com a tecnologia e, também, com os pacientes. Como resultado desta reflexão, concluí que, por mais que desejemos dimensionar e/ou qualificar o atendimento *online*,



No palco da vida
encenando uma tragédia
minha alma atrevida.

não serão apenas as escolhas teóricas e epistemológicas que nos permitirão isso, mas a nossa capacidade, enquanto terapeutas, de criar condições favoráveis de repensar a nossa prática constantemente frente a um contexto que exige não somente reflexões epistemológicas, mas, sobretudo, políticas e transferenciais.

Palavras-chave: Atendimento online. Experiência. Acolhimento catártico.

ABSTRACT:

Moved by some reflexive questions about the current context of the clinic in Psychology, this text proposes reflective aspects to think about online therapeutic calls in times of the COVID-19 pandemic and post-pandemic. Because of this, I aimed to write about the composition of the online clinic based on the concept of cathartic reception, which indicates that the therapist must assume behaviors driven by reflective inquiries, which strive for freedom, spontaneity and creativity in the construction of transferences with technology and also with patients. As a result of this reflection, I conclude that, as much as we wish to scale and/or qualify the online service, it will not only be the theoretical and epistemological choices that will allow us to do so, but our ability, as therapists, to create favorable conditions to rethink our practice constantly, facing a context that requires not only epistemological reflections, but above all political and transference ones.

Keywords: *online Service. Experience. Cathartic Reception.*

COMPONDO A IMPORTÂNCIA DO TEMA

A composição da clínica *online* em tempos de pandemia, e agora no pós-pandemia, nos convida a refletir alguns dilemas importantes que atravessam o nosso trabalho terapêutico, os quais exigem atenção especial e uma reflexão rigorosa, a saber: há fundamentos teóricos e epistemológicos para pensarmos a estrutura da clínica *online*? Ou o aspecto que separa a prática clínica *online* da prática presencial é o elemento presencial/físico da relação terapeuta e

0 dia amanhece.
Quando reconhece o sol
o galo acontece.

paciente? Ou, ainda, como dimensionar e qualificar o atendimento on-line, considerando, por exemplo, a tímida relação com as tecnologias da informação e comunicação? Apresento aqui algumas poucas questões, sendo que são estas que vem usurpando tanto a mim como também aos colegas com quem tenho compartilhado as experiências dos atendimentos *online*.

Diante desse escopo indagativo que introduz o texto, e sabendo que há outras tantas questões além destas, a resposta mais direta que apresento neste primeiro momento não tem como intento esgotar a reflexão, mas sistematizar possíveis investigações e pensamentos que poderão acompanhar não somente as práticas atuais, mas sobretudo as ações que estão a se constituir no campo das experiências nestes atendimentos *online*. Isso porque não há ainda motes teóricos tão estruturados sobre esse momento da clínica *online* na pandemia da COVID-19. Ainda estamos vivendo os percalços e, com isso, remetendo-nos, num primeiro momento, ao domínio da prática, para só depois, num segundo momento, aos aspectos teóricos. Talvez este seja o grande desafio da pandemia à prática clínica: submeter a sua teoria à experiência, não esgotando-a, mas subvertendo-a numa dimensão que poderá ter outros atributos importantes para a sua constituição.

À vista disso, farei um ensaio reflexivo acerca de alguns conceitos importantes para essa reflexão, os quais serão apresentados ao longo do texto. Tal meditação compreende em elucidar algumas relações de resistência que ocorrem com os terapeutas, quando estes deslocam seus trabalhos clínicos para outras vertentes teóricas com o ensejo de retomar suas subjetividades no trabalho. Tal processo se dá quando a experiência se torna o grande mote organizador das teorias, e para isso é necessário muita liberdade, espontaneidade e criatividade para que a influência opressora de epistemologias já consolidadas, porém não experimentadas nesse novo contexto pandêmico, não nos levem à desvantagem de uma neurose.



Obra do meu punho
devora as carnes do tempo
este gatafunho.

Após isso, apresentarei o conceito de acolhimento catártico como possibilidade de avançarmos nos atendimentos *online* em época de pandemia da COVID-19. Sobre isso, ainda, sistematizarei os aspectos reflexivos para pensarmos esses atendimentos terapêuticos *online*, compreendendo-os, num primeiro momento, sob a ótica do cuidado de conhecer o paciente naquilo que ele é, no segundo momento, na possibilidade de comunicar ao paciente aquilo que compreendemos sobre o que é apresentado e, por fim, no terceiro momento, perceber os significados vividos pelo paciente e ressignificá-los.

Findando o texto, apresentarei os movimentos frenéticos em torno da COVID-19, muitas vezes irracionais e até mesmo injustificáveis frente às características biológicas e epidemiológicas que a situação nos exige, considerando o pandemônio da pandemia, as tensões reprimidas e o caos.

SUBMETER A TEORIA À EXPERIÊNCIA: UM EXERCÍCIO DE LIBERDADE, ESPONTANEIDADE E CRIATIVIDADE NA CLÍNICA

Seria esta, a meu ver, a contribuição mais significativa deste texto à prática clínica *online* nestes tempos que nos atravessam: pensar o lugar do terapeuta nessa relação *online* com o seu paciente, da mesma forma como que este se compõe nessa relação. Frente a isso, essa relação vem propondo um conceito complexo e necessário ao terapeuta, posto que impõe um vínculo inicial com as tecnologias, antes mesmo do possível vínculo com o seu paciente. Não estou aqui propondo uma hierarquia de vínculos, mas uma



Dança o êbrio e diz:
que esplêndido o mês de maio.
Viva o veranico!

compreensão sistemática desse acesso do terapeuta ao seu paciente no atendimento *online*, posto que esse vínculo inicial é tão diverso como, também, as possíveis modalidades e abordagens dos atendimentos presenciais. Nesse sentido, a Resolução CFP nº 012/2005, que regulamenta o atendimento psicoterapêutico e outros serviços psicológicos mediados por computador e revoga a Resolução CFP nº 003/2000, determina pela primeira vez que a psicoterapia *on-line* possa ser praticada, desde que em nível experimental e contemplando algumas condições importantes, tais como: fazer parte de projeto de pesquisa, ter aprovação de Comitê de Ética, ser gratuita, entre outras (CFP, 2005).

Anos mais tarde, com a chegada da COVID-19, o Conselho homologou a Resolução 04/2020 introduzindo os meios de Tecnologia da Informação e da Comunicação como recurso para trabalho remoto de terapias neste tempo de isolamento social. Nesse documento, o qual dispõe sobre regulamentação de serviços psicológicos prestados por meio de Tecnologia da Informação e da Comunicação durante a pandemia do COVID-19, o Conselho tem a lume sabença de regulamentar a ação, mas em hipótese alguma conceituá-la ou até mesmo introduzir qualquer outro conceito que possa balizar qual epistemologia seria mais cabível à ação. Acredito que o Conselho esteja retomando a ideia experimental já publicada em 2005, posto que uma nova experiência se instala juntamente com a pandemia, assim como a possibilidade de construir uma concepção que subjaz novos experimentos e conceitos de psicologia nesse contexto.

O elemento a ser considerado na primeira Resolução para a reflexão que aqui elaboro, assim como na segunda, condiz com o aspecto experimental apresentado, sendo este também extremamente importante neste momento em que vivemos uma clínica no modo *online*. O ensejo do Conselho ao publicar essas resoluções estaria em submeter todas as questões de natureza técnica, que surgiriam da prática, às reflexões de cunho ético, isso porque estávamos, e ainda estamos, pouco alicerçados por teorias que possam



0 inverno abre a boca
seus hálitos frios exala
e me põe de touca.

corroborar o trabalho. Isso permite que possamos pensar nossas práticas para além dos aspectos pragmáticos das teorias, os quais podem sucumbir uma referida prática a um nicho epistemológico, esquecendo, muitas vezes, dos aspectos éticos, ontológicos, estéticos e até mesmo políticos. Esse contexto experimental proposto nos permite estar dispostos a nos desprender de um único método, sendo envolvidos a cada passo das descobertas às possíveis sugestões da catarse ao criticar os métodos até então apresentados a nós e que, talvez, não caibam nos modos *online*.

A catarse, nesse sentido do processo de construção de um método, permite liberarmos emoções, sentimentos e até mesmo tensões reprimidas, as quais foram conferidas por escolas epistemológicas que não toleraram criar, mas apenas segui-las. Estaria aí um aspecto significativo nessa constituição do ser terapeuta ao submeter sua teoria à experiência, não esgotando-a, mas subvertendo-a: o empenho social em liberar tensões reprimidas para a construção de novos métodos, posto que não seria somente o medo das tecnologias que balizaria nossas relações de vínculos, mas o de superar as relações teóricas com as práticas enraizadas em epistemologias obsoletas. Logo, somos convidados a nos reinventarmos nesse processo de pandemia e atendimentos *online*.

Não estou aqui propondo uma revolução paradigmática na ciência da psicologia frente a este momento que vivemos da clínica *online*, mas diferentes e possíveis comportamentos movidos por indagações filosóficas, nos quais a liberdade de criação do ser terapeuta seja o elemento central nessa construção de vínculos com a tecnologia e também com os pacientes. Para tal, a catarse nesse processo tem a liberdade como modalidade fundamental nessa composição do ser terapeuta, sendo a subjetividade a natureza interna resultante de sua personalidade frente às tecnologias, e não o medo ou a insegurança em lidar com elas. A liberdade de compor nesses tempos de clínica *on-line* deve ser a preocupação universal dos terapeutas, uma vez que a espontaneidade e a criatividade lhe darão condições



Seis da manhã, cedo
a lua cheia no céu
vê que enleia um bêbado.



conscientes de si mesmos, de suas situações políticas atuais e de suas importâncias para o paciente no atendimento *online*.

A liberdade, a espontaneidade e a criatividade aqui propostas para esse processo de composição do ser terapeuta para atendimentos *online* não é uma aleatoriedade das abordagens, ou um determinismo anárquico de teorias psicológicas, ou, muito menos, uma atuação patológica ou impulsiva do ser, mas o reconhecimento do ato livre como condição necessária para a construção do vínculo inicial com as tecnologias e, por conseguinte, com os pacientes. Esse processo de liberdade nos permite a construção de um discurso, ou uma noção de subjetividade deste ser terapeuta, que permite extrair de sua própria experiência elementos de verdade verificáveis ou modos de subjetivação da verdade. Ou seja, “[...] a maneira pela qual o sujeito faz a experiência de si mesmo em um jogo de verdade, no qual ele se relaciona consigo mesmo [...]” (FOUCAULT, 2006, p. 236).

Essa noção de subjetividade para a construção de discursos sobre o ser terapeuta que ora apresento é a de Foucault (2006). Os enunciados do terapeuta sobre sua própria atividade permitem colocá-lo frente a frente com “[...] uma verdade de homem bastante arcaica e bem próxima, silenciosa e ameaçadora: uma verdade abaixo de toda verdade, a mais próxima do nascimento da subjetividade e a mais difundida entre as coisas [...]” (FOUCAULT, 1972, p. 561). Nessa articulação dos discursos sobre o ser terapeuta, pode-se encontrar mecanismos de subjetivação sendo interditados, rejeitados ou excluídos por estruturas teóricas enraizadas em epistemologias obsoletas. Segundo Foucault (1996, p. 18), essas interdições podem ocorrer através de sistemas de exclusão, sendo os discursos de subjetividade frutos, por exemplo, de palavras proibidas, ou até mesmo da segregação da loucura ou do desejo neurótico pela verdade.

Nesse contexto de exclusões, percebe-se que o sujeito é constituído por uma rede de discursos de saber e de poder, talvez porque o ser terapeuta é considerado por grande parte das teorias



0 tempo não passa
no vazio da tua ausência
a saudade embaça.

como uma construção epistemológica, sendo estas que conduzem suas condutas na clínica. Operar com esse tipo de prédicas enraizadas nos terapeutas implica saber como determinados discursos orientam, fundamentam e racionalizam certas teorias em suas práticas e como que estes inferem em suas subjetividades. Todo e qualquer discurso epistemológico se localiza num lugar específico, posto que não há discurso livre, neutro e independente, nem mesmo o próprio discurso subjetivo.

Neste tempo de atendimento *online*, estaria o terapeuta não somente na aventura de desvelar os discursos que comprometem sua construção de vínculos com a tecnologia, mas, sobretudo, a peripécia de enfrentar os discursos e os poderes que permeiam o processo de composição da sua subjetividade, que são atravessados por epistemologias que escondem sistemas de dominação do saber. Esses enfrentamentos trazem ao terapeuta resistências inconscientes que deslocam o trabalho clínico à angústia da rememoração de conteúdos recalados, os quais inviabilizam uma prática clínica livre para além da sua neurose. Conscientes disso, comprehendo que o processo catártico, como é proposto anteriormente, propunha uma ampliação da consciência do terapeuta, colocando-o em oposição a todos os outros procedimentos e abordagens que o amarram ao medo de acessar a liberdade, a espontaneidade e a criatividade.

Esse processo catártico consiste, portanto, em submeter a teoria à experiência. Segundo Dewey (1926), o que há de mais fundamental na realidade é a experiência, uma vez que esta consiste dos elementos presentes no mundo sensível. É a experiência que comporta não somente a abundância das subjetividades, mas os seus contrastes, consensos e existências. Ou seja, de acordo com o autor, é na experiência que incidem o bom e o ruim ao mesmo tempo, assim como o fraco e o forte, o necessário e o contingente etc. A experiência é, pois, a definição mais provocadora, instigante e necessária às subjetividades, assim como ao próprio processo de espontaneidade e criação.

**Não quero alvoroço!
Diz e vai fazer a sesta
logo apôs o almoço.**

[...] vida é uma característica de eventos numa condição peculiar de organização, [...] assim, a ‘mente’ é uma propriedade adicionada assumida pela criatura sensível, quando alcança aquela interação organizada com as outras criaturas vivas que é a linguagem, comunicação (DEWEY, 1926, p. 258).

Não somente pela teoria, mas sobretudo pela experiência *online*, poderemos encontrar soluções importantes para esse processo de constituição do ser terapeuta nesse momento de pandemia. É na experiência do mundo real e objetivo que nossa subjetividade encontra conteúdos importantes para acessar a liberdade, a espontaneidade e a criatividade. Caso contrário, só teremos acesso a uma suposta realidade ideal promovida pelas teorias, em que seremos conduzidos pelo desejo de garantir certezas, verdades e valores indiscutíveis, em vez de condições necessárias à experiência:

Vivemos num mundo que é uma mistura impressionante e irresistível de suficiências, estreita completude, ordem, recorrências que tornam possível a predição e o controle, e as singularidades, ambiguidades, possibilidades incertas, processos que levam às consequências mesmo que indeterminadas. Esses fatores estão misturados, não mecanicamente, mas vitalmente, como o trigo e o joio da parábola. Nós podemos reconhecê-los separadamente, mas não podemos dividi-los, pois diferentemente do trigo e do joio, eles nasceram da mesma raiz. As qualidades têm defeitos como condições necessárias de suas excelências; as instrumentalidades da verdade são as causas do erro; as mudanças dão significado à permanência e a recorrência torna possível a novidade. Um mundo que fosse inteiramente risco seria um mundo no qual a ventura seria impossível, e somente um mundo vivido pode incluir a morte (DEWEY, 1926, p. 47-48).



Eis que entrei em mim
percorri fundas distâncias
e não vi o fim.

O CAMINHO DO ACOLHIMENTO COMO FORMA CATÁRTICA NO ATENDIMENTO *ONLINE*

O avanço dos atendimentos terapêuticos *online* traz a necessidade de repensarmos o lugar do terapeuta quanto ao uso das Tecnologia da Informação e da Comunicação, sobretudo sua entrada no *setting* clínico por meio desses caminhos. Isso porque o trabalho exige a incorporação de tecnologias que possam considerar práticas relacionais e de acolhimento (MERHY, 1998). Não é uma discussão que pretendo levantar aqui, mas não são todos os meios de Tecnologia da Informação e da Comunicação que permitem um bom atendimento terapêutico *online*. Talvez, muito em breve, com esse contexto instalado, surjam pesquisas na área da Psicologia e da Tecnologia que possam avaliar quais plataformas digitais são mais eficazes para esse processo. Afinal, ainda não sabemos qual é a melhor ou a mais indicada para esse trabalho.

Dado isso, o que nos cabe no momento é refletir sobre o modo como acolhemos e estabelecemos vínculos com o paciente por meio das Tecnologias da Informação e da Comunicação, posto que a prática do acolhimento passa a ser o elemento central na construção do ser terapeuta em tempos de atendimentos *online*. Essa prática consiste, num primeiro momento, no cuidado de conhecer o paciente naquilo que ele é, no seu conteúdo silencioso que ainda não é capaz de ser compreendido. Há aqui, portanto, uma dimensão relacional sobre o próprio efeito do acolher, como “[...] uma ação de aproximação, um ‘estar com’ e um ‘estar perto de’. Essa atitude implica, por sua vez, estar em relação com algo ou alguém” (BRASIL, 2010, p. 6).

No aspecto catártico, é acessar as tensões reprimidas do paciente sobre este momento de pandemia que ele está vivendo.

Raminho dengoso
sustenta a quem beija o vento
a flor do Ipê Roxo.

Acessá-las consiste em interrogá-las, posto que a realidade delas para o paciente está por toda a parte e em lugar nenhum específico. Interrogá-las não é oprimi-las, mas desvelá-las na medida do possível. Elas estão diante dele, ao mesmo tempo em que ele faz parte delas. Ou seja, estão tão próximas a nós e a ele que se tornam quase invisíveis. Interrogar as tensões reprimidas é questionar o sentido delas na vida do paciente. Mesmo que ele diga que já há soluções para elas, ele pouco conseguiu refletir sobre o tema.

Esse cuidado de conhecer o paciente naquilo que ele é significa promover em nós, terapeutas, um olhar diferente – distanciado, admirado e lento – para que aquilo que parecia tão evidente ao paciente, as tensões reprimidas, possam se mostrar aos poucos em toda a sua complexidade. Para isso, temos que adotar um olhar sensível sobre todas as imagens que acessamos no vídeo do atendimento *online*, desde a composição do ambiente em que o paciente se encontra, até mesmo suas interações, posturas e movimentos com esse mesmo ambiente.



Um exemplo disso pode ser compreendido a partir da obra de arte *O Sonho de Malinche* (1939), do pintor mexicano Antônio Ruiz (1895-1964). Nessa obra, a paisagem do ambiente se estende ao corpo

**Eis o que é o pensar:
entre o que se fala e vê
um jogo de dados.**

da personagem, como se o sonho dela fosse a base a partir da qual uma nação é construída. Olhando para essa obra, talvez um dos critérios para conhecer o paciente naquilo que ele é consista em caracterizar o seu mundo como vontade e representação daquilo que ele concebe como real. Isso quer dizer que as tensões reprimidas não interrogadas não produzirão nenhuma distinção a ele e, portanto, o levarão a uma contínua linguagem sonâmbula do não sentido sobre suas tensões reprimidas. É aí que repousam todas as suas incapacidades de abandonar os medos e as inseguranças postas pelo contexto atual da pandemia.

Seguindo o processo, tanto para o terapeuta, como também para o paciente, a definição de realidade passa adquirir uma adequação aos discursos de ambos. Ou seja, adentramos aí num segundo momento importante na caminhada do acolhimento catártico, a possibilidade de comunicar ao paciente aquilo que compreendemos sobre o que é apresentado por ele. Na *Metafísica* (Livro IX, 10), Aristóteles diz que um juízo é verdadeiro quando une, na proposição, o que está unido na realidade, ou separa, na proposição, o que está realmente separado. Logo, aquilo que é apresentado a nós pelos pacientes, nesse segundo momento, poderá corresponder adequadamente às interrogações já realizadas no primeiro momento, haja vista que elas, por esse processo, abandonarão, aos poucos, todas as proposições e juízos que unem o paciente à realidade da tensão reprimida.

Estabelece-se aqui uma escuta mais definida pelo terapeuta, como também, um caráter mais ativo por parte do paciente em receber do terapeuta aquilo ele vem compreendendo, o que se assemelha à concepção de escuta descrita por Araújo e Silva (2012):

A escuta ativa [...] demanda do sujeito mais do que a simples passividade de deixar de falar, implica colocar atenção para ouvir querendo compreender o outro, considerando que há um contexto significativo maior por trás das palavras pronunciadas. [...] Supõe o profissional não atentar para seu conjunto de vozes internas, mas sim para as



Pio de passarinhos
dentro da boca da noite.
Voltam para o ninho.

expressões do paciente, manifestas de modo verbal e não verbal (p. 126).

Nesse momento, o terapeuta não deve ter uma postura de captação passiva e, além disso, não deve receber as informações de maneira irrefletidas ou supostamente neutras, mas disponível para estar com o paciente, com abertura subjetiva para entender, suportar e ser continente às suas angústias e, assim, ajudá-lo a se organizar internamente frente ao seu sofrimento. No aspecto catártico, é estar disposto a criar conceitos com o paciente sobre esses sofrimentos, ou seja, acolher as imagens distorcidas que eles produzem, assim como a inexatidão dos seus movimentos imagéticos para que, aos poucos, o paciente ganhe consciência do peso da imagem, da vertigem e do possível equilíbrio que ele poderá alcançar ao compreender que imagens são estas.

A partir daí passamos a adentrar o terceiro momento, o de perceber os significados vividos pelo paciente e ressignificá-los. Ressignificar as imagens produzidas pelas tensões reprimidas é promover e despertar coragem no paciente, para que aos poucos ele vá reconstruindo modos de superação. Essa ressignificação consiste em sistematizar a sua experiência frente às tensões reprimidas, ou seja, compreender, elucidar e assumir plenamente as questões que interpellam os seus caminhos. Ao assumir esse suposto saber sobre suas questões, nós terapeutas compreenderemos que o paciente já apresenta capacidade para interrogar-se.

Tudo isso aponta para um aspecto catártico, o de ressignificar e interrogar as suas próprias tensões reprimidas. Aqui, o paciente passa a ser tomado não propriamente ou primariamente por um saber sobre si, mas sobre as causas específicas que lhe originam as tensões. Em razão disso, as tensões reprimidas podem ser caracterizadas pela expectativa de um mal que se avizinha.

O aspecto curioso disso é que os animais sentem medo do predador, ou seja, da ameaça eminentemente verdadeira; já o ser humano é capaz de sentir medo mesmo quando não há riscos.

“

Vou então retomar a minha
pobre vida tão chã e tranqüila,
em que as frases são aventuras...”
Flaubert, apud Roland Barthes -
“O Grau Zero da Escrita”.



A frase é a aventura
que textura traz ao texto,
torna-o letra dura.

Somente ele é capaz de tremer no aconchego em segurança. Esse medo não é provocado por nenhum motivo determinado, ou seja, não há nada em si que o justifique. Ao apontar isso, não estou relativizando o medo, muito pelo contrário, estou tratando-o como algo profundo, caracterizando-o como uma espécie de angústia. Logo, essas tensões reprimidas, que podem ser chamadas de angústias, correspondem ao medo do nada, ou melhor, o nada mesmo se manifestando.

Relacionar-se com esses medos é também uma característica importante para este terceiro momento. E diria mais, ressignificar e interrogar o próprio medo trará ao paciente compreensões acerca de suas finitudes, uma vez que ele treme e esse tremor faz com que todas as suas certezas, verdades absolutas e valores precisem ser reexaminados e revalorados. Essa sabedoria que se adquire ao enfrentar os próprios medos é a grande catarse, já que, ao assumir todas as suas incertezas, o paciente perceberá que todos os problemas têm importâncias relativas, da mesma forma que todos os projetos possuem urgência absoluta.

O PANDEMÔNIO DA PANDEMIA: AS TENSÕES REPRIMIDAS E O CAOS

Vivemos movimentos frenéticos em torno da COVID-19, muitas vezes irracionais e até mesmo injustificáveis frente às características biológicas e epidemiológicas que a situação nos exige. Sem sombra de dúvidas que a situação é real, porém é necessário olhar para ela nas suas diversas metamorfoses, posto que é modificada a cada instante a serviço de questões políticas, farmacêuticas e até mesmo ideológicas. Pois bem, está instalado o pandemônio na pandemia. Em seu sentido mais etimológico, o pandemônio se caracteriza por uma associação em prol de praticar o mal ou promover desordens e

“A loucura é, para a razão,
sua força viva e secreta”.

M. Foucault.

Se diz que a loucura,
força própria da razão,
do homem é o capuz.

balbúrdias. Logo, utiliza-se da sanidade mental que ainda resta nas pessoas, a qual poderia ajudá-las a superar o movimento real da pandemia, para estimulá-las a uma manobra num viés perverso.

Se não bastasse o vírus e toda sua letalidade, este viés perverso da pandemia suspende o funcionamento normal das vidas e, ainda por cima, as condições mentais que poderiam conduzir com qualidade, transformando-as numa desordem sem sentido, ou seja, um caos. À vista disso, os indivíduos passam a interpretar seus sentimentos em tentativas completamente ineficazes, as quais geram ainda mais conflitos, inseguranças, medos e ansiedades. Por assim dizer, essa perversidade intensifica algumas das incapacidades que carregamos dentro de nós e que, por suas naturezas inconscientes, não nos ajudam a resolver os conflitos de maneira satisfatória.

O mais interessante disso tudo é que o vírus, em sua potente letalidade, fica em segundo plano quando o viés perverso, nas suas diversas metamorfoses – questões políticas, farmacêuticas e até mesmo ideológicas – entra em jogo. Consequentemente, fundamenta-se a todo instante que há uma vida normal, que é possível seguir normalmente em nossos afazeres, afinal, a economia precisa continuar, o mercado não pode desaquecer sua produção. Temos aí uma personificação da normalidade, a qual simplifica questões complexas e, ainda por cima, oferece à sociedade saídas simplórias e simples. Isso aponta que a infecção do vírus e o seu viés perverso não atingirão a todos os organismos, mas sobretudo os mais vulneráveis – os indígenas, os privados de liberdade, os refugiados, aqueles que vivem em situação de rua, os moradores das periferias, a classe proletária e outros.

É sabido por todos que o vírus contaminou primeiramente os mais ricos, porém ele foi manobrado em seu percurso, assumindo determinações fundamentalmente locais por meio de uma necropolítica, ou seja, passou a matar em função de políticas neoliberais com vistas à redução de investimentos e gastos. Como no mundo há muito mais pobres e cada vez menos ricos, vamos reduzir os gastos da crise optando por quem morre. Aqui chegamos a uma das maiores

Cedo abre a janela:
mar, vento, folhas, trovão.
Gorro de flanela.

contradições do mundo contemporâneo: a economia assumindo o lugar e a importância da vida.

Dado isso, em vez de a população assumir as prerrogativas do cuidado e da manutenção da vida numa pandemia como esta, mantendo a dignidade de sobreviver neste caos, ela passa a personificar seus medos, tornando-os cada vez mais reprimidos frente ao caos: será que haverá leitos nos hospitais públicos para todos nós? Ou, então, como farei para pagar as minhas contas, uma vez que não consigo fazer isolamento social? Fiquei desempregado, minha empresa mandou embora todos os 'colaboradores', e agora? Instala-se aí uma angústia, a qual define a ausência de um objeto importante: a castração do gozo, o gozo à vida.

Os efeitos do viés perverso são muito mais pesados em relação aos efeitos do vírus, e eles estão nos fazendo experimentar uma condição prévia da eminentemente nova formação social: o declínio de culturas, a ascensão geopolítica de países cuja ideologia é ultra-direita-conservadora, hegemonias tecnológicas e militarismos e fascismos como controle populacional. Com certeza, infelizmente, estas questões irão atravessar nossas clínicas nesses próximos tempos. Serão questões marcadas pela falta, em que a angústia se instalará entre o desejo e o gozo à vida.

ALGUMAS PALAVRAS À GUISA DE CONCLUSÃO

O acolhimento foi o caminho escolhido neste texto para pensar os aspectos reflexivos que envolvem os atendimentos terapêuticos em tempos de pandemia da COVID-19, bem como após o processo pandêmico. Tal escolheu se deu, pois considero o acolhimento



Fim de noite e o show
no céu, cheia, lua clara.
O ébrio pede um chopp.

uma forma específica de dar atenção aos detalhes que clínica *on-line* nos exige. Esses detalhes não correspondem somente ao que dizemos dos atendimentos, ou ao sintoma que o paciente traz numa primeira sessão, mas ao conjunto de sensibilidades que deveremos investir na sessão.

Para tanto, a premissa deste texto reflexivo consiste em fugir do truismo teórico que as escolas epistemológicas nos inserem, isso porque somos formados a aderir fundamentações teóricas como forma única de correspondência com a verdade, ao invés, por exemplo, de dar voz às nossas inquietações sensíveis. Tal processo pode apagar as subjetividades, impedindo encontrar conteúdos importantes para acessar a liberdade, a espontaneidade e a criatividade que a prática clínica nos exige. Os discursos de alcance à verdade podem destruir as subjetividades dos terapeutas, sobretudo neste tempo de pandemia em que estamos vivendo, porque podemos ser acometidos por esse discurso tal e qual nossos pacientes o são.

Em face disso, nós terapeutas não somos atravessados somente pelo medo de sermos infectados pela COVID-19, mas, sobretudo, de sermos sucumbidos em nossas práticas *online* pela infecção dos fundamentos teóricos e epistemológicos, que ao invés de nos permitirem alçar na prática clínica, por exemplo, nos aprisiona na busca incansável de uma teoria que justifique a nossa experiência. Não é a experiência que deve ser justificada, mas a possível teoria escolhida que deve ser justificável pela possível ação da experiência. Por essa razão, poderemos modificar a todo tempo a nossa prática, introduzindo nela capacidades reflexivas em que o aspecto primordial não será mais a dicotomia que separa a prática clínica *online* da prática presencial, mas a composição e a capacidade de superarmos esse desafio proposto pelo momento atual e os futuros.

Por mais que desejemos dimensionar e qualificar o atendimento *on-line*, não serão as escolhas teóricas e epistemológicas que nos permitirão isso, mas a nossa capacidade, enquanto terapeutas,



Diz que o desatino
camada espessa da espécie
é o nosso destino.

de criar condições favoráveis de repensar a nossa prática constantemente. Tal posicionamento poderá nos trazer contribuições para além do campo teórico, nos aproximará de conceitos ideológicos, políticos, éticos, ontológicos e até mesmo estéticos sobre esses atendimentos. Essa riqueza conceitual promoverá mais correspondências com a nossa experiência, posto que esta exige uma complexidade de conceitos e objetos sensíveis para ocorrer.

REFERÊNCIAS

ARAÚJO, M. M. T., & SILVA, M. J. P. (2012). O conhecimento de estratégias de comunicação no atendimento à dimensão emocional em cuidados paliativos.

Texto & Contexto Enfermagem, 21(1), 121-129. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0104-07072012000100014> Acesso em: 06. Jul 2020.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. (2008). **Documento base para gestores e trabalhadores do SUS**. Brasília, DF: o autor. Disponível em: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/acolhimento_praticas_producao_saude.pdf Acesso em: 06 jul. 2020.

_____. (2010). **Acolhimento nas práticas de produção da saúde**. Brasília, DF: o autor. Disponível em: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/acolhimento_praticas_producao_saude.pdf Acesso em: 06 jul. 2020.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA – CFP. (2005). **Resolução CFP Nº 012/2005**. Regulamenta o atendimento psicoterapêutico e outros serviços psicológicos mediados por computador e revoga a Resolução CFP Nº 003/2000.

_____. (2020). **Resolução CFP Nº 004/2020**. Dispõe sobre regulamentação de serviços psicológicos prestados por meio de Tecnologia da Informação e da Comunicação durante a pandemia do COVID-19.

FEITOSA, C. **Explicando a filosofia com arte**. Rio de Janeiro: Ediouro Multimídia, 2009.

FOUCAULT, M. Foucault. In: MOTTA, M. B. (Org.). **Ditos e escritos V**. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 2006.

D
en
tro
tem
a
lma.
Em
ser
a
alma
anagramática
faz
de
um
corpo
a
cama.

_____. **A ordem do discurso:** aula inaugural no Collège de France, pronunciada em 2 de dezembro de 1970. Campinas: Loyola, 1996.

_____. **História da loucura.** São Paulo: Perspectiva, 1972

DEWEY, J. **Experience and Nature.** Chicago: Open Court Publ. Company, 1926.

MERHY, E. E. (1998). A perda da dimensão cuidadora na produção de saúde: Uma discussão do modelo assistencial e da intervenção no seu modo de trabalhar a assistência. In: CAMPOS, C. R. (Org.). **Sistema único de saúde em Belo Horizonte: Reescrevendo o público** (pp. 103-120). São Paulo, SP: Xamã.



ECLIPSE LUNAR

V
ejo um gato pardo
comer um naco da Lua
feito um bom-bocado.



Corpo penetrável.
Mil espíritos percorrem-no
entre a cisma e o abalo.



SONHOS NA CLÍNICA GESTÁLTICA

Marilaine Bittencourt

Sonhos são experiências criativas individuais, representados por mensagens simbólicas e metafóricas. Trazem informações sobre nossa existência, falam de nossas partes. Se passamos aproximadamente um terço do nosso tempo dormindo, o que seria da humanidade sem os sonhos? Eles fazem parte da nossa vida. Só deixamos de sonhar quando morremos.

O tema sonhos, desde a Antiguidade, tem despertado o interesse das pessoas. Inicialmente os povos acreditavam que eram mensagens dos deuses, com uma conotação sobrenatural e divina. Com o passar do tempo, diminui a identificação com o sobrenatural e passam a ter relevância significados próprios dos homens. A primeira contribuição científica da psicologia para o estudo dos sonhos foi desenvolvida pelo psicanalista Sigmund Freud. Para o autor, o sonho é uma experiência humana permeada de conteúdo latente (inconsciente) e conteúdo manifesto (consciente). Aqui já se pode perceber uma valorização do sonho como criação humana. Seguindo na mesma linha analítica, porém com um olhar diferenciado, veio Carl G. Jung, que considera os sonhos expressões inconscientes da mente, tendo como função principal orientar o ego no seu processo evolutivo. Sem dúvida alguma, os sonhos consistem em uma fonte em potencial para o autoconhecimento e, por esta razão, seguem ao longo dos tempos como importante recurso para o trabalho psicoterápico.

Olho os cromossomos
e em seus enlaces bioquímicos
vejo como somos.

Outras abordagens também estudaram e ainda continuam estudando a ciência do sonho. Como Gestalt-terapeuta, opto por compartilhar algumas reflexões e experiências práticas sobre o trabalho com sonhos, tendo como referência principal o autor Fritz Perls, fundador e idealizador da Gestalt-terapia. Inicialmente, faz-se necessário apresentar brevemente os pressupostos teóricos que embasam esta abordagem, bem como alguns conceitos relevantes para o experimento com sonhos. Esta é uma abordagem fenomenológica-existencial-dialógica, que considera essencial o “aqui e agora” e que a forma como damos significado ao mundo é mais relevante do que as explicações (conteúdos). O trabalho clínico tem como foco promover a *awareness*, termo este que pode ser definido como ampliação da consciência de si e consciência perceptiva, sobre sua forma de agir. É o reconhecimento das partes cindidas, para posteriormente integrá-las e assim apropriar-se de seu modo de ser, podendo se colocar no mundo, dizendo: “sou eu quem sinto, sou eu quem percebo, sou eu quem reajo”. Em outras palavras, tornar-se o autor de sua história, responsabilizando-se por seu processo de crescimento. Na GT, utilizamos vários recursos para que o cliente tenha *awareness*, entre os quais podemos citar dramatização, cadeira quente, ou cadeira vazia, expressões metafóricas e o trabalho com sonhos.

No trabalho com sonhos, Fritz Perls traz uma proposta diferenciada de Freud e de Jung. O autor passa a compreender os sonhos como manifestação da existência do próprio sonhador em sua totalidade, na sua inter-relação entre o todo e as partes. Sua análise tem como principal função integrar as partes fragmentadas do sonhador. O experimento, a partir do trabalho com sonhos, possibilita trazer à tona os conflitos internos vivenciados pelo cliente, ou seja, possibilita tornar figura o que era fundo. Para Perls (1997), cada elemento do sonho fala sobre um fragmento do modo de ser-e-estar do sonhador e a terapia gestáltica prima pela reintegração dessas partes alienadas, visando à ampliação de *awareness* e a retomada do crescimento pessoal. A partir dessa premissa é que o trabalho com sonhos em

Buscas um remédio?
O mal de homem o homem cura.
Tenha nisso crédito.

Gestalt incide especialmente no que tange à interrupção projetiva, na medida em que os sonhos são considerados projeções de aspectos alienados de nossa personalidade. Além disso, nos relatos dos sonhos, percebem-se polaridades, ou seja, oposições que destacam o conflito existente. Uma das funções do trabalho com sonhos é identificar o conflito existente e as principais relações destes com o enredo de vida de cada cliente.

Uma condução satisfatória do trabalho com sonhos requer, por parte do terapeuta, ciência, arte, empatia e ética, uma vez que adentrar o mundo onírico envolve respeito, permissão do sonhador e um vínculo de confiança entre terapeuta e cliente. A arte no trabalho com os sonhos diz respeito à relação de intimidade que estes podem ter com metáforas e símbolos, podendo servir como importantes ferramentas para o desenvolvimento do trabalho. O terapeuta também pode servir como importante facilitador do processo de elaboração dos sonhos e, com isso, oportunizar um campo propício para os significados dos sonhos e restauração à “vida real” do cliente, para que este integre as partes cindidas e encontre o caminho de ampliação de *awareness*.

DESCRÍÇÃO DO MÉTODO-SESSÃO INDIVIDUAL

Existem várias formas de trabalhar sonhos no *setting* terapêutico, dependendo da abordagem. Dentro de cada abordagem, também existem diferentes formas de trabalhar, levando em conta as particularidades de cada profissional. Aqui se optou por apresentar o modelo a seguir:



À flor dos meus lábios
é que os lábios teus encontro
o lugar em que ardo.

1. Cliente traz um sonho na sessão.
 - a) Deixar que relate de forma espontânea, sem interrupções. Durante o relato o terapeuta presta atenção ao **conteúdo** (história trazida), sem perder de vista a **forma** (movimentos corporais, tom de voz, expressões faciais). A observação do conteúdo e da forma auxiliará o terapeuta a fazer os questionamentos adequados à vivência do cliente, ou seja, o terapeuta utiliza o que sente a favor do cliente.
 2. Propõe-se uma vivência interna, na qual o cliente entra em contato com seu modo simbólico.
 - a) Faz-se um relaxamento guiado;
 - b) Solicitar ao cliente que conte o sonho novamente, porém no presente e na primeira pessoa do singular (eu) como se a situação (sonho) estivesse acontecendo no aqui-agora. Solicita-se a ele que descreva detalhes até então não percebidos antes, como dia da semana, como está o tempo, se tem algum detalhe que se diferencia do contexto do sonho, visando dar fluidez à imaginação.
 - c) Ao final do relato, pedir ao cliente que perceba, pouco a pouco, entre as sensações e sentimentos presentes, o que mais que lhe chamou a atenção. Sugere-se que o terapeuta conduza a vivência de forma cuidadosa e empática, acompanhando o ritmo dado pelo cliente.
 3. Processamento do sonho
 - a) O sonho pode ser trabalhado inteiro, ou por partes, depende das respostas trazidas pelo cliente.
 - b) Para finalizar um sonho inacabado, sugere-se que o cliente use sua imaginação para dar o fechamento mais satisfatório.
 4. Fechamento da vivência
- Ao término do experimento, é fundamental conversar sobre como foi o vivido da experiência, o que ficou de figura deste trabalho, quais as elaborações feitas.



Sabes por que leo?
Quando leo o mundo gira;
nesse giro enleio-me.

Cabe salientar que se trata de um trabalho mais voltado ao relato de experiência clínica, dessa forma optou-se por deixar de lado o rigor científico. Por isso, não foram utilizadas citações ao longo do texto. Destaca-se, contudo, que a construção partiu de várias fontes científicas. Assim, ao final do texto, serão deixadas as principais bibliografias consultadas.

ESTUDO DE CASO

A seguir, será relatada uma sessão de psicoterapia em que a cliente traz um sonho repetitivo. Ao escolher este caso, pedi autorização para a cliente, que prontamente aceitou. Após ter feito o relato, foi agendada uma sessão em que foi apresentado para a cliente o conteúdo que seria divulgado. Destaca-se que esta foi uma sessão muito emocionante, em que a cliente reviveu os momentos significativos de sua vivência. O nome fictício, Verônica, foi escolhido pela própria cliente. Já o esposo recebeu o nome fictício de João.

CARACTERIZAÇÃO DA SONHADORA

Verônica tem 35 anos de idade, formada em Psicologia. Tem uma relação estável há 8 anos. João, seu esposo, tem 38 anos de idade, pós-graduado, profissional liberal. A demanda que a levou ao processo terapêutico foi um AVC sofrido por João, acidente este que trouxe como consequência severas restrições motoras e cognitivas. No período em que procurou terapia, o esposo estava correndo risco de morte.

Por que fotografo?
Por mostrar que passa o tempo
dou rosto ao passado.



CONTEXTO DE VIDA NA OCASIÃO DO SONHO

Verônica estava fazendo terapia há 10 meses. Seu esposo já havia saído do hospital, passado por duas cirurgias, mas ainda estava em processo de recuperação. Na ocasião do sonho, ela chegava às sessões falando das demandas diárias e o quanto tinha perdido sua liberdade de ser e de estar no mundo. Trazia como exemplos a dificuldade em fazer academia, sair com as amigas, ouvir suas músicas com fones de ouvidos. Dedicava todo o seu tempo às demandas do esposo, que no momento estava ainda com limitações graves, necessitando de tratamento semanal com fisioterapeuta e fonoaudióloga. Poucas vezes o deixava sozinho e, quando deixava, saía apreensiva, preocupada com o que pudesse acontecer. Sentia-se cobrada por ele e por seus familiares. Muitas vezes ficava indignada. João falava em parar os tratamentos (fisioterapeuta e fonoaudióloga), pois queria economizar. Verônica não achava justo ele simplesmente abandonar os tratamentos, considerando todo o seu empenho e dedicação. Dizia que não reconhecia mais o esposo que tinha, sentia falta do que viviam antes, das longas conversas.

Verônica iniciou a sessão contando sobre um sonho repetido que a tem deixado muito assustada. Ela escolheu relatar o sonho mais recente, destacando que os outros tinham pequenas diferenças, "não eram réplicas", mas o que permanecia igual eram as sensações e os sentimentos de "desespero, vergonha e culpa mesmo sabendo que não fez nada de errado".

1. Inicialmente, solicitou-se que a cliente contasse o sonho, deixando que o relatasse na sua forma mais natural (para não ficar repetitivo ao leitor, optou-se por não transcrever esta parte inicial).

Quando o sol se inflama
de intranquilo sono acordo
pulo então da cama.

2. Após um breve aquecimento, foi solicitado que Verônica contasse novamente o sonho (no presente, na primeira pessoa do singular).

Relato: *Eu estou num lugar que não sei onde fica, só sei que é dia, pois está iluminado. Tem pedaços de um corpo, ou vários corpos escondidos no armário e sei que vai ser atribuído a mim o ocorrido, mas eu sei que não fui eu, tem pessoas chegando e eu preciso esconder os corpos por que elas não podem saber...e vão me culpar por isso e de alguma maneira me culpo também...os pedaços de corpos estão saindo, eu sinto muita vergonha, sinto muita vergonha, não sei como isso foi acontecer, não tenho nem ideia, não sei quantos corpos tem ali. Eu sei que eu preciso escondê-los a todo e qualquer custo.*

Ao contar o sonho pela segunda vez (no presente, na primeira pessoal do singular), foi possível perceber que ela trouxe no enredo mais emoção, mais detalhes. Perguntei o que mais lhe chamou a atenção e ela respondeu: "os sentimentos de medo, vergonha e desespero". Perguntei se ela reconhecia situações em sua vida em que esses sentimentos estiveram ou estão presentes:

Verônica disse: *me dou conta, neste momento, que desde cedo a morte está muito presente em minha vida. Primeiro minha tia... não tinha muito contato, era criança... (pausa), depois a morte do tio, já foi diferente, senti mais, teve a morte do avô materno. Depois a morte do tio e da avó, esta foi mais trágica. Os dois morreram em um acidente de carro, a notícia foi divulgada na TV e, numa das reportagens que vi, apareciam muitos pedaços dos corpos espalhados. Numa destas imagens que vi, apareceu o pedaço de um braço de um deles. Me culpei, pois sentia mais pelos familiares que estavam sofrendo pela perda deles do que pela própria perda. Eu era cobrada por minha mãe para que tivesse determinada postura, queria entender como era*



Esta vida é um jogo
entre sonoros movimentos
lugar aonde corro.

para os outros, mas não para ela... (fica um pouco pensativa). Disse ela ainda: eu nasci no mesmo dia em que minha avó fazia aniversário...ela viveu uma vida de servidão e passou a vida servindo meu avô. Somente depois que ele morreu teve mais liberdade. Mais recentemente, perdi o avô paterno, este luto foi muito difícil porque eu tinha uma relação muito próxima.

Algumas dessas situações do passado emergiram no momento da doença de João, intensificando os sentimentos antigos, como medo, vergonha e desespero. Esse fenômeno, na Gestalt-terapia, denomina-se "situações inacabadas", ou "gestalts abertas". Verônica disse: *Olhar para estas situações me causou dor, mas uma sensação de liberação.* Neste momento, Verônica se deu conta dos vários lutos vivenciados, alguns de forma mais intensa, outros menos. Essa vivência possibilitou que Verônica começasse a dar os fechamentos adequados, novos olhares apareceram sobre as situações antigas. Possibilitou também que vivesse a situação atual tal como era, sem intensificar os sentimentos, ou seja, suas reações passaram a ser mais adequadas à situação atual.

Na sequência, eu disse a Veronica que na Gestalt-terapia somos partes de cada objeto ou pessoa que aparecem no sonho (nossa projeção). Perguntei como era para ela ser estas várias partes de corpos aparecendo, que ela tentava esconder.

Verônica disse, com nítida emoção: *tem partes que queria manter, outras abandonar. Academia que fazia com frequência, hoje faço correndo, não tenho mais momentos de solidão, que era o meu modo saudável de funcionamento. Qualquer saída minha era, ou poderia ser, reprimida pelo sogro, caso não estivesse 100% presente com João, tinha vergonha, não me sentia autorizada. No início do acidente, vivi muita solidão, não tinha permissão nem externa, nem interna para receber ninguém. Achei que teria mais apoio das pessoas mais próximas, como*

Um golpe de vista.
Balança no ramo a fruta.
A criança cobiça.

os colegas de trabalho dele, mas não, ficou tudo para mim, e eu não queria correr o risco de errar.

Assim, identificar-se com as partes dos corpos soltos possibilitou que Verônica reconhecesse suas dores, suas partes cindidas e começasse a integrá-las.

Ela continuou descrevendo seus sentimentos – *tem coisas que aos poucos consigo entender e reconhecer* – e deu um exemplo: *este modo de devoção absoluta que tenho vivido não é o que quero para minha vida, acho que João também não quer. Tem uma expectativa que é colocada em cima de mim, não quero mais corresponder à expectativa do outro. De alguma maneira acabo de perceber que tem uma lacuna, buraco. O buraco em que eu vivia, antes de João ter o AVC, e o buraco em que vivo agora. Não quero mais viver a vida que estou vivendo, mas também não quero retornar à vida que tinha antes. Aquele lugar também não faz mais sentido, mas também como está agora, não dá para sustentar muito tempo.* A voz de Verônica estava carregada de emoção, pois se permitia reconhecer partes até então escondidas de si mesma. Aqui pôde-se perceber a profundidade do sentir de Verônica. Podemos dizer que teve consciência de sua forma de pensar, agir e sentir, teve percepção emocional e sensorial (*awareness*).

Para concluir, solicitei que Verônica criasse um final para o seu sonho.

Verônica disse que abriria os armários e abraçaria as partes que eram suas e as que não eram suas entregaria para o verdadeiro dono, explicando o motivo da devolução. Como por exemplo: *Sogro, a autonomia do João está ligada diretamente a nossa independência. Não deixar o João subir sozinho as escadas do prédio onde moramos, por achar que algo de ruim possa acontecer, só vai impedir seu desenvolvimento.* E, por fim, disse: *Por favor, olhem para mim também.*



Nada no bestunto.
Sons percutem no vazio.
Haicai sem assunto.

3. Fechamento da vivência: finalizei esse experimento perguntando como Verônica se sentiu e o que levaria dessa sessão. Ela, então, disse: *A bússola é o sentir...agora tudo está mais nítido. O sonho deixa de ser assustador...mais assustador era não olhar para tudo que eu estava sentindo, pois me dei conta de que não estamos no controle absoluto de tudo. Minha saúde física e mental também importa. Me percebo responsável, sentada. Percebi com a vivência que muitas partes minhas estavam morrendo, muitas coisas que abri mão com a doença de João... Quero pegar essas partes e cuidar, pois vou me sentir estruturada novamente. Como o cuidado com minha alimentação, meu corpo, minhas relações sociais. Antes eu tinha uma rotina, e agora é como se estivesse tudo fora de mim, e se ficasse um pouco comigo, algo de muito terrível poderia acontecer, não podia me desgrudar do que está acontecendo com João e, se fizesse, algo de muito grave poderia acontecer. Não quero mais me responsabilizar pelo que é do outro. O medo da perda do outro tem me levado à perda de mim mesma. Outro dia ouvi que no luto corporificamos o que é do outro. Pura verdade! Hoje me percebo honrando o João de antes, enquanto leio um livro, escuto música clássica, isso era ele que fazia antes do AVC.*

Assim, Verônica se deu conta que, à medida em que estava com mais clareza acerca do seu sentir, os sonhos diminuíram a frequência, pois antes sua ocorrência era semanal. Indeterminação do rumo a seguir, determinação do que não queria mais. *Por muito tempo senti que precisava reprimir minha raiva, tenho aceitado mais minha raiva. Como está sendo importante estes corpos estarem aparecendo...não dá para não olhar mais. O mínimo de individualidade era negada, até ir ao banheiro. Descer para pegar comida era ir e voltar como uma maluca. Hoje está bem mais ameno. A realidade externa mudou pouco, foi buscando contexto, ajustamento criativo, para ficar livre.*



“

(...) o regime da variação universal (...) ultrapassa os limites humanos do esquema sensório-motor, rumo a um mundo não humano, onde movimento iguala matéria".

Deleuze, A IMAGEM-TEMPO.

**Subtraído ao tempo
o movimento é matéria
na equação do invento.**

Livrar-se das partes que não queria mais e olhar para aquelas que pretendia manter.

A sessão chegou ao término, porém infinitas são as possibilidades de continuar trabalhando esse mesmo sonho. Nas sessões seguintes, Verônica relatou que o sonho não se repetiu mais, porém os conteúdos que emergiram continuaram presentes.

Com base nessa descrição de um atendimento psicoterapêutico, pode-se perceber que ser terapeuta é mergulhar na história do outro sem nos perdermos de vista. Temos o papel de ouvinte e de criador (através dos experimentos) e podemos auxiliar o cliente a ficar *aware* do seu movimento na vida.

REFERÊNCIAS

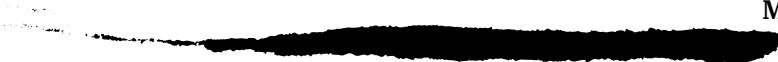
- Haal, J. A. **Jung e a Interpretação dos sonhos. Manual de Teoria e Prática.** Cultrix 1997.
- Lima, A. P. F. **Gestalt e sonhos.** 2 edição. São Paulo: Summus, 2002.
- Perls, F. 1977. **Gestalt-terapia Explicada.** 7 edição. São Paulo: Summus, 1969.
- Perls, F, Hefferline, R, Goodman, P. **Gestalt-terapia.** 2 edição. São Paulo: Summus, 1997.
- Zinker, J. **Processo Criativo em Gestalt-terapia.** 2 edição. Editora Summus, 1977.

“ Bebo água de todo rio...”

Guimarães Rosa,

GRANDE SERTÃO: VEREDAS.

Quando sei da sede
bebo água de todo rio...
Não há água que chegue!



A vida é um tropeço.
Mal dei por mim, virei gente.
Foi meu recomeço.

O USO DE PINTURAS ARTÍSTICAS COMO RECURSO PSICOTERAPÊUTICO NO CONTEXTO DA CLÍNICA

Girlane Peres

A arte diz o indizível; exprime o inexprimível, traduz o intraduzível. Leonardo da Vinci

A ideia de pintar telas artísticas surgiu durante a quarentena da Covid-19 no ano de 2020. Em Florianópolis, onde moro, ficamos em *lockdown* por 60 dias. Nesse período, somente os serviços essenciais como hospitais, farmácias e supermercados estavam abertos. Foi um momento que tensionou as relações, afetou a saúde mental da população, fazendo com que as pessoas repensassem suas vidas e criassem estratégias de enfrentamento para vivenciar o momento. Durante a pandemia, houve aumento da sensação de desamparo, da angústia, da crise de ansiedade e do pânico, além das pessoas se sentirem mais esvaziadas pela ausência ou diminuição de interação social (Birman, 2020). Dessa forma, a fim de melhor lidar com as limitações, frustrações, medos e ausência de contatos sociais, iniciei uma experiência nas artes plásticas. No início foi uma brincadeira. Assisti a vídeos no Youtube, peguei uma tela e tintas velhas e, junto à minha mãe, misturamos essas tintas. Assim, com o auxílio de um secador



**Bulício e tropel:
cai a bolsa, caia bolsa!
Mundo de papel.**

de cabelos, tentamos fazer uma linda obra. Foi mais divertido do que ficou bonito. Comecei a me arriscar e quis fazer uma árvore e, com o auxílio do meu pai, que me explicou como fazer, fiz o caule com o pincel e a copa com o chumaço da esponja de banho.

Depois dessa experiência, não consegui mais parar. Fiz contato com a antiga mentora de pintura do meu pai, que topou me acompanhar nessa jornada, com todos os cuidados relativos às restrições sanitárias. Ao longo do processo, percebi que eu tinha mentalmente um roteiro das telas e que todas representavam o meu estado emocional. Além disso, notei que se tratavam de telas que me possibilitavam sublimar, ou seja, "transformar objetivos socialmente censuráveis ou internamente inaceitáveis em objetivos socialmente aceitáveis" (Gabbard, 2005, p. 39). Isso significa que, com as telas, eu podia dar vazão às emoções de tristeza, medo, raiva e aos impulsos agressivos que me acompanharam durante parte da pandemia.

Na execução da primeira tela, percebi que elas poderiam ser utilizadas como recurso terapêutico com as pessoas no meu consultório. No próprio ateliê, algumas pessoas, ao olhar para as minhas telas, criavam histórias e se projetavam nelas. Diante disso, notei que seria um bom instrumento projetivo para utilizar no acompanhamento psicoterapêutico. Entendo projeção como o "perceber e reagir a impulsos internos inaceitáveis e seus derivativos como se eles estivessem fora do self" (Gabbard, 2005, p. 39). Isso significa que, com esse recurso terapêutico, as pessoas podem dar vazão a emoções, personagens e histórias inconscientes sem falar diretamente de si mesmas, pois todas as histórias contadas estão relacionadas ao seu mundo interno e, dessa forma, é uma parte interna da pessoa.

Nessa linha de raciocínio, ao se fazerem perguntas e conversarem sobre as histórias das projeções, as pessoas falam delas mesmas e expressam suas formas de ver e lidar com o mundo. Assim, "a utilização de imagens como artefato projetivo funciona como um gatilho disparador para a elaboração de conteúdos psíquicos que

**SOBRE O QUE
É O DEVIR.**

Devir são cristais
em que raios mil coriscam
sem ter fim, jamais

surgem ao relacionar a imagem com vivências pessoais do indivíduo" (Araujo, 2019, p. 13).

Para Nery (2014), a imaginação e a fantasia possibilitam que a pessoa retome o seu mundo interno e, de uma forma metafórica, enfrente medos ou condutas cristalizadas. Dessa forma, os papéis e os vínculos sociais que não puderam ser complementados ou que tem uma complementação patológica ou cristalizada fazem uma pressão para serem revividos e, a partir da imaginação, é possível reconstruir esses vínculos e dar vazão a essas emoções.

Cabe informar que entendo a utilização das telas no processo psicoterapêutico como algo fluído, e não com perguntas previamente feitas, o que torna um processo diádico, em que o psicólogo está no processo relacional. De forma complementar, Fonseca (2018, p. 130), pontua que durante a utilização de instrumentos, é importante o psicólogo ter determinadas posturas, como ser espontâneo durante a relação, "não esconder-se atrás da técnica, a intuição empática em perceber sentimentos no outro, a consideração incondicional pela pessoa do paciente e a capacidade de flexibilizar suas próprias técnicas".

Ainda sobre a postura do psicólogo, para Rosas (2019), as técnicas ou instrumentos são utilizados como uma estratégia para condução do processo terapêutico e que são escolhidas como a melhor decisão para aquele momento. Isso significa que é necessário o psicólogo ter um repertório teórico e vivencial dos instrumentos e técnicas. Cabe destacar que, para Rosas (2019), que cita Saul Fuks (1993), as técnicas utilizadas são incorporadas pelo psicoterapeuta, tornam-se parte dele e, dessa forma, o modificam.

No tocante às colocações apresentadas, este capítulo tem como pretensão ampliar os instrumentos de intervenção do psicólogo no contexto da psicoterapia. Sobre isso, Araujo (2019) afirma que, frente aos desafios da prática clínica, o psicólogo precisa conhecer

Digo que me intriga
o gado miúdo que passa;
pessoas-formiga.

e buscar diferentes recursos de intervenção para se aproximar da realidade psíquica da pessoa no contexto da psicoterapia. Em vista disso:

(...) a utilização de recursos expressivos como experiência artística, exercícios de imaginação, exercícios com base corporal, exercício de amplificação e leitura simbólica de mitos, contos de fada, entre outros recursos, estão sendo introduzidos cada vez mais, nesses contextos de atendimento, servindo como uma conexão entre o inconsciente e o consciente do paciente (Araujo, 2019, p. 12).

Nessa direção, a arte como instrumento de intervenção é uma importante forma de expressão da subjetividade humana, uma vez que permite aos envolvidos acessarem conteúdos emocionais e trabalhá-los durante o processo criativo e simbólico da pessoa. A arte como instrumento psicoterapêutico proporciona “o encontro com o diferente, o estranho, o novo, com formas diversas de ser, de se expressar e estar no mundo” (Araujo, 2019, p.11). Assim, a arte é repleta de conexões e possibilidades de sentido, o que dá a ela um papel de metáfora para os conflitos inconscientes.

Nessa linha de raciocínio, a arte, representada neste capítulo por meio das telas artísticas, pode ser utilizada em diversos momentos da psicoterapia: para aquecimento das sessões individuais ou de grupos terapêuticos, para a busca do conflito central, como técnica projetiva, como construção de metáforas e histórias e para resoluções de conflito. Enquanto instrumento, por exemplo, o psicoterapeuta pode mostrar algumas telas, pedir para a pessoa escolher uma e, dentro dela, um personagem. A partir disso, se poderá ter algumas conduções: a) a pessoa ser esse personagem e o psicoterapeuta realizar as perguntas de condução do processo; ou b) a pessoa poderá contar uma história sobre o personagem da tela escolhida.

Eu ouço a algazarra
dos pombos no chafariz;
me inveja a sua farra.

Sabendo que esse processo se relaciona com o mundo interno da pessoa em atendimento psicoterapêutico, o psicólogo precisa ficar atento ao conflito central e realizar perguntas de possível resolução, como por exemplo: o que você gostaria de mudar nessa cena ou nessa história? O que o personagem precisa para fazer isso? Após, o psicólogo pode perguntar como foi participar, o que ele sentiu e a qual a relação do que ele falou e sentiu com a sua vida naquele momento.

Neste capítulo, serão utilizadas quatro telas criadas pela própria autora. Cabe ressaltar que a utilização das telas no contexto da pesquisa é diferente quando usada durante a psicoterapia, haja vista que, no processo psicoterapêutico, o psicólogo busca as crenças centrais da pessoa, sua posição frente ao problema, sua lógica afetiva de conduta, formas de ver o conflito, os recursos relacionais, entre outros elementos, ou seja, será explorada a projeção e ela será trabalhada, considerando que reflete o mundo interno da pessoa.

Já na entrevista, como não há a construção de um vínculo, é possível identificar a projeção, mas não aprofundar ou trabalhar para haver ressignificação dos conflitos e relações internas. Nesse sentido, três pessoas que não estavam em processo psicoterapêutico foram entrevistadas, pois o uso das telas no contexto psicoterapêutico se dá em um momento espontâneo e fluído, sendo difícil pré-agendar sua utilização. Com base nessa compreensão, as entrevistas possibilitaram ver as projeções e mecanismos de defesa, de modo que não houve uma intervenção psicoterapêutica, apesar de os entrevistados terem dito que foi terapêutico. As entrevistas duraram aproximadamente 15 minutos e foram transcritas na íntegra.

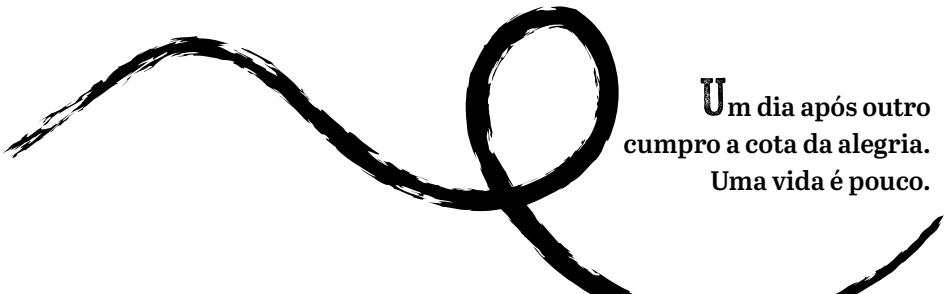
Nas segundas-feiras
querer dar a feira às favas
é a minha doideira.

AS TELAS E AS HISTÓRIAS CONTADAS

Mais importante do que a obra de arte propriamente dita é o que ela vai gerar. Joan Miró

Prezado leitor, na tentativa de interagir com você, convido você a participar de uma experiência. Nesse sentido, serão apresentadas as quatro telas e algumas perguntas. Somente você terá acesso às respostas. Olhe as quatro telas e escolha uma. Após, vá ao questionário que corresponde a essa imagem e o responda livremente, com o que lhe vier à cabeça. Para isso, responda uma pergunta por vez e anote em uma folha.

Das muitas camadas
que compõem uma persona
só se vê a máscara.



Um dia após outro
cumpro a cota da alegria.
Uma vida é pouco.



FILOSOFIA DE PASSARINHO.

Tenho a liberdade
bem pertinho da medula
e no arco das asas.



Na lata vazia
apenas ouço um rumor;
o vento assovia.



Este é o meu remédio
com muita sombra e água fresca:
sossego nas férias.

1ª TELA



O que primeiro te chama a atenção no quadro?

O que você pensa sobre esse primeiro elemento que te chamou a atenção?

Pensando em uma história...como a pessoa chegou até ali?

Por que ela está sentada?

Após responder a pergunta anterior, me diga para que ela precisa fazer isso?

Quanto tempo ela ficará ali?

O que ela fará em seguida?

Que bons motivos ela tem pra fazer isso?

Por que no quadro ela está sozinha?

Qual o dilema que ela está enfrentando?

O que a pessoa está sentindo?

O que faz ela estar se sentindo dessa forma?

O que ela precisa nesse momento? No que isso a ajudará?

Leia as suas respostas e reflita: de que forma as respostas apresentadas se relacionam com a sua vida?

**SINESTÉSICA
RIMA.**

Descobre a menina
onde o mar rima com gelo:
Praia da Joaquina!

2ª TELA



Olhe para a tela.

Qual a sua sensação ao ver essa tela?

O que mais te chama a atenção nela?

Olhe agora para os diversos elementos da tela. Contemple cada um.

Você está agora no mundo da imaginação, conte-me uma história sobre o que está acontecendo na tela.

Onde a pessoa está?

O que a faz estar nesse local?

O que está acontecendo com ela?

O que ela está sentindo? Por quê?

O que as cores desse quadro significam para você?

Leia as suas respostas e reflita: de que forma as respostas apresentadas se relacionam com a sua vida?

Na sua bicicleta
rumo ao encontro do ano novo
vai feliz o atleta.



3ª TELA



Olhe para a tela.

O que primeiro te chama a atenção?

O que tem nesse elemento que primeiro te chamou a atenção?

O que está acontecendo com a pessoa?

Onde a pessoa está?

Como ela foi parar ali? Pra que?

Por que ela está de costas para o fundo?

O que ela está sentindo?

Quais os outros sentimentos que você percebe nela?

Por que ela está sentindo isso?

Se ela estivesse vivendo um conflito em sua vida, qual seria?

Do que você acha que ela precisa para resolver esse conflito?

Como ela conseguirá isso que ela precisa?

Como essa história que você contou se relacionam com a sua vida?

**VÉSPERA
DE NATAL.**

0 poeta me disse
hoje é que morre o peru
por isso estou triste.

4ª TELA



Olhe para a tela e escolha um personagem.

Conte uma história sobre ele (quem ele é, no que trabalha, se tem amigos e família, sua idade, quais os seus sonhos e qual o conflito que ele está vivenciando atualmente).

Quais são os maiores medos dele?

Como você acha que esse personagem se defende dos medos?

Crie um final para essa história, contando como ele irá resolver seu conflito.

Se esse personagem fosse uma parte sua, e com base nas suas respostas, qual você acha que é o seu conflito e como pode resolvê-lo?

RELATO DAS EXPERIÊNCIAS

A arte é visão ou intuição. O artista produz uma imagem ou um fantasma: e quem aprecia a arte volta a olhar para o ponto que o artista lhe indicou, observa pela fenda que este lhe abriu e reproduz dentro de si aquela imagem. Benedetto Croce



Dizer sim à vida
sempre, no alto ou no baixo
é a melhor pedida.

Nesta parte do capítulo serão apresentadas as três entrevistas. Ao longo das falas, foi possível perceber as projeções e os mecanismos de defesa.

ENTREVISTA 1 - ROBERTO²

Roberto tem 37 anos, é funcionário público e estuda engenharia. Havia se separado há um ano, mas na semana da entrevista seu companheiro havia saído da casa em que moravam. Roberto escolheu a tela que tem fundo preto, possui uma árvore com várias cores e uma pessoa deitada.

GIRLANE: O que te fez escolher essa tela?

ROBERTO: *Ela me pareceu tranquila e relaxante e eu gostei dessa sensação. Por isso eu gostei dessa tela.*

GIRLANE: E essa pessoa que está ali. Como você acha que ela chegou até ali?

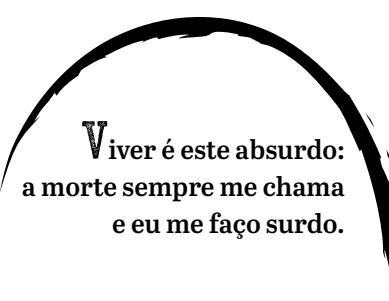
ROBERTO: *Como ela chegou até ali?*

GIRLANE: Isso.

ROBERTO: *Eu tenho a impressão que ela fez uma caminhada. Parece um lugar mais obscuro, mas ela fez uma caminhada e sentou para dar uma descansada, para observar o local. Foi isso que veio na minha cabeça.*

GIRLANE: E o que você acha que aconteceu para ela conseguir chegar em um lugar tranquilo e poder sentar e descansar?

ROBERTO faz uma pausa

Viver é este absurdo:
a morte sempre me chama
e eu me faço surdo.

ROBERTO: O que aconteceu na vida dela?

GIRLANE: Aham...

ROBERTO: Eu vou levar em consideração a roupa que ela está usando para poder criar alguma coisa. Vamos lá. Ela me parece uma pessoa de uma época mais antiga, pelo menos pela roupa. Me parece que ela é uma pessoa comum, então, é possível que seja um dia de folga dela e que ela esteja aproveitando o dia de folga e saiu para descansar um pouco, pra relaxar, pra ver o dia. É uma trabalhadora comum, de uma classe baixa ou mediana, em um dia tranquilo saiu pra relaxar, caminhar, curtir a vida um pouco, sei lá.

GIRLANE: E por que você acha que ela está sozinha?

ROBERTO: Não me veio à cabeça que ela está sozinha, mas obviamente na imagem ela está sozinha. Moça, por que a senhora está sozinha? (risos).

GIRLANE: Você escolheu uma imagem de uma pessoa sozinha.

ROBERTO: É verdade. Vai ver é porque ela precisava estar sozinha, colocar os pensamentos em ordem, se entender, se perceber, se sentir um pouco mais afastada do mundo pra se tranquilizar. O mundo é meio caótico, às vezes.

GIRLANE: E o que aconteceu na vida dela pra ela precisar se afastar do mundo que tá meio caótico?

ROBERTO: É a moça ou é eu?

ROBERTO para, ri, respira e continua: Na verdade o mundo inteiro é caótico. Tudo é complicado no mundo, então, às vezes, as coisas... as pessoas são todas muito complicadas. O mundo é fácil, as pessoas é que não simplificam ele. E, às vezes,

De mim a mim, perco-me.
A minha alma varia oscila,
versátil, na cena.



você precisa se retirar um pouco, observar aquilo que está em teu entorno, não te deixar levar pelos sentimentos, pra conseguir entender tudo o que está acontecendo contigo, até com os outros. E provavelmente isso aconteceu com essa moça.

GIRLANE: Percebe-se que, quando eu fiz a pergunta, você estava se conectando com a emoção e começasse em uma razão. Você falou que o mundo é caótico...

ROBERTO: é que eu mudei o foco quando você me disse que era sobre mim.

GIRLANE: uhum...

ROBERTO: Se fosse pra uma outra pessoa, eu ia criar só uma história. Se é essa a ideia, eu continuo.

GIRLANE: Deixa eu te perguntar... você percebeu que era sobre você que a gente estava falando?

ROBERTO: Desde o princípio.

GIRLANE: Desde o princípio.

ROBERTO: Não que eu percebi que era de nós, mas quando tu começa a inventar alguma coisa, eu vou trazer situações ou pequenos pontos daquilo que eu conheço, daquilo que eu vivi. Não tem como eu trazer coisas novas sem eu ter vivenciado elas. Isso eu percebi do início, que eu estaria expondo o que eu penso e, de alguma forma, eu sinto. Não tem como falar diferente.

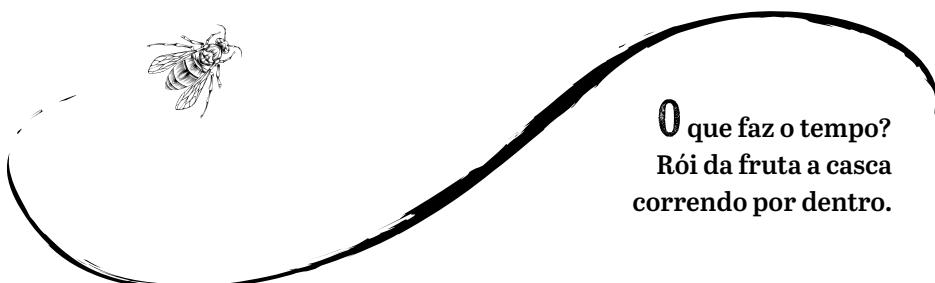
GIRLANE: Você falou que a moça precisou se retirar pra organizar os pensamentos em um lugar mais tranquilo. De que forma que isso se relaciona com a tua vida?

Albertos os panos:
os homens, brutos, se matam;
velha história humana!

ROBERTO: Isso se relaciona diretamente. Eu passei por isso há pouco tempo, né? Provavelmente por isso veio na minha cabeça. Porque eu precisei me afastar de uma relação, eu precisei me afastar de tudo que cercava ela pra poder enxergar de fora e tomar a melhor decisão possível. E isso não faz...pelo menos eu acredito que não deva ser feito, só em decisões difíceis. Tem momentos que tu só precisa se afastar, não porque tu tá com problemas, mas meio pra se limpar um pouco. A gente comete erros diários, é normal isso acontecer. Não sou eu e você, aqui são as pessoas em geral, não eu e tu. Então, preciso sair e me afastar, até às vezes pra me limpar, entender o que está acontecendo e o que não está acontecendo. Em bons momentos, em momentos ruins, em todos os momentos eu gosto de sair um pouco do foco e olhar como uma terceira pessoa. Eu acho que me deixa mais claro.

GIRLANE: Falasse que fizesse isso há pouco tempo...que precisasse sair pra organizar os pensamentos. Eu fico pensando se não é algo que precisas pra agora também, quando você fala de tranquilidade. Você escolheu um quadro porque te passa tranquilidade. Será que você não o escolheu porque está buscando isso?

ROBERTO: sim, por isso que ele me chamou tanto a atenção. A coisa que eu mais busco agora é me reconhecer. Talvez por isso que na imagem ela está sozinha. Eu preciso me ressignificar, me reentender. Entender aquilo que eu preciso, e pra isso eu preciso estar também um pouco sozinho. Pra isso eu preciso estar um pouco afastado...pra me reconhecer. Eu passei muito tempo dentro de uma relação em que tudo era pra duas pessoas, de repente, tudo agora é pra uma só. Então, eu preciso mesmo me afastar e entender o que é que o Roberto quer. O que é que o Roberto gosta? Quando tu tá dentro de



uma relação, tu acaba tomando pequenos costumes e gostos da outra pessoa, que nem sempre é o teu, mas pela convivência, acaba se tornando algo corriqueiro. E agora não, agora eu preciso me afastar e preciso compreender a mim mesmo. Compreender as pessoas ao meu redor e como eu vou responder a elas. Ou o que eu espero de mim mesmo.

GIRLANE: Então estás buscando o lugar em que essa moça está?

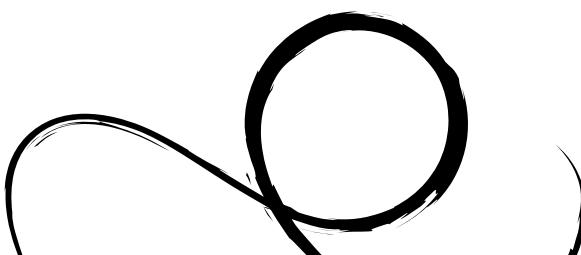
ROBERTO: Isso. Ficar um pouco tranquilo, confortável. Ela está em uma posição confortável. Me sentir confortável.

GIRLANE: E o que você acha que essas cores representam?

ROBERTO: Então, quando eu olhei a imagem a primeira vez, me pareceu raio de sol. Eu não prestei atenção na parte escura da imagem...que só me veio na consciência depois, num segundo olhar, quando tu fez as primeiras perguntas, que eu olhei com um pouco mais de crítica. Mas, a primeira coisa que eu vi foram os raios solares, a luz, e isso me passou tranquilidade. Porque esse outro lado tem essa parte amarelada. É como se fosse uma energia solar, uma claridade, eu gostei bastante. O lado escuro eu só percebi depois.

GIRLANE: E o que que tu pensas sobre o lado escuro?

ROBERTO: Então, quando tu fez a primeira pergunta, que eu falei do lugar tranquilo... eu pensei... parece que é noite e nem sempre parece um lugar tranquilo você estar no meio de um campo, embaixo de uma árvore, no lugar escuro à noite. Então me parece, de alguma maneira, temerário, perigoso. Então, na hora que eu olhei eu disse: gente, será que eu não tô sendo enganado pelo outro lado claro ali? Eu tive essa sensação de início, quando me dei conta do lado escuro da imagem.



Gosto de ir à praia
contar sereias na areia
quando o sol desmaia.

GIRLANE: Então, ao mesmo tempo que tem uma tranquilidade, parece que tá vindo um temor... será que eu estou sendo enganado?

ROBERTO: Não enganado... será que eu não estou correndo perigo? Porque a primeira coisa que eu disse é que ela saiu para caminhar, sentou para descansar, pra perceber o local e depois eu me dei conta: será que é tão tranquilo assim? Será que não tem nenhum risco, porque parece que está anotetando ou já é noite... mas, de onde vem aquela claridade?

GIRLANE: E na tua vida costuma ser assim? Quando tu começas a relaxar, a ficar tranquilo, começa ao mesmo tempo ficar preocupado ou temer?

ROBERTO: Faz tempo que eu não relaxo (risos). Tô tentando agora. Quando eu começo a relaxar, sempre vem uma preocupação. É bem natural, isso é bem comum, parece corriqueiro até... parando pra pensar agora. Toda vez que...eu não consigo relaxar...sempre tem alguma coisa acontecendo na mente que me leva... "preciso fazer isso, preciso fazer aquilo, preciso organizar". É difícil relaxar mesmo. Parando pra pensar...não tinha me dado conta não. Mas, é verdade.

GIRLANE: Se tu pudesses então, mudar alguma coisa nessa tela, pensando nos símbolos que ela tem, o que você mudaria?

ROBERTO: De verdade mesmo, nada. Eu não mudaria nada. Em tudo o que ela me fez pensar, ela parece bastante completa.

GIRLANE: E naquela parte escura, o que queres fazer com ela?

ROBERTO: Conhecer melhor, porque nem sempre a parte escura é uma parte ruim. Ela só dá medo.



**NATUREZA
MORTA.**

Coiaba e maçã
uvas no cacho, kiwi
sapoti e bananas.

GIRLANE: Queres conhecer melhor então...?

ROBERTO: Sim, porque mesmo a parte escura é só porque tu não viu ou não conheces.

GIRLANE: E o que que tu achas que tem na parte escura?

ROBERTO: Coisas novas pra conhecer.

GIRLANE: Coisas novas pra conhecer... E como tu lidas com coisas novas?

ROBERTO: Como eu lido com coisas novas? Eu gosto do novo. Eu, de coisas novas, gosto de conhecer, gosto de aprender...

GIRLANE: O que te faz sentir coisas novas?

ROBERTO: O que eu falei anteriormente...um temor inicial, mas uma excitação. Isso é bom, eu gosto bastante. Me dá um temor inicial, mas me instiga a ir, procurar, ver se não é melhor. Às vezes, é difícil sair da zona de conforto, eu me sinto muito preso a ela e tento o tempo todo sair da zona de conforto. Acho que elas são perigosas, muito mais do que as coisas novas.

(Aqui eu poderia ter falado: se estar na zona de conforto é perigoso, então não é possível relaxar.)

GIRLANE: E com as preocupações que você falou antes, o que você gostaria de fazer com elas, quando você está em um momento de tranquilidade?

ROBERTO: Esquecê-las. Mas, quando eu não consigo esquecê-las, que é o comum, eu tento lidar com elas de forma racional. "O que que eu vou poder fazer pra resolver isso" ou "posso fazer alguma coisa nesse exato momento que vai resolver". Se eu não posso fazer nada, se eu não consigo reagir, vou ter que encarar ela.

Vai o cachorrinho
atrás da mamãe cachorra;
quer leite e carinho.



GIRLANE: A gente está chegando ao final, queres me dizer mais alguma coisa?

ROBERTO: *eu acho que inconscientemente, dado as telas que tem ali, eu escolhi essa provavelmente porque se parece bastante com o que eu estou passando no momento atual, bastante mesmo. É uma tela muito bonita, as cores são lindíssimas. Me chamou muita atenção pela beleza do quadro. E, possivelmente, o meu inconsciente me levou a ela.*

GIRLANE: muito obrigada!

ENTREVISTA 2 - HELOISE

Heleine tem 20 anos, é casada, mãe e tem o segundo grau completo. Ela escolheu a imagem que possui uma pessoa no centro e dois caminhos possíveis para percorrer.

GIRLANE: O que fez você escolher essa tela?

HELOISE: *Porque eu vi que era uma pessoa que tá em dúvida entre qual caminho deve seguir. Ela tá parada entre os dois, olhando, provavelmente pensando qual dos lados ela deve ir.*

GIRLANE: Ela está em uma dúvida então, né? E como você acha que essa pessoa chegou até ali?

HELOISE: *Provavelmente ela devia estar passando pelo lugar e resolveu sentar e ficou sentada ali pensando.*

GIRLANE: Estava passando por um lugar...

HELOISE: *Eu acho que poderia ser isso, né? Se fosse eu, por exemplo, se tivesse passando pela universidade e tivesse duas ruas, eu sentaria e ficaria olhando para a árvore e pensando.*



GIRLANE: E como você acha que a pessoa ali está tomando a decisão pra qual caminho escolher?

(longa pausa)

HELOISE: *Eu colocaria como se ela tivesse pensando o que um caminho proporciona a ela e o que o outro caminho proporciona a ela, pra ela estar entrando em um consenso né... eu acho.*

GIRLANE: Então, a escolha se dá com o que cada caminho vai proporcionar pra ela...

HELOISE: *pra ela.*

GIRLANE: E o que você acha que essa pessoa precisa então... ela vai escolher um caminho que proporcione algo pra ela...do que ela está precisando?

HELOISE: *Não sei, pode ser alguma coisa profissional, pode ser algum caminho profissional, ou algum caminho na área emocional, ou estudo né?*

GIRLANE: O que tu queres dizer na área profissional, na área emocional ou no estudo?

HELOISE: *Às vezes alguma proposta de emprego, pode ter recebido duas propostas de emprego e estar analisando qual que é a melhor. O emocional, as vezes deve tá em algum relacionamento que não gosta e botando na balança os prós e os contras. E o estudo...vendo alguma faculdade que queira exercer.*

GIRLANE: Então, tás dizendo que as escolhas são em relação às coisas da vida?

HELOISE: *isso.*

**HAICAI DO
BÊBADO.**

Curar os meus aís
não consegue a medicina,
só a boa cachaça.

GIRLANE: E que está relacionado com a profissão, emoção ou estudo. E o que isso que acabasse de falar tem a ver contigo?

HELOISE: (risos). *Tem tudo (risos). No momento, tudo.*

GIRLANE: Me fale um pouco mais sobre isso. Essas são as tuas atuais dúvidas?

HELOISE: As atuais dúvidas...o estudo é em qual faculdade exercer. A profissão é se eu vou continuar na que estou ou se eu vou exercer alguma outra faculdade que eu penso em fazer. E no relacionamento, os contra tem algumas coisas que o parceiro não bate com a gente, né? Os prós é o que ele faz, as partes boas que a gente gosta e a gente tem que colocar na balança o que é melhor pra gente, né?

GIRLANE: Então, nesse momento da tua vida é como se estivesse naquele lugar ali (e aponta para a pessoa da imagem)?

HELOISE: *Eu estaria pensando nessas três coisas.*

GIRLANE: Estaria parada pensando pra tomar essas decisões. E o que você espera que esses caminhos da profissão, do relacionamento e do estudo proporcionem pra ti?

HELOISE: *Eu espero que proporcione mudanças, uma vida diferente. Como eu sou muito nova e agora tenho uma filha...o pensamento que eu tinha antes de ter a filha era um e agora eu tenho que ter outro pensamento que conjuga nós duas né? Então tudo isso que eu falei é sobre mim e ela. Eu estaria ali também pensando nela, né? Que é o que fica 24 por 48h na cabeça. Mas, eu acho que seria mudanças mesmo.*

GIRLANE: Você percebeu que a pessoa ali tem uma mochila nas costas.

HELOISE: *Isso, aham.*



Contei até três.
No fundo branco da folha
um haicai se fez

GIRLANE: O que tu achas que precisa ter nessa mochila pra ajudar a pessoa da tela fazer a escolha e seguir o caminho pra conseguir as mudanças?

HELOISE: Um livro.

GIRLANE: Que livro?

HELOISE: Um livro que ajude ela a tomar a decisão certa, né? Provavelmente um que envolva... deixa eu pensar um dos livros que a mãe... tem um livro que a mãe sempre lê e que se chama o milagre do amanhã. Provavelmente, se fosse eu, levaria esse livro, uma garrafa de água, teria um telefone. Eu acho que eu levaria uma música.

GIRLANE: uma música? Por que uma música?

HELOISE: Eu não sei, eu acho que o ambiente... se fosse eu no caso, que fosse sentar num lugar pra pensar na vida eu colocaria uma música.

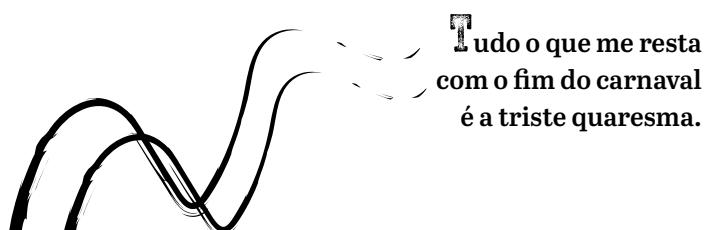
GIRLANE: qual música?

HELOISE: agora eu não sei. Provavelmente uma música evangélica pra ajudar a tomar a decisão.

GIRLANE: E, além das coisas que cabem na mochila, a pessoa da tela precisa de algo fora da mochila que a ajude pra tomar essa decisão?

(pausa reflexiva)

HELOISE: Eu acho que fora da mochila seria um pouquinho mais só de tempo, né? Que ali na hora, provavelmente ela vai pensar, vai decidir, mas ela vai chegar ali na hora e vai falar: "tá decidido, é isso". Provavelmente, ela vai esperar um ou dois dias pra ter a decisão certa mesmo, concreta.



Tudo o que me resta
com o fim do carnaval
é a triste quaresma.

GIRLANE: quer dizer que é uma pessoa que precisa de um tempo pra tomar decisões, porque são decisões importantes...

HELOISE: Isso.

GIRLANE: Percebes que ela está sozinha ali.

HELOISE: Não tem ninguém em volta.

GIRLANE: Não tem ninguém em volta. Como é isso pra ti?

HELOISE: No caso, seria um sonho, né? Sentar num lugar assim, sem ninguém em volta, só eu, eu e os meus pensamentos.

GIRLANE: Tás dizendo, então, que é algo que tu precisas pra tomar decisões?

HELOISE: É.

GIRLANE: E se passasse os dois dias, tomasse a decisão, tu achas que ela iria para a direita, pra esquerda ou tomaria um outro rumo?

HELOISE: Pode ser que ela iria pra esquerda se nesses dois dias nada acontecesse, porque pode ser que aconteça alguma coisa, que ela possa tomar a decisão ali na hora, ficar pensando nesses dois dias e durante esses dois dias ela receber alguma outra proposta ou acontecer alguma outra coisa aí. Mas, no caso, dizendo metaforicamente, eu acho que ela ia pra esquerda.

GIRLANE: E por que tu achas que ela iria pra esquerda? O que ela ia encontrar nesse caminho?

HELOISE: Uma profissão que ela gosta. Sobre o relacionamento, ela poderia ter arrumado um jeito de resolver em comum acordo, sem ter que envolver separação. E no estudo, ela poderia ter um estudo que iria casar com a profissão.



Sei que chove, ouço
e o úmido do ar eu respiro
só, com mãos no bolso.

GIRLANE: E na tela, o que te fez escolher o lado esquerdo?

HELOISE: a cor. Eu gostei da cor do lado esquerdo. Eu achei mais viva.

GIRLANE: E é isso que estás procurando, caminhos e escolhas mais vivas?

HELOISE: Isso, E a árvore também...como eu posso dizer... parece que tá mais cheia de fruto. Que o outro caminho, a meu ver, parece muito solitário.

GIRLANE: Estamos terminando, queres me falar mais alguma coisa?

HELOISE: não. Eu acho que não.

GIRLANE: Como foi participar dessa entrevista?

HELOISE: Foi bom, gostei. Foi uma coisa diferente.

GIRLANE: Te ajudou em alguma coisa?

HELOISE: Sim. Em pegar um dia, sentar num lugar calmo e tranquilo e pensar em tudo que eu falei da imagem...fazer eu mesma pra ficar sozinha e refletir sobre meu futuro.

GIRLANE: Muito obrigada pela participação.

ENTREVISTA 3 - ANA

ANA é professora universitária, possui 41 anos e tem deficiência física.

GIRLANE: Me conte, o que te fez escolher essa tela?

Na manhã monótona, da minha roça de tédio me distrai uma moto.

ANA: *Essa tela...ela mais ou menos...vem no meu momento atual de vida, né? Que eu tô passando por algumas coisas que me desviam de algumas escolhas que eu já fiz. Sabe quando tu tens que ser protagonista da tua vida e aí tu te projeta e tu te dedica pra vida de outras pessoas, pra tu não olhar pra ti, porque tu tá com medo de encarar coisas que tu racionalmente já sabe. Por exemplo, eu sei, como professora universitária, eu sei o quanto que é um miní exemplo do que eu impacto na vida dos alunos com a minha história de vida... sem fazer esforço nenhum, simplesmente por eu ser quem eu sou. E isso eu já também já percebi como profissional que trabalha na área da saúde e sempre como ser humano. E eu percebo sempre como se eu tivesse um chamado pra eu ser mais, pra eu impactar mais vidas. Porque isso tudo pra mim é muito leve, eu sou uma pessoa muito dominante, eu gosto de palpitar na vida dos outros, mas não é nem da questão de dar palpite, mas de acolher as pessoas e...como se fosse uma coisa meio terapêutica mesmo. Já me veio muito também com as pessoas que eu me conectei...que eu já passei por processo de coach, as terapias que eu fiz...a terapia integrativa que eu faço, que eu amo de paixão. Nessa pandemia, eu busquei muito coisa de autoconhecimento, fiz curso de Reiki, fiz várias coisas e aí eu me percebi nesse meu momento atual: "tá, o que que falta mais pra eu me posicionar como isso que eu quero"? Que eu tenho vontade assim de subir num palco e me tornar uma palestrante famosa mesmo, não é coisa pequena e inspirar outras pessoas e impactar outras pessoas, mas daí, sempre quando eu chego nessa clareza, eu começo a me boicotar: "eu tô cansada". Eu nunca digo que é medo, mas me dedico muito pra vida de alguém, de alguma amizade ou me direciono todos os esforços pra aquela pessoa e eu não me tomo protagonista da minha vida. E é difícil quando tu chega num processo de autoconhecimento que tu racionalmente*



Forma azul abstrata
flor-de-não-sei-quê
firulas, nonadas.

tu percebe isso, mas parece que não tem assim...entre tu fazer e o tu saber... tem uma...isso que o quadro me remeteu...tipo assim...tá sentado ali parado...eu não me sinto tão parada assim...agora nessas últimas duas semanas eu comecei a mexer nisso, mas já são coisas assim...desde que eu entrei como professora universitária em 2017, há dois anos atrás que eu fiz esse processo de coaching que mexeu com muita coisa, várias coisas da terapia... tipo questões de usar a prótese... que eu tenho nova, linda, maravilhosa e eu não saio com ela na rua. O que é o meu medo assim? O que que eu tenho de ganho usando muleta que eu poderia ter ganho a mais usando a prótese. Por que que eu me sinto tão vulnerável se as pessoas me olham com a prótese e elas não me veem vulnerável, elas me veem forte. Por que que eu ainda sento e fico olhando as coisas pra escolher e não sigo adiante?

GIRLANE (interrompe a fala): São boas perguntas. Eu vou te fazer algumas perguntas em relação a tela...nós vamos entrar agora no mundo da imaginação. Você disse que escolheu essa tela porque está relacionada a várias coisas da tua vida, de se sentir um pouco parada, tem algumas decisões a tomar em relação ao uso de prótese ou não, mas se a gente pensar nessa tela, o que tás vendo nela?

ANA: *eu percebo que é uma pessoa que tá sentada como se ela tivesse ou descansando ou tomando uma decisão pra qual caminho ir. Mas, que me parece que os dois caminhos são caminhos bons assim, não tem um que me parece mais sombrio e o outro ser melhor e tal. Me parece ser dois caminhos que vão pra umas paisagens assim...bacanas de se percorrer. Que realmente me causaria dúvida de qual ir.*

GIRLANE: Uma parece mais fechada...

Tenho um olho clínico
e a boca fechada em copas
porque não sou cínico.

ANA: *Essa que vai descendo é mais fechada, não tem muito a ideia do que que tem ali e a outra é mais aberta, teoricamente mais fácil de percorrer, mas que vai para uma paisagem bacana também.*

GIRLANE: E o que tu achas que aconteceu na vida daquela pessoa ali, pra chegar naquele ponto?

ANA: *(faz pausa reflexiva) me parece uma indecisão mesmo, que tá ali com a mochila nas costas, então vem de um trajeto já.*

GIRLANE: e o que você acha que aconteceu no trajeto dela pra ele chegar lá?

ANA: *Não sei...talvez uma vontade de sair e tá sozinho né. Então, talvez, viajar consigo mesmo. Curar algumas coisas do passado, ficar consigo e achar essas respostas dentro de si. E tem a questão do descanso e de uma indecisão.*

GIRLANE: Falasse uma coisa importante, que ele está sozinho ali né. Pra que que tu achas que ele está sozinho, nesse momento, consigo mesmo?

ANA: *Acho que algumas respostas ou o que...a gente tem muitos recursos, eu penso...na questão de terapias ou de convívio com as pessoas né, que a gente tem esse suporte e essa rede de apoio pra autoconhecimento, pra amor, pras relações. As nossas maiores decisões, assim, acho que tomar uma decisão de qual caminho escolher, do que que vai te definir, tu pode compartilhar com muitas pessoas, mas quando tu procura respostas tuas ou alguma cura pra alguma coisa, eu percebo cada vez mais a necessidade da gente olhar pra si, sabe?*



Metal azulado
clareia o céu um relâmpago
despedindo o raio.

GIRLANE: Então ele está procurando uma cura ou respostas de alguma coisa? E se você pudesse ajudá-lo na escolha, o que você acha que ele precisa para fazer essa decisão?

ANA: *Me parece que o caminho da esquerda tá mais aberto assim pra percorrer, tá mais tranquilo de ver o que tem pela frente do que o da direita. Mas eu deixaria essa decisão com ele. Poderia até dizer: "te apoio, mas o caminho é teu".*

GIRLANE: E o que você acha que ele precisa pra tomar a decisão?

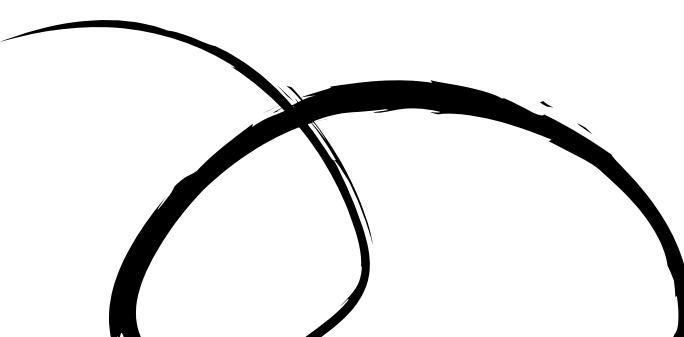
ANA: (pausa reflexiva) *Eu acho que coragem e clareza do que ele quer. Eu não sei qual é o objetivo dele pra essa caminhada. Mas acho que clareza pra ir além e coragem, já que ele tá sozinho.*

GIRLANE: Clareza do que ele quer? E o que que tu achas que ele quer?

ANA: (pausa reflexiva) *(A partir desse ponto a fala tornou-se mais devagar e reflexiva) Eu acho que ele quer ir além, quer conquistar coisas novas, vejo como uma caminhada, pela paisagem como um todo, assim eu vejo esse trajeto e essa intenção dele como uma coisa muito bacana... nada como pesado ou fugir de algo, encontrar alguma coisa, não... acho que ele está buscando novos horizontes, novas metas de vida, mas sem que isso seja um peso. Me dá a sensação que tem muita coisa boa pra acontecer.*

GIRLANE: Ele está aberto a novas possibilidades? Está disponível?

ANA: *Aham. Está disponível.*



Pensar o perigo
levar ao limite a dança
é a usança em que vivo.

GIRLANE: E Ana, o que que tua achas disso que tás falando, de que ele precisa de clareza, de coragem, parece que ele quer encontrar novas possibilidades, que está aberto pra isso. Que, inclusive tem o caminho da esquerda, que é o caminho mais livre. E parece uma pessoa que quer se voltar pra dentro, quer ficar sozinha pra tomar decisões. O que tu achas que tudo isso que tu falasse pra mim tem a ver contigo?

ANA: Acho que tudo (pausa). Eu acho que eu também me sinto...por isso eu escolhi a pintura assim. Por mais que eu me sinta com uma rede de apoio bacana, com essa busca de autoconhecimento, eu reconheço que a minha caminhada ela é uma caminhada muito bacana também e que (pausa e suspiro) apesar...às vezes, a gente se julga demais por não conseguir, mas acho que tudo tem a hora certa de dar essa caminhada, né? E eu, apesar de ter toda essa metas que eu quero alcançar e que, muitas vezes, eu sinto necessidade de ter outras pessoas comigo, mas, parece que quanto mais eu me empodero, mas eu confio nisso, mas eu consigo andar, sabe? Não que eu deixe de contar com os outros, mas eu não projeto nos outros, eu olho pra dentro, sabe? Hoje eu já me considero assim, que nesses passos, que eu sempre fico buscando...falta fazer um curso, falta fazer isso...não...eu me considero que estou pronta, só tenho que trilhar esse processo, fazer um plano de ação. E aí eu sei que as pessoas vão me apoiar e vão estar perto e contar com muita gente pra isso, mas eu preciso dessa coragem.

GIRLANE: Onde será que você consegue essa coragem?

ANA: (pausa e suspiro) Eu acho que focando em mim mesma. Sabe, me colocando eu como protagonista da minha vida sem achar que eu estou sendo egoísta, ou que eu tô sendo

“
Em todo surgimento de um ente vige a proveniência a partir do seu o-que-é. Esse o-que-é é a coisidade de toda coisa, isto é, a sua causa (coisa originária)”

Nietzsche, Martin Heidegger.

**Sou na coisidade
coisa que ressoa
o outro da verdade.**

individualista, talvez individualista sim, mas parando de cuidar tanto dos outros e consequentemente, quando eu for essa protagonista eu vou cuidar dos outros, eu vou ajudar muita as pessoas, eu vou inspirar muitas pessoas. Mas, sem perder a energia de focar tanto no outro e, às vezes, ser invasiva demais na vida das outras pessoas e não olhar pra mim. Tá na hora de eu me colocar como protagonista da minha vida, sabe?

GIRLANE: Tu falasses ali que ele estava aberto para o novo, né? Tu te vês aberta para o novo, para o que vai acontecer?

ANA: *Continuo com medo, porque quando eu coloco isso com emoção, quando eu me conecto com isso de uma forma...me vem uma sensação muito forte, não é de coisa ruim não, mas de uma projeção muito grande, de um impacto muito grande na vida de muita gente e isso é uma responsabilidade pra mim. Muitas vezes eu não quero ter essa coisa: "eu sou inspiração pros outros, eu sou um exemplo de superação". Acho que a minha questão de ser uma pessoa com deficiência hoje, eu percebo que não é algo que eu supere, é algo que eu convivo. Mas, mesmo com esse medo, não por medo de ser julgada ou ser criticada, nada assim pejorativo, assim, mas um medo de saber que é um caminho sem volta. É um posicionamento e assumir esse compromisso, mas cada vez mais percebendo que eu nunca vou eliminar o medo, eu nunca vou eliminar as sombras do que me impede disso. Eu vou colocar mais luz e vou com medo mesmo.*

GIRLANE: Por isso precisa da coragem. O medo e a coragem estão ali juntos. Essas perguntas que eu te fiz, essa conversa sobre a tela e sobre você, nesse momento, te ajudou em alguma coisa?

ANA: *Uhum. Muito.*



**Anda o pensamento
incondicionado, seu modo
ao sabor do vento.**

GIRLANE: No quê?

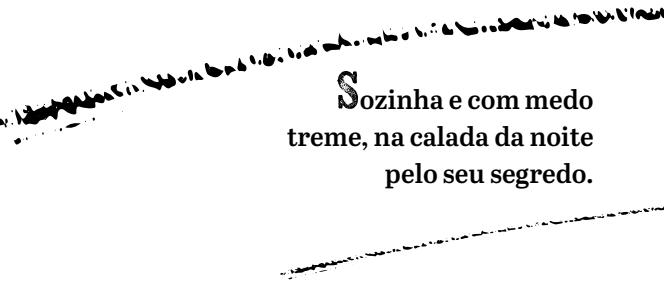
ANA: *Eu acho que fica uma coisa mais...não é que...se fosse ter uma conversa até tu ir trazendo algumas coisas, ficaria meio solto, não. Mas, parece que direcionou bem mais a história, porque às vezes a gente vai procurar terapia, primeiro conta todo um trauma, todo um drama, faz todo um cenário e com a tela...não é que é um direcionamento, não me senti induzida, mas conduzida de uma forma mais objetiva, bem pra esse meu momento atual. Não fiquei trazendo historinhas que me aconteceram uma ou duas semanas atrás. Ficou bem no momento presente pra me trazer essa clareza, sabe? Achei bem incrível.*

GIRLANE: Muito obrigada.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Descrever esse relato foi descobrir um recurso novo na perspectiva pessoal e profissional. Na perspectiva pessoal, a arte produziu um encontro com minhas emoções e sentimentos, fez reviver estórias dentro de minha história e contribuiu significativamente para atravessar um contexto de dor e sofrimento gerado pela pandemia. A passagem do recurso artístico utilizado no pessoal para o profissional se deu na medida que essa experiência produzia as pessoas falarem quando observavam as pinturas e isso provocou em mim uma implicação para aprofundar a relação entre a arte e a profissão.

Entendo que, do ponto de vista dos entrevistados, a projeção advinda da escolha das telas, com o objetivo de a pessoa falar o que lhe vinha à cabeça a partir de uma identificação, permitiu sensibilizar e promover uma retificação subjetiva, ou seja, as pessoas em determinado momento se interrogavam que estavam falando de si.



Sozinha e com medo
treme, na calada da noite
pelo seu segredo.

Além disso, mesmo com a escolha da mesma tela, no caso de Heloíse e Ana, as histórias contadas foram completamente diferentes, o que deixa clara a possibilidade de usar esse recurso como técnica projetiva. Nesse sentido, a projeção permite que o psicólogo tenha acesso à subjetividade da pessoa, que se expressa pela narrativa das histórias contadas.

Foi possível perceber que as telas escolhidas, de certa forma, se relacionavam ao conflito que as pessoas estavam vivendo naquele momento: Roberto porque precisava ficar sozinho, num lugar tranquilo para se reconhecer, Heloíse e Ana porque estavam em dúvida em qual decisão (caminho) tomar em suas vidas. Ainda em relação aos três participantes, foi possível perceber que eles saíram mais reflexivos da entrevista e com algumas possibilidades de decisões sobre o que precisam para eles mesmos. Nessa direção, com a utilização desse recurso, foi possível identificar elementos da dinâmica da pessoa, como ela se relaciona com a vida e com os conflitos.

Percebiam que foi feita somente a condução, pois a identificação do conflito e do que eles precisam para lidar com ele, foi emergindo com base nas falas dos três participantes. Em relação a isso, cabe ressaltar que eles falaram da importância de olhar para si, para se perceberem e se sentirem. Entendo, então, que nesse momento valeria a pena o início de um processo psicoterapêutico para cada um, a fim de que pudessem dar vazão às emoções, conhecessem suas dinâmicas e tomassem as melhores decisões possíveis para viver a vida.

Quero afirmar que é possível o uso de experiências pessoais, quando estudadas e ressignificadas, como recurso para uso no *setting* terapêutico. Isso porque a relação do quadripé da descoberta desse novo recurso, do processo psicoterapêutico, da supervisão clínica e do estudo na literatura me fez sentir segura para trilhar esse caminho da utilização da arte no espaço psicoterapêutico. Nesse sentido, este estudo, com o uso das telas junto às três pessoas, confirmou que esse recurso pode ser utilizado na prática profissional de psicólogo/a quando realizado com ética, aprofundamento teórico e discussão em



HAICAI DO
MÉDICO-OBSCENO.

O cu engoliu uma
comprida mangueira.
Colonoscopia.

supervisão clínica, pois esse uso de telas é singular a cada caso e a escolha por sua aplicação se dá no *setting* terapêutico.

Assim, esse relato de pesquisa convidou você a desbravar seus recursos internos pessoais e que essa descoberta possa se tornar um novo recurso profissional.

AGRADECIMENTOS

Agradeço aos meus colegas do ateliê Fazer Artístico e ao meu esposo Jeferson por estar comigo nessa jornada de pandemia e da escrita desse capítulo.

REFERÊNCIAS

ARAUJO, Natali Fischer. **Guia de orientação para uso de imagens na construção de narrativas na depressão.** Trabalho de Conclusão de Curso. Faculdade Pernambucana de Saúde. Recife. p.41. 2019.

BIRMAN, Joel. **O trauma na pandemia do Coronavírus: suas dimensões políticas, sociais, econômicas, ecológicas, culturais, éticas e científicas.** 1ed. Rio de Janeiro: José Olympio, 2020.

GABBARD, Glen O. **Psicoterapia psicodinâmica de longo prazo.** Trad. Daniel Bueno. Porto Alegre: Artmed, 2005.

REIS, Alice Casanova. Arteterapia: a arte como instrumento no trabalho do Psicólogo. **Psicol. cienc. prof. 34 (1)**, 2014 • <https://doi.org/10.1590/S1414-98932014000100011>

ROSAS, Eloisa Vidal. O conceito de ressonância no processo de formação do terapeuta: descobrindo potencialidades e limitações na prática terapêutica. **Nova Perspectiva Sistêmica**, n. 65, p. 117-120. Disponível em: <https://www.revistanps.com.br/nps/article/view/542/424>

Morreu o Michael Jackson gente,
o Michael Jackson mo morreu
o Mi

SWING: ONDE TUDO É PERMITIDO E NADA É OBRIGATÓRIO – UMA ANÁLISE DO ROMANCE “PEÇA-ME O QUE QUISER”

SWING: WHERE EVERYTHING IS ALLOWED AND NOTHING IS MANDATORY - AN ANALYSIS OF THE NOVEL “TELL ME WHAT YOU WANT”

O presente capítulo tem como objetivo caracterizar a prática de *swing* de um casal através da análise da história do romance erótico “Peça-me o que quiser”. A análise abrangeu apenas o primeiro livro da trilogia, o qual conta a história do envolvimento da secretária Judith Flores com seu chefe, Eric Zimmerman, no universo de *swing*. Antes de apresentarmos o método e os resultados da análise realizada, explicitaremos conceitos e informações sobre o estilo de vida de *swing*.

Toda uma semana deita
comigo na cama; sexta
do pijama.

O QUE É SWING?

O conceito de *swing* remete à prática de relações sexuais feita por casais heterossexuais que tenham relação estável, com outros casais e/ou com a inclusão de pessoas solteiras, mediante o consentimento de ambos os membros da parceria (SILVÉRIO, 2014a). A regra para os casais que praticam *swing* é diferente dos casais monogâmicos: pode-se ter envolvimento sexual com outras pessoas, mas o envolvimento emocional não é permitido.

Na nossa cultura ocidental, uma relação duradoura entre um homem e uma mulher é baseada em muitas crenças e regras. A maioria dos relacionamentos de compromisso são monogâmicos e caracterizados por um acordo, explícito ou implícito, em relação à intimidade, incluindo tanto a fidelidade sexual quanto emocional (FIFE; WEEKS; GAMBESCIÀ, 2008). Assim, a infidelidade ocorre quando a intimidade emocional e/ou sexual é compartilhada com alguém fora da relação primária, sem o consentimento do outro membro da parceria. Entretanto, pesquisas apontam para a diferença entre monogamia emocional e monogamia sexual (VON DER WEID, 2010; SILVÉRIO, 2014a). Esta distinção é observada em casais que aderem ao *swing*, que é considerado um estilo de vida (*the swing lifestyle*) pela maioria de seus praticantes (BERGSTRAND; SINSKI, 2010; SILVÉRIO, 2014a).

Apesar de o *swing* ser uma prática sexual muito hostilizada e julgada socialmente, o número de adeptos a esse estilo de vida vem crescendo no mundo todo (BERGSTRAND; SINSKI, 2010). Uma das razões para este aumento é a busca de maior entrosamento do casal através de experiências novas, que os tirem da rotina e da monotonia do dia a dia. Além disso, pondera-se que, para alguns casais, o *swing* surge justamente como um recurso para evitar uma possível traição (LEHMILLER, 2018; VON DER WEID, 2010).

Luz de clarabóia sobre
uma cesta de frutas.
Natureza morta.

Pesquisas mostram que justamente são os casais que estão numa relação estável e duradoura que procuram o swing (BERGSTRAND; SINSKI, 2010; SILVÉRIO, 2014b; SILVÉRIO, 2014c). Para muitos deles, a sexualidade precisa ser renovada ou redescoberta. E as casas de swing são locais perfeitos para esses casais, onde eles podem vivenciar suas fantasias sem vergonha, com outras pessoas que têm o mesmo pensamento e, ainda, descobrir novas formas de prazer juntos (SILVÉRIO, 2014a).

Os praticantes do swing se configuram como um público de alto poder financeiro e, em virtude desse mercado, constata-se um aumento no número de casas que são abertas, cada uma com propostas mais requintadas e com variedade de ambientes para agradar quem é adepto dessa prática. Também existem festas privadas organizadas para esse fim, as quais movimentam um bom público. Segundo Silvério (2014a), outras opções de entretenimento para o público swing são cruzeiros em navios, convenções e resorts específicos.

De modo geral, o custo das entradas nas casas de swing difere para casais e *singles*³, notadamente para *single* feminino e *single* masculino. Os casais pagam um preço razoável; *single* feminino uma cifra reduzida, e *single* masculino, quando pode entrar, desembolsa um valor alto, sendo este, às vezes, o triplo da quantia do casal (SILVÉRIO, 2014a; VON DER WEID, 2008). Isso porque as mulheres sozinhas são bem-vindas, mas os homens desacompanhados nem tanto. Algumas casas de swing limitam alguns dias da semana para os *singles* entrarem⁴.

3 *Single* é usado para indivíduos do sexo feminino ou masculino que frequentam sozinhos casas de swing.

4 <http://www.enigmaclub.com.br/novosite/Programacao/Sabado> recuperado em 12/07/2020.

Prova de arte viva são
essas naturezas mortas.
Aí, quem duvida?

ORIGEM DO SWING

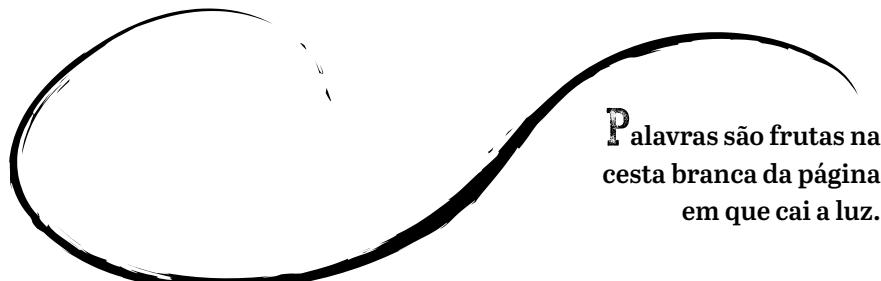
Um dos primeiros registros de prática de troca de casais foi em 1950, realizada pelos militares da força área dos Estados Unidos (EUA) com os *keysclubs* (clube de chaves). Os casais se encontravam em uma casa e, logo na entrada, cada homem deixava sua chave numa pilha no centro da sala. Depois, cada mulher pegava uma chave aleatoriamente, a qual definiria o homem com o qual ela teria relações sexuais naquela noite (BERGSTRAND; SINSKI, 2010; SILVÉRIO, 2014a). Essas festas chegaram ao conhecimento da imprensa e serviram de alvo para críticas, sendo nomeadas de *wife swapping* (troca de esposas). Contudo, essa denominação foi rechaçada pela comunidade *swinger* pela questão de submissão do gênero, colocando a mulher na posição de não escolha e também porque não compreendia todas as práticas do *swing* (SILVÉRIO, 2014a).

Outra versão conhecida sobre o surgimento do *swing* foi durante a Segunda Guerra Mundial, pelos soldados da aviação dos EUA. Com a alta mortalidade desses jovens, numa base específica, foi acordado entre os soldados que os que voltassem com vida iriam cuidar das mulheres que ficaram viúvas. O cuidado englobava a parte sexual também (SILVÉRIO, 2014a).

A pesquisadora Silvério, no seu estudo de campo⁵ como antropóloga, coletou outras informações dos próprios *swingers* sobre a origem da prática. Umas das versões afirma que o *swing* surgiu na Alemanha, após a Segunda Guerra Mundial, quando as mulheres viúvas ou de maridos que retornaram do combate mutilados procuraram organizar festas para satisfazer as suas necessidades sexuais. Com a vinda de filhos dessas relações, decidiram criá-los em comunidade pelo fato de não saberem quem eram os pais biológicos, de forma que todos ficavam responsáveis por eles. A informação é que essas

5

SILVÉRIO, Maria. Swing: Eu, Tu...Eles. Editora Chiado. Portugal, 2014a



famílias, posteriormente, juntaram-se aos mórmons fundamentalistas nos EUA. Outra versão é que o *swing* foi originado nas saunas unissex da Alemanha, costume frequente entre os alemães. O contato das pessoas nuas nesse local favorecia um desenvolvimento íntimo-sexual.

PERFIL E CARACTERÍSTICAS DOS SWINGERS

Bergstrand e Sinski (2010) ressaltam a dificuldade das pesquisas mapearem o perfil dos praticantes de *swing*. Os resultados variam e um dos fatores é o preconceito e a falta de compreensão da sociedade em geral sobre este estilo de vida, afetando alguns pesquisadores que partem da ideia pré-concebida de que os praticantes de *swing* são perturbados psicologicamente. Logo, os *swingers* tendem a se manter no anonimato para não sofrerem discriminação. Outro fator oposto acontece quando os estudiosos já fazem parte do *swing* e acabam não se afastando do objeto de pesquisa, interferindo nos resultados com vieses pessoais.

Os casais *swingers* costumam apresentar características heterogêneas. Entretanto, estudos mostram que a maioria dos seus praticantes são casados, predominantemente brancos e de classe social média e alta, sendo que as mulheres apresentam idade maior de 30 anos e, os homens, acima dos 35 anos (BERGSTRAND; SINSKI, 2010; SILVÉRIO, 2014a; SILVÉRIO, 2014b; SILVÉRIO, 2014c). Constata-se, também, que muitos dos praticantes de *swing* já tiveram outros casamentos e, na grande maioria, foram os homens que convidaram suas esposas a aderirem a essa prática (JENKS, 1998). Outro estudo aponta que mulheres e homens *swingers* se consideram satisfeitos com seus casamentos (FERNANDES, 2009).



Morder o haicai
adocica a minha boca.
Um por dia basta.

Conforme pesquisa de Silvério (2014a), foi constatado que os casais praticantes são pessoas que possuem uma relação consolidada com respeito, confiança e amor, sentimentos cruciais para corroborar a manutenção desses casamentos, mesmo após a prática do *swing*. Além disso, um estudo de caso com um casal que mantinha uma relação não monogâmica consensual indica que pessoas que tiveram, na infância, múltiplas figuras de apego, tendem a experimentar níveis mais altos de conforto e segurança emocional e baixos níveis de ciúme (KOLMES; WITHERSPOON, 2017) e, possivelmente por isso, conseguem compartilhar a parceria sexualmente, sem o receio de perder o vínculo.

NÍVEIS E ATIVIDADES DO SWING

As práticas sexuais do *swing* envolvem diversas modalidades tais como exibicionismo, voyeurismo, *ménage à trois*, *soft swing*, *hard swing* e sexo grupal (SILVÉRIO, 2014b). O exibicionismo acontece quando o casal gosta de ter relações sexuais e ser observado por outras pessoas. O voyeurismo se refere a ter prazer em assistir outras pessoas durante o ato sexual. O *ménage à trois* acontece quando há três pessoas envolvidas no ato sexual, podendo ser masculino (dois homens e uma mulher) ou feminino (duas mulheres e um homem). No *soft swing* ou troca leve, é permitida a troca de carícias, beijos, sexo oral entre os casais ou somente um dos membros do casal com outra pessoa, mas sem relação sexual com penetração. O *hard swing*, por sua vez, acontece quando há sexo com penetração com alguém que não seja a parceria, ou seja, diz respeito à troca completa (SILVÉRIO, 2014a). Quando há vários casais dividindo o mesmo quarto e há a troca de parcerias desordenadamente, a prática é denominada sexo grupal (VON DER WEID, 2008).



Custo da semana: do olho
ao ouvido a clarabóia.
Isto não é bacana?

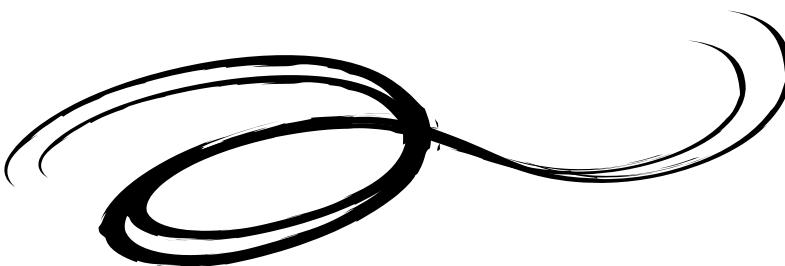
Segundo Von der Weid (2010), a grande maioria dos casais de *swing* são adeptos ao exibicionismo e ao voyeurismo, cujas práticas estão interligadas. Assim, a interação com outras pessoas já se configura como um segundo passo. Também existe a parcela de casais que, mesmo depois de muitos anos convivendo nesses ambientes, não avançam para práticas sexuais como *soft* e *hard swing*. Estes ficam satisfeitos em observarem ou serem vistos numa relação sexual.

REGRAS

Uma das regras principais e bem clara no *swing* é o respeito à palavra *não*. Se o vocábulo for proferido, esse deve ser respeitado. Não é à toa que o lema internacional desta prática é “onde tudo é permitido e nada é obrigatório” (SILVÉRIO, 2014a). Entretanto, essa conotação ampla do “tudo” ser permitido é regido por algumas regras bem conhecidas pelos *swingers* e com as quais todos os envolvidos devem estar de acordo (BERGSTRAND; SINSKI, 2010; SILVÉRIO, 2014a; SILVÉRIO, 2014b; SILVÉRIO, 2014c).

Outra questão importante e levada muito a sério para os praticantes de *swing* é que qualquer atividade sexual deve ser feita na frente da parceria ou, se esta não estiver presente, que tenha consentido a interação sexual. Para os praticantes, não faz sentido nenhum ir para o *swing* escondido da esposa ou marido. Conforme a literatura revisada, a melhor parte do *swing* é a satisfação das fantasias sexuais juntamente com a parceria (BERGSTRAND; SINSKI, 2010).

Os autores Bergstrand e Sinski (2010) descrevem também algumas regras básicas: a) os casais devem chegar juntos na festa *swing*, curtirem juntos e irem embora juntos; b) os casais não podem falar mal dos convidados na festa, bem como da manutenção dos corpos e vestimentas; e c) os casais não devem entrar nos quartos



Llevado da breca esse
moleque do demo!
Me deixou careca.

privativos sem serem convidados ou espiar pelas cortinas. Outras regras conhecidas por frequentadores das casas é que nenhum *swinger* pode abordar outro sem que os membros da parceria estejam juntos e que um *single* deve esperar o casal convidá-lo para se aproximar (SILVÉRIO, 2014a). Além disso, são proibidos comentários sobre o que acontece dentro da casa e, principalmente, nos quartos privados, fato que contribui para gerar cumplicidade e confiança entre os frequentadores. Desse modo, respeitar a privacidade é uma regra importante da etiqueta *swinger*, a qual não deve ser transgredida.

A liberdade de expressão sexual é incentivada no *swing* e, para que esta aconteça plenamente, o sexo seguro é mais umas das normas neste meio (SILVÉRIO, 2014a). Desse modo, geralmente, as casas de *swing* oferecem preservativos e, quando isso não ocorre, os casais ou *singles* carregam junto os deles (SILVÉRIO, 2014a). Em contrapartida, estudos relataram que apenas uma minoria de *swingers* usa preservativos regularmente (BENTZEN; TRAEEN, 2014; MERCER, 2017; VAILLANCOURT; FEW-DEMO, 2014). Ressalta-se, entretanto, que essas normas de condutas são importantes, principalmente, para regular os *singles* masculinos, os quais, segundo as pesquisas, muitas vezes, não respeitam as mulheres, estigmatizando-as como prostitutas, e não as enxergando como mulheres que estão somente buscando sexo liberal com sua parceria.

Outra regra não tão clara, mas bastante observada nas casas de *swing*, é que os casais mantenham reservadas as informações sobre suas vidas privadas. Entende-se que o que acontece nestes locais é puramente encarado como uma satisfação sexual e não envolve outras questões. Tal norma busca justamente evitar envolvimento emocional entre os pares. No entanto, essa regra é às vezes transgredida quando os casais se envolvem fora dos ambientes formais para o *swing* (SILVÉRIO, 2014a). Neste sentido, constata-se que o envolvimento emocional entre as trocas de casais não é bem encarado no *swing*. Se os membros da parceria estão percebendo o



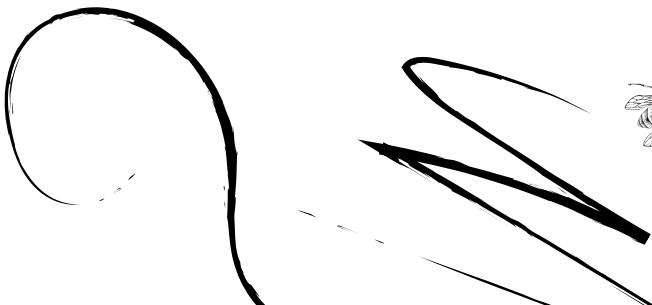
Paquera, solerte. Nos flertes,
não teme os erros. Uma hora
ele acerta.

desenvolvimento de algum sentimento entre um par, geralmente há um afastamento, pois a monogamia emocional é levada bastante a sério nesse contexto (SILVÉRIO, 2014a).

De forma geral, quem participa dessa prática precisa diferenciar sexo do amor. Esta não é uma regra e nem uma norma estabelecida, mas é bastante evidenciada entre os casais. É como se fosse uma infidelidade consentida e com a presença da parceria, seja participando ou somente assistindo, e a diferença é que essas relações sexuais acontecem para atender o objetivo único do casal, que normalmente busca o máximo de prazer (SILVÉRIO, 2014a; VON DER WAID, 2010).

Parece estranho abordar qualquer especificidade do relacionamento afetivo humano sem mencionar o ciúme (DE VISSER; McDONALD, 2007). Entretanto, pode-se dizer que, no *swing*, o ciúme assume caráter secundário, pois o ambiente oferece condições de prazer para ambos os membros do casal, controlado por regras e normas que podem dar uma sensação de segurança emocional. Desse modo, os *swingers* entendem que não se trata de situações de infidelidade ou traição, devido ao consentimento e anuência da parceria (SILVÉRIO, 2014c). No entanto, a infidelidade para praticantes de *swing* acontece quando há quebra de regras e combinados específicos do casal ou quando algo é feito escondido da parceria (VON DER WEID, 2008).

Um assunto bastante questionado pelos estudiosos sobre a temática do *swing* é a questão da bissexualidade feminina, que é tranquilamente aceita. Já a bissexualidade masculina é considerada um tabu. Conforme já foi dito, geralmente, a entrada de *singles* femininos nas casas de *swing* é facilitada, enquanto que a inserção de *singles* masculinos é controlada ou dificultada. Durante as festas, as mulheres são protegidas e, se ocorrer de alguma delas se sentir ofendida ou não respeitada por algum frequentador, isso acarretará no convite para que ele se retire do local (BERGSTRAND; SINSKI, 2010).

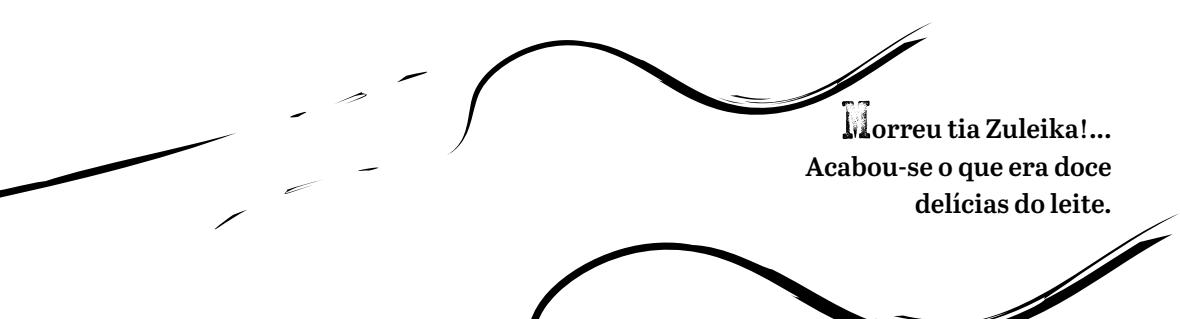


Matei o mosquito que
roubou meu sono à noite.
Ele aqui ainda zine.

De maneira geral, a literatura aponta que a entrada de uma *single* feminino com a mulher do casal ou o contato íntimo entre as mulheres de dois casais, ou seja, a interação sexual entre mulheres, é muito comum. Sabe-se que os homens apreciam essa modalidade de *ménage* feminino e, mesmo quando a esposa não tem preferência bissexual, acaba cedendo para satisfazer o marido (VON DER WEID, 2008). Já o *ménage* masculino quase nunca é visto e, se esse acontece, geralmente, não há contato entre os homens. Segundo pesquisas, a bissexualidade masculina é rara no *swing* e, quando ocorre, é praticada em locais privados ou "às escuras" (SILVÉRIO, 2014a).

Ademais, há uma diferença entre o vestir-se feminino e o masculino nas casas de *swing*. As mulheres abusam de roupas sensuais e, muitas vezes, não usam roupas íntimas. Os homens usam roupas comuns do dia a dia, calças e camisetas ou camisas. Segundo pesquisa de Von der Weid (2009), dependendo do que a mulher usa na festa *swing*, ela exprime ao que está se propondo naquela noite e, também, se é iniciante ou veterana na prática. O usar calça comprida simboliza que está "fechada" para envolvimentos sexuais. Roupas mais discretas mostram que a mulher quer ficar mais reservada e está na dúvida sobre fazer sexo ou não. Saias curtas, decotes ousados já mostram que ela está interessada em fazer sexo. Desse modo, a exibição do corpo da mulher assume determinadas conotações, sendo que, inclusive, muitos clubes enfatizam o uso de roupas sexys para as mulheres (SILVÉRIO, 2014a).

Considerando que as relações não monogâmicas têm recebido maior visibilidade na mídia recentemente (BREWSTER et al., 2017), bem como o aumento de número de casas de *swing* e de seus frequentadores, comprehende-se que tal prática deve ser melhor estudada e conhecida por terapeutas que atendam casais que optem por esse estilo de vida. Constatou-se, também, uma carência de conhecimento por parte de terapeutas no atendimento a pessoas que vivem relações não monogâmicas consensuais ou que optam por estilos



Morreu tia Zuleika!...
Acabou-se o que era doce
delícias do leite.

de vida sexual alternativos, os quais podem, sem intenção, cometer microagressões permeadas por preconceitos e estigmas (SPROTT, RANDALL, DAVISON, CANNON, & WITHERSPOON, 2017; VAIL-LAN COURT; FEW-DEMO, 2014). Essa liberação sexual tem se manifestado também na literatura popular, por meio de romances eróticos que têm se tornado *best sellers*. Desse modo, dada a escassez de literatura brasileira sobre a temática, além de apresentar mais informações sobre o swing, o objetivo principal do presente capítulo é caracterizar a prática de swing de um casal através da análise da história do romance *Peça-me o que quiser*.

MÉTODO

O presente manuscrito analisa o romance *Peça o que quiser*, o qual faz parte de uma trilogia escrita por Megan Maxwell (2012). A análise abrangeu apenas o primeiro livro da série, o qual conta a história da secretária espanhola, Judith Flores, e seu chefe, o alemão Eric Zimmerman. Recém-chegado para assumir o comando da empresa Müller, antes dirigida por seu pai, Eric tem uma atração instantânea por Judith e passa a exigir que ela o acompanhe em viagens de trabalho pela Espanha. Com ele, Judith vivencia experiências sexuais inimagináveis para ela até então e adentra no universo swing.

PROCEDIMENTOS

O método envolveu análise de caso único, com o intuito de representar uma contribuição significativa do conhecimento e da teoria (YIN, 2015), envolvendo a definição categorial temática via



Quer tirar do sério o
vovô hipocondríaco?
Roube os seus remédios.

processo de caixas (BARDIN, 2011), que ocorre quando o sistema de categorias é definido *a priori* e seus elementos são inseridos à medida que vão sendo encontrados. A metodologia de trabalho abrangeu os seguintes passos: 1) leitura do romance realizado pelas duas autoras; 2) apreensão da teoria sobre casais praticantes de *swing*; 3) definição de categorias e subcategorias de análise para categorização do romance; 4) releitura do romance, realizada pela primeira autora, e classificação de trechos do livro nas categorias temáticas; 5) análise da categorização feita pela segunda autora; 6) redação do artigo final com articulação da teoria com a análise categorial temática.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A caracterização da prática de *swing* do casal Judith e Eric, analisada através do romance, será apresentada e discutida por meio de duas categorias temáticas. A primeira categoria é denominada *Swing* e a segunda é intitulada *Especificidades do casal Judith e Eric*.

SWING

Essa categoria aborda as características gerais do *swing* apresentadas na história do romance. É composta por cinco subcategorias: *Práticas sexuais de swing*, *Regras gerais para os praticantes*, *Higiene e prevenção*, *Prazer e vergonha* e *Bissexualidade*.

Práticas sexuais de swing

O romance mostra que o *swing* oportuniza a liberdade sexual, apresentando as mais variadas práticas sexuais. Voyeurismo e exibicionismo podem ser ilustrados com o seguinte trecho do livro:



Pálpebras de chumbo à
escrivaninha, sentado.
Assim não me arrumo!

"o vidro se ilumina e vejo com toda a nitidez duas mulheres em cima de uma mesa fazendo sexo oral. Alucinada, desconcertada e incrédula, assisto ao espetáculo que aquelas desconhecidas nos oferecem" (Judith, p. 33). O *soft swing* pode ser exemplificado no seguinte trecho: "as mãos de Andrés passeiam pelo meu corpo. Toca meus seios, minha cintura, continua descendo e enfia um dedo em mim. Frida se aproxima e Eric se afasta. Ela se agacha, me faz abrir as pernas e sua boca vai direto bem lá dentro de mim" (Judith, p. 229). O *hard swing* pode ser ilustrado com a seguinte cena: "duas mãos que não reconheço me seguram pelos quadris e me introduzem sua ereção aos poucos. (...) Quero que me penetre várias vezes e respiro ofegante de prazer a cada vez, enquanto escuto os gemidos de Marisa ao meu lado e sei que Eric me olha enquanto lhe dá muito, muito prazer" (Judith, p. 351).

O *ménage à trois* é descrito em diversos fragmentos do romance, tais como: "Isso me faz gemer e me contorcer. (...). Estou em cima de Eric. Ele abre minhas pernas. Me oferece a outro homem. Sinto a dureza de seu sexo contra meu traseiro, enquanto um homem de quem só sei o nome, Björn, me chupa" (Judith, p. 245). E o sexo grupal: "Um gemido alto chama minha atenção e logo vejo Frida em cima da cama. Dois homens comem ela. Andrés, seu marido, pela vagina, e Fred com força pelo ânus. Nossos olhares se encontram e eu fico arrepiada. Nós duas gostamos do que esses homens fazem conosco, enquanto nos sentimos como suas bonecas, seus brinquedinhos (...)" (Judith, p. 263).

O personagem Eric exemplifica essa variabilidade de práticas sexuais no *swing*: "Em lugares como este, as pessoas oferecem o corpo e o prazer em troca de nada. Há casais que fazem *swing*, outros que procuram alguém para fazer um trio e outros que simplesmente se juntam a uma orgia" (Eric, p. 124). O que Eric quer dizer é que não tem nada fixo dentro do *swing*, desde que as pessoas envolvidas dentro do ato sexual estejam de acordo. A história apresenta cenas



**HAICAI DO
DADAÍSTA.**

Águia. Cal. Verruga. Régua.
Regra. Garfo. Grampo. Pã.
Girafa. Bunda.

em que seus personagens se envolvem em todos os níveis da atividade de *swing*, tais como descritos na literatura (SILVÉRIO, 2014b; VON DER WEID, 2008). Chama a atenção que, mesmo Judith sendo recém-iniciada nesse estilo alternativo de vida sexual, ela se mostra aberta para experimentar as diferentes modalidades da prática. Tal constatação contraria a literatura da área que indica que a maioria dos casais opta pelo exibicionismo e voyeurismo (VON DER WEID, 2010). Pondera-se, entretanto, que a história analisada se trata de um romance fictício, cuja sequência dos fatos é apresentada de forma acelerada de modo a apreender o interesse do leitor, ou seja, nem sempre coincide com a realidade.

Regras gerais para os praticantes

O romance mostra várias conversas em que Eric apresenta para Judith as regras gerais do *swing*. Antes mesmo da primeira experiência do casal, Eric assegura a Judith que ela não precisará fazer nada contra a sua vontade: “Nunca farei nada que você não aprove antes” (Eric, p. 125). O respeito, por exemplo, é uma das principais regras do *swing*, pois tudo é liberado, mas sempre com o consentimento dos outros envolvidos. Judith percebe numa festa de *swing* que, mesmo com uma roupa provocante e num ambiente liberal, todos são respeitosos: “Conforme as horas vão passando, percebo como os homens se aproximam de nós e me devoram com os olhos. Sei o que estão pensando, mas estou tranquila. Ninguém, absolutamente ninguém, diz nada que possa me incomodar. Todos são muito educados” (Judith, p. 238).

A literatura aponta que partir do momento que se adentra no *swing*, há algumas regras gerais que regem os ambientes e seus praticantes devem conhecê-las (BERGSTRAND; SINSKI, 2010; SILVÉRIO, 2014a; SILVÉRIO, 2014b). Tais regras não são explícitas em placas penduradas nas casas de *swing*, mas algumas explicam as mais importantes na entrada. Também são disseminadas pelos veteranos aos iniciantes. No romance analisado, como Eric já era praticante,

**Dia de finados. Mudaram
de nome, os mortos
chamam-se saudade.**

ele esclarece de antemão as regras para Judith, no sentido de deixá-la tranquila para aceitar sua proposta de conhecer o mundo do *swing*.

Higiene e prevenção

No romance, em uma das primeiras cenas de *swing*, o personagem Eric já indica para Judith a preocupação com higiene e prevenção quando entrega um vibrador a ela: "Está limpo, querida. Acima de tudo, a higiene" (Eric, p. 230). Em outra cena, Judith relata observar o homem desconhecido para ela, colocando preservativo: "(...) então ouço Mario dizer enquanto põe uma camisinha" (Judith, p. 350). Tais vinhetas ilustram a preocupação e seriedade com a prevenção de doenças sexualmente transmissíveis (DSTs) no meio *swing* (SILVÉRIO, 2014a). Esses fragmentos do livro mostram-se de extrema importância, pois quando se pensa em sexo envolvendo vários parceiros, a questão de saúde e a prevenção de contaminação por DSTs aparecem como preocupações. No caso do *swing* não é diferente, pois o sexo acontece com casais que possuem uma relação íntima, porém, as relações sexuais ocorrem com outras pessoas desconhecidas.

Entretanto, estudos evidenciam casais heterossexuais que fazem sexo com outros foram identificados como uma subpopulação sexual com uma alta prevalência de DSTs, notadamente clamídia e gonorréia (NIEKAMP et al. 2013). Assim, *swingers* podem ser identificados como um grupo de alto risco, o qual deve ser alvo para a prevenção e cuidados. Além disso, cabe ressaltar o fato de o romance chamar a atenção para o uso do preservativo, pois isso indica o caráter de responsabilidade social da autora e equipe editorial, considerando que as histórias de livros, especialmente *best sellers*, podem ser influenciadores de comportamentos. Neste sentido, estudos sugerem que os indivíduos alteraram suas crenças e atitudes do mundo real em resposta à imersão na ficção, especialmente quando se sentem atraídos por histórias nos âmbitos cognitivo e emocional (GREEN; BROCK; KAUFMAN, 2004; GREEN; BROCK, 2000).

Ante oclusas musas não
ato ou desato versos;
derreto meus fusos.

Prazer e vergonha

O romance evidencia que, no *swing*, se tem como objetivo o máximo prazer de ambos os sexos sem julgamentos e sem obrigação, destacado na seguinte frase: "Estamos num clube privado em que as pessoas treparam e se deixam levar por seus desejos. Aqui as pessoas ficam totalmente desinibidas e pensam apenas no prazer e nos joguinhos sexuais" (Eric, p.124). Pensamentos de Judith ilustram o quanto ela sente prazer neste estilo de vida: "Esse novo mundo que estou descobrindo me envolve cada vez mais e, a cada instante, o prazer que sinto é maior que a vergonha" (Judith, p. 259) e "É alucinante a sensação que tenho nesse instante, com os dois [homens] me tomado por completo ao mesmo tempo" (Judith, p. 381). Tais vinhetas demonstram o poder do prazer, o qual atenua a vergonha que ela sente por praticar algo estigmatizado e hostilizado pela sociedade e desconhecido para ela (BERGSTRAND; SINSKI, 2010). Com relação à vergonha, Judith opta por esconder a prática de *swing* de sua família por receio que seus membros pudessem estigmatizá-la. Tal reação é comum aos praticantes que não divulgam abertamente a familiares e amigos que são adeptos ao *swing* por vergonha e medo do preconceito (BERGSTRAND; SINSKI, 2010).

No início do romance, Judith negou o convite de Eric para entrar no *swing*. Entretanto, conforme foi se envolvendo com ele, Judith foi se deixando experimentar essas práticas sexuais, das quais ela passou a gostar e a querer mais. Judith transgrediu uma interdição construída socialmente de que a mulher deve ser submissa ao prazer masculino e deve ignorar seus desejos e prazeres no que tange a sua sexualidade (VIEIRA, 1997). Sendo assim, o livro corrobora a literatura científica, indicando que um dos motivos que mantém as pessoas adeptas ao *swing* é justamente a possibilidade de maior prazer sexual (SILVÉRIO, 2014a).



Vi um não-sei-quê
que me deixou não sei como
no sambalelê.

Bissexualidade

Na história do livro, a personagem Judith questionou Eric algumas vezes sobre ele fazer sexo com homens e ele negava tal possibilidade de forma veemente: "Amor, já te disse que não curto homens" (Eric, p. 227). Judith também tinha receio de se envolver com pessoas do mesmo sexo como demonstra a frase dela para Eric: "(...) não curto mulheres. Não...não curto (...)" (Judith, 108). Mas conforme a história foi se desenrolando, Judith começou a aceitar e a gostar de ter relações com mulheres, como evidencia a seguinte passagem do livro: "Não consigo falar nada, apenas me observar me contorcendo na cama e gemendo enquanto aquela desconhecida brinca com meu corpo e eu ali (...). Eric se delicia. Eric lhe aponta minha vagina novamente enquanto se masturba. Ela obedece e volta a encostar sobre mim. Estou enlouquecida" (Judith, p.79). Em outro momento, Judith, ao fazer sexo oral pela primeira vez em uma mulher, diz: "Pensei que eu teria nojo disso, mas não. Passei a minha boca por sua vagina perfeitamente depilada e dou mordidinhas em seu clitóris. Me sinto poderosa com isso. Marisa se esfrega em mim e eu a ouço gemer" (Judith, p. 347). Conforme Eric foi proporcionando a Judith novos jogos sexuais com mulheres, ela, sabendo que ele gostava, foi sendo receptiva e foi se entregando ao sexo feminino também.

Embora no *swing* tudo seja permitido, desde que se tenha o consentimento dos membros envolvidos nas relações sexuais, a prática do bissexualismo masculino ainda mostra-se como um tabu. A literatura pesquisada aponta que os homens que participam do *swing*, normalmente, mantêm contato íntimo somente com as mulheres. O sexo entre homens, se houver, é mantido em discrição (SILVÉRIO, 2014a). Ademais, não houve o envolvimento sexual entre homens em todas as cenas de *swing* no romance. No entanto, o bissexualismo feminino é uma prática recorrente no *swing* e, provavelmente, uma das mais comuns e procuradas (VON DER WEID, 2008).

Sua beleza tórrida
minha pele irrita;
incita-me ao mórbido.

E não poderia ser diferente nesta história, pois em todas as cenas em que houve troca de casais e *ménage à trois*, foram descritas interações sexuais entre mulheres.

ESPECIFICIDADES DO CASAL JUDITH E ERIC

Essa categoria se refere a peculiaridades do relacionamento do casal diante da prática do *swing*. É composta por duas subcategorias: Regras diádicas do *swing* para Judith e Eric e Relacionamento de Judith e Eric.

Regras diádicas do swing para Judith e Eric

No romance analisado, houve um momento de combinação entre Eric e Judith sobre regras entre eles, tal como ilustra o seguinte diálogo entre os protagonistas:

- Escuta, Jud. Entre nós, quando estivermos em lugares como este ou acompanhados de outras pessoas entre quatro paredes, haverá duas condições. A primeira: nossos beijos são só para nós dois. Pode ser?
- Pode. Isso me alegra. Odeio que beije outra mulher e em seguida me beije.
- E a segunda condição é o respeito. Se algo te incomodar ou me incomodar, deveremos dizer. Se você não quiser que alguém te toque, te penetre ou te chupe, deve me dizer e eu logo vou interromper isso e vice-versa. Combinado?
- Combinado. (Judith e Eric, p. 125)

Outro diálogo em que apareceu o respeito de regras entre o casal é o de Judith com uma mulher que a estava assediando quando Eric não estava presente e ela respondeu: “- ...mas eu só jogo na presença do meu namorado. - É a regra de vocês dois?


Os sentidos captam
(sons, quaisquer e sutilezas)
a flor no seu vaso.

- É" (Judith e desconhecida, p. 338). Quando o casal decide adentrar no *swing*, além de respeitar as normas gerais entre os praticantes, eles próprios criam regras específicas para o par. São combinações feitas que ajudam a protegê-los dentro de suas limitações individuais, o que pode ou não pode acontecer quando estiverem com outras pessoas para não desencadear incômodos ou sentimentos negativos dentro do *swing*. No diálogo acima, quando Eric combina que o beijo só acontecerá entre os dois, Judith demonstra alívio, pois para ela seria difícil que ele beijasse outra pessoa na presença dela. Desrespeitar regras combinadas dentro de um relacionamento *swinger* se configura como traição. Neste caso, se Judith resolvesse se envolver com a mulher sem o namorado, ou se Eric beijasse outra mulher antes de Judith, mesmo na frente dela, seria caracterizado como um ato de infidelidade, pois eles teriam desrespeitado regras definidas *a priori*, traindo a confiança da parceria (VON DER WEID, 2008).

Relacionamento de Judith e Eric

Na história do livro, foram constatadas algumas questões específicas da relação entre Eric e Judith. Por exemplo: "Eu quero você...quero sexo selvagem...quero que me compartilhe com outros... quero o que você quiser!" (Judith, p. 373). Essa frase demonstra a reciprocidade sexual entre o casal. Outro aspecto ilustrado na história foi o ciúme entre o casal, como aparece na frase a seguir, quando eles contam que transaram com outras pessoas num período em que ficaram separados: "Por alguns segundos nos olhamos. O ciúme volta a nos dominar e ele me come com fúria" (Judith, p. 295). Em outro trecho, o ciúme de Judith é manifestado: "Sinto os olhares dos homens sobre mim e também os de muitas mulheres, mas, quando vejo como várias delas olham para Eric, fico um pouquinho chateada. Meu sentimento de posse surge forte e, ao fim, consciente do que está acontecendo, Eric me acalma e me lembra de onde estamos" (Judith, p. 239). Em outro episódio, contrariamente, Judith pensa:

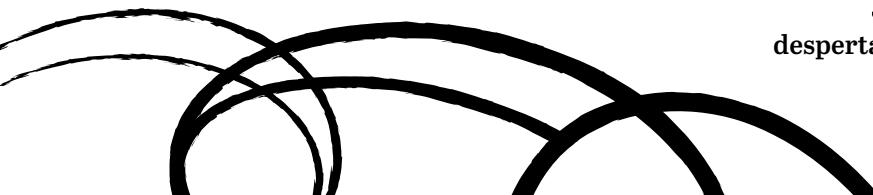
**DIA DE NATAL NA
CHAPADA DIAMANTINA.**

Na encosta dos montes
a estampa da sombra
das nuvens alça-me
ao sem nome.

"Sem sentir nem uma pontinha de ciúme, vejo o homem [Eric] que me deixa louca fazendo o que peço. Ele lambe os mamilos dela, enfia na boca e chupa enquanto a mulher mexe os quadris e o faz estremecer" (Judith, p. 375). Complementando o ciúme, também foi percebida a possessividade de Eric sobre Judith, conforme os fragmentos seguintes: "(...) mas não aceito que ninguém, homem ou mulher, te toque ou te beije sem o meu consentimento" (Eric, p. 340); e: "Você é minha e só quem eu quiser pode te tocar" (Eric, p. 295).

É bastante curioso pensar em como o casal se relaciona após o *swing*. No romance analisado, constata-se que Judith foi sendo inserida e se adaptando ao *swing* simultaneamente com o início de seu envolvimento com Eric, que já era praticante. Eles não eram casados e haviam se conhecido recentemente. No entanto, desde o primeiro encontro, a transparência e comunicação entre os dois eram constantes e tais características relacionais mostraram-se como pontos importantes para Judith confiar em Eric e aceitar experimentar as práticas desse novo estilo de vida. Essa constatação não corresponde à literatura, que apresenta que o *swing* é praticado, em sua maioria, por casais casados e que possuem uma relação estável (BERGSTRAND; SINSKI, 2010; SILVÉRIO, 2014a; SILVÉRIO, 2014b; SILVÉRIO, 2014c). No entanto, o caso analisado corrobora autores que falam que, geralmente, são os homens que convidam as esposas para adentrarem no *swing* (BERGSTRAND; SINSKI, 2010; JENKS, 1998; SILVÉRIO, 2014a; SILVÉRIO, 2014b; SILVÉRIO, 2014c).

Sobre o ciúme, Judith e Eric tinham o acordo de serem compartilhados com outros homens e mulheres na presença deles, mas Eric sentia-se muito ameaçado e enciumado quando qualquer outra pessoa tocasse Judith em diferentes interações sociais, sem que ele tivesse permitido. Contudo, Judith também sentia ciúmes de Eric quando outras mulheres demonstravam interesse por ele. Mas quando estavam mantendo relações sexuais com outras pessoas, o ciúme não aparecia, pois ambos estavam em ambientes



Tocando a alvorada
despertam-me do meu sono
buliçosos pássaros.

controlados e com regras que proporcionavam segurança emocional, conforme visto na literatura (SILVÉRIO, 2014c). E pensando na possessividade exacerbada de Eric sobre Judith, esta pode ser um aspecto que denuncia uma relação jovem, sem tempo ainda de ter formado pilares fundamentais de relações consolidadas (SILVÉRIO, 2014a). Desse modo, destaca-se a importância de cada par conversar e negociar para desenvolver uma identidade de casal compartilhada, com regras e limites claros que lhes permitam administrar o ciúme de forma que possam desfrutar plenamente do swing (DE VISSER; McDONALD, 2007).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Devido ao aumento de comunidades de *swing* e frequentadores dessas casas nos últimos anos, entende-se que a relevância social deste trabalho está em mostrar uma mudança no comportamento sexual de casais monogâmicos e promover reflexões acerca do tema que possam auxiliar psicólogos que atendam casais que apresentem esta questão na terapia.

Cabe ressaltar, entretanto, a compreensão de que a prática de *swing* não deve ser considerada um problema na conjugalidade e que, inclusive, muitos casais se beneficiam desse comportamento sexual. Desse modo, é possível pensar que casais *swingers* podem procurar a psicoterapia por outros motivos que não seja pelo seu estilo de vida sexual alternativo. Assim, caberá a cada terapeuta avaliar se tal prática é uma demanda para tratamento, como, por exemplo, um casal que vivencia o *swing* e passa a ter dificuldades no relacionamento a partir dessa experiência. Uma das várias razões para a busca por terapia pode ser quando um dos membros da parceria quer continuar a prática e o outro não.

FIM DE VIAGEM.

Término faceiro:
após correr meu país,
sou mais brasileiro.

Em contrapartida, destaca-se que esse público pode ser desafiador para o terapeuta que não está acostumado a trabalhar com relações não monogâmicas (BREWSTER et al., 2017). Assim, nesses casos, indicam-se orientações aos terapeutas: 1) estudar configurações conjugais não monogâmicas; 2) identificar os próprios valores e crenças relacionados à não monogamia; 3) trabalhar com a definição do casal de não monogamia; 4) estar ciente de que os membros da parceria podem ter preocupações variadas sobre não monogamia; 5) tratar a infidelidade, caso haja; 6) evitar suposições sobre as maneiras como a não monogamia afetará o relacionamento; e 7) reconhecer que abrir um relacionamento é um processo contínuo (BAIRSTOW, 2017).

Enfatiza-se que, assim como os personagens do livro, a maioria dos casais investigados em pesquisas com *swingers* relata que a qualidade do relacionamento melhorou com a adoção dessa prática. Entretanto, pondera-se que há casais que experimentam o *swing*, mas que não continuam com esse estilo de vida. Desse modo, as pesquisas não acessam os casais que não se beneficiam de tal prática ou aqueles para os quais essa vivência tenha contribuído para problemas na relação. Por fim, sugere-se o aprofundamento de estudos com casais praticantes de *swing* para se compreender os múltiplos fatores que colaboram para opção desse estilo de vida.

REFERÊNCIAS

BAIRSTOW, A. **Couples exploring non-monogamy:** Guidelines for therapists. *Journal of Sex & Marital Therapy*, [S.I.], v. 43, p. 343-353, 2017. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/0092623X.2016.1164782?scroll=top&needAccess=true>. Acesso em: 16/06/2018.

BARDIN, L. **Análise de conteúdo:** Edição revisada e ampliada. São Paulo: Edições 70, 2011.

Olha que surpresa:
deu lagarta na poesia,
voa a borboleta.

BERGSTRAND, C. R; SINSKI, J. B. **Swinging in America:** Love, sex and marriage in the 21st century. Santa Barbara, California: ABC-CLIO, 2010.

BENTZEN A.; TRAEEN B. **Swinging in Norway in the context of sexual health.**

Sexuality and Culture, [S.I.], V.18, Issue 1, p.132-148, 2014. Disponível em: <https://link.springer.com/article/10.1007/s12119-013-9181-6>. Acesso em: 20/06/2018.

BRANDAU, M. et al. **Institutional drivers of conformity:** evidence for management accounting from Brazil and Germany. International Business Review, [S.I.], v. 22, n. 2, p. 466-479, Apr. 2013. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0969593112000935>. Acesso em: 25/06/2018.

BREWSTER, M. E. et al. **A content analysis of scholarship on consensual**

nonmonogamies: Methodological roadmaps, current themes, and directions for future research. Couple and Family Psychology: Research and Practice, Washington, DC, v. 6(1), p. 32-47, 2017. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1037/cfp0000074>. Acesso em: 02/05/2019.

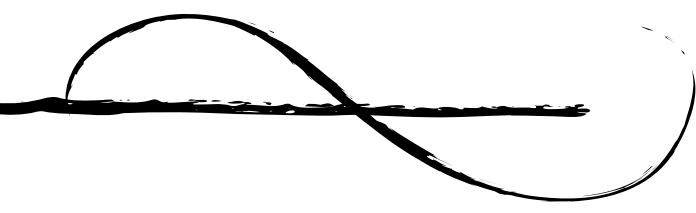
VIEIRA, L. H. C. N. **Articulando gênero, sexualidade e subjetividade. Revista de Ciências Humanas**, Florianópolis, v. 15, n. 21, 71-90, jan. 1997. ISSN 2178-4582. Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/revistacfh/article/view/23356>. Acesso em: 12/06/2019.

DE VISSER, R.; MCDONALD, D. **Swings and roundabouts: Management of jealousy in heterosexual 'swinging' couples.** British Journal of Social Psychology, [S.I.], v. 46, n. 2, p. 459-476, 2007. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1348/014466606X143153>. Acesso em: 17/07/2019.

FERNANDES, E. M. **The swinging paradigm:** An evaluation of the marital and sexual satisfaction of swingers. Union Institute and University, 2009.

FIFE, S. T.; WEEKS, G. R.; GAMBESCA, N. **Treating infidelity:** An integrative approach. The Family Journal, [S.I.], v.16(4), p. 316-323, 2008. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/247763581_Treating_Infidelity_An_Integrative_Approach. Acesso em: 18/07/2019.

GREEN, M. C.; BROCK, T. C. **The role of transportation in the persuasiveness of public narratives.** Journal of personality and social psychology, [S.I.], v. 79, n. 5, p. 701, 2000. Disponível em: <https://psycnet.apa.org/record/2000-00920-003>. Acesso em: 19/07/2019.

Tarde modorrenta!
Sus, faz um calor dos diabos
e, o que é pior, não venta.

_____; _____. KAUFMAN, G. F. **Understanding media enjoyment**: The role of transportation into narrative worlds. *Communication Theory*, [S.I.], v. 14, n. 4, p.311-327, 2004. Disponível em: <https://doi.org/10.1111/j.1468-2885.2004.tb00317x>. Acesso em 27/05/2019.

JENKS, R. J. **Swinging**: A review of the literature. *Archives of sexual behavior*, [S.I.], v. 27, n. 5, p. 507-521, 1998. Disponível em: <https://link.springer.com/article/10.1023%2FA%3A1018708730945>. Acesso em: 20/06/2019.

KOLMES, K.; WITHERSPOON, R. G. **Therapy with a consensually nonmonogamous couple**. *Journal of Clinical Psychology*, [S.I.], v.73(8), p.954-964, 2017. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/jclp.22509>. Acesso em: 10/07/2019.

LEHMILLER, J. **Tell me what you want**: The science of sexual desire and how it can help you improve your sex life. Hachette UK: Da Capo Life Long, 2018.

MAXWELL, M. **Peça-me o que quiser**. Rio de Janeiro: Objetiva, 2012.

MERCER, H. **Swinging**: If you do not ask you may not find, but you need to. *Sexually Transmitted Infections*, [S.I.], v.93(6), p.381-382, 2017. Disponível em: https://discovery.ucl.ac.uk/id/eprint/10042697/1/Dukers_editorial_by_CHMercer_ACCEPTED.pdf. Acesso em 10/05/2019.

NIEKAMP, A. *et al.* **A sexual affiliation network of swingers, heterosexuals practicing risk behaviours that potentiate the spread of sexually transmitted infections**: a two-mode approach. *Social Networks*, [S.I.], v. 35, n. 2, p. 223-236, 2013. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0378873313000130>. Acesso em: 25/06/2019.

YIN, Robert K. **Estudo de Caso**: Planejamento e métodos. Porto Alegre: Bookman editora, 2015.

SILVÉRIO, M. **Swing**: Eu, Tu...Eles. Portugal: Chiado, 2014a.

_____. **Gênero, sexualidade e swing**: A ressignificação de valores através da troca de casais. *Sexualidad, Salud y Sociedad*, Rio de Janeiro [online], n.18, p.111-139, 2014b. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S198464872014000300111&script=sci_abstract&tlng=pt. Acesso em: 10/04/2018.

Diz um jardineiro
na manhã de suas flores:
viva fevereiro!

_____. **Swing em Portugal:** Uma interpretação antropológica da troca de casais, **Etnográfica**, Rio de Janeiro, v.18(3), p.551-574, 2014c. Disponível em: <https://journals.openedition.org/etnografica/3820> . Acesso em: 10/04/2018.

SPROTT, R A, RANDALL, A, DAVISON, K, CANNON, N, WITHERSPOON, R G . Alternative or nontraditional sexualities and therapy: A case report. **Journal of Clinical Psychology**, v.73(8), p. 929-937, 2017. Disponível em: https://www.researchgate.net/profile/Ryan-Witherspoon/publication/318203856_Alternative_or_Nontraditional_Sexualities_and_Therapy_A_Case_Report_Alternative_or_Nontraditional_Sexualities_and_Therapy/links/5cee3588a6fdcc18c8e9848c/Alternative-or-Nontraditional-Sexualities-and-Therapy-A-Case-Report-Alternative-or-Nontraditional-Sexualities-and-Therapy.pdf

VAILLANCOURT KT, FEW-DEMO AL. **Relational dynamics of swinging relationships:** An exploratory study. **The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families**, [S.I.], v.22, p.311-320, 2014. Disponível em: <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/1066480714529742>. Acesso em: 10/07/2019.

WEID, O. V. **Adultério consentido:** Gênero, corpo e sexualidade na prática do swing 2008. Dissertação (Mestrado no Programa de Pós-graduação em Sociologia e Antropologia – PPGSA) - Universidade Federal do Rio de Janeiro - UFRJ, Rio de Janeiro, 2008. Disponível em: <http://livros01.livrosgratis.com.br/cp050816.pdf>. Acesso em: 12/04/2018.

_____. **Swing, o adultério consentido.** Revista Estudos Feministas, UFSC, Florianópolis, v.18(3), p.789-810, 2010. Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/ref/article/view/S0104-026X2010000300009>. Acesso em: 15/04/2018.

No céu, o avião
na terra, a avezinha;
meus poéticos grãos.

COLHEITA.

A PROVOCADORA REALIDADE SUPLEMENTAR



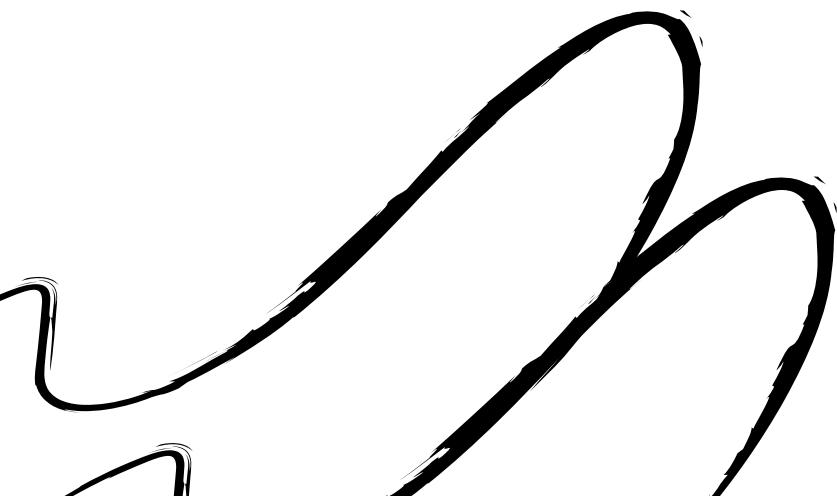
*Vou desenhar um mapa sobre a pele.
A geografia impele-me ao relevo
pelos caminhos que há por entre os pelos
e que o roçar da língua circunscreve.*

*Porque os afetos movem-me em veludos
entro no lúdo e jogo com desejo;
então, no mapa, risco o que entrevejo
nesta sonora viagem, neste entrudo.*

*Avisto cerros, passo promontórios
e alguns declives ásperos e grutas
só por lançar-me ao mar desses teus olhos.*

*Na sua luxúria a língua é quem transmuta
o ser do poeta e o põe como o cartógrafo
se a punho e à mão o corpo teu tatua.*

.....Navarro.



No verão, o inverno.
Fevereiro, 25
risco no caderno

MONÓLOGO... UM INTERROGADOR⁶

Wescley Dinali



Fonte: Elaborado pelo autor (2018).

6

Este texto surgiu a partir de várias leituras de Deleuze e Guattari e principalmente do conto "A tribulação de um pai de família", do Kafka. Nasceu nos nossos encontros no Travessia Grupo de Pesquisa da Faculdade de Educação da Universidade Federal de Juiz de Fora/MG, durante meu doutorado.

Primeiro de março.
Começa a guerra, ele diz
e aperta os cadarços.

- *Interrogamos! Mas fique sabendo que a pergunta remete a uma resposta.*
- *Você está de acordo?*
- *Primeiramente interrogo quem? Um assaltante?*
- *Banqueiro? Empresário? Estudante, professor, louco? Um advogado? Um vendedor, um carpinteiro, um mendigo, uma gaivota, um deputado, um senador, um pedreiro, um encanador? Um ator? Ok, ok, ok...*
- *Uma criança com baba na boca? Um vivo? Um Morto? Um suspeito? Um intelectual pedante metido a sábio? Um bêbado? Cantor? Artista? Um rato? Um cachorro?*
- *Já sei, um filósofo?*
- *Hahahahahhaa... filósofo, filósofos...*
- *Qual seu nome? Você tem um nome?*
- *Fala porra!!!*
- *Ouvi algo sobre Knup, Cleydina Dina, algo estranho como Wescley. Algo assim...*
- *Fala porra!!!*
- *Quando você nasceu? Onde você nasceu?*
- *Melhor, quando você começou a existir?*
- *O que te define?*
- *Gosta da noite, do dia? Gosta da dor?*
- *O que você come?*
- *Você faz sexo?*
- *Com o que?*



Chupa o sangue e pula
a pulga na pele
bem longe das unhas.

- *Você tem boca, anus, pênis, vagina, dedo, seios, nariz, orelha, pernas, pulmões?*
- *Você respira, move, cheira?*
- *Você tem órgãos?*
- *Me fale de você, diga ao acaso uma frase.*
- *Quem foi sua mãe? Seu pai? Se é que você teve...*
- *Verme, rato.*
- *Uma expressão que seja...*
- *Você concorda, não concorda?*
- *Me disseram que você é sinistro.*
- *Move porra!*
- *Você saiu de uma vagina?*
- *Sílabas! Sílabas!*
- *De que país você é?*
- *Você se sente vivo?*
- *Me fale de seus vícios... todo mundo tem, né?*
- *Prefere o preto ou branco?*
- *Direita ou esquerda?*
- *Marx ou Bakunin?*
- *Foucault ou Deleuze? Hahahahah...*
- *Filme. Você gosta de filmes?*



Abri o dicionário
muitas palavras fugiram.
Que panapaná!

- *Ora, seu idiota, não se deve desprezar as perguntas!*
- *Gostaria de viver aqui?*
- *Você está aqui agora? Nessa fronteira?*
- *Uma recordação, por favor?*
- *Você gosta de música?*
- *Fala porra!*
- *Você tem um rosto?*
- *Você tem um celular? Isso é importante, não é?*
- *Como assim? Sem amor, sem paixão, sem ouvir, sem falar?*
- *Você é um tipo de boneco, boneca? Bonecx?*
- *Você gosta de ler? Gosta de Kafka?*
- *Odradek?*
- *Ofereça uma variante!*
- *Você é um poeta, não é?*
- *Exclame em decassílabos!*
- *Que loucura! Loucura? Loucura, é isso Cleydina Dina? Hahahahah...*
- *É o liso, não é?*
- *Sério, já nem sei mais falar sobre as particulares projeções de minhas perguntas.*
- *Qual de nós está ausente?*
- *Alguém me responde ao ouvido?*

Sexta-feira da paixão.
Hoje só foi um bom dia
para Dimas, o ladrão.

- *Ei, alguém me responde ao ouvido?*
- *Alguém me responde ao ouvidooooooooooooo?*
- *Que máquina é essa que devorou você? Que devorou seu vocabulário? Que devorou seus órgãos? Que devorou suas entradas?*
- *Errei, não foi?*
- *Sério, vou embora. Que fique aqui minha angústia.*
- *Interrogarei outro.*
- *Adeus.*
- *A... deus?*



Fonte: Elaborado pelo autor (2018).

DEFINIÇÃO.

Ser entre o alguém e o
ninguém a alimentar-se dos
sons que nas palavras advém.

Faxinal do Céu.
Ali, na pele eu senti
que chegava o inverno.

O REENCONTRO

Judith Katsaros Soares

Saí correndo do banho para atender o celular

- *Alô... Heitor? Sim, claro que não esqueci. Estava terminando o banho... quê? Não faz drama, ainda tem tempo. Não, Heitor, eu não vou me atrasar. Tá bom, então deixe eu acabar de me arrumar, beijo, tchau.*

Saco, arruma esses programas com os “parça” e me arrasta junto. Aquelas mulheres dos amigos dele... mas, vamos lá pra “salvar a relação”.

O interfone de novo, Chato do ...

- *“Não podias estar pronta, Judith? Não quero me atrasar, tu sabes que eles chegam cedo, fica chato, né?”*

No caminho ele foi me pedindo para tentar me enturmar com as mulheres dos amigos dele, mas tenho zero afinidade, todas donas de casa endinheiradas, que as empregadas fazem tudo. Trabalhei minha vida toda, me aposentei, criei os filhos, me divorciei, reconstrui minha vida, o que vou conversar com essa mulherada?

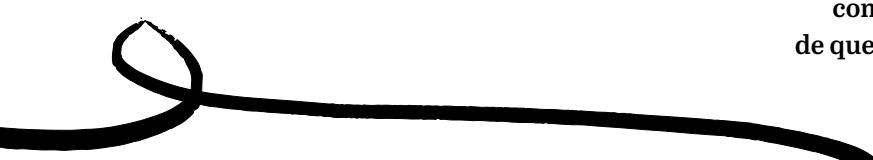
- *Boa noite, pessoal, vocês já conhecem a Judith, né? -*

- *Olá, como estão? -*

Aquela coisa interminável, me montei toda e meus pés estão me matando com esse saltão. Por isso amo praia, ando descalça ou de havaianas...Vai ser uma noite longa...vou me abraçar com meu amigo vinho.

- *Com licença, vou ao toilette -*

Os campos se estendem
com a verdura da terra
de que o homem depende.



Estou eu, bela, formosa e entediada no banheiro, retocando o batonzinho e vejo no espelho aquela loira maravilhosa, muito bem vestida por sinal, caminhando na minha direção, elegantíssima... como sempre.

- - *Não acredito, Beatriz Fúlvia Azevedo? O que tu estás fazendo aqui, Bea? Não estava morando fora do país? Meu Deus, não te vejo há séculos -*
- *Meu Deus ! Júuuúú, é você mesma? Amiiiiga, não acredito, que emoção.*
- *Voltei faz uma semana, vou morar em São Paulo mas vim até aqui visitar o tio e a tia, sabes que eu amo aqueles dois.*
- *Sua danada, não ias me ver, né?*
- *Claro que ia, não tenho o teu contato, ia ligar amanhã para o Antônio, mas cheguei hoje à tarde e a Ví me arrastou pra cá, com as amigas dela, já tô meio velha pra isso.*
- *Velha? Tu estás linda, ma...ra...vi...lho...sa! Como sempre, né amiga.*
- *E você, toda montada, ficou uma gata de cabelo curto. E esse corpão, toda bronzeada? O maridão deve amar.*
- *Não tem mais maridão, amiga, a dois anos.*
- *Desculpe, eu não sabia e achava que vocês combinavam tanto...*
- *A gente combinava mesmo, Foi muito bom, mas chegamos a conclusão de que tinha virado uma grande amizade, não teve briga, ainda somos muito bons amigos, adoro o Júlio, mas...*
- *Virou a chave, né querida?*
- *Isso, virou a chave!*

Conversamos rapidamente porque eu estava ala e sobre o Heitor, inclusive que eu já estava bem chateada com as pegadas de pé dele comigo. Ela me convidou para ficar na mesa delas,

SEM
ASSUNTO.

De gato e sapato
as palavras me fizeram.
Noves fora, nada.

eu avisei o Heitor que estaria com uma velha amiga, ele ficou meio com cara de bunda, mas fui mesmo assim.

— *Graças à Deus, você me salvou do "clube das patricinhas".*

Foi muito bom, conversamos um monte, nem vimos o tempo passar e as 3 garrafas de espumantes secarem. Rsrssrs.

A Bea me contou do tempo que mochilou pela Europa, viajou por um monte de países.

— *E os boys?*

— *Ah, teve, né? Alguns. Agora, vou te dizer amiga, os italianos de Milão... meu Deus, um mais lindo que o outro, elegantíssimos e quando "parlam" no ouvidinho a gente tem que se enxugar kkkkkk. Italiano é o idioma "del amore, capice?"*

— *Hahahaha. Acho que vou comprar um passagem para a Itália amanhã rsrsrs.*

— *Eu recomendo, querida. O perigo é não querer voltar mais.*

— *Não aguento mais, será que a Jú vai querer ficar muito tempo ainda? Meus pés estão me matando. Por que mulher tem que usar esses saltos? Quem foi o filho da puta (sim, né, porque só pode ter sido um homem) que decretou essa lei maldita?*

— *Falando em descalça, por que a gente não vai a praia amanhã? Grande idéia, morrendo de saudade de praia, ainda mais aqui, né? Tantas lembranças boas, um monte de amor de verão rsrsrs.*

— *Oh, o Fabiano que o diga... rsrsrs.*

— *Nossa, é mesmo, o Fabiano... Ah se aquela barraca falasse... kkkkkk.*

Combinei de passar de manhã e pegá-la na casa dos tios, nos despedimos e fui lá encarar o Heitor e os amigos que já estavam saindo



Tenho aqui comigo:
em matéria de alma,
cada qual consigo.

- *Judith, tu abandonasse as mulheres aqui a noite toda.*
- *Abandonei, nada, elas estavam entre amigas. Ai, meus pés estão uma lástima.*
Cheguei no carro, tirei os sapatos, que alívio.
- *Judith, quanto você bebeu?*
- *Eu? O suficiente para ficar feliz (com aquele sorrisinho sem vergonha), até consigo fazer o 4 (levantei a mão direita, dobrando o polegar), viu? Rsrsrs.*
- *Você não tem jeito.*
- *Acha mesmo, amor? Quem sabe você tenta me endireitar...falei, passando a mão por cima da calça dele bem em cima do pau.*
- *Fica se fazendo de bravinho mas o seu "amigo" aqui está gostando. Hahaha*
- *Claro que está gostando, né. Você sabe que te acho uma gostosa, mas isso é jogo sujo, você me sacaneou hoje... Ainda não, benzinho, você vai ver a sacanagem é quando chegarmos em casa hahaha.*

Entramos na casa dele, eu abaixei sua calça e puxei o que já estava armado. Ele até que é bonito, não é pequeno e tem uma grossura suficiente, digamos assim. Comecei a alisá-lo, no vai e vem e começamos a brincadeira, Foi legal, trocamos umas duas vezes de posição e dei aquela gozada básica. Foi gostoso, nada fantástico, mas é bom gozar com o "cara" dentro.

Logo depois eu já estava nos braços de Orfeu embalada por Dom Perrignón.

Pulei da cama assustada... a praia, a Bea.

Juntei minhas coisas, chamei o Uber e fui pra casa tomar banho, pegar as coisas e fui buscar a Beatriz.

HAICAI DO PADEIRO.

Deitado no chão,
de olho no céu, conta estrelas:
no conjunto, pães.

- *Bom dia, tio.*
- *Meu Deus, quanto tempo Juzinha, que saudade, querida. Abraço de gente querida é tudo de bom... Logo em seguida a "tia" também veio falar comigo, uns queridos. Ficamos papeando, comi o pão de queijo da tia e, eis que surge a princesa...*

Ah, bom dia, bela adormecida...

- *Bom dia, amiga.*

Geralmente eu vou na Daniela mas pensei em irmos para o Sul da Ilha, é mais bonito. A Bea me pediu para ir no Matadeiro, então... fomos.

Escolhemos o canto da praia pra ficarmos mais pertinho da natureza.

- *Meu Deus, que maravilha. Que saudades daqui. Sabes que eu fui em muitas praias maravilhosas, mas como essa não tem não, nêga. Obrigado vida, isso aqui é o paraíso.*

Ela perguntou do protetor solar e me pediu para passar em suas costas. Comecei a deslizar as mão nas costas dela e foi uma sensação muito boa, uma pele macia, ela continuava uma mulher muito bonita, como sempre foi.

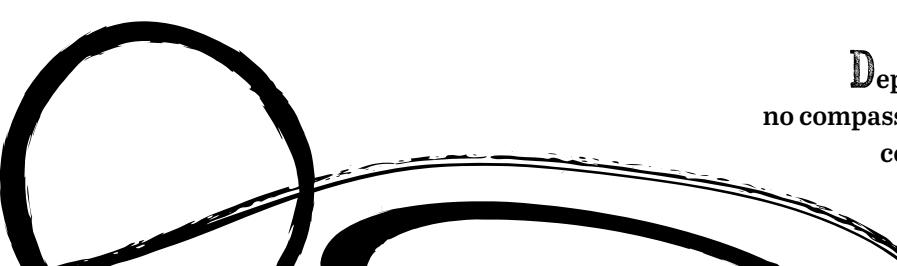
- *Uhm, que coisa boa, Jú, que mãozinha macia.*

Quando passei o protetor nas coxas e na bunda, percebi que ela ficou arrepiada...

- *Ai, que delícia, amiga, você tem mãos de fada.*

Meio para evitar que o sol queimasse aquela pele meio clarinha e meio porque me deu vontade, passei o protetor na parte interna das pernas e coxas.

- *Uuuuuii, que coisa boa. Ela se arrepiou mais ainda e eu também...*



Depois do quentão,
no compasso da quadrilha,
celebro São João.

Logo depois foi minha vez. Ela tem as mãos muito delicadas, era gostoso demais. Sei lá o que estava acontecendo, eu gosto de homem, muito, mas aquilo estava muito bom.

- *Nossa, Judith, você sempre teve essa cinturinha que deixava os garotos malucos e as meninas morrendo de inveja. E esse biquininho pequenininho te deixa uma gata.*
- *Vindo de você, amiga, é um baita elogio.*
- *Entaladinho assim deixa essa bunda ainda mais linda...*

Fiquei vermelha de vergonha, mas, ao mesmo tempo era bom demais ouvir um elogio assim de uma mulher L I N D A. Homem não acha a gente bonita, acha a gente gostosa, mas mulher dizer para a outra que é bonita, é opinião de quem entende... e é concorrente, né? Vamos combinar. Hahaha! Sei lá, só deixei rolar.

- *O Heitor deve ficar doidinho, né? Conte aí como foi, rolou ontem à noite?*
- *Até rolou, mas nada de especial.*
- *Ahmm. Mas como é, ele é bom de cama?*
- *É, bom assim, normal...*
- *Xiii, já sei, tem o pinto pequeno.*
- *Não, até que está na média, mas sei lá, estamos nos desentendendo um pouco. Me sinto cobrada por ele, numa rotina meio chata, sabe?*

Ficamos alí, virando de um lado para o outro, nos bronzeando sem falar muito, cochilando de vez em quando para recuperar da noitada. Fomos pra água nos refrescar

- *Brrr tá gelada rsrsrs. A maluca da Bea começou a pular e cantar prá se aquecer vamos pular, vamos pular, vamos pular, vamos pulaaaar. Kkkkkk E a maluca aqui foi pulando e cantando junto hahaha.*



Fixo nestas sílabas
o ar que dos pulmões
à língua sibila.

- *Eu adoro essa terra, gritava com os braços levantados.*
- *Eu te adoro Floriiiiipaaaa, gritava a maluca hahaha.*
De repente ela me olhou, deu um abraço bem apertado...
- *Brigada amiga, por me trazer aqui, por ser minha amiga, como eu amo isso tudo.*
E... tirou a parte de cima do biquini, assim, do nada. E caiu na gargalhada.

- *Kkkkkkk que maravilhaaaaaa !!!*

Naquela água fria os peitos da Bea ficaram ainda mais imponentes, com os mamilos bem duros. Ela estava linda demais. Sei lá o que me deu, tirei a parte de cima do meu biquini também.

- *Uhuuulllll.*

- *Maravilhosa, gritava ela.*

Foi uma loucura, nós duas seminuas alí na praia, se cagando de rir. Saímos de mãos dadas e fomos caminhando até as cadeiras. Me sentia numa passarela, me achei a mulher mais livre e mais desejada do mundo, mostrando os peitos para o mar, para a natureza e para uns 3 surfistas que riam muito, batiam palmas e assobiavam pra gente, gritando "Lindonas, gostosas".

- *Menina, o que te deu? Que coragem. Mas também com esses peitos lindos, né amiga?*

- *E você, então, não contou tempo. E em matéria de peito você não perde em nada, me lembro quando te via no vestiário, mas depois desse tempo todo está com tudo em cima hahaha*

Falou e tocou os meus peitos. Eu perdi a linha, carretel, agulha...tudo. Fiquei muito surpresa...e excitada.



Anda o escaravelho
entre papéis velhos
seus versos, meneia

- *Que foi, Jú? Vai dizer que nunca tocaram nos teus peitos?*
- *Ca..claro, mas...*
- *Nunca uma mulher te tocou, é isso, né?*
- *Só na adolescência, mas era bobeira de menina, falei com aquele sorriso mais amarelo do mundo.*
- *Amiga, não esquenta, foi só no impulso, eu estou tão feliz e te vi ali tão linda na minha frente, me deu vontade de tocar esses peitos lindos. Foi só isso.*
Fiquei calada por um tempo, tentando assimilar aquilo...
- *Jú... Amiga, não fique assim. Não quis te constranger, te fazer passar vergonha na frente dos outros, me desculpe. É que eu estou tão feliz, aqui nessa terra maravilhosa, com minha amiga do coração que, sei lá, achei tudo tão lindo, você tão linda que só fiz o que deu vontade, não devia ter me passado...*
- *Não, é que foi muito surpresa e ... eu gostei. Senti carinho, senti tesão, te achei linda demais... mas o coração veio parar na boca. Tô me sentindo uma adolescente no primeiro amasso com o namoradinho. Me deu até vontade de te beijar...*

Ela veio, me segurou nos braços e me deu um selinho enquanto nossos seios se tocavam. Agora sim, não estava entendendo mais nada, só sei que era bom e a minha vontade era rir, dançar...enfim, uma mistura de coisas, mas era bom, era muito bom. Que loucura, com uma mulher...Que loucura.

- *Eu preciso de uma bebida.*

Colocamos a parte de cima do biquini e fomos para o carro, ouvindo os surfistas pedindo para ficarmos, o que deu aquela massageada no ego.



Esplêndido, o dia
ensolarado de inverno
rescende à poesia.

- *As musas da praia kkkkk e eu emendei: - é, acho que eles têm que ir pra água fria. Vai dizer que não é bom saber que deixamos eles de pau duro? Hahahaha.*

Passamos num restaurantezinho da praia, bebemos umas cervejas e comemos "Gordinho" frito, assim mesmo, de pés descalços na beira da praia, ouvindo samba de raiz, com sol e com saúde. Obrigado Deus.

Conversamos muito de nossas vidas, rimos muito e, confesso, as vezes me dava conta de como ela era linda. Que coisa. Indo para o carro ela me pergunta as horas, eu digo e ela dispara: - Será que já deu tempo dos surfistas desarmarem as barracas? KKKKKK

Por quê não vamos para o salão, fazer as unhas, massagem... tudo que tivermos direito, depois a gente vai pra minha casa, já traz roupa para passar o final de semana, pode ser?

- *Boa. Simbora.*

Foi muito bom, no carro cantamos todas as músicas da minha *playlist*, só nós duas. Abaixo a testosterona hahaha!

Fui buscá-la e fomos para o salão. Primeiro fizemos uma boa massagem, relaxante, maravilhosa daquelas de cochilar. Em seguida fomos fazer as unhas, aquela função de escolher cores, eu quase nunca pinto as unhas dos pés mas quis experimentar...

- *Jú, esse aqui é lindo, Massai 853 da Dior, eu vou pintar com esse Diorette 988.*

Alguém sentada numa cadeira lá longe gritou: - sua perua esse aí é o meu...

Todo mundo no salão se virou pra olhar o barraco que estava se armando.

- *Kkkkkkk, és tu, Yoko? Sua mala, o que estás fazendo aqui?*

Não estou macambúzio.
Por isso o riso e o haicai
deste 8 de julho.

- *Tô falando sério, essa galega azeda roubou meu esmalte, pode devolver agora.*
- *Olha quem fala, a japinha ofendida. Baixinha é assim mesmo, tudo encrenqueira.*

A mulherada do salão com os olhos arregalados e as duas desataram a rir. Depois de nos atualizarmos e descobrirmos que a Yoko tinha vindo à Floripa para uma formatura, chamamos para ela vir para perto de nós. Mal ela chegou, uma funcionária do salão trouxe uma taça de espumante para cada uma de nós...

- *Isso é coisa da Suzi, ela é um amor.*

Expliquei que era a gerente do salão, uma grande amiga.

A Yoko reclamou de não ter esmalte pra ela e eu sugeri o Preto Bar 902, que vai ficar massa, ela é morena e tem o cabelo preto. Muita conversa, muitas risadas e mais espumante ainda. Hahaha!

Combinamos de ir pra minha casa, pegamos as coisas da Yoko no hotel e pedimos comida. As “Panteras” vão detonar essa noite. Hahaha!

Pedi umas comidas árabes, ajeitei a iluminação e espalhei um monte de almofadas no chão pra ficar meio clima de tenda. A Bea disse que adorava essas coisas do oriente, que sempre quis fazer Dança do Ventre, então mostrei pra elas meus trajes e ficaram surpresas que eu sabia dançar. Coloquei uma *playlist* típica e nós três colocamos os trajes.

- *Esperem, falta uma coisa...*

Busquei o estojo de maquiagem e ajudei as meninas com lápis, rimel e batom, para ficarem com aquele aspecto de dançarinas e, vamos combinar, ficamos muito gatas.

Quando estávamos nos trocando reparei que a Yoko tinha um corpão. Ela é mais baixinha, bem japinha mesmo, mas toda

Entre a tralha e a gralha, prefiro a gralha no galho; lá, não me atrapalha.

certinha, pernas bem firmes e grossas, bunda bem durinha e arrebitada e os peitos lindos. Seriam pequenos em uma mulher bem mais alta, mas nela ficavam volumosos, com aquele formato fazendo uma pequena curva para cima deixando os biquinhos empinados, bem escuros, lindos...gostaria que os meus fossem assim.

- *Yoko, tu andas tomando sol de topless? Aham, gostou?*
- *Muito...fui atropelada pela Bea, antes de dizer que achava bonito.*
- *E tu estás gostosona com essas marquinhas, biquininho pequeninho, heim, vadia?*
- *Tu pegava?*
E a Bea, mais que depressa...
- *Oh, se pegava. Na verdade já peguei. Hahaha!*
- *Como é que é, safadas, se pegaram, é?*
- *Não é nada disso, nós fizemos um topless na praia, só de farra, não foi nada...*

E fui des conversando, começando a ensinar uns movimentos de quadril... Dançamos um monte, as três todas paramentadas, com cintos, enfeites, maquiagem. Nos achei muito bonitas! E dá-lhe espumante, e dá-lhe dançar. Era tudo que eu precisava hoje.

A Yoko chamou para fazermos um "Kebab" de gostosas, ou seja, fazer um sanduíche humano. Primeiro a Yoko foi no meio, na frente da Bea e atrás de mim, depois trocamos e fiquei no meio, só que a Bea ficou de frente pra mim, se roçando...agachava e subia se roçando em mim. A Yoko me virou para ela e também fez o mesmo, se roçando de frente, subindo e descendo...Fiquei muito arrepiada, excitada mesmo, não sei se eram as meninas me tocando daquele jeito, ou o espumante, ou a dança do ventre...ou então era tudo junto reunido, só sei que estava bom e estava me deixando com tesão, de um jeito que não me lembro de ter sentido antes.

Do olho do repolho
folhas tenras de poesia
nestes versos colho.



Chegou a comida, colocamos tudo numa mesinha baixinha, enchemos de almofadas e nos sentamos como se estivéssemos num restaurante do Oriente médio. E dá-lhe espumante. A Bea derribou aquela pastinha de Grão de Bico na Japa e ela cobrou que ela limpasse antes que manchasse o traje. A Bea limpou a pastinha que tinha pingado no meio dos peitos da Yoko... com uma lambida...

— *Uuuuuii, Bea, arrepiou tudo, olhe só!*

E tirou os seios pra fora, com os mamilos bem durinhos, arrepiados.

— *Quer saber, a roupa está incomodando, vou tirar...*

E tirou mesmo. Ficou com aqueles peitões lindos para fora. De sacanagem ela pingou no meio dos peitos da Bea e nos meus também.

— *Safada, tu queres ver os nossos peitos, né?*

— *Mas é claro, mostrem aí, os meus já estão pra jogo, kkkk.*

A Beatriz tirou a parte de cima da roupa, liberando aqueles monumentos.

— *Anda, Yoko, agora limpe.*

E a Yoko lambeu a pastinha, mas aproveitou e chupou de leve os biquinhos da Bea.

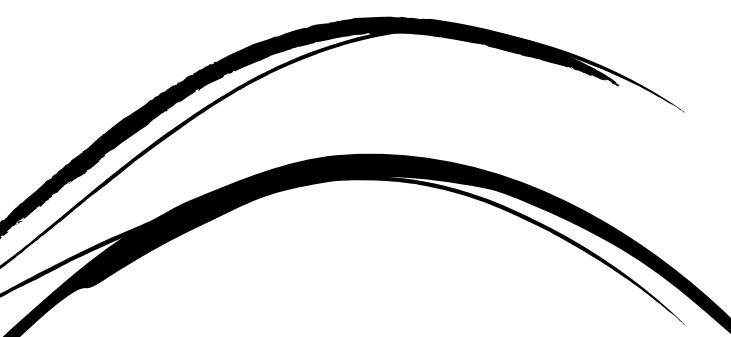
- Ai, ai, ai, vadia, que delícia, falou beeemmm manhosa.

Não me fiz de rogada e também tirei a parte de cima do meu traje.

— *E agora?*

As duas caíram de boca.

— *Nossa, nunca fiz isso, suas perus, mas é gostoso, como eu nunca experimentei isso antes?*



Saio a garimpar
esse ouro que o sol semeia
no final da tarde.

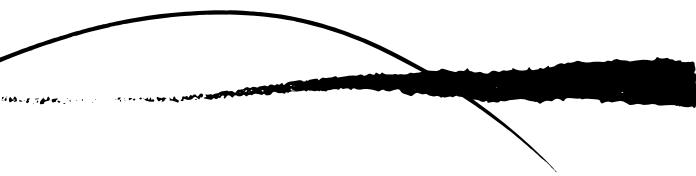
- E caímos, as três na gargalhada. Kkkkkkkkk!
- *Nossa, que doideira, não tô entendendo nada. Eu gosto de homem, mesmo, mas acho algumas mulheres muito lindas. Vocês, por exemplo*
 - *Não esquenta, Juzinha, acho que ninguém aqui é lésbica, assim no sentido clássico da palavra, mas vamos combinar, tem mulher lindíssima. Vocês duas, por exemplo são umas musas. HAHAHAH,*
 - *Imagine, eu? Musa?*
 - *É sim senhora, como não?*
 - *É, também acho vocês umas gatonas, olha, Jú, um mulherão desses na tua idade não é fácil, não. E depois, tem o charme, né? Toda estilosona... Ah, eu não fico pensando muito nisso, não. Gosto de homem, mas porque não posso beijar esses peitões lindos se são mesmo gostosos, bonitos e me deixam com tesão. Por mim fica por aí e tudo bem. Rsrs.*
 - *Eu tenho uma tese.*
 - *Tese? Pronto, tá se achando a filósofa, a bicha...*
 - *Sério, eu acho que os homens também olham para outros homens e ficam pensando, "pô, olha os músculos daquele cara. Eu queria ter uns assim" E, pense bem, eles ficam olhando o pau dos outros homens quando podem...*
 - *hahaha também acho, se o outro cara tem um grande eles ficam meio que hipnotizados, doido pra ter um igual. Olha, acho até que se não fossem tão caretas, pediam até para pegar só pra sentir como é, e olha que não tô falando do cara ser gay, não. É a curiosidade mesmo.*
 - *Eu concordo, a diferença é que nós, mulheres, quer dizer algumas de nós, não têm vergonha de admirar outra mulher e até tocar, beijar, lamber... tudo, mesmo não sendo lésbica. Essa conversa tá me dando fome, em vâââârios sentidos kkkkk!*

Mordi minha língua.
Da minha boca, então, brotam
palavras sanguíneas.

Eu e a Bea levantamos o dedinho em concordância.

Continuamos comendo e, dá-lhe espumante. Já estávamos bem "altas" e a Bea queria dançar mas nem conseguia falar direito.

- *Calma, amiga, depois vamos dançar mais, agora vamos sentar aqui no sofá e descansar um pouco, come um docinho árabe pra levantar a glicose, toma.*
- *Uhmm, que delícia!*
- *Pois eu tava a fim de levantar outra coisa. Rsrss.*
- *Meu Deus, japa, como tu és safada...*
- *Eu gosto mesmo.*
- *Essa daí? Uma vadia. Kkkkk, grita a Bea cheia dos "tragos".*
- *Japa, quantos homens tu já comesse?*
- *Só os homens? Kkkk*
- *Credo, perua, tu já faturasse mulher também?*
- *Hahahaha, faturar, faturar assim, não... Dei uns amassos, uns beijos e... chupei uma.*
- *Só os peitos né?*
- *Não só....*
- *E como foi?*
- *Ah, sei lá, cada uma tem um gosto, né? A garota tinha uma bem bonitinha, toda proporcional, sabe? Tipo os lábios todos perfeitinhos, o grelinho proporcional, a cor era bem bonita e os pêlos na medida. Ela ficou excitada e aquilo tudo aumentou de volume, ficou um pouco mais "morena", ficou beeemm molhada, macia, quente. Legal.*



Com chá de carqueja
curei-me do estômago;
também, das brotoejas.

- *E o gosto, como é o gosto?*
- *Ué, tu nunca experimentou o teu melzinho, Judith?*
- *Nunca, Poxa, como eu sou careta, né?*
- *Tem umas que o melzinho é gostosinho mas outras, urghhhh, falou "a" bêbada.*
- *Não, tudo bem, não dá nada. Olha, aquela menina era bem cheirosa e o gosto era bom, mas notei que conforme ela ficava mais excitada ia mudando, parece que ficava mais salgado. Era bom, mas macio demais, eu prefiro coisa mais firme kkkkk Como essa aqui... e mostrou uma foto de pênis no celular.*
- *Japa, tu fica baixando foto de pinto?*
- *Japa punheteira. Kkkkk,*
- *Cala a boca, Bea. Não fico baixando nada, isso aqui eu vi e provei... assim como as outras. E começou uma verdadeira exibição de fotos.*
- *Tu faz coleção?*
- *Aham*
- *De todos? Quantos foram?*
- *48... até agora rsrsrs*
- *Que puta, ops, desculpa.*
- *Por quê? Adoro ser puta dos meus homens, mas é só um de cada vez...*
- *Mostra aí, Yoko, fiquei curiosa... Tem muita variedade?*
- *Oh, se tem....*
- *Tem pau de negão, vadia? (Adivinha se não foi a BM? Bea Manguaça).*

Entrei numa noz.
Dela comi e dormi a sesta.
Só depois, fui embora.

— *Olhe aqui...*

Menina, ela mostrou a "arma" do cara... enorme, grosso, com o corpo mais escuro que a cabeça, fiquei de cara... nunca tinha visto, nem em revista.

— *Gosta de chocolate com cobertura de capuccinho, Juzinha? Hahahaha.*

— *Amiga, desse aí nem sei, nunca provei. Quanto mede isso?*

— *Uns 19 cm... e desse aqui eu medi a grossura 15 cm de circunferência.*

— *Ah, não, vou buscar a fita métrica, espere aí.*

— *Tá aqui, deixa eu ver... Já sei, vou enrolar uma folha de papel para ter uma ideia, ajude aqui... Credo! Que mastro de bandeira. Ah, japa, fala aí, tu só tocasse umazinha pra ele, porque esse troço aí não cabe, né?*

— *Na boca foi só a metade.*

— *O quêêê? Tu chupou essa jeba?*

— *Aham, e era gostoso, dá até um arrepio lembrar.*

— *Imagino. Arrepio, é? Dá é medo. Já pensou o cara querendo enfiar isso na gente?*

Pois... Nãããõooo, tu transou com esse cara?

— *A noite toda.*

— *Como coube isso tudo aí? Tu és baixinha.*

— *Ah, Juzinha, o tamanho não tem a ver com a altura da dona... Nem com a etnia. Quem diz que japonês tem pinto pequeno precisa conhecer o Tochiro. Kkkkkk.*

— *Peraí que eu tô passada. Ele enfiou tudo isso em você, japa.*

— *Olha aqui...*



No breu mais escuro
de um céu opaco de agosto
meu medo esconjuro

Mostrou um vídeo dela transando com o dito cujo e o cara enterrou mesmo aquela espada toda dentro dela. Era bonito de ver, o cara bombava devagar, com cuidado, mas até o fundo e a Yoko gemia muito. E eu de queixo caído, de surpresa e de vontade.

- *Vai, bicha, respira. Hahahaha Ficou sem ar?*
- *Fiquei. Não faço idéia de como é isso...*
- *É booooom, mas o cara tem que ser cuidadoso, como esse aí. A tua amiguinha vai ficar assada, mas vale a pena.*
- *Eu não aguento.*
- *Aguenta, amiga, se você for a fim do cara, aguenta até mais.*
- *Mais? (eu com os olhos quase saltando da cara). Nunca, imagina.*
A japa puxou outra foto e mostrou ...
- *Nossa, isso aí é mentira, não tem homem com um cacete desse tamanho, não pode. E ela põe um vídeo dela punhetando o cara com as duas mãos, uma em cima da outra e não pegava tudo.*
- *Isso é montagem, não é possível!*
- *KKKKKK, é verdade, amiga, olhe aqui.*
E outro vídeo com o cara enterrando nela...
- *Claro, esse aí não foi todo, faltou um pedaço. Também tinha uns 24 cm e era bem grosso. Vou te dizer, quando ele enfiava, eu tinha que respirar fundo, mas era gostoso. A sensação de dar conta de uma vara dessas é indescritível. O cara me disse que eu tinha sido a mulher mais gostosa que ele já comeu na vida. Ouvir isso tem preço?*

A cena era a seguinte: a japa rindo da minha cara, eu paralisada, literalmente com a boca aberta e a Bea com a cara enfiada no braço do sofá, roncando e babando. Me sentia uma menininha

Num minuto aflito
agarrado ao parapeito
o suicida hesita.

de 12 anos conversando com a mais experiente das garotas de programa, Tipo, "como eu nunca pensei ou fiz isso antes?".

A Yoko me vendo assim, tentou me animar.

- *Amiga, isso foi tudo aventura e eu gostei de ter feito, mas cada um é como é, não precisamos fazer igual aos outros. Foi muito legal experimentar tudo isso, transar com esses caras. Vou te confessar que conheci um cara que tinha uma ferramenta de ... pasme... 30 cm.*
- *Como é? Perguntei completamente incrédula e me ajeitando no sofá. Acho que estou bêbada demais, não estou ouvindo direito, tu disse 30 cm?*
- *É, 30. Mas calma, foi numa despedida de solteira e o cara era um rapaz de programa, contratado pra fazer zoação, eu só ajudei a tocar uma para dar um banho de "leite" na noiva.*

A essa altura acho que meu queixo tinha encostado no pé. Engoli um golaço de espumante e fiquei olhando pra luminária sem respirar, sem piscar e saber o que dizer.

A Bea acordou e foi no banheiro.

- *Judith, ei Juzinha. Hahaha. Olha pra mim.*
- *O que é? Eu, com cara de zonza.*
- *Amiga, desencanca disso, te falei isso tudo é só aventura, agora, transa com quem a gente ama, é outra coisa, muito melhor.*

Na minha mente (acho que estava mais para dormente), veio à lembrança um namorado da adolescência, meu ex-marido e.. que porra é essa? O Marcos? Como assim? Foi só uma transa, só uma vez.

- *UUUUUrghhhh . - A Bea. - A Bea.*

Era a Beatriz, "chamando o Hugo". Aquela função, né? Segura o cabelo, se vira pro lado pra não vomitar junto e deixe a natureza agir.

Sete de setembro
pátria e liberdade
figuras de vento.

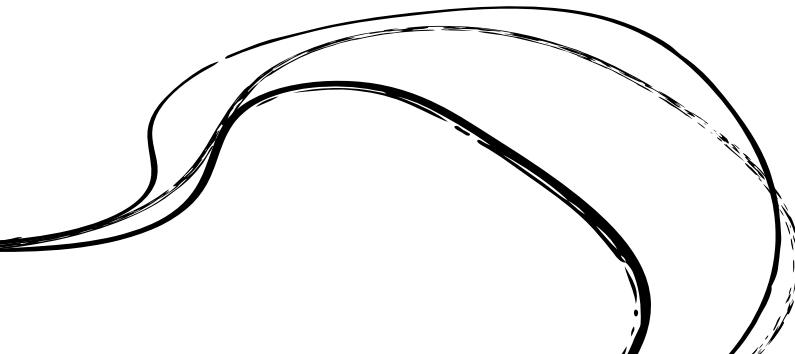
Tiramos a pouca roupa dela e enfiamos no chuveiro. Enxugamos e colocamos num roupão.

- *Vem cá, Bea, vou fazer um chá pra ti. Tomou o chá e ficou mais animadinha.*
- *Tá melhor?*
- *TÔ, sim. Mas perdi a conversa de vocês duas, suas peruas.*
- *Tudo bem, outra hora a gente te conta.*
- *Mas eu quero ver as fotos dos pintudos. Hahaha.*
- *Pronto, a vadia despertou. Tá bem, mas fica sentadinha aqui e vai tomando o teu chá.*

As três adolescentes sentadinhas bem pertinho, olhando aquele celular. Tinha de todos os tipos, tamanhos, grossuras. Uns retos, outros curvos...

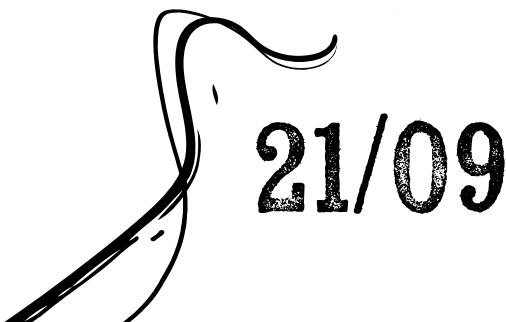
Depois de vermos TODOS os 48 pintos (e transas) que a Yoko praticou, por assim dizer, acho que já estávamos satisfeitas na curiosidade.

- *Falando sério, qual foi a tua melhor transa, Yoko, foi com o cara da Jeba grande?*
- *Não foi não, esse era um desejo antigo de trepar com um dotadão...Na verdade foram várias transas com um cara que não era nenhuma sumidade de tamanho, era normal. Me apaixonei por ele e ele se apaixonou por mim também. Era muito intenso, eu me entregava pra ele, toda. Meu corpo, meu desejo, meu coração, tudo. Para o cara da Jeba grande eu só entregava meu tesão, nada mais.*
- *Nossa, rolou uma paixão aí, heim, amiga? O que houve?*
- *Uma história muito comprida que eu não estou a fim de contar agora. Outro dia eu conto. E tu, sua vadia, qual foi?*



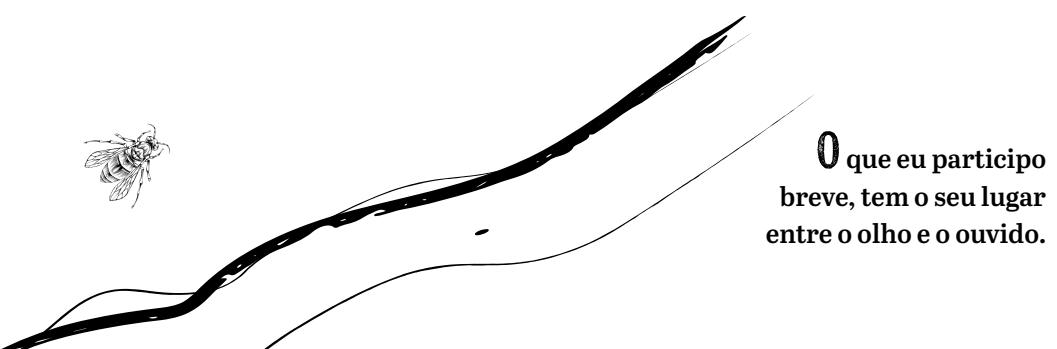
Topando o dedão
numa pedra do caminho,
grita um palavrão.

- *Eu? Tive um relacionamento com um italiano, quer dizer, italiano de origem árabe.*
- *Uhmm, e tu usava burca e tudo?*
- *Pra satisfazer a MINHA fantasia sexual, mas ele ficou muito entusiasmado, nunca vi um cara com tanto tesão. Me deu um cansaço daqueles.*
- *Também, vadia como tu és, deve ter pego um garotão fogoso...*
- *Não, querida, me comeu de manhã até a noite, num lugar maravilhoso com vista para aquele mar lindo em Capri. Comíamos, bebíamos, tomávamos banho de mar e dá-lhe trepar de novo. Não era garotão, não, era um cara mais velho que eu.*
- *O quê? Tu pegou um coroa?*
- *Peguei, não, ele que me pegou. Charmoso, grisalho, bonito, cheiroso, cheio de vitalidade. Muito bom de cama mesmo e além disso me falava coisas no ouvido com aquele idioma maravilhoso, Aiii! Tinha bom gosto, conversávamos por horas. Era inteligente, divertido, animado com a vida... Uma vez me levou pra conhecer a netinha, pense numa criança querida. Me fez querer ter filhos...*
- *Meu Deus, mulher, tu és completamente apaixonada por ele, dá pra ver. Vimos, pela primeira vez a Beatriz se emocionar e encher os olhos d'água.*
- *Oh, querida, não chore. E o que houve?*
- *Não estamos mais juntos e a culpa foi minha, falou com um olhar perdido.*
- *Mas não quero falar disso agora, cadê o espumante? Pegou a garrafa, serviu para as três...*
- *Um brinde a essa porra desse amor que dói pra cacete... mas é booommm.*
- *Ao amor...Ao amor!*



Hoje, no seu dia
dos ramos mais verdes da árvore
eu apanho a poesia.

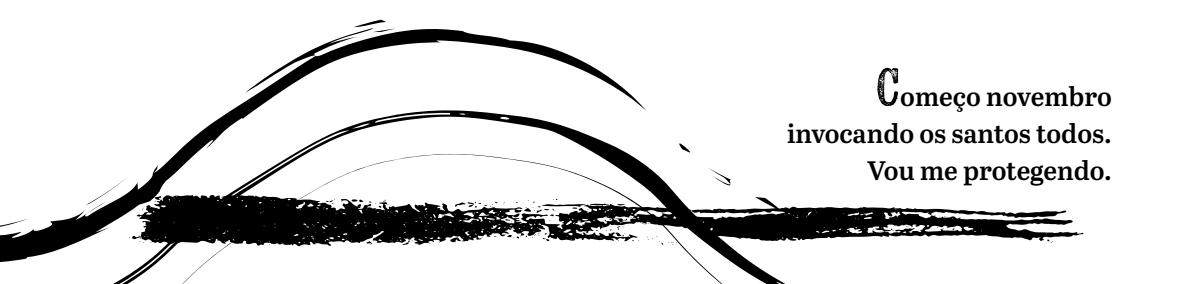
- *E tu, Juzinha, tua melhor transa foi com o Heitor?*
- *Então... mal acabei de falar a primeira palavra a Japa interrompeu...*
- *Xiii, acho que esse Heitor aí tomou um "chapéu" hahaha*
- *Eu pensava que minha melhor transa tinha sido com o Júlio, na verdade minhas melhores transas, porque a gente transava bastante e eu era muito apaixonada por ele, era muito bom, tinha tesão, paixão, amor, tudo misturado...*
- *Pensava, por quê? Ahhhh, tem boy novo na área rsrsrs.*
- *Teeeem boy e é NOOOVOOO, falei escondendo o rosto com as mãos.*
- *Ah, sua piranha, arranjou um garotão, é?*
- *Não é que eu arranjei um garotão, surgiu uma situação assim, como vou dizer...*
Falei encabulada olhando para a Bea..
- *Você sabe que eu não sou assim, né Bea? Fala pra ela...*
- *Papa-Anjo hahahaha.*
- *Credo, amiga, assim me sinto uma...*
- *Vadia kkkkk, gritou mais que depressa a Japa e a Bea emendou... - Devassa hahahaha.*
- *Nãããooo, eu não sou devassa... talvez só um pouquinho, falei juntando o polegar e o indicador da mão direita e completamente corada.*
- *Ai gente, assim fico encabulada.*
- *Aham, tá aí com esses peitões de fora, toda gostosa, já tomou encoxada, foi chupada e tudo e vem com essa de encabulada. Sei.*



- *Vai, sua boba, conta pra gente, aqui ninguém tá te julgando... Nós estamos é com inveja. .*
- *Ah, foi um dia que eu tinha brigado com Heitor ...*
- *Num falei que o cara ganhou um chapéu de vaca? Solto a Yoko.*
- *Eu fui a praia para espairecer e tomar um sol que vocês sabem que eu adoro, né? No caminho eu vi um carinha num carro que me chamou a atenção, mas até aí, normal. Na praia surgiu uma situação lá e eu encontrei o rapaz de novo. Lindo, forte, bom de papo, bem a fim de mim e... era um ex-aluno.*
- *O quuêêêê, a profe com o aluninho? Ai, tá me dando um calorão...*
- *pois eu tô ficando molhadinha rsrsrs.*
- *E você... perguntou a Bea com cara de dúvida...*
- *Peguei, falei cobrindo o rosto com as mãos...*
- *Uhuuuu.*
- *Hahahaha, que vadia.*
- *Fui, fui mesmo, amiga, fui vadia, fui amante, fui puta...o que você quiser.*
- *E o cara tinha habilidades? Sabia usar a ferramenta? Era grande?*
- *Era na medida certa, sabia usar muuuuiito bem e nós estávamos cheios de tesão. Ele tinha uma fantasia antiga de transar comigo (fiquei corada de novo) e eu, ah, nunca dei chance pra ninguém porque amava o Júlio, mas pensar que os caras bem mais novos me desejavam dava uma excitação, né? E se algum deles fosse realmente interessante?*
- *Tá, e o que mais? Foi uma rapidinha na praia ou rolou mais alguma coisa?*

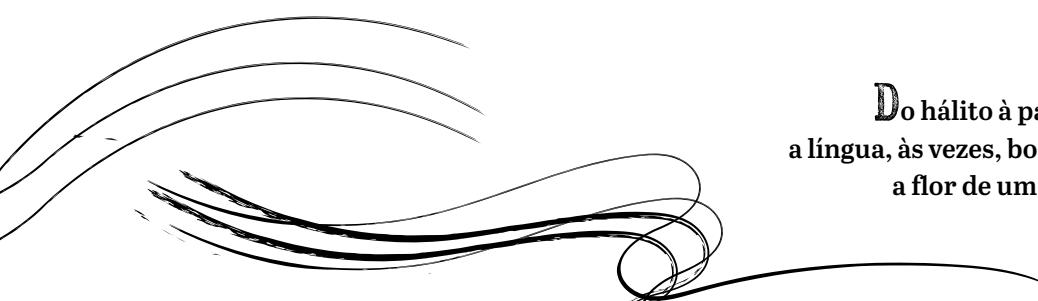
Daminhas de negro
as palavras sobre a página
não me dão sossego.

- *Foi a manhã toda de paquera, beijinhos, amassos dentro da água. Bem, acabamos indo pra casa dele e transamos a tarde toda, a noite toda, a madrugada toda, aiii. Ele me deixou em casa já quase amanhecendo.*
- *Tu estás gostando do garotão, dá pra ver na tua cara.*
- *Aii, amiga, pior é que estou... Fiz toda aquela conversa com ele, que era só uma vez, que foi tesão de ocasião, que éramos muito diferentes que ele era bem mais novo e blábláblá.*
- *Mais novo quanto?*
- *Resmunguei baixinho com as mãos cobrindo o rosto e a boca.*
- *Quê ? Tira a mão da boca, Judith, deixe de ser boba. Quantos anos têm o boy? Fala, criatura.*
- *Ainda não tem trinta, que vergonha... Um silêncio insuportável...*
- *Falem alguma coisa. Eu sou louca, né? Podem dizer, Ai que merda que eu fiz... As duas se olharam com os olhos arregalados e explodiram numa sonora gargalhada. Kkkkkkkk...kkkkkkkkkk.*
- *Vai fundo, garota, aproveita o boy que tá a fim de você e você a fim dele. Tu és solteira e ele também, qual é o problema...*
- *Mas e depois, amiga? Eu podia ser tia dele, que horror.*
- *Conheço um monte de sobrinhos que “pegam” a tiazona gostosa.*
- *Credo, Yoko, isso é coisa que se diga?*
- *O que que tem? Você é uma boazuda e o cara tá aproveitando toda essa experiência, garanto que ele tá feliz da vida.*
- *Acho que ele ficou meio deprê porque eu não quis mais continuar ...*



Começo novembro
invocando os santos todos.
Vou me protegendo.

- *Você tem foto?*
- *Tenho, umas selfies que a gente fez na praia, olhem... Mostrei umas fotos...*
- *Ah, coitadinho do garotão deprimido, mande o contato dele que a tia Yoko vai dar um tratamento oriental nele, hahaha!*
- *Sai daí, sua vadia.*
- *Deixe eu ver... Nossa, amiga, ele é um gato...*
- *Não é?*
- *Lindo demais. Sou obrigada a concordar com a japa, se ele estiver tristinho, a tia Bea pode dar um colo pra ele. Um colo e todo o resto que ele quiser, ai meu Deus. Kkkkk*
- *Vocês duas não prestam.*
- *Falando sério, amiga, a muito tempo eu não te via assim tão viva, com cara de apaixonada mesmo.*
- *Pois é, não sei direito o que é isso mas ele me balançou e acho que ele também ficou muito mexido. Eu sei que é muito complicado mas, não sei, tem uma afinidade que é muito mais do que tesão. Ai, Judith, que porra você foi inventar?*
- *Relaxa, Juzinha, são dois adultos, deixe rolar enquanto rolar...*
- *Não sei, a essa altura da vida me apaixonar por um garoto...*
- *E esse "garoto" tem nome?*
- *Marcos.*
- *Uhm, me empreste aí o celular, Jú, deixa eu copiar o contato do Marcos hahahaha. - É uma vadia, né? Eu aqui abrindo o coração e ela quer pegar meu namorado...*



Do hálito à palavra,
a língua, às vezes, bosqueja
a flor de um haicai

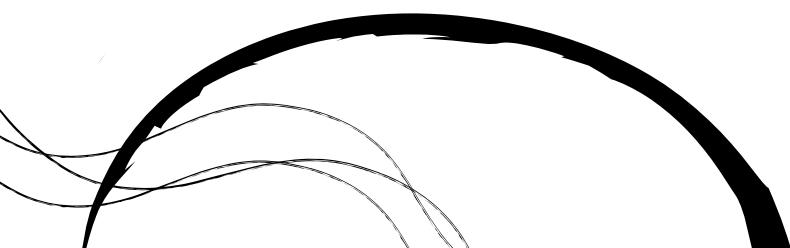
- *Ahá, namorado, é?*
- *Ai, pára, Bea, não sei o que é... Que inferno, minha cabeça ferve quando penso nisso. - Então vamos esfriar essa cabeça, tome aqui mais um espumante.*
- *Vamos dançar. Me pegaram pela mão e fomos dançar, as três.*

As três coroas, meio bêbadas, depois de um monte de confissões, depois de chorar, de rir, de tudo, bebendo e dançando. Lá pelas tantas a Yoko, já bem suada resolveu tirar a parte de baixo do traje e foi tirando o cintinho de medalhas, o enfeite de cabeça e ficou completamente nua. A danada é muito bonita mesmo, perfeita, dos pés à cabeça. Sério, os pés são bonitos, as mãos são bonitas, as pernas, os braços, pescoço, cabeça... sem falar no resto todo.

- *Duas coisas que sempre admirei nas japonesas é esse contraste da pele tão bonita e clarinha, (tu não né, bicha, porque estás bronzeadaça), mas têm a pele clara e os mamilos bem escurinhos...*
- *Gosta?*
- *Acho lindo...*
- *Então porque você não pega neles? Já nem sei mais porque, mais peguei os peitos da baixinha e era muito gostoso.*
- *Juzinha, me abraça por trás e pega nos meus peitos, assim... Que delícia, mulher.*

E dançava rebolando, se esfregando em mim, levantando os braços, deixando os seios mais empinados ainda. Não sei explicar, não quero nada a mais com ela mas estava gostoso e eu aproveitei.

- *E a outra coisa? - Åhmm?*
- *Tu dissesse que eram duas coisas que você admirava... Nem lembrava mais, de tão absorta que estava abraçando aquela mulher linda.*



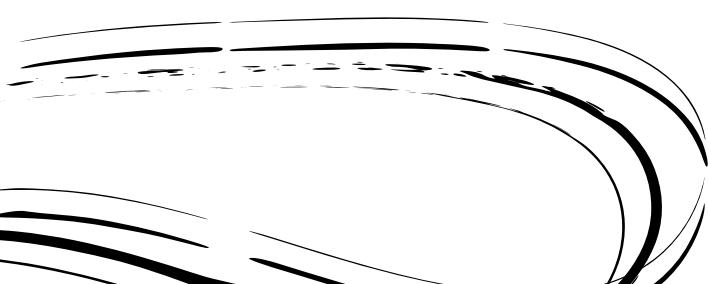
Gulosos, meus olhos
degustam esses melões
sob o teu decote.

- *Os pêlos, amiga, as japas têm uns pêlos lá em baixo bem pretinhos, bem fartos, eu acho maravilhosos, morro de inveja.*
- *Mas tu tens uma xaninha muito bonita também... falou afastando meus braços e se virando de frente pra mim. Tirou a parte de baixo do meu traje e ficou acariciando meus pêlos e, de repente encheu a mão com a minha buceta.*
- *Nossa, arrepiou tudo. Será que eu tô bêbada ou tô virando lésbica?*
- *Nada, Jú. É só curiosidade e carinho, não quero te "pegar", é só curtição. Aproveite, mate a curiosidade, me toque também. Não resisti e fiquei acariciando aquele pequeno chumaço preto e era gostoso, os pelos um pouco mais firmes que os meus, mas era muito bom.*
- *Quer tocar no meu grelo? Toca, mulher. Aproveite que só vou deixar dessa vez pra matar a curiosidade, eu também gosto mesmo é de homem... e pegou minha mão, encaixou bem e deu uma agachada. Minha mão foi encaixando naquele território quente, macio, muito macio e úmido.*
- *Agora eu sei porque os homens são loucos por você, Yoko, tu és muito gostosa. Se eu fosse lésbica, era com você que eu queria transar.*

Senti algo encostando em minhas costas... Era a Bea que também tinha tirado toda a roupa. A Yoko começou a acariciá-la e elogiar a maciez ...

Abracei-a por trás e fiquei passando a mão em suas pernas, quadril, lado, peitos, pescoço, tudo e me deu vontade de pegá-la no "triângulo".

- *Sai, japa, agora eu que vou pegar ... A Bea deu uma agachada e puxou a minha mão com força e soltou um gemido...*
- *Aiii, delícia. Quer dizer que se você fosse lésbica ia pegar a Yoko, é? Tem certeza que não ia pegar mais ninguém? Falou com a voz bem manhosa e fazia eu acariciá-la com a mão por cima da minha.*



Diz que o poema é o pão
de um poeta faminto.
Prima refeição.

- *Nossa, nunca tinha percebido um grelo tão grande. Mas o que eu tô dizendo? Eu nunca toquei o de outra mulher, até hoje! A Bea se virou de frente, segurou a minha cabeça com as mãos, olhou bem fundo nos meus olhos e... me deu o melhor e mais longo beijo de língua que eu já ganhei em toda a vida.*

Na hora, a única reação foi abraçá-la e corresponder aquele beijo maravilhoso. Nós duas alí, nuas, abraçadas e nos beijando profundamente... Parece que alguém falava dentro da minha cabeça "mas o que é isso? O que está acontecendo aqui? Tu virasse lésbica, Judith? Tá maluca?". Só me sentia leve, sentindo ainda o gosto da língua da Bea que permanecia mesmo depois do beijo.

Sabe aquelas cenas de filmes em que a pessoa fica no centro e a câmera fica girando em torno dela, se afastando, abrindo o foco e dá aquela sensação de estar suspensa do chão e no tempo? Pois é, bem assim que eu me sentia.

Ainda processava aquilo tudo – aquilo o quê? Eu não fazia a menor ideia do que estava acontecendo comigo – enquanto o relógio parecia ter parado, simplesmente parado...

Tocou o interfone. Agora? Mas quem?

A Yoko ria muito e apontava pra mim. Tua cara tá muito engraçada. Kkkkkkk.

- *Sua perua, eu te conheço, tu aprontou alguma sacanagem, né? No mínimo é rapaz de programa, eu te vi mexendo no celular agora a pouco. Confessa... -Não fiz nada, deixe de noia hahahaha.*
- *Alô, Seu Romeu,,um rapaz querendo me ver? Quééémmm?*

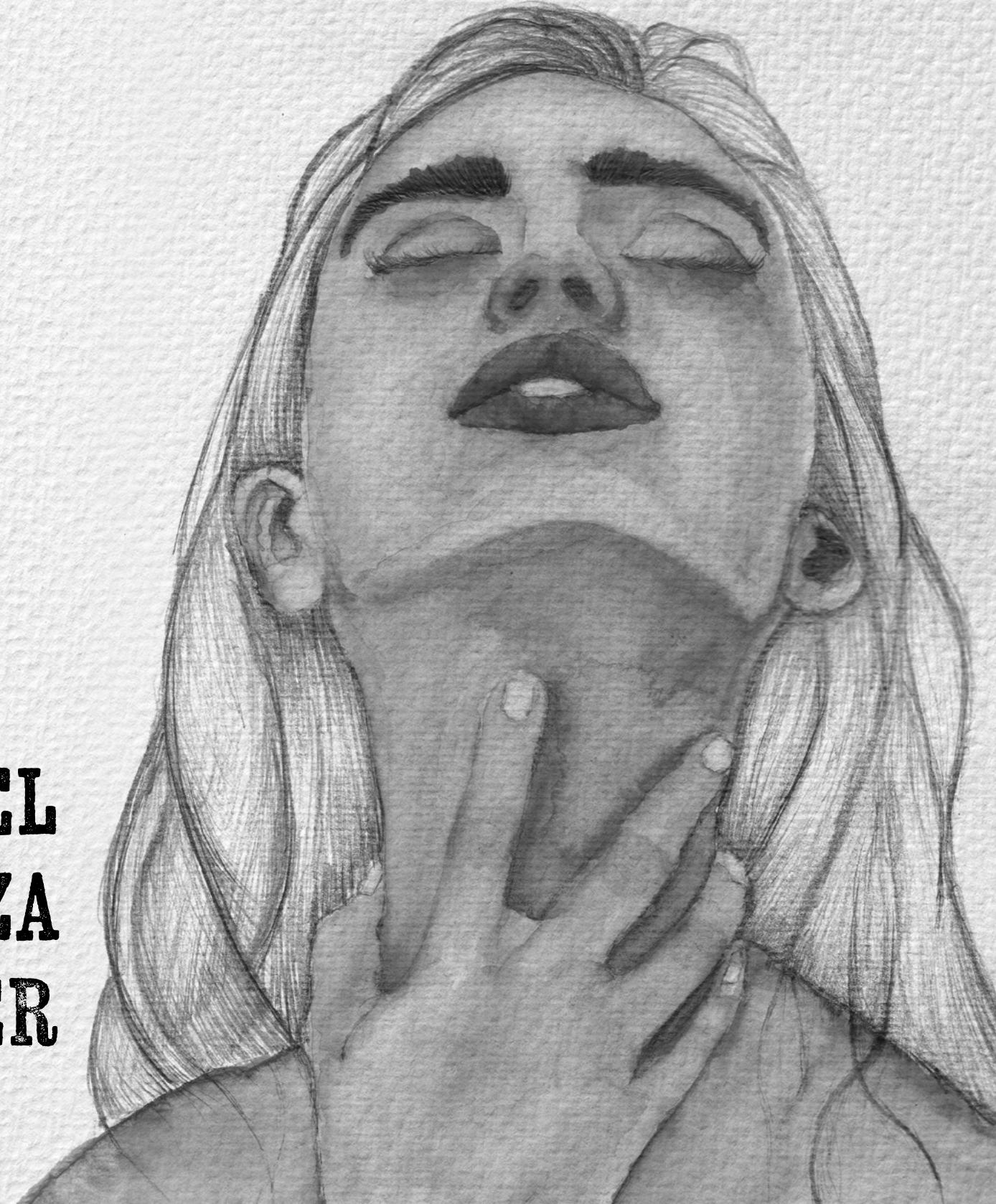
Eu ali em pé, nua, completamente embasbacada com o interfone quase caindo da mão ...

É o Marcos!



Um alazão é o tempo:
trotando ligeiro, cáspte
carregou novembro.

**A INSUPORTÁVEL
LEVEZA
DO NÃO SABER**





Bêbado esquisito
cura dor de cotovelo
bebendo um barril.

AS BARREIRAS QUE COLOCAMOS

Nathália Zilli

Dentre os meus maiores desafios profissionais, não estão, necessariamente, incluídos os pacientes com grandes acessos de raiva, instabilidade fora dele e choros convulsivos. Embora esses exijam (como todos) atenção, com muito cuidado e estudo, não são eles que considero os mais difíceis. Não. Os difíceis chegam silenciosos, com poucos problemas, poucas emoções expostas. São funcionais na maior parte da sua vida e procuram a terapia em busca de, ao menor sinal de emoção, retomar a produtividade e racionalidade extrema com que estufam a bagagem emocional da vida.

Justamente, são esses que mais chegam até mim. E eu os adoro, mesmo que, em muitos momentos, acabem me causando uma exaustão mental diante do trabalho árduo que é ouvir o que não está sendo dito. Prestar atenção nas frases em que dizem estar tudo bem, ou como conseguiram melhorar sua desenvoltura social, profissional, familiar, mesmo que mesmo a postura cansada pareça me contar o contrário.

Não são necessariamente silenciosos. Falam bastante, contam histórias interessantíssimas e, ao expressar alguma emoção, é como se discorressem sobre as peças de roupa que estão usando com exatidão, explicando minuciosamente como chegaram àquela combinação (que de nada parece ousada na descrição, mas se olhar bem, os detalhes brilhantes saltam aos olhos).

Enquanto escrevo isso, penso no Luís, que procurou a terapia a fim de trabalhar questões de relacionamento. E se me perguntassem o

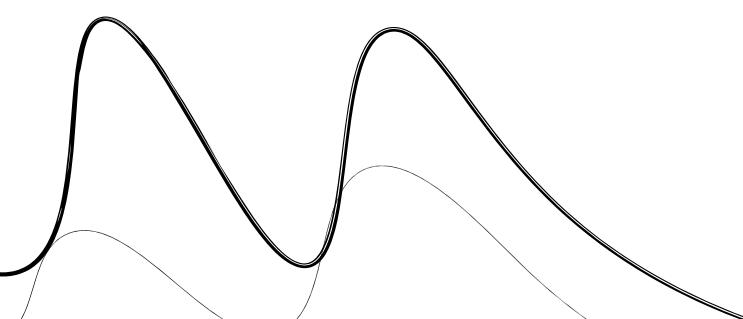


Foi à libação
e, após tantos hip-hip-hurras,
terminou no chão.

que significava trabalhar as questões de relacionamento, eu não saberia responder. Luís parecia dedicado a não se relacionar. Nem comigo, nem com ninguém. Chegava às sessões pronto para arrazoar sobre como as pessoas que passaram em sua vida haviam lhe causado irritação com determinados comportamentos. Muitas vezes eu sentia que, se eu me retirasse dali, talvez ele nem notasse. Não era uma máquina de palavras, não falava em exagero e nem mudava o tom ao descrever a raiva. Apenas falava, contando algumas histórias de ex-namoradas, as quais agiam em complô para mudá-lo. Ou comportamentos incômodos dos pais e da irmã, com detalhes nas cenas trazidas, apesar da “tranquilidade” expressa verbalmente por ele ao falar de tudo.

Abertamente, discorria sobre o desamor que sentia vindo da mãe, em comparação com a irmã mais nova. Mas aquilo que parecia uma mágoa profunda, na verdade era relatada de forma descontraída. No tom de brincadeira de muitas sessões, havia a parte em que eu tentava acessar a suposta dor e que era jogada para escanteio a cada colocação ou questionamento que tinha para dar. E daquilo, eu imaginava: o que eu estou fazendo de errado aqui?

Sempre chegava bem. Sempre saía bem. E, apesar dos tantos bens que ele me dava em resposta, sempre retornava na semana seguinte. Confesso, no alto da minha humanidade, que não entendia nada. Onde eu estava nessa relação? Para que eu servia, senão como um depósito de histórias catalogadas sobre as decepções da vida na relação com os outros? Ele tinha um ar de grosseria que me causava desconforto. Irritava a forma com que falava das pessoas diferentes dele. Era impossível chegar a algum lugar, pois eu sentia que tinha uma barreira tão grande e sem portas, que ele trazia consigo em todas as sessões, que pouco importava o que eu faria, ia bater ali e voltar para mim. Parecia fácil só ficar escutando, deixando que ele levasse a sessão e indo embora com a expressão da satisfação por aquele dia. “Sempre saio bem da terapia” era o que ele costumava afirmar.

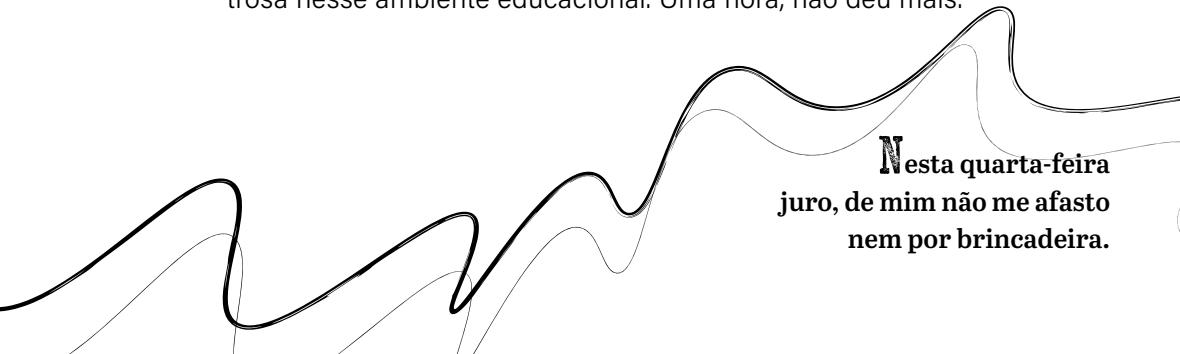


Uma após a outra,
as gotas pingam no chão;
promovem-se à poça

Um adendo importante, que necessita de certa minúcia: eu vim de uma formação na Psicologia que faz uso de diversas técnicas de ação, que utiliza muito da dramatização em diversos cenários psicoterápicos. Aprendi ali sobre a importância da dramatização e montagem de cenas para trabalhar as demandas trazidas pelos pacientes. Em muitos momentos, entendia-me como ineficiente na abordagem, uma vez que essas técnicas pareciam primordiais para o trabalho terapêutico com a abordagem que eu havia escolhido. Num contexto de pacientes muitos repressivos, parecia que tudo se resolvia com um bom aquecimento e uma boa dramatização.

Eu nunca fui uma pessoa altamente segura, principalmente quando criança. Sempre fui muito retraída para me expor e não costumava me misturar demais. O medo de errar era um acompanhante frequente e ser avaliada na frente dos meus colegas, mesmo aos 5 anos, causava-me um alto grau de ansiedade. Porém, eu era uma criança... uma criança muito pequena por sinal. Consideravelmente menor que os meus colegas da mesma idade. Quietinha, baixinha e discreta, a maior parte do tempo eu conseguia passar despercebida e isso acabava não sendo uma grande questão naquela época.

Porém, nesse curso de formação, os meus planos de infância de passar despercebida pela escola começaram a ir por água abaixo. Não só porque eles já começavam a evoluir para um novo formato bem mais assustador e paradoxal (que envolvia um grande desejo reconhecimento profissional), mas também pela proposta do curso em si. Todos pareciam prontos para esse trabalho de ação: dirigir grupos terapêuticos, falar sobre sentimentos e chorar em frente aos colegas que acolheriam, também em grupo. Todos também pareciam ter medo de fazer tudo isso, mas prontos para o enfrentamento, lidavam com as críticas de maneira descontraída – pelo menos era assim que eu via – e enfrentavam as cenas de forma corajosa. Já eu? Eu tentei usar minha tão conhecida forma de agir em grupo, para que ninguém notasse minha desenvoltura desastrosa nesse ambiente educacional. Uma hora, não deu mais.



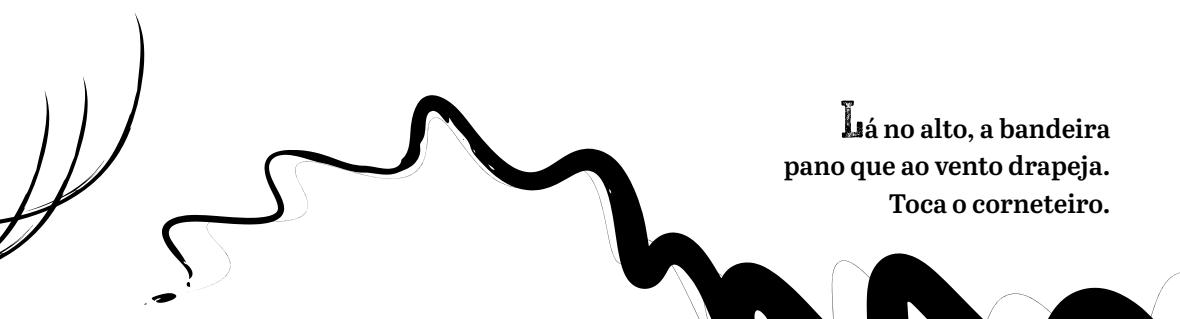
Nesta quarta-feira
juro, de mim não me afasto
nem por brincadeira.

Nessa altura da escrita, começam a surgir muitas cenas em minha cabeça que me lembravam momentos dos quais me questionei se era realmente adequada para ser psicóloga daquela abordagem. Essas cenas vinham como forma de comprovar essa ideia tímida, meio infantil, que tinha sobre mim, até virar um monstrinho incômodo e doloroso que andava do meu lado (ou em cima, ou na minha cabeça, depende do dia). Ia às minhas sessões de terapia as tomava para si, tomava de mim e ecoava: você fez isso errado.

Uma, em especial, está ligada a uma aula específica em que tínhamos que escolher alguns trabalhos para serem feitos por nossos colegas, que, diante de algumas regras a serem cumpridas, a questão é que teríamos que expor aqueles que gostaríamos de trabalhar, aqueles que sentíamos indiferença e aqueles dos quais não gostaríamos que o trabalho fosse feito. Ao ser colocada, por alguns colegas, como aquela cujo trabalho seria rejeitado, desatei no choro por conta das alusões feitas por alguns sobre o meu comportamento profissional pouco exposto e pela minha quietude nos intervalos de aula. O choro me dizia que eu era insuficiente, que não conseguia trabalhar como psicoterapeuta.

Essa cena veio acompanhada comigo em muitos momentos do meu trabalho clínico. E tinha algumas companheiras que faziam coro com essa ideia surreal de suficiência teórica e prática. E ela me cutucava toda vez que o Luís entrava no consultório, com sua lista de reclamações vagas e toda vez que ele saia com a mesma lista, quase que intocada, porém, dizendo-se satisfeito com o desabafo. E eu ficava lá pensando: "Eu deveria ter feito uma dramatização naquela cena da irmã. Perdi o gancho... não escutei direito".

Ao mesmo tempo em que isso acontecia, eu começava a me desmembrar daquele contexto educacional e me adentrar em outros espaços profissionais com os quais eu havia descoberto maior afinidade. A formação estava acabando e, embora eu tenha saído com a vontade de continuar nesse percurso, também saí com milhões de dúvidas de como eu me encaixaria ali. Sorte minha – e do Luís – que ele tenha me encontrado quando esse processo de desligamento já



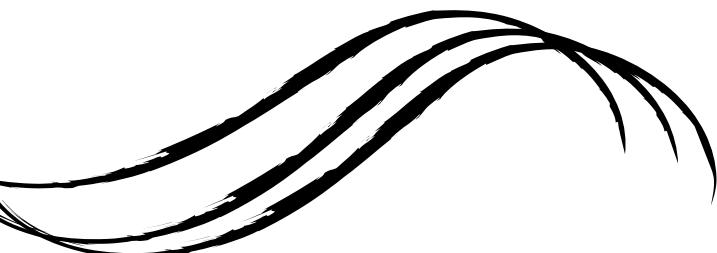
Lá no alto, a bandeira
pano que ao vento drapeja.
Toca o corneteiro.

estava em curso e eu não mais teria aquele espelho relembrando o jeito certo de se trabalhar clinicamente. E, claro, em meu próprio processo terapêutico, sabia eu que aquele cenário só era tão difícil por questões pessoais e mais anteriores à minha formação em Psicologia.

Como a minha história e do Luís se encontram, depois de tanta explicação? Acho que a barreira não era dele. Eu me encontrava, tanto quanto ele, indisponível para a relação terapêutica que podíamos estabelecer. E era como se, parada no meu espaço seguro de escuta, eu permitisse não errar na execução de uma técnica e não sentir os males de um trabalho ruim. Bancar a emoção da insuficiência profissional era tão difícil para mim quanto a dele de estar em um relacionamento com todas as partes – boas e ruins – que uma relação envolvia. Ele era o filho que não tinha dado certo, segundo suas próprias palavras e eu seguia a mesma lógica desse “certo e errado”, mas no lugar de psicóloga. Eu precisava ser funcional para ele, torná-lo a pessoa adequada aos outros, e ele precisava de mim, nada além de aceitação, pelo menos naquele momento.

Eu não descobri isso rapidamente. E precisei experimentar essa própria aceitação na minha forma de atender para poder guiar esse processo clínico. Encontrei um contexto de muito espaço e muitos espelhos positivos, em grupo e fora dele. Pessoas que se identificaram comigo, como pacientes e como colegas de profissão. O incentivo para se caminhar no ramo profissional e as críticas quando necessárias de um modo confortável de se carregar e que mobilizam, de verdade. Era difícil aceitar uma outra forma de aprendizado, de relação, em um mundo em que a gente aprende que, para crescer, devemos segurar o choro e seguir em frente. Aguentar as críticas duras e fazer do limão uma limonada. O sentir não mais importa porque é necessário controlar tudo isso. Quem deixa a emoção levar é gente fraca.

Luís me disse isso, ao ser questionado sobre o que gostaria que eu fizesse por ele. “Eu não quero mais me afetar pelo que os outros fazem comigo. Não posso me sentir triste, isso faz com que eu seja fraco, quero controlar minhas emoções”. Ele trazia referências de leitura



Garras agudíssimas
rasgando as carnes do amante
o amor é sofrível.

para que eu entendesse como ele deveria agir. Às vezes, mostrava-se bastante interessado em encontrar um mentor que fosse altamente exigente, já que assim ele aprenderia melhor. Citou uma vez um filme, em que havia um professor agressivo e autoritário com os alunos que almejavam um futuro como músicos. Esse homem impunha horas de treinamento exaustivas, em nível físico e mental. Nisso, perguntei ao meu paciente o que achava daquele professor. Ao que me responde: "ele não estava errado, o aluno aprendeu e virou uma lenda na música". Era como se me pedisse para tratá-lo desse modo. Deixá-lo forte para as agressões que a vida exigia. Para as humilhações fantasiadas de críticas. "Fale o que precisar falar para mim, mesmo que me machuque".

Se em um dos espaços em que comecei meu caminho profissional, eu me senti desencorajada, pela maneira de comunicação estabelecida ali, no outro, parecia um lugar possível para erros sem que estes fossem expostos com agressividade. É verdade que não se pode culpar um espaço como o motivo de todos os males de minha insegurança. Até porque, ela já caminhava comigo há mais tempo do que eu poderia me lembrar. A grande questão é que ali, naquele ambiente, eu passava a me perguntar se era isso que eu queria fazer. De uma maneira muito ativa e performática, ser psicóloga que promovia a catarse nos meus pacientes de um dia para o outro. O show pirotécnico, dramatizações com a emoção a flor da pele. Queria saber, sobre mim mesmo, se era dessa forma que eu queria aprender também. Não que não funcionasse. Não que as pessoas não possam ter tido boas experiências. Inclusive, eu tive algumas.

Vamos aprendendo com a vida a nos relacionarmos, mesmo que de forma não saudável, se vista pelos olhos de uma sociedade julgadora. E a relação impõe, de fato, desequilíbrios e mal-entendidos. Aguentar as críticas (aqui eu me refiro àquelas que as pessoas descrevem como a razão pelo crescimento, que envolve, na maioria das vezes, agressões verbais, assédio moral e humilhações) pode até ser uma característica que nos destaque dos demais e, para o que o outro vê, pode até servir.



Ter garras agudas
é um atributo do amor.
Outro, é a língua obtusa.

Eu e Luís tínhamos algo em comum. Não queríamos sentir a dorzinha persistente de sermos imperfeitos aos olhos dos outros. Queríamos acertar os passos, não nos aproximar demais. E, de algum modo, isso me manteve afastada de meus colegas na formação, de alguns amigos, deixou-me de fora de algumas festinhas, fez-me travar nas apresentações obrigatórias na escola. Por aí vai. Fez também eu manter aquela barreira ali, no consultório, por um tempo até conseguir tirar. Graças à supervisão, à terapia e principalmente a um lugar seguro no qual eu pudesse me expressar.

Esse lugar seguro, descobri depois, era tão possível e necessário nas relações, terapêuticas ou não. Necessitamos aprender a caminhar com as próprias pernas e um empurrãozinho é sempre válido. Infelizmente, algumas relações adoecem esse percurso, colaboram na nossa manutenção de segurança. E as relações curam. No fundo, o que desejava passar aqui é que ninguém precisa aguentar comentários depreciativos, críticas negativas, formas agressivas de comunicação, sem sentir nada. Existe um caminho possível para isso, um modo diferente de falar, de ensinar e de aprender.

O Luís ia querer um tom agressivo, que o tornasse forte, quando eu precisasse dizer a ele:

"Bom, acho que você deveria aumentar seu tempo de trabalho dentro do escritório para se destacar na empresa."

"Você não deveria chorar por isso, essa briga com a sua namorada não foi nada demais. Inclusive você exagerou. Engole o choro!"

"É necessário que você se organize melhor! Passar os seus finais de semana assistindo série não te acrescentam em nada."

Eu suspeitaria que ele concordaria, aprovaria e sairia por aí dizendo que "psicoterapeuta boa eu era", pois falava as coisas na cara. Faço ele se sentir mal com comportamentos de "autossabotagem". Que assim ele fica cada vez mais "resiliente". Eu aposto que ele adoraria. Aposto, mais ainda, que ele não me falaria mais das vezes em que se permitiu, com muita culpa, dormir até tarde, comer duas

fatias de bolo no meio da semana e jogar *The Sims* até de madrugada, precisando acordar cedo no outro dia. Ele teria medo de me contar, se eu agisse da mesma forma que a cabeça dele agia com ele mesmo. Só aguenta, corre e não chora!

O que entreguei para ele foi o oposto. Aceitação, afeto, inventivo para aquilo que gostaria de fazer. Responsabilizei-o também, bastante. Mas nunca sem um pouco de ternura para falar aquilo que nunca gostamos de ouvir: nem sempre – ou nunca – quem incomoda de verdade é apenas o outro. Também tentei trazer um pouco de leveza em dias muitos difíceis, além do espaço para grandes dores, sem vestir lentes cor-de-rosa. E teve aquele chá, que ofereci, na noite fria em que ele precisou adiar a sessão do horário da tarde pois precisou fazer hora extra no trabalho. Tinha recém se recuperado de uma gripe forte. Luís passou a entrar alguns dias melhores que outros, às vezes muito triste. Saiu aliviado também, encorajado. Saiu com raiva (até de mim). E retornou com a mesma raiva que pôde expressar pela primeira vez abertamente. Chegou inseguro, saiu mais confiante. Entrou confiante e saiu chorando. Teve um espaço em que poderia sentir, sentir tudo aquilo que, como ele verbalizava bem: estava encaixotado e bem trancado dentro dele. Acho que ele não esperava que eu ia ajudá-lo a destrancar em vez de procurar um cadeado mais pesado.

O Luís era muito alto. E também era baixinho, atarracado. Tinha cabelo curinho em um dia, no outro era comprido, até a cintura, que enfeitava com laços e faixas coloridas. Um dia estava de saia, e se chamava Luísa. No outro estava de bermuda e chinelo. E teve aquele dia que ele veio de terno. Era branco. Era negro. Era asiático. Falava rápido, com sotaque marcado. E também pausadamente, com um português impecável. Luís é um só e são muitos, pois representam um tanto de gente que passou por mim, nessa busca incessante pelo não sentir. E descobriram que não teriam nada disso. E precisei de alguns "Luíses" para perceber isso.

Luís também era um pouco – muito – de mim.



Faz sua viração
vivaz, a rosa dos ventos
em meu coração

HELENAS

Vanessa da Silva Domingos

Confesso que foi um grande desafio começar a escrever este texto. É difícil olhar de frente para as partes mais problemáticas de mim mesma, talvez, porque seja exatamente isso que essa parte quer, que eu permaneça convivendo com ela sem confrontá-la.

Não gosto do termo “zona de conforto” para nomear a situação em que me encontro, mas posso dizer que é um lugar conhecido, talvez menos desafiador. Freud disse certa vez: “Quando a dor de não estar vivendo for maior que o medo da mudança, a pessoa muda.” Essa frase traduz muito bem o que se passa comigo. Chegou esse momento para mim! Não encarar o problema de frente e permanecer nesse mesmo lugar, vem me causando mais sofrimento do que enfrentá-lo. Uma das formas que encontrei de fazê-lo, foi partilhando um pouco dessa história.

Você deve estar se perguntando sobre o que trata este texto. Bom, este texto é sobre a Helena e a minha relação com ela, e acredite, apresentá-la como alguém separada de mim, representa um longo caminho percorrido no exercício de confrontar aspectos meus tão pouco conhecidos. É difícil defini-la assim de cara, mas o que posso dizer é que a Helena e eu estivemos misturadas ao longo de toda a minha vida. Não somos a mesma pessoa, mas ela esteve a maior parte do tempo comigo, nossa convivência é diária, e mesmo quando eu não a quero por perto, ela insiste em ficar. Inclusive, está aqui agora. Ela é a responsável por eu ter começado a escrever este ensaio quase um ano depois de assumir o compromisso de fazê-lo.

No pensar assoma
a lirosófica máxima:
Deus não é luz, mas sombra.

Isso demonstra sua influência, pois mesmo sabendo da minha responsabilidade, não foi fácil iniciar uma escrita e correr o risco de não atender suas expectativas. Ela é a razão de eu estar escrevendo o presente texto, pensando em parar a cada parágrafo, pois segundo ela: "quem vai querer ler"? "O que vão pensar de você, uma psicóloga, escrevendo isso?"

Você já deve ter ouvido em algum lugar a frase "antes feito do que perfeito", mas, o lema da Helena é o oposto: "se não for para fazer perfeito, nem faça". Parece radical, não é mesmo? Pois é, essa é a Helena, uma voz que está sempre dizendo que o que faço e quem eu sou, não é bom o suficiente. Imagine ficar revisando conversas, situações e falas, para avaliar se você fez ou disse a coisa certa, tentando descobrir o que as pessoas podem estar pensando e falando sobre você. É isso que ela faz, aponta cada possibilidade de erro, cada vírgula que eu possa ter colocado no lugar errado. Essa é a minha realidade, e o pior, eu não posso simplesmente mandá-la embora.

Segundo a Helena, sua intenção é boa e o que faz é para o meu bem. Foi nisso que eu acreditei por muito tempo, que essa voz que me diz para eu não correr riscos, está aqui para me proteger, para evitar que eu cometa erros e viva situações de constrangimento ou vergonha. Ela me diz, "Ninguém gosta de errar ou receber críticas. Ver as pessoas rindo de você ou ridicularizando algo que você fez, pode te causar grandes prejuízos". Convenhamos, ela não está errada, eu considero um argumento muito bom, na verdade. Quem nunca errou ou recebeu uma crítica? Quem nunca sentiu vergonha de algo? Eu já, e posso dizer que não me senti confortável, por isso mesmo, as ideias da Helena sempre fizeram muito sentido para mim.

Como mencionei anteriormente, a Helena está comigo há muito tempo, mas só recentemente eu a descobri e pude olhar e pensar sobre ela de uma forma diferente. Isso foi possível por meio do "Grupo do Self do Terapeuta". Esse grupo, do qual participo, é composto por nove psicólogas. Tem como objetivo compartilhar situa-

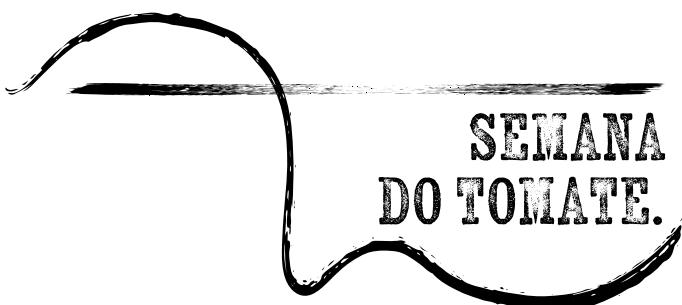


Bate prego em ripa
metódico, o carpinteiro;
levanta uma edícula

ções e inquietações que permeiam o dia-a-dia do trabalho na clínica, com o intuito de olharmos para nós mesmas como terapeutas. É um espaço-tempo em que pensamos para além dos casos que estamos atendendo. Olhamos para a pessoa que está por trás da profissional; nossas inseguranças, em que momento a história de cada sujeito mexe com a nossa, como também questões práticas e teóricas de um consultório.

Em um desses encontros, em que trabalhávamos nossas inseguranças e medos relacionados à prática clínica, a coordenadora do grupo pediu que cada participante criasse uma personagem. Essa personagem deveria ter um nome e também características que representassem esses aspectos. Quando pensei nas características físicas da minha personagem, imaginei uma mulher alta, loira, olhos claros e muito bonita. Quanto a sua personalidade, alguém muito segura de si, bastante racional, pragmática, crítica, exigente e até um pouco arrogante, que transmite muita confiança e credibilidade. Nesse momento, a Helena começou a tomar forma.

Primeiramente o nome Helena surgiu de forma espontânea, sem muita reflexão ou significado. Ao longo do processo, conforme fui explorando a minha personagem, essa escolha foi fazendo cada vez mais sentido. A título de curiosidade, pesquisei sobre esse nome e descobri que é de origem grega e que significa "a reluzente", "a resplandecente". Descobri também a história da Helena de Tróia que, segundo a mitologia grega, era Filha de Zeus e Leda e ficou conhecida como a mulher mais bonita entre os mortais. A versão literária, conta que o rapto de Helena pelo príncipe de Tróia, Páris, foi o motivo por trás da guerra de Tróia. Depois de dez anos de conflito, a guerra chegou ao fim com a captura de Helena por seu marido Menei. Essa personagem histórica inspirou o autor e escritor brasileiro Manoel Carlos. A maioria de suas novelas foi protagonizada por uma personagem forte e independente, de nome Helena.



Promete o tomate
liso, vermelho, escolhido
sabor à salada.

Após esse passeio pela literatura pude perceber a força do nome que escolhi. Embora naquele momento essa escolha tenha se dado de forma inconsciente, agora posso afirmar que ele condiz perfeitamente com a minha personagem.

A dinâmica do encontro teve sequência com cada uma de nós, integrantes do grupo, apresentando sua personagem. Depois disso, tivemos que escolher apenas uma para ser a protagonista em um diálogo a ser travado com a coordenadora. A escolha pela Helena foi quase unânime. Enquanto grupo de psicólogas, consideramos intrigante essa forte identificação.

Sendo assim, o desafio estava posto, eu deveria representar a Helena num diálogo, uma conversa com a coordenadora, na qual eu teria que responder perguntas que tinham como objetivo explorar a relação entre personagem e terapeuta.

Esse momento do encontro foi bastante desafiador! Me vi derrubando a porta de um quarto escuro, a qual eu nunca quis abrir por medo do que poderia encontrar.

Assim se deu o diálogo:

COORDENADORA: *Qual seu nome?*

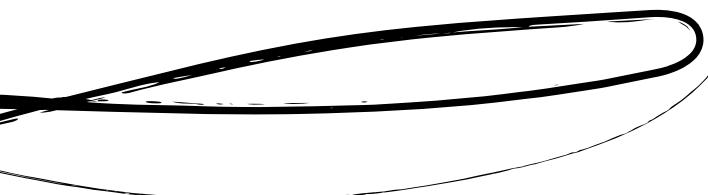
HELENA: *Me chamo Helena!*

COORDENADORA: *Que tipo de relação você tem com a Vanessa?*

HELENA: *Somos muito próximas, eu estive por perto a maior parte do tempo para ajudá-la. Tenho um papel importante na vida dela.*

COORDENADORA: *O que você entende sobre a vida, Helena?*

HELENA: *A vida pode ser difícil se você não tiver a visão correta sobre ela. É preciso ter muito cuidado e pensar muito sobre os passos que você dá, um erro pode custar muito caro. É impor-*



S seja cru, fatiado seco, recheado ou no molho bom, sempre, é o tomate.

tante não dar chance para o erro. Se souber fazer isso, vai se dar bem, sem arranjar grandes problemas para si.

COORDENADORA: *O que tens achado da Vanessa como psicóloga?*

HELENA: *Para falar a verdade, acho que ela precisa melhorar bastante. Às vezes me pergunto se ela realmente tem talento para essa profissão, se não era melhor ela trabalhar com algo mais simples, algo que não precise de tanto estudo, sabe? Ela até se esforça, estuda, participa de grupos de estudos, faz cursos, mas não parece que adianta muito. Vejo que existem psicólogas mais talentosas e inteligentes do que ela e não sei se ela tem o suficiente para chegar nesse patamar.*

COORDENADORA: *O que você fica dizendo a ela sobre seu papel de terapeuta?*

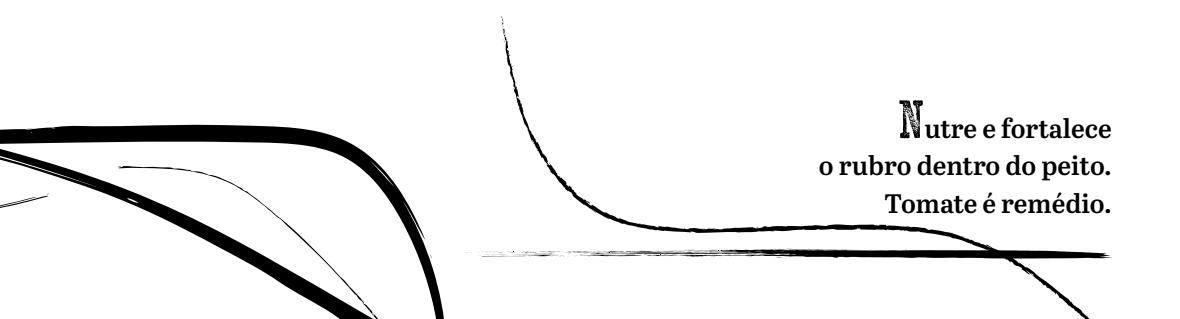
HELENA: *Acho que ela não sabe o necessário para ser uma profissional de excelência. Ela precisa ser a melhor da área, ou então as pessoas não vão confiar no trabalho que ela faz. As pessoas procuram profissionais que passem uma imagem de seriedade, competência. Sou verdadeira, não estou aqui para passar a mão na cabeça dela.*

COORDENADORA: *O que você diz para todas aqui do papel de terapeuta delas?*

HELENA: *Que elas precisam sempre buscar a perfeição, ou não vão obter sucesso na vida.*

COORDENADORA: *Acho que a Vanessa está cansada de ti.*

HELENA: *Não sei do que você está falando, ela sabe que estou certa e que precisa de mim. Sem mim ela com certeza já teria feito muita cagada.*



Nutre e fortalece
o rubro dentro do peito.
Tomate é remédio.

COORDENADORA: Qual a função que tu tens na vida dela?

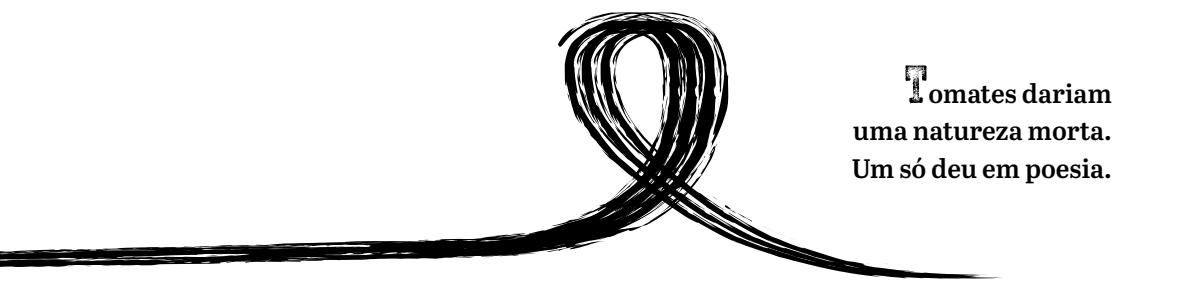
HELENA: Eu a protejo, cuido para que não faça nada de que possa se arrepender depois. Sem mim ela fica perdida. Se você soubesse quantas vezes eu já ajudei ela a evitar situações em que ela queria se expor e acabar correndo o risco de receber críticas ou ser julgada por algo. Às vezes ela faz mesmo assim, mas aí eu fico sempre ao lado dela, mostrando tudo que ela está fazendo de errado. Na maioria das vezes eu consigo convencê-la de que o que ela está fazendo não está perfeito e que é melhor ela se preparar mais antes de correr riscos.

COORDENADORA: Quando você apareceu na vida dela?

HELENA: Eu fui me aproximando aos poucos na época da escola, a Vanessa tinha uns nove anos. Nessa época, ela não pensava muito sobre o que fazia e acabou passando por algumas situações difíceis, pois algumas pessoas questionavam se ela era merecedora do lugar que ocupava. No primeiro momento ela achou que não precisava de mim, que conseguia encarar esses problemas sozinha, afinal ela acreditava bastante em si mesma. Embora ouvisse críticas, não achava que elas faziam sentido. Eu passei a me fazer mais presente mesmo quando ela tinha uns quatorze anos e mudou para uma escola na qual não conhecia ninguém e era muito maior do que a anterior. Ali ela viu que precisava da minha ajuda, pois passou a perceber que não era tão boa quanto imaginava e que aquelas pessoas que questionavam suas habilidades talvez tivessem razão.

COORDENADORA: Quando você apareceu, o que você queria?

HELENA: Meu objetivo sempre foi protegê-la, ajudá-la. Depois que eu cheguei, ela passou a enxergar as coisas de forma



Tomates dariam
uma natureza morta.
Um só deu em poesia.

mais realista e passou a ter mais cuidado com as situações em que se colocava. Eu sempre digo para ela que se for fazer algo, ela precisa fazer direito e não dar margem para dúvidas, precisa ficar perfeito, se não, do que adianta o esforço?

COORDENADORA: *Em quais momentos da vida dela você não aparece?*

HELENA: *Quando ela se sente segura fazendo algo ou quando as pessoas elogiam o que ela faz.*

COORDENADORA: *Como você acha que ela faz para você desaparecer às vezes?*

HELENA: *Geralmente ela se afasta mais de mim quando dá ouvidos a algumas pessoas que dizem que ela tem que se permitir errar, que as coisas não precisam ficar perfeitas. Todas essas baboseiras que falam para fazer com que ela se sinta melhor. Inclusive, esse grupo que ela participa com vocês é um lugar que geralmente ela não me deixa vir junto.*

Enfim, criei coragem, e com a ajuda do grupo abri a porta do quarto escuro. Fui adentrando devagar e cuidadosamente. A angústia e o medo foram se transformando, aos poucos, em alívio, por perceber que o que havia naquele quarto não era tão monstruoso quanto na minha fantasia, mas, algo possível de enfrentar.

Abrir a porta e trazer esse monstro para a realidade, me possibilitou conhecê-lo para então escolher e desenvolver as ferramentas necessárias para encará-lo. Assim, posso assumir o controle da situação e tomar a rédea da minha própria vida.

Essa experiência de externalizar a Helena como uma personagem e dar-lhe voz, foi importante para que eu pudesse olhar para ela não como algo intrínseco a mim, mas como algo construído ao longo do tempo. Existe uma diferença entre dizer: "sou insegura" e "há uma insegurança que me acompanha". Quando você "é" o problema,



Chave de ouro fecha
a semana do tomate:
vale um Bloody Mary.

é como se isso fizesse parte da sua identidade e pode parecer que não há muito o que fazer; mas quando você tem a possibilidade de ver que o problema é algo construído a partir das suas vivências, relações e internalizações, tem a oportunidade de ressignificá-lo.

Para entender um pouco mais da Helena, passei a tentar identificar como e quando ela entrou na minha vida. Revisitando períodos da minha história, percebi que ela não chegou de repente, mas, foi se aproximando aos poucos. Constatei que essa aproximação tem relação com um determinado período, em que se fez necessária uma mudança. Na minha adolescência tive que deixar um lugar que me era muito familiar, no qual me sentia reconhecida por minhas habilidades e competências, para adentrar em outro completamente novo e estranho. Antes dessa mudança, os motivos pelos quais eu ocupava o lugar que havia conquistado, foram por vezes questionados, mas isso não teve peso naquele momento. No entanto, quando me vi numa situação em que achava que precisaria provar a minha capacidade para me sentir incluída, aquelas vozes passaram a reverberar. A partir disso, a Helena começou a se fazer cada vez mais presente.

Antes do meu encontro com a Helena eu já percebia uma autocobrança exagerada e também identificava que algumas situações me traziam insegurança e medo. Porém, até então, eu pensava nesses aspectos individualmente. No grupo do Self do Terapeuta, um espaço coletivo, essas inquietações puderam ganhar vida através da Helena.

Quando apresentei a Helena para o grupo, as demais colegas se identificaram com a personagem por também enfrentarem questões semelhantes. Isso favoreceu a construção de um ambiente de acolhimento em que nos sentimos seguras para partilharmos nossas angústias. À medida que cada uma expôs as suas fragilidades e medos, fomos percebendo que, com as devidas singularidades, cada uma carregava uma Helena em si.



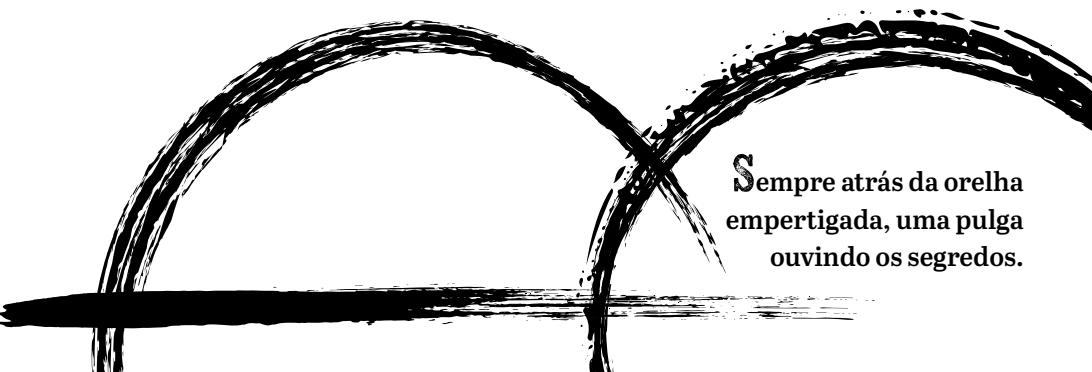
A aranha marrom
entre livros e papéis
pelo quarto ronda.

Com a ajuda do Grupo e também com o trabalho terapêutico posterior, tive a chance de entender meus medos, de que modo eles se construíram e se mantiveram. Pude perceber em que momentos a voz da Helena surge e me paralisa. Quando me tornei consciente da função que ela exerce e da sua influência negativa, tanto na minha prática como terapeuta como em outros âmbitos da minha vida, passei a enxergar outras possibilidades de enfrentamento.

Quanto mais reflito e escrevo sobre a Helena, mais descubro aspectos sobre a minha própria história, as minhas relações e sobre mim mesma, que antes não me eram tão evidentes. Quando descobri a Helena, até pensei que ela pudesse ser a representação de alguém que tem um papel importante na minha vida, mas, é mais complexo do que isso. Percebi que na verdade, ela simboliza a cobrança que tenho comigo mesma pelo desejo de ser vista aos olhos das pessoas como alguém competente, forte, admirada e reconhecida por aquilo que faz.

A meu ver, todos precisamos de uma dose de autocobrança, principalmente se prezamos por um trabalho de boa qualidade. No entanto, quando o nível de exigência impede que façamos algo por medo de não atingir a perfeição, aí temos um problema. Diante disso, me questiono: será que em vez de empreender esforços para retirar completamente a Helena da minha vida, não seria mais benéfico aprender a conviver com ela de forma mais consciente e harmônica e tentar equilibrar essas duas forças sem que uma se sobreponha a outra?

Por meio de todo o trabalho terapêutico que tenho vivenciado, hoje tenho a possibilidade de olhar e refletir sobre esse aspecto que me constitui. Embora eu reconheça o quanto em determinados momentos a voz da Helena me paralisa e até me impede de realizar algumas coisas, por outro lado, não estou disposta a abrir mão do meu comprometimento com meus objetivos pessoais e profissionais.



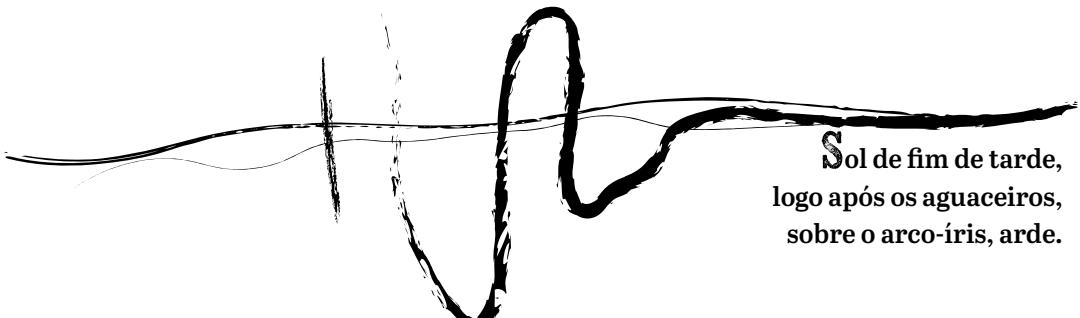
Sempre atrás da orelha
empertigada, uma pulga
ouvindo os segredos.

Recentemente assisti o filme "Luca", uma animação da Pixar. O enredo desse filme me ajudou a pensar alguns aspectos sobre a Helena. Nesse filme, o personagem Luca, um garoto monstro-marinho de 13 anos, cresceu ouvindo de seus pais que o mundo fora do mar era muito perigoso e que ele jamais deveria ir até lá. Em determinado momento Luca conhece Alberto, um outro garoto monstro-marinho, que transita tranquilamente entre o mar e a superfície. Alberto costuma fazer tudo que tem vontade e quando estão juntos incentiva Luca a fazer o mesmo. No entanto, em vários momentos, Luca, tomado pelo medo, hesita em acompanhar o amigo. Em um desses momentos, Alberto fala para Luca que tem um "Bruno" dentro dele. Ao explicar para o amigo quem é "Bruno", torna-se evidente para o telespectador que esse é um personagem, criado por Alberto, que simboliza o sentimento de medo. "Bruno" é o nome que ele deu à voz que tenta impedir-lo de correr riscos. Para encorajar Luca a acompanhá-lo numa aventura, Alberto conta ao amigo que toda vez que essa voz aparece e tenta dominar a situação, ele, como estratégia para assumir o controle, fala bem alto: "Silêncio, Bruno!".

O filme evidencia o antagonismo entre os dois personagens e suas formas extremas de lidar com o medo. Enquanto Alberto tende a se colocar em situações perigosas, até mesmo arriscando sua própria vida, Luca não se permite usufruir de quase nada por medo de que algo ruim aconteça. Esse antagonismo me ajuda a pensar na minha relação com a Helena. Reforça para mim a ideia de buscar equilibrar a influência da sua voz. Nem silenciá-la totalmente como fez Alberto, nem ouvi-la sempre como fazia Luca.

Foi interessante para mim perceber, também, que assim como Alberto emprestou o Bruno para o amigo Luca, eu pude emprestar a Helena para as minhas colegas do grupo para que pudessem pensar sobre suas próprias inseguranças e autocobrança.

Está evidente para mim que o medo do erro, muitas vezes me impede de vivenciar novas experiências. As minhas idealizações e o perfeccionismo transformam meus objetivos em algo inalcançável.



Quando permito que a Helena domine a situação e não me expo-
nho, evito lidar com esses medos e, também, mantenho intactas
a minha ideia de perfeição, bem como a fantasia de uma imagem
idealizada de mim mesma.

Hoje reconheço que essas crenças me conduzem a uma
situação paradoxal, pois, ao mesmo tempo que eu tenho meus obje-
tivos, evito as oportunidades que podem me levar a atingi-los. Por
fim, cheguei ao entendimento de que é impossível realizar qualquer
projeto de forma perfeita do início ao fim. O erro faz parte do processo
e é condição para o aprendizado. Essa compreensão confirmou para
mim que o processo vivido é valioso, independente do resultado.

Ao longo do meu processo de formação, antes de iniciar o
meu trabalho como terapeuta, eu fui construindo, no meu imaginá-
rio, um modelo de profissional com base em todas essas crenças.
Quando iniciei meu trabalho na clínica, diante dos desafios, inerentes
à prática, acreditava que já deveria ter todas as respostas organiza-
das. Essa postura e o desejo de atingir esse modelo, às vezes dificul-
tava a minha conexão com as pessoas que atendo.

Aos poucos fui me desprendendo desse ideal. A prática, a refle-
xão e o estudo foram me mostrando que não seria por esse caminho. Senti
que conseguia estabelecer vínculos mais efetivos quando me colocava
diante do outro de forma inteira, com minhas virtudes e vulnerabilidades.

Certa vez ouvi de um colega de profissão, com muitos anos
de experiência, que “um bom terapeuta não é aquele que sabe sem-
pre o que fazer, mas sim aquele que aprendeu e aprende a lidar com
os momentos em que não sabe o que fazer”. Ele complementa sua fala
apontando que, para esses momentos de não saber, o que pode nos
ajudar é a conversa, a pergunta e a construção de um espaço-tempo
em que temos a possibilidade de ouvir o outro de forma acolhedora e
de compartilhar o que estamos pensando. Pois, nós terapeutas pode-
mos sim nos sentir paralisados em algum momento e o que fará a
diferença é como vamos encarar a situação.

Atestam os olhos
a consistência do mundo:
marmelada e pólvora.

Fui me dando conta de que nunca estarei pronta e que ninguém nasce psicoterapeuta ou se torna de um dia para o outro. É na prática e na reflexão sobre ela que estou forjando um fazer coerente com esses princípios. A dúvida e o questionamento devem existir e sempre farão parte do cotidiano da clínica. Afinal é a incerteza que me leva a buscar cada vez mais conhecimento e o aperfeiçoamento do meu trabalho.

Pode parecer que com tudo que tenho refletido, as minhas questões com a Helena estejam resolvidas. Hoje sou consciente da sua existência, do papel que ela exerce e da sua influência nas diversas situações da minha vida. Contudo, essa é apenas uma parte do processo, fundamental, mas não o suficiente. A mudança exige mais do que saber. Conhecer as minhas dificuldades é fundamental, mas é apenas o primeiro passo nesse caminho.

Ao descobrir a existência da Helena e tornar-me consciente da forma como me relaciono com ela, me deparei com uma dúvida que ouço frequentemente das pessoas que acompanho no consultório, que é: "Ok! Eu já entendi porque me comporto dessa forma, mas como faço para mudar isso?". Para mim, é nesse momento do processo que nos deparamos com a complexidade da mudança. Saber não implica que a partir daquele momento as mudanças vão acontecer de forma automática.

A partir do momento que vencemos essa barreira, seguimos... Conscientes da forma como as coisas acontecem, passamos a despender esforços para outro foco. Estar consciente não silenciará a voz da Helena, mas irá contribuir para o exercício de colocar esse conhecimento em prática nos momentos em que ela tenta exercer sua influência. O entendimento dessa questão, a meu ver, é uma parte fundamental do processo terapêutico.

Ao longo de nossas vidas, desenvolvemos formas de agir e padrões na maneira de nos relacionarmos por uma série de razões, seja para nos protegermos, para nos sentirmos amados, entre outras coisas. Montamos uma lógica de funcionamento baseada naquilo



No fim de semana
da cama ninguém me tira
não tiro o pijama.

que internalizamos e aprendemos ao longo de nossa trajetória. Mudar significa abrir mão de toda uma organização psíquica e nos coloca de frente com aquilo que nos esforçamos por tanto tempo para não enfrentar. Isso pode ser muito assustador.

Mudar a minha relação com a Helena, significa encarar e enfrentar todos os medos dos quais ela tentou me proteger – de ser criticada, não ser aceita, não ser vista como alguém competente – e por fim, assumir que esse lugar de prestígio, na verdade, nunca existiu. Significa argumentar com ela diariamente e me esforçar contra uma tendência muito forte de que ela domine a situação. É como estar constantemente em um cabo de guerra.

Enquanto escrevo esse texto, por exemplo, esses enfrentamentos têm sido muito frequentes. Funciona mais ou menos assim: penso no que quero escrever e monto uma ideia na minha cabeça. Ao escrever, quando não consigo produzir exatamente aquilo que idealizei e expressar tudo o que eu gostaria de uma forma perfeita, a voz da Helena aparece e faz com que eu duvide da minha competência. A partir daí tenho a difícil tarefa de dialogar com ela e não permitir que ela me convença a desistir. É um exercício exaustivo. Nesses momentos a Helena me leva para a minha adolescência e faz com que eu sinta o mesmo medo daquela adolescente - de descobrir que talvez ela não seja tão fantástica quanto imagina e que aquelas pessoas que questionavam suas habilidades tinham de fato alguma razão.

Para fazer esse movimento, precisei aceitar e acolher o desejo de me expor e de ser vista, que eu já possuía quando adolescente, mas abri mão por medo de lidar com o que poderia aparecer. Cotidianamente preciso estar atenta e comprometida com os meus objetivos para observar e perceber quando a voz da Helena me impulsiona, ou quando a ideia que ela traz de perfeição me impede de alcançá-los. Para mim é aí que a mudança pode ocorrer.

Quando descobri a Helena, não imaginava que a minha relação com ela resultaria em tantos desdobramentos e reflexões.



Quem com ferro fere
com ferro será ferido.
Quer martelo o prego.

Para mim, essa é a beleza de um processo terapêutico - a quantidade de portas que ele nos possibilita abrir e o que ele nos permite explorar sobre nós mesmos.

Hoje, depois de ter percorrido esse caminho, agradeço ao Grupo do Self do Terapeuta por me possibilitar partilhar de experiências tão ricas e ao mesmo tempo trabalhar aspectos meus tão importantes. Sei que meus esforços relacionados a Helena não terminam aqui, mas, com todos esses entendimentos, sinto que sou capaz de me relacionar com ela de uma forma mais funcional.

No encontro do grupo que deu origem a minha personagem, ao final da dinâmica, a coordenadora me perguntou se eu, Vanessa, gostaria de dizer algo para a Helena. Naquele dia, o que eu disse à Helena, foi com base nos recursos que eu tinha. Após todo esse percurso de reflexões e vivências terapêuticas, conhecendo-a melhor, decidi encerrar este texto atualizando a minha fala.

Helena, meu encontro contigo foi transformador! Fico emocionada ao olhar para trás e rememorar todo o caminho que percorremos juntas. Quando você começou a se fazer presente na minha vida, eu estava passando por um momento em que me sentia perdida e desamparada. Hoje entendo! Nossa aproximação foi necessária para que os acontecimentos daquele momento fossem menos devastadores e destrutivos. Sua intenção de me manter num lugar seguro e me proteger foi de grande importância.

No entanto, ao longo do tempo, sem me dar conta, fui permitindo que você tomasse muitas decisões que cabiam a mim. Somente agora tenho a dimensão do prejuízo que isso acarretou para a minha vida.

Sua superproteção me privou de coisas que são importantes para mim. Você acabou me convencendo de que tudo era muito arriscado e perigoso e por isso eu me esquivei de viver experiências que poderiam possibilitar-me explorar e aperfeiçoar muitas das minhas potencialidades.

Na sua cela, um frade
de triste, toma um pileque
sofre um piripaque.



Não quero que você saia da minha vida! Até porque, você faz parte de mim. Porém, daqui para frente, eu quero estar no controle das decisões. E para que isso aconteça a nossa relação precisa ser diferente daquela que estabelecemos quando eu era ainda uma adolescente. Agora, sou uma mulher adulta e quero me conhecer cada vez mais para descobrir do que sou capaz, embora eu tropece algumas vezes pelo caminho.

Lá atrás eu precisei da sua proteção, também porque eu ainda não sabia lidar com as críticas. Sei que elas não deixarão de existir, mas hoje acredito que consigo recebê-las sem ser derrubada por elas. Estou em aprendizado! A consciência do meu inacabamento me mostrou a necessidade e a beleza de assumir o “não saber” e a vida tem me ensinado a satisfação do “aprender fazendo”.

Por fim, reconheço a sua importância e a sua contribuição para minhas conquistas. Graças a você entendi muito sobre mim mesma. Mas também descobri que não preciso ser tão dura e exigente comigo mesma e que posso alcançar meus objetivos de forma menos dolorosa. É para alcançar esses objetivos que continuo lutando.



Na haste vertebral
pensamento rodopia
tal um catavento.

DA VIDA AO ESPELHAMENTO E DO ESPELHAMENTO À VIDA

*Cavalgando o tempo
na ponta de um lápis
vem circunscrevendo
um espaço de fases.*

*Trota o cavalinho
pelo que já fui
e entre os seus caminhos
o desejo flui.*

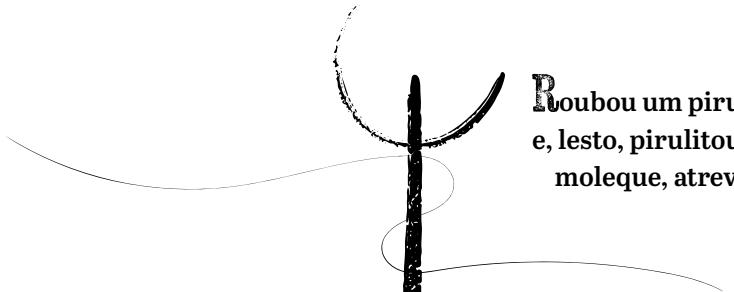
*Se às vezes desvia-se
tomando um atalho,
colhe no "eu queria"
a flor da saudade.*



*Dá rosto ao que sou
no seu movimento;
seu trotar ressoa
no chão do poema.*

*Chegando no agora
traz na sua garupa
as faces de outrora
onde eu me procuro.*

*No espaço de fases
tempo me costure.
O alazão não para,
cavalinho, upa!
.....Navarro.*



Roubou um pirulito
e, lesto, pirulitou-se,
moleque, atrevido.

OBESIDADE: MINHA LUTA CONTRA ESSA DOENÇA!

Ana Tamutis

Nasci no ano de 1971, na cidade de Santo André, na Grande São Paulo. Caçula de quatro irmãos, somos descendentes de imigrantes lituanos, italianos e portugueses. Minhas avós, tanto materna quanto paterna, aprenderam também com seus pais que tudo deve girar ao redor de uma bela mesa farta... O trabalho deve gerar renda para que durante o mês nunca, nunca falte comida... Nossos hábitos sempre estiveram relacionados aos mais belos cardápios com muitos carboidratos e proteínas com muitas gorduras. Como todo paulista, café da manhã com pães e frios. E claro não poderiam faltar os bolos, doces e as pizzas. Aliás quando me perguntam o que mais gosto de comer... rapidamente respondo "PIZZA", como uma fiel paulista! Mas todos esses hábitos começaram a render quilos extras e, aos nove anos de idade, comecei a engordar... e é aí que minha história com a obesidade começa...

Quando minha mãe percebeu que estava ficando gordinha, aos nove anos de idade, me levou ao pediatra. Lembro-me como se fosse hoje. Me pesou, a balança confirmou os quilos extras e saiu de lá com minha primeira dieta. Também lembro que escutei pela primeira vez, desse médico: "ELA PRECISA MESMO EMAGRACER... AFINAL TEM UM ROSTO TÃO LINDO!!!" Essa frase me acompanhou a vida inteira, e lembro sempre de completá-la no pensamento: UM ROSTO TÃO LINDO, E O RESTO HORRÍVEL??? E foi assim que comecei a

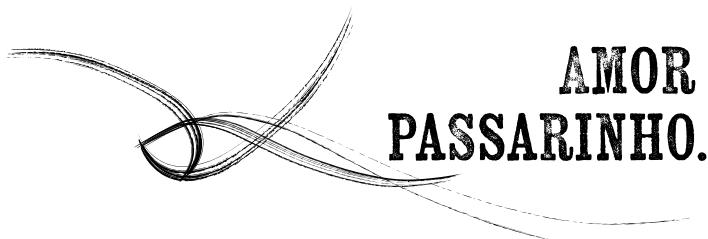


A cor é um acordo
entre a natureza e os olhos
lucinomeadores.

viver o preconceito tão precocemente. Pessoas gordas são culpadas por serem gordas. Afinal, são gordas porque não conseguem parar de comer... Mas por que eu comia tanto??? Só fui descobrir o porquê muito mais tarde...

O tempo foi passando e claro que aquela primeira dieta que o médico passou não deu certo... Como fazer dieta, numa família que continuava com seus mesmos hábitos? Refeições recheadas de tudo o que mais engordava. Mas minha mãe não desistiu. Ela não queria ter uma filha gorda, afinal, minha avó materna ficava reclamando da minha gordura: "ela precisa emagrecer... tá muito gorda, olha que feia..." E minha mãe me matriculou no *ballet* clássico!!! Eu adorava... Dançar me fazia sonhar... Sempre via os espetáculos de bailarina na TV, achava lindo... mas... alguém já viu bailarina gorda? E na própria academia de *ballet*, eu também era cobrada, que precisava emagrecer!!! A professora dizia que eu dançava muito bem, era carismática, simpática... porém, precisava emagrecer, porque se quisesse ir a frente com o *ballet*, não haveria nenhum bailarino que conseguia dançar comigo, pois jamais conseguiria me segurar com aquele peso todo. Tempos mais tarde, percebi que, mesmo que fosse magra, não poderia ser bailarina profissional! Além de ser gorda, minha altura é de 1,72 cm, muito alta também para essa categoria de dança. Desisti do *ballet* clássico no início do terceiro ano, e claro que continuei engordando... E o *bullying* também continuava. Aliás, dentro da minha própria casa: meus irmãos debochavam da minha gordura, cantando musiquinhas, e minha avó materna insuportavelmente falava da minha obesidade, enfatizando o quanto eu era feia... E claro que parei de ir na casa dela. Chorava muito!!! Mas ela era a maior cozinheira, rainha dos pratos doces e salgados. Ai de um dos netos que não comesse seus quitutes... Vai entender!

O tempo foi passando e claro que continuei engordando. Na escola, os deboches dos amigos continuavam e quando a puberdade chegou, nenhum menino olhava para mim... Meninos não namoram ou podem gostar de meninas gordas... Tristeza maior ainda é quando



AMOR
PASSARINHO.

Nos teus olhos tristes,
dos translúcidos cristais
faço o meu alpiste.

chegava a época de Festas Juninas... Eu amava dançar quadrilha!! Mas qual menino me escolhia como par? Sempre ficava por último e os professores acabavam juntando os pares por sorteio, ou eu ficava também com o menino gordo ou o mais rejeitado pelas meninas belas. Nos anos seguintes, os professores acabaram liberando para dançarmos com quem queríamos, permitindo que dançássemos também com outras meninas. Lembro do alívio que foi poder escolher a melhor amiga. Mas eu também tinha o sonho de ser a noiva da quadrilha... Mas as próprias crianças já diziam: a noiva deve ser a mais bonita da turma e para ser bonita tinha que ser MAGRA!

E chegamos à adolescência!!! AAAAAhhh, AS COISAS SÓ PIORARAM!!!! O primeiro amor não correspondido... frustrações que aumentaram por muitos e muitos anos! Mas todo gordo compensa sua gordura sendo simpático. E eu descobri que conseguia fazer as pessoas sorrirem! Eu era a moça mais alegre da turma! Tinha coragem para falar coisas que outras não tinham... Liderava as turmas, promovendo festas, passeios, viagens... Eu tinha que ser simpática para ser ACEITA! E eu continuava engordando. Minha mãe desistiu de falar sobre minha gordura, porque amigos e parentes diziam: "Quando ela se sentir incomodada, ela mesma vai procurar ajuda e vai emagrecer!" E essa ajuda chegou aos 18 anos. Fui ao médico porque cheguei no limite! Quando ia comprar roupas, nada servia... Namorar? Isso não existia na minha vida!!!! E claro que eu comia cada vez mais. Comia e fumava... Comecei a fumar aos quinze anos, porque diziam que cigarro emagrecia. Anos mais tarde, descobri que duplamente me compensava em tudo pela boca!

Minha ida a esse médico endócrino aos 18 anos ingressou-me no mundo dos inibidores de apetite! Comecei a dieta, tomava os remédios que tiravam a fome e, claro, emagreci. Dessa primeira vez foram vinte quilos! Mas... como dieta não é reeducação alimentar... Quando se para de fazer e acabam os remédios... Volta-se a comer e o reganho de peso é em dobro!



Neste feriadão,
fica a cidade vazia
própria à solidão.

E assim seguimos por anos a fio... Engordava, me incomodava, entrava nos remédios, emagrecia... engordava de novo... um ciclo sem fim! Aos 22 anos, me formei professora, iniciando uma carreira no magistério, cercada por mulheres sempre em busca de emagrecimento também... E quando cheguei aos 25 anos, conheci meu atual marido. Estava muito gorda nessa época, mas ele se encantou por mim. Achava-me linda! E nos apaixonamos. Minha gordura nunca foi problema pra ele. Ao contrário, ele achava que mulher magra era feia! Mas mesmo tendo encontrado o amor, eu não estava satisfeita!

A idade foi chegando e o peso aumentando. E as dores do corpo e as doenças também começaram a chegar. Lembro-me que minha última tentativa de emagrecer foi até 2009, já com 38 anos. Ainda tomando remédios, a bola da vez era a sibutramina. Ao mesmo tempo em que a tomava, sentia os efeitos colaterais. Sistema nervoso abalado, qualquer coisa me abalava, brigando com as pessoas. Tentava seguir uma dieta, mas não conseguia. As dores no joelho foram aumentando e tive que iniciar tratamento com fisioterapia, afastamento do trabalho, mas os médicos eram taxativos: "você precisa emagrecer..."

No final desse ano, os médicos da perícia do trabalho resolveram me afastar das funções de sala de aula e me readaptaram. Na escola em que eu trabalhava, havia um projeto dentro de uma biblioteca e foi no ano de 2010 que tudo mudou. Estava no auge da minha obesidade e comecei a acompanhar pessoas que decidiram fazer a cirurgia de redução de estômago, que funcionava para muitas pessoas. Mas o medo não deixava que eu tomasse coragem. Até que muitas pessoas vieram falar que dava certo e que eu deveria tentar... mas fui adiando... Nesse mesmo ano, readaptada de função, a prefeitura iniciou um curso para as pessoas que estavam readaptadas, para melhorar a autoestima do trabalhador que se afastou de suas funções, por problemas de saúde. Foi meu primeiro contato com a terapia, só que em grupo. Nesse curso, conheci minha terapeuta. Nesses encontros trabalhávamos as angústias que cada participante trazia e,



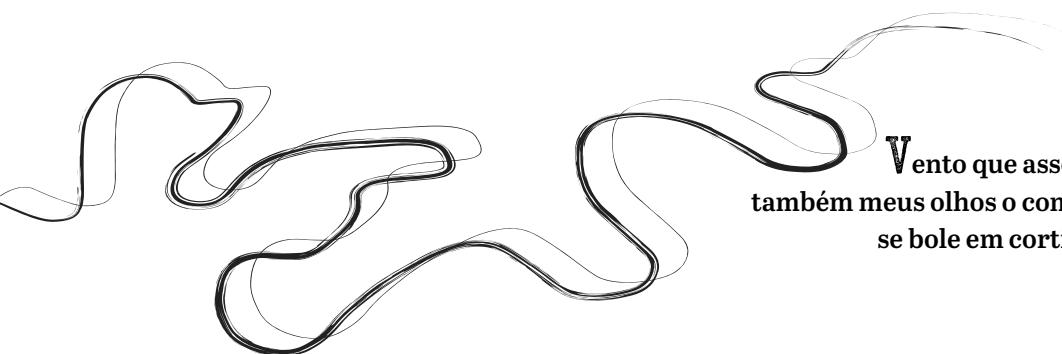
Olha a beterraba:
dentro do copo, bom suco
tintura, no prato.

quando chegamos no meu “problema de saúde”, eu mesma falei da obesidade e que não conseguia emagrecer. Nossos encontros eram semanais e eles foram decisivos para minha decisão de fazer a cirurgia. Lembro que fui à consulta no mês de setembro, com o nome do médico mais renomado nessa técnica em Florianópolis e saí de lá com uma papelada de exames para fazer e também com a cirurgia marcada. O medo de dar algo errado na cirurgia me consumia, porém, meu grupo de terapia deu muita força e eu não desisti.

Fui fazendo os exames, tudo foi se encaixando e antes mesmo de fazer a cirurgia em novembro, iniciei a terapia individual, no mês de outubro, me preparando para esse momento tão especial e difícil. Tinha medo de desistir, mas a terapia me ajudou encorajando-me...

No início de novembro, minha sogra adoeceu gravemente, desesperando meu marido, causando várias reflexões sobre a saúde. Minha sogra era diabética e eu trabalhava isso na terapia, pois meu marido era contra e pediu várias vezes para que eu desistisse. Na terapia, eu refletia: se você desistir, pode ser que não consiga fazer mais, e também isso poderia ser usado como desculpa para não fazer e a coragem ir embora... Lembro que a terapeuta dizia: “Pensa Ana, tua sogra está adoevida devido à diabetes e se você continuar nesse excesso de peso, a diabetes pode vir a ser um problema de saúde...” E então eu não desisti. Lembro que, no grupo de terapia, fizemos um encontro só para meu encorajamento, para que eu fosse adiante. E assim aconteceu...

No dia 26 de novembro de 2010, realizei a cirurgia, numa sexta-feira. Deu tudo certo, fui para casa no domingo de manhã, preparada para os dias que viriam, que foram muito difíceis, pois eu não poderia comer, apenas tomar líquidos específicos. No domingo à noite, uma notícia triste: minha sogra faleceu e foi então que percebi o quanto tinha tomado a decisão certa. A tristeza foi não poder acompanhar meu marido na despedida da mãe, mas me mantive firme fazendo tudo o que havia que tinha que ser feito. Na terapia individual, antes da cirurgia, fui orientada a não pensar em nada e,

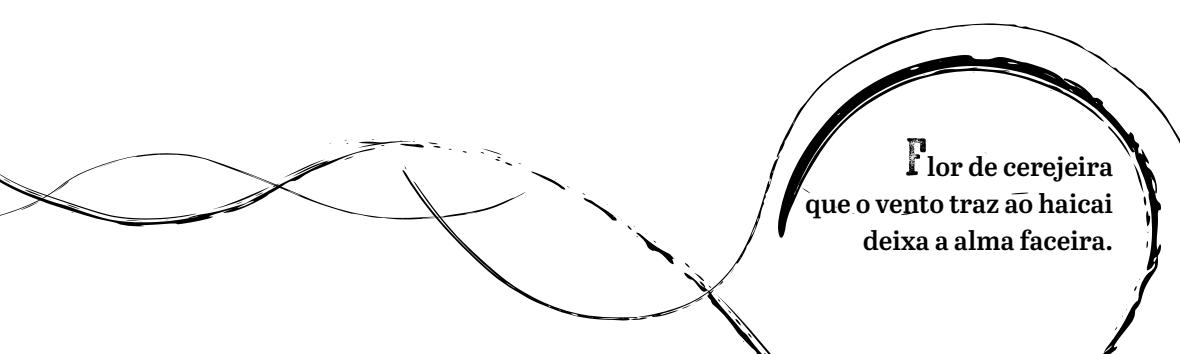


Vento que assavia
também meus olhos o comem
se bole em cortinas

como não poderia comer, ela me recomendou que procurasse dormir e que não assistisse, em hipótese alguma, programas culinários na TV. Recebi um telefonema do meu grupo de terapia após a cirurgia, um momento de muita emoção, pois as palavras daquelas pessoas chegaram em meu coração, já que todas aquelas pessoas haviam rezado por mim e me dado muita força.

E os dias foram passando, e aos poucos fui evoluindo, e tudo dando certo. Era incrível ver o ponteiro da balança diminuindo, parecia uma magia, e o melhor de tudo, não sentia fome. Meus primeiros vinte dias de cirurgia renderam o emagrecimento de oito quilos. De acordo com a nutricionista que me acompanhava na época, foi muito pouco, porém, a terapia me dava suporte para viver um dia de cada vez, diminuindo minha ansiedade para que não ficasse comparando meu emagrecimento lento em relação a outras pessoas. Só depois pude perceber o quanto esse emagrecimento "lento" foi maravilhoso. Eu eliminei dois quilos a cada mês... E por ir emagrecendo devagar, não tive problemas de saúde, que poderia vir a ter, como perda da vesícula e fraqueza por falta de vitaminas. Sem falar que muitas pessoas ficam com aparência de doentes e flacidez absurda de pele.

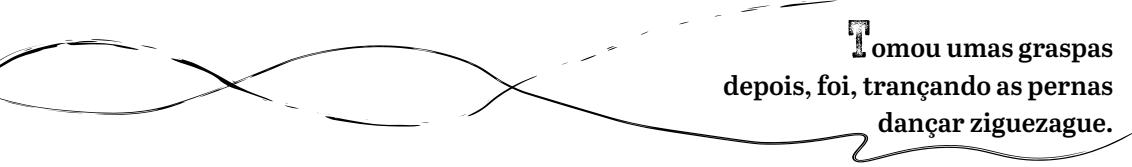
Minha terapia semanal dava suporte para trabalhar diversas questões que afligiam nessa nova vida. Uma delas era de não pensar em comer (como antes fazia), procurando outras formas de prazer. No primeiro ano de cirurgia, eu emagreci trinta quilos e ao final de dois anos, cheguei à eliminação de 44 quilos. Nesses primeiros anos, fui tratando várias dores na terapia. Muitas coisas me afligiam, e na terapia eu ia percebendo o quanto era importante o emagrecimento do cérebro também... Foi nas sessões semanais que percebia o quanto era frágil em tentar burlar as diversas maneiras que queria comer, sem passar mal. Tive duas crises de vômitos, por comer o que não devia. Muitas dores nesses momentos... Pois quando passava do limite que meu novo estômago suportava, a dor vinha com muita força e, mesmo assim, insistindo em comer, vinham essas crises de vômito.



Flor de cerejeira
que o vento traz ao haicai
deixa a alma faceira.

Descobri que a dor era o limite em que meu corpo dava sinal: AQUI VOCÊ TEM QUE PARAR... E quando isso acontecia, na sessão daquela semana, eu descobria o motivo que me fez comer desesperadamente... e tratávamos... As palavras da terapeuta ecoavam em minha mente, ajudando a cada semana a controlar os impulsos... E durante três anos, meu corpo e minha mente foram EMAGRACENDO, juntos. Passei por várias compulsões ao longo desses três primeiros anos: compras, bebidas alcoólicas e também alimentares (procurando alimentos que não causassem dores) como sorvetes e chocolates. Mas a terapia foi a minha salvação. Lembro-me de uma passagem na terapia de construção da nova imagem: eu não conseguia comprar roupas que não fossem do tamanho G ou GG, apesar de já servir o tamanho M. Lembro uma sessão que a terapeuta me colocou na frente de um "suposto espelho imaginário" porque eu não conseguia usar o biquíni que havia comprado. Só usava maiô, mesmo podendo usar o biquíni.

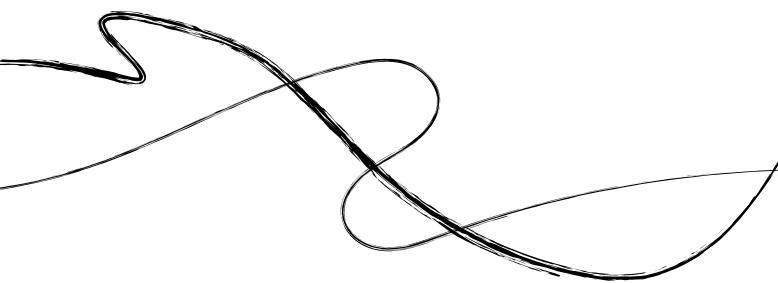
Ao findar do terceiro ano da cirurgia, minha terapeuta chegou para mim dizendo que eu estava curada e que iria me dar alta do que até então estávamos tratando: A CONSTRUÇÃO DA MINHA NOVA IMAGEM DE PESSOA MAGRA. Não havia mais o que tratar quanto àquele assunto. Eu estava curada, já sabia controlar as diversas compulsões e manter meus novos hábitos: alimentação saudável, exercícios físicos (encontrei-me após várias tentativas no pilates de aparelhos) e controle da mente. Eu rezava um mantra diariamente: EU NUNCA MAIS VOU ENGORDAR NESSA VIDA. E assim aconteceu... Nesse ano de 2022, completo 12 anos de cirurgia e a felicidade é manter meu peso. Controlo minha balança semanalmente e, quando vejo que exagerei, volto ao início. Tenho uma nutricionista há oito anos, que me ensinou tudo que sei hoje. Ela faz a minha suplementação vitamínica, pois a cirurgia me impede de absorver nutrientes. Porém, nesses últimos oito anos que permaneço com a nutricionista, nunca mais precisei tomar vitaminas injetáveis, pois a minha alimentação correta, juntamente com a suplementação feita a partir dos meus exames,



Tomou umas grapsas
depois, foi, trançando as pernas
dançar ziguezague.

corrige e dá conta de tudo. Muitas vezes alguns médicos duvidam ao olharem meus exames que sou pós-bariátrica. Dizem que minha saúde é mil vezes melhor do que quem nunca fez cirurgia.

A certeza que tenho hoje é que só consegui chegar até aqui porque nunca desisti da terapia. Ela foi a responsável por tudo ter dado certo. Continuei fazendo terapia por oito ou dez anos, mas com sessões que chamávamos de emergência. Emergências emocionais, não por voltar a comer, mas para tratar outras questões que me afigiam, principalmente em relação a problemas familiares. Sigo hoje feliz, magra e ajudando pessoas que tomam a decisão de fazer a cirurgia. A primeira coisa que falo a quem pensa em fazer esse procedimento é a seguinte pergunta: QUANTO VOCÊ ESTÁ DISPOSTO A INVESTIR NA TERAPIA? SE NÃO "EMAGRECER" A MENTE, NÃO VAI DAR CERTO. As pessoas me olham com dúvida... e eu digo... Pra mim só deu certo, porque a terapia me ENSINOU e me SALVOU DA OBESIDADE... Sim, eu sofro de uma doença chamada OBESIDADE... e é a minha MENTE que controla essa doença, para o resto da minha vida.



Qualquer jóia rara
traz estipulado um preço:
os olhos da cara.

DA TESE À CRISE À TESE: REORGANIZANDO OS FIOS DO TEXTO

Cristiano dos Passos

*Psicologicamente, o ser humano
nasce aos poucos...*
ROSA CUKIER

Neste momento, março de 2022, vejo-me em crise profunda com o texto. Tenho uma tese para entregar. Estou concluindo um doutorado em Estudos da Tradução, área na qual pesquiso música extrema - metal, especificamente neste caso - e suas relações com outras artes. No detalhe, trabalho com as traduções de Edgar Allan Poe e Charles Baudelaire feitas por duas de bandas de metal extremo, ambas nascidas na década de 1980, ou seja, quando eu também iniciava no mesmo meio musical.

Tendo a psicoterapia como mediadora de muitos dos meus conflitos já há alguns anos, como veremos a seguir, percebo que há uma clara conexão entre o que decidi estudar, minhas experiências passadas mais marcantes – principalmente aquela relacionada às minhas escolhas na área artística – e tudo que venho aprendendo a meu respeito nesse processo de autoconhecimento. Minha busca é pela tradução de tudo que vivi, traçando uma linha de conexão confusa e múltipla com todos esses saberes e sentires. Não estou aqui onde estou por acaso. Da mesma forma, não estou travado exatamente no ponto em que preciso organizar as ideias em torno das



“

Princípio de Itzig, o cavaleiro de domingo: ‘Itzig, para onde vais?’ – ‘Não pergunes a mim! Pergunta ao cavalo.’” Freud, “*A Interpretação dos sonhos (I)*,” Standart Brasileira, Imago, p.259.

I
rotando na letra,
vou ver o arrebol
em outro planeta.

várias formas de tradução Interartística por acaso. Há algo nessa confluência que me foge, um espaço que preciso preencher que, enquanto vazio, me trava o fluxo...

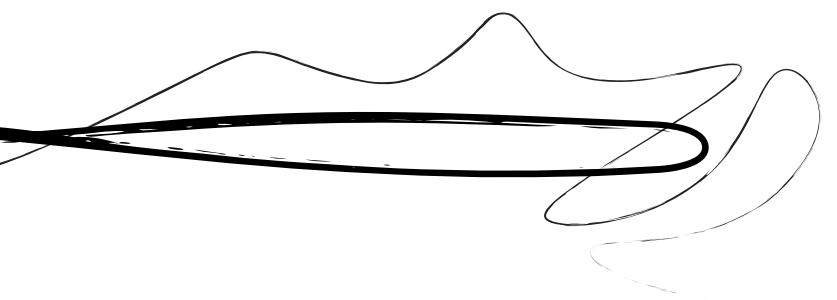
É preciso dizer, antes de convidá-los a acompanhar esse percurso não linear, também repleto de vazios e áreas cinzas, que ainda não sei onde tal caminho me (nos!) levará, mas sei que é preciso lançar a mensagem da garrafa para além de mim...para talvez assim entender o emaranhado de conexões e emoções que me constituem e se enredam a ponto de interromperem...

OS PRIMEIROS ANOS E A MÃE

A primeira etapa da nossa vida é pré-verbal e tudo que acontece conosco depende da decodificação verbal e emocional que nossa mãe ou cuidador fizer.
ROSA CUKIER

1973

Em 25 de dezembro, nasci...fiz-me verbo em nome de Cristo. "O primeiro Cristo do ano", disse a enfermeira, que fora feliz o suficiente na sua combinação sonora e ao mesmo tempo sagrada para gerar, no jogo de palavras, meu próprio nome: Cristiano, o primeiro Cristo do ano, meu texto inaugural...e nasci feito milagre, como presente divino à uma Maria suburbana, professora de escola primária da província daquelas com "letra de professora", cuja caligrafia eu viria a admirar mais tarde.



Contador de sílabas,
distribui afetos
fixando-os nas rimas.

(Décadas depois, soube que eu era o segundo milagre dos 3 filhos prometidos a Deus por minha mãe, caso sua filha mais velha sobrevivesse a uma doença grave. Meu irmão havia nascido um ano antes, em abril de 1972. Tal clareza me foi proporcionada pelos primeiros movimentos da psicoterapia, quando comecei a reescrever a mim mesmo a partir das minhas histórias mais antigas.)

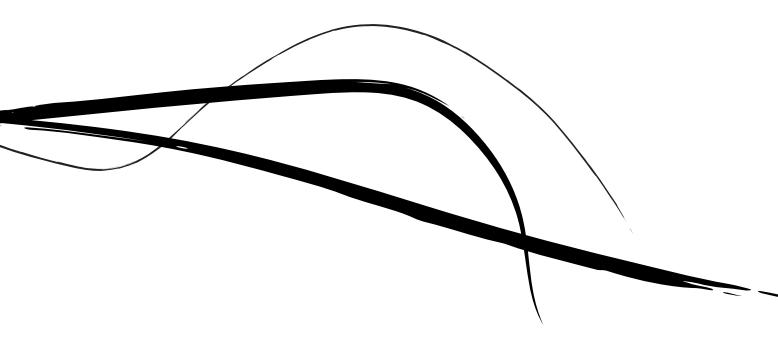
Em algum rádio ao longe, se ouviam *Ouro de Tolo*, de Raul Seixas, *Killing Yourself to Live*, do Black Sabbath, e *Proposta*, de Roberto Carlos, sucessos de 1973.

Minha mãe pouco ficava em casa. Tinha problemas de saúde frequentes, como a tuberculose que a deixou internada por meses em um hospital. Era extremamente controlada e controladora, principalmente com dinheiro, que ela guardava avidamente, mesmo que para isso a gente precisasse passar por certas necessidades ou prescindir de itens de higiene básicos como papel higiênico ou xampu. Por causa disso, nos acostumamos a ser sempre os mais humildes, as crianças simples e sem modos, que não sabiam se comportar em situações sociais, como aniversários ou visitas de "gente rica". Minha mãe tinha também uma íntima conexão com a morte, tanto que adorava visitar o cemitério do bairro, além de preservar a estranha mania de anotar, nas folhinhos do Sagrado Coração de Jesus, as datas e os nomes completos dos falecidos de cada ano.

1973 A 1976

Minha vida foi tecida como um texto.

Desde muito cedo, estranhamente sensível a esse fio, fui tecendo a vida como quem tece um texto de extensas linhas, feito aranha a lançar seus fios no ar para tecer sua teia vital, seu espaço de existir...uma teia, uma vida, várias teias, várias vidas, vários textos.



Na tarde de inverno
- meus afetos sob o sol -
lagartos, se aquecem.

Desse amontoado de sons e imagens dos primeiros quatro anos, sobram apenas fragmentos estranhamente familiares, entre o abjeto e o escatológico, entre a loucura e a religião, entre os desequilíbrios da embriaguez e a rigidez da moral, dividindo-me profundamente entre o sim desenfreado e o não imperativo. Ainda desprovido das palavras e sentidos, tudo que me restam são estilhaços sombrios e confusos de uma casa escura. Parecia sempre vazia, mas nela moravam 6 pessoas até então e logo viriam a sétima, minha "irmã adotiva" e a caçula da turma...

Mergulhado numa sensação de abandono, faltavam-me palavras para me defender dessa realidade solitária, muitas vezes marcada pela violência paterna, geralmente injustificada, bem como pela ausência materna. (Minha mãe, aliás, era ambígua quanto à violência: ela não queria que ele nos surrasse, mas o estimulava por baixo dos panos, como minhas irmãs confirmaram mais tarde). Sentia, ainda, que havia um interdito, um não dito, algo que ali estava mas que não podia ser falado, um segredo subjacente a tudo que acontecia no seio familiar. Era o tempo em que não se podia contestar a autoridade, pois quem o fizesse se arriscava a receber uma bordoada violenta em nome da "boa educação".

1977

Nascia minha irmã caçula. Eu havia completado 3 anos em dezembro do ano anterior. Nascia também o *punk* na Inglaterra. A religião já havia sido introduzida no meu tecido de memória, embora eu ainda não a entendesse. Espíritas de um lado, católicos fervorosos do outro, havia ainda os fantasmas...as possessões ou surtos no porão mal iluminado por velas. A casa escura, sempre. Espectros de vidas passadas, recalques diversos inscritos na pele, no corpo



Sensível desvelo:
do delicado das cordas
um haicai lampeja.

e na imaginação. Imerso nesse cenário, eu dizia que seria padre, combatendo os demônios da casa por meio da satisfação de uma mãe que repetia orgulhosa esse desejo do filho: "ele vai ser padre, graças a Deus!" Sem saber muito bem, eu já interpretava o "texto" dessa casa escura e buscava uma luz.

1978

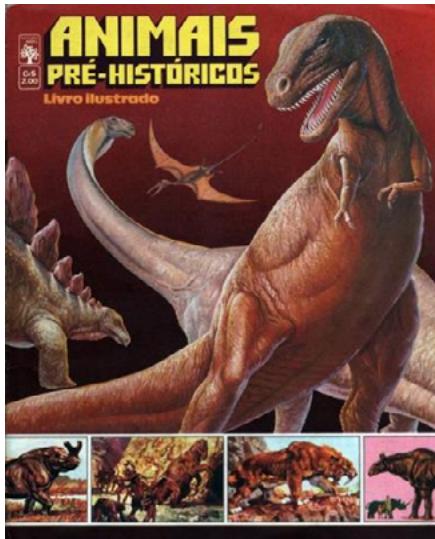
Aos 4 anos o meu mundo virou do avesso...as letras se ordenaram à minha frente e as palavras se formaram e transformaram em som na voz e na mente do eu-menino. Ganharam som e sentido, ganharam corpo. E todos ficaram boquiabertos com a leitura do menino. Era um "milagre", disse minha mãe, entre o medo e a fé...ou talvez usando sua fé para se proteger do que poderia haver possuído aquela inocente criança que decodificava os símbolos da cultura letreada precocemente.

(Anos depois, fui entender que minha mãe vivia entre estatuetas de santos aos quais pedia proteção das visões fantasmagóricas que ela (pres)entia, o que explica o espanto diante da minha leitura.)

Como criança que era, não entendi assim. Entendi que o texto era minha salvação. O texto me libertava da minha primeira solidão. Passei ali a tecer meu destino por meio dos sons e das palavras. Palavras difíceis, sempre. Nada de "casa", "bola", "vovó viu a uva". Queria "pterodáctilo", "estegossauro", "triceratops", encontros consonantais, dígrafos e tritongos, vocábulos que eu havia aprendido num álbum de animais pré-históricos do meu pai. Agarrei-me ao milagre das palavras lidas que iluminavam a casa pela primeira vez e, ali, naquele momento, fiz um juramento para a vida toda: eu seria o melhor na arte de escrever e ninguém me humilharia diante das palavras!

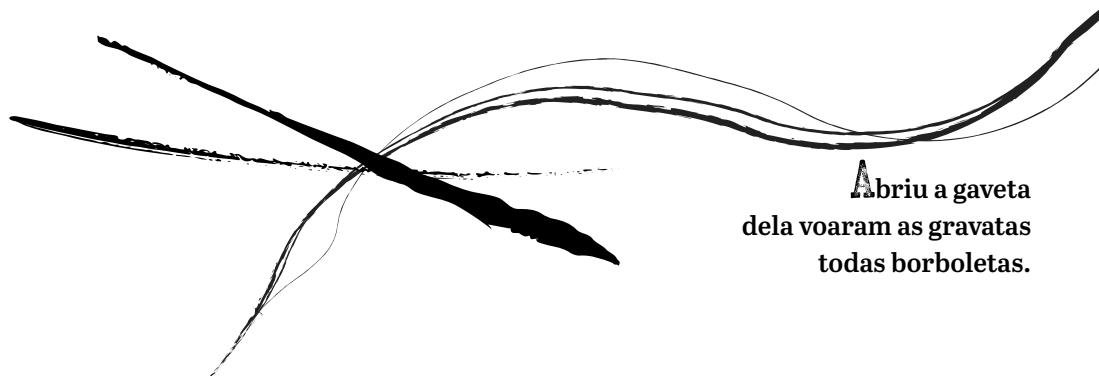


Um lobo cinzento,
principal da sua matilha,
lança uivos o vento.



Aos trancos e barrancos, meu texto se tecia na superação das barreiras da linguagem e me punha diante de um novo mundo, escancarado diante dos olhos, iluminando a casa sombria e pavimentando o destino que já se tornara pacto: escrever e ser o melhor nisso, o incontestável milagre da casa.

(Disse-me Rosa Cukier, anos mais tarde: "Nesses momentos de tensão, a criança decide algo secreto, como se fosse uma espécie de juramento consigo mesma, e que consiste basicamente num pacto de vingança e/ou resgate da dignidade perdida. Algo como: 'Quando eu crescer e tiver o poder físico que os adultos têm, nunca mais vou permitir que façam isso comigo...'"



Abriu a gaveta
dela voaram as gravatas
todas borboletas.

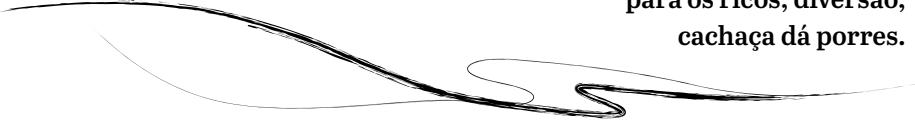
1979

Minhas irmãs, em torno de um gravador pequeno ou de um rádio velho, ouvem “Não chores mais”, de Gilberto Gil. “Tais recordações, retratos de um mal em si, melhor deixar pra trás”, dizia o cantor. Uma das minhas irmãs tinha partido para a cidade grande. Foi ser freira em um convento bem cedo, aos 15 anos. Minha mãe estava feliz, o que não a impediu de adoecer. Professora primária que era, teve que ser afastada da sala de aula para trabalhar em uma biblioteca municipal, onde ela tinha acesso ao mundo mágico dos livros!

Pela segunda vez, o milagre dos textos me salvava da solidão e me punha em contato direto com minha mãe, que me alimentava diariamente, senão com afeto, mas com livros. Livros dos mais diversos, livros infantis que devorava da noite para o dia a fim de que ela me trouxesse mais fantasias no dia seguinte. Aquelas histórias eram mesmo alimento vital que eu decorava e, caso esquecesse, pedia novamente o livro emprestado para reviver a aventura esquecida.

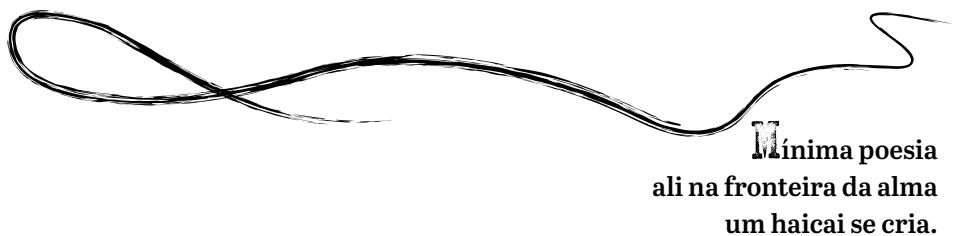
Em casa, havia poucos livros, ao menos de literatura. Contudo, lembro de três que nos pertenciam e que eu perdi a conta de quantas vezes reli: “Meu Pé de Laranja Lima”, de José Mauro de Vasconcelos, “O Balão Amarelo”, de Lucília Junqueira de Almeida Prado, e “Éramos Seis”, de Maria José Dupré. Embora Gilberto Gil dissesse às minhas irmãs para “não chorar mais”, eu lia, relia e chorava escondido aquelas emoções vividas por outras pessoas, mas que, de alguma forma, eu sentia em mim também.

Cobertor dos pobres,
para os ricos, diversão;
cachaça dá porres.





(Hoje, ao ver essas capas e lembrar mais uma vez de suas histórias e afetos, percebo o quanto de melancolia eu absorvia, a literatura misturava os doces sabores de aventura juvenil, as dores das perdas precoces, a ambiguidade do amor incondicional e



a dura realidade de um país em plena ditadura militar. Por volta de 2002 ou 2003, minhas referências eram outras e pude, com a ajuda da psicoterapia, ressignificar essa iniciação literária.)

Então, naquele período, os textos viraram minha vida do avesso, no melhor sentido do avesso. Eu queria ser o Outro. E o Outro estava lá, nas linhas e fios de cada texto, tecendo cada um sua própria teia, que se enredava com minha incipiente teia de sentidos e saberes sensíveis. E esse eu-que-já-era-outro seguiu também desatando nós, atando outras pontas, enredando a vida, desenredando a solidão no universo da ficção.

(Ficção, do latim *fictio*, que ao mesmo tempo é "criação" e "mentira", " fingir" e "representar", como eu saberia anos depois, estudando literatura numa universidade pública.)

As letras, as palavras, os textos, em forma de livros, estavam sempre por perto, municiando minha própria confecção de afetos, o meu fazer – ou talvez o meu fingir e, ao mesmo tempo, minha forma de modelar o mundo. E tudo isso logo viraria som, música...

A ESCOLA E O PAI

1980

Entrei na escola. Tinha apenas 6 anos, mas a diretora da escola aceitou minha matrícula, pois, afinal de contas, eu dominara o milagre da leitura. Talvez não tivesse problema em me adaptar a uma turma com colegas um ano mais velhos que, em sua maioria, ainda estavam aprendendo a ler.

“

É quase impossível atravessar uma multidão portando a tocha da verdade sem chamuscar a barba de alguém”. Lichtenberg apud Freud, *Os Chistes e as suas relações com o inconsciente*, Standart Brasileira, Imago, p.259.

Só agora é que colho o sentido da expressão ter barbas de molho.

Naquela jornada diária para a escola, quem me acompanhava era meu pai, que ia para o trabalho no centro da cidade também. Era severo e distante, ao mesmo tempo em que tentava ainda nos divertir, levar para conhecer as praias de gente simples, nas quais poderíamos ir a pé, ver o carnaval no centro da cidade ou contar carros argentinos na avenida principal do bairro nas noites quentes de verão.

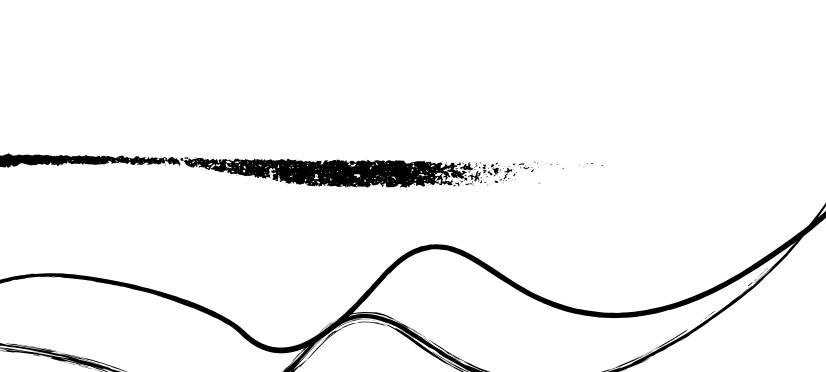
Era forte e violento, explosivo, e de poucas palavras. De repente, irrompia em fúria e batia sem dó, machucava o corpo e feria a alma, gestava dentro de mim um ódio ancestral de todos os que apanhavam calados. As surras se tornaram marcas da violência que rondava o lar.

(Muito tempo depois, sempre motivado pelas conversas da psicoterapia, descobri com as minhas irmãs o quanto elas também sofriam a cada pancada que eu levava, sem poderem fazer nada para me defender dos ataques paternos. Diz Rosa Cukier: "A criança percebe que o adulto está sendo injusto ou abusivo, sente raiva, mas nada pode fazer a não ser se submeter. Tal submissão forçada gera, por sua vez, sentimentos de vergonha, humilhação e inferioridade...")

Meu pai fumava muito e tocava gaita de boca, geralmente sozinho, na escada que dava para o quintal do fundo da casa. Entoava sempre um canto triste, de quem tinha deixado para trás algumas paixões para viver apenas uma delas.

(Essas reflexões só se concretizaram depois de 2017, quando ele adoeceu e eu, ainda imerso em ódio na psicoterapia, pude trazer novos significados para essa figura que me pusera no mundo. Nas conversas sobre o passado que eu ainda tentava travar com minha mãe no período do adoecimento do meu pai, acabei sabendo que ele deixara de lado o desejo de cantar na noite para casar com ela...)

Não sei bem quando a leitura se completou com a escrita, mas lembro bem que os desafios propostos pelas professoras das



Mulher orgulhosa
e de nariz empinado
para tia, sobra.

séries iniciais eram por mim desdenhados, já que elas pediam apenas um pequeno texto e eu queria mais: meu texto era profundo demais para caber numa só página. Eu queria escrever um livro e, de certa forma, as 5 ou 6 páginas de texto dessa época eram verdadeiros livros para uma criança com 6 ou 7 anos de idade. Nas minhas histórias, meus vizinhos e amigos do bairro eram os personagens, geralmente opressivos e competitivos, sempre prontos para me rebaixar, atitude que eu combatia, na fantasia das palavras, com o heroísmo infantil. No texto, eu podia me imaginar poderoso, imbatível, o mocinho que salvava a mocinha e derrotava a todos os que tentavam me humilhar. Essas histórias viravam performances no travessero, tarde da noite, quando ninguém olhava e ali eu podia tornar reais o meu heroísmo e o final feliz que imaginava. Não contava para ninguém esses enredos, pois eles também poderiam virar motivo de humilhação. Não podia correr o risco de perder minha única fonte de inspiração e liberdade. Uma vez, concretizei os desejos por uma vizinha numa folha de papel e a perdi...meu pai, jocoso e violento, encontrou-a, riu e contou para todo mundo na casa que eu estava apaixonado. Morri de vergonha!

Aliás, meu pai era *expert* em criar situações de humilhação pública, quando eu, em nossos passeios até a praia, me ridicularizava por eu não conseguir descer um barranco sozinho ou porque eu não sabia andar de bicicleta, brinquedo que eu desisti de tentar aprender exatamente por causa dessa didática tortuosa e torturante. O adjetivo que ele costumava dirigir a mim nessas horas era preferencialmente o "maricas", alusão negativa a qualquer traço de fragilidade que ele pudesse identificar no meu medo. Chorar também não era permitido, pois era coisa de "mulherzinha".

(Até hoje, chorar na psicoterapia ou mesmo em outras situações é um sofrimento para mim. Quando me vem a vontade de chorar, esta é escamoteada por um riso nervoso e incontrolável, que muitas vezes me faz evitar o tema e mudar de assunto...)



Já é hora da bóia,
hoje vou comer um boi;
disse uma jibóia.

EU, O MUNDO E O QUE SOBROU DE MIM

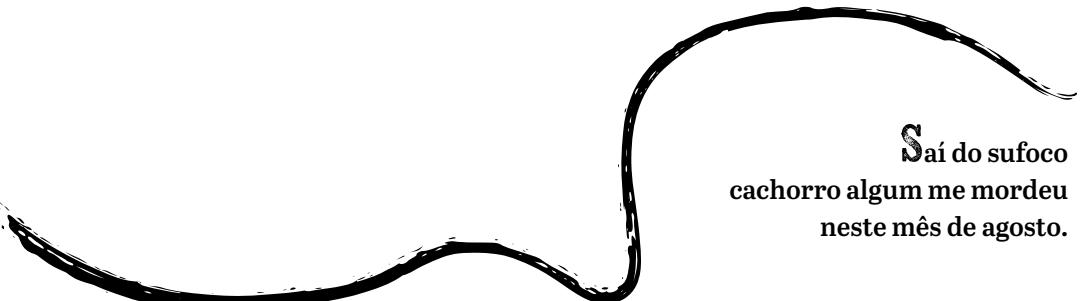
1981 A 1986

Os anos escolares sucederam-se sem grandes novidades ou desafios. Notas boas na escola, brigas na rua e no colégio (eu herdara o pavio curto do meu pai, característica que só fui perceber depois de 2001, já em psicoterapia), amores platônicos e aventuras proibidas pelo mundo das descobertas de rua, nos descaminhos do sexo desinformado e das drogas lícitas e ilícitas. Aliás, naquela idade, todas as drogas eram ilícitas. Foram os anos dos primeiros cigarros roubados e fumados em grupo ou sozinho, na rua onde morava ou na escola, ainda que, para todos os efeitos, fosse um “menino bom”.

Apesar dos amigos, rondava-me bem de perto uma aura de inadequação pessoal, algo que me dizia que eu era menor do que os outros, mais pobre, mais desengonçado. Não jogava futebol como os outros, não andava de bicicleta, não era bom o suficiente nas atividades que exigiam performance física. Precisava de algo mais...

Por volta dos 10 anos, os textos ganhavam uma forma nova e passavam a entrar na minha vida por meio da música. Começava a prestar mais atenção àquilo que eram apenas as trilhas sonoras dos dias, a princípio sem muito sentido (em 2008, esse universo sonoro da infância ganharia nova dimensão com a banda brega que eu formaria...), mas que logo se transformaram em discretas preferências por sons mais pesados e propostas mais radicais.

No rádio velho que ouvíamos na rua, tocavam *Pânico em SP* e *Rotina*, dos Inocentes, *Surfista Calhorda*, dos Replicantes, *Massacre* e *A Face do Destruidor*, dos Titãs, além de *Sigue Sigue Sputnik* e *Plebe Rude*. Naquele fim de período, entrava em minha vida o *heavy metal*, com duas fitinhas cassete: *AC/DC (Jailbreak*, que podia ser traduzido como “quebrar a prisão” ou “libertar-se” era um hino para



Saí do sufoco
cachorro algum me mordeu
neste mês de agosto.

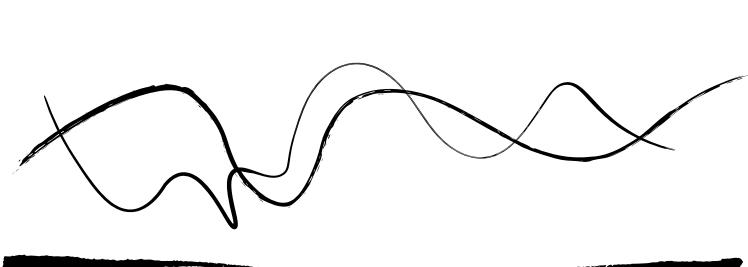
tim, meu irmão e os amigos da rua) e Iron Maiden (666, *The number of the beast* parecia se adequar perfeitamente ao desejo de romper também com a religião materna). Novas amizades se formavam na escola em torno da música. Havia uma luz no fim do túnel?

1988

O ano anterior havia trazido uma violenta revolução, com nomes que espelhavam bem essa agressividade crescente: Abattoir, Avenger, Bitch, Cólera, Ratos de Porão, Slayer, Venom, Vulcano, Brigada do Ódio, Armagedom, Sarcófago, Dark Angel, Lobotomia, Exodus... O *heavy metal* e o *punk* se equilibravam naquele mundo frágil de mentes em formação.

Aos 14 anos, em setembro daquele ano, nascia o Necrobutcher, minha primeira banda. Como não era bom nos instrumentos, fiquei com os vocais e aprendi a colocar pra fora os urros mais bestiais que conhecia. Mais que ovelha negra da família, queria ser o próprio bode satânico que via nas capas de discos. Buscava meu lado animal, primitivo, selvagem e ancestral. Éramos precários, mas isso não derrubava nosso desejo de transformar a raiva e a inadequação em barulho extremo, diatribe violento contra a religião e a sociedade. (Anos depois, a psicoterapia me ajudava a enxergar que a "sociedade e a religião" representavam a autoridade familiar contra a qual nos rebelávamos a fim de escrevermos nossa própria história...).

Rebatizei-me buscando, mais uma vez, ser outro. No lugar do Cristiano, entrava o Kranium, nome que remetia à caveira que, na morte, a todos iguala, mas também ao cérebro, ao lado racional do humano. Embora eu ali estivesse em contato com múltiplos e recônditos afetos, eu não os via. Acreditava ainda que a razão, a mesma que me levou à leitura e aos textos, era o caminho que me levaria a superar os fantasmas interiores.



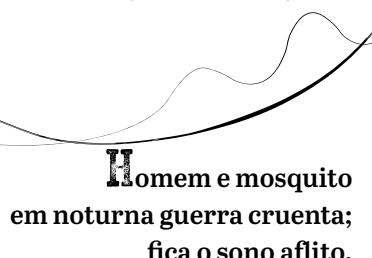
Mundo barulhento metropolitano, esse de asfalto e cimento.

As amizades da rua logo foram substituídas por outras: amigos mais velhos, cabeludos e com cara de arruaceiros, daqueles que intimidavam as mães, além de vários contatos fora da cidade. Abria-se diante dos olhos um novo universo, cheio de textos e sons. Fitas cassetes, fanzine mal escritos e cartas infinitas preenchiam o meu dia. Era por meio do texto que eu chegava mais longe, agora de verdade.

Atravessamos as fronteiras nacionais em inglês precário, mas suficiente para nos levar para o Japão, Bélgica, Austrália, Itália, Peru, Suíça, Alemanha, Holanda...a língua estrangeira virava uma nova forma de combater a solidão e a inadequação ao cenário musical local. O prazer de escrever me conectava com semelhantes espalhados pelo mundo. Longas cartas, reflexões profundas, trocas de afetos e ideias que me proporcionavam um centro de estabilidade acerca do qual eu não era consciente, mas que deixava melhor, apesar de toda a raiva que havia ainda no ar.

Essa mesma raiva vinha pra fora no visual. Nesse aspecto, me transformei muito: cabelos compridos e desgrenhados, sem penteado, sem cuidado, somente uma vasta cabeleira que me escondia os olhos verdes e fechava minha expressão. Roupas pretas, camisas com demônios e palavras ilegíveis para os não iniciados na arte extrema na qual mergulhara, jaquetas com *patches*, calças jeans esfarrapadas, braceletes de pregos, correntes e fotos no cemitério, além de maquiagem cadavérica. Era um pacote pronto para afastar de mim toda a sociedade conservadora e, assim, me proteger. Tempos de ideias radicais e de compartilhamento de ódios juvenis.

Na música, os urros blasfemos logo foram se traduzindo em crítica, em autocritica e, enfim, em *nonsense* absoluto. Depois do Necrobutcher, vieram SRMP, Paresthetic Neurodeformities, Wireless Helot, The Saturday, Psychopathic Narrow e Scrappy Screws Orchestra, todos nascidos da mesma angústia, porém em momentos diferentes, sob a influência dos livros, das artes, da filosofia e da política que chegavam através dos materiais escolares: dadaísmo, surrealismo,



existencialismo, modernismo, anarquismo, vivências e anseios emol-durados por uma combinação de *death metal*, *hardcore*, *grindcore*, *noisecore*, bem como da música experimental e do rock gótico, com suas fantasmagorias melancólicas a trazer os recalques do passado.

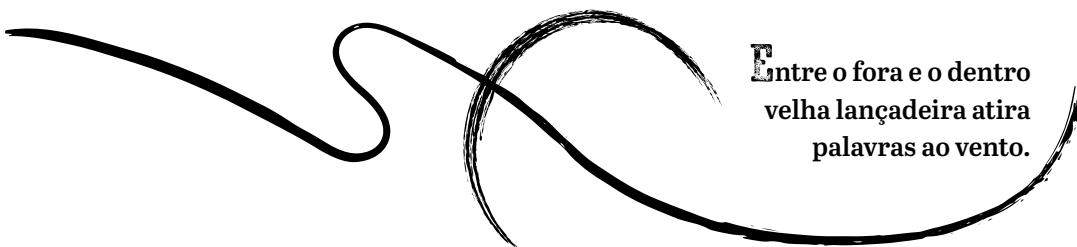
Nas estantes, as leituras: Kafka – *Metamorfose*, título apro-priadíssimo – Bakunin – *Deus e o Estado*, Nietzsche – *Gaia Ciência*, além do radical *Manifesto Aberto à Estupidez Humana*, de Ezio Flávio Bazzo. Não lembro exatamente como os interpretava, mas é impossí-vel esquecer do impacto dessas obras, com seu latente pessimismo em relação ao humano, na mente de um adolescente de 15 anos.

Enfim, uma mistura pronta para incendiar o mundo...

1992

...até que, subitamente, tudo ruiu. A idade avançava e a sociedade exigia algo mais de nós. Era a ruptura definitiva com a adolescência que cobrava outra postura. No ano anterior, aos 17 anos, eu decidira estudar Letras. Sem sons, sem texto, agarrava-me às palavras, que me serviam, mais uma vez, como recomeço, como renascimento. Fui estudar inglês, a língua que me projetara para fora da minha bolha existencial, e a literatura, paixão que me acompan-hava desde a infância. Afinal, era ali que eu me sentia confortável e protegido, ali que eu me realizava como herói das minhas próprias histórias, ali eu podia ser, antes de tudo, um milagre.

Meu irmão foi estudar em outra cidade, nosso baterista teve que enfrentar a doença mental do próprio pai e se virar com a depressão que adviria dessa perda súbita dos referenciais da adoles-cência. Eu mergulhei em Clarice Lispector, Poe, Baudelaire, Augusto dos Anjos, Artaud, Tzara...e a vida me levou para a profissão de pro-fessor. Mais uma vez, estava eu diante dos textos, agora servindo como intérprete das fantasias impressas nos livros. Ensinei a ler em



outro idioma e a escrever na minha própria língua. Da mesma forma, reencontrava minha mãe-professora por meio dessa atividade e entendia um pouco do seu afeto, que sempre me parecia ser dirigido mais aos seus alunos do que aos filhos.

Nessa época, tive a última briga violenta e física com meu pai. Fui defender minha irmã mais nova da paranoíá sexual do meu pai, que sempre via sexo em qualquer conversa que ela ou minhas outras irmãs estivessem tendo com algum homem. Ele dizia que era proteção, mas sempre me pareceu algo mais complexo do que isso. Quando ele me viu reagir à sua agressividade com igual teor, desistiu de me bater e nunca mais tentou fazê-lo. Ele se reduzia-se à sua baixa estatura e reconhecia que tinha um filho maior e mais forte do que ele agora. Frustrava-se. (Aliás, a psicoterapia me ajudou também a inquirir uma das minhas irmãs sobre o relacionamento dele com minha mãe. Ela foi clara ao dizer que o amor era somente da parte dele. Pensei que deve ter sido frustrante amar por tanto uma pessoa que não lhe amava, mas o tolerava por pressão social e familiar.) Nesse dia, escrevi um longo texto sobre o ódio e me senti vingado após tantas humilhações passadas. A frustração dele, naquele momento, era meu alimento.

Também conheci os primeiros relacionamentos amorosos, ainda um tanto confusos e até bastante contidos para um jovem universitário. Contudo, como sempre me achava menos do que os outros, desconhecia qualquer possibilidade de me tornar mais bem-sucedido com o sexo oposto. (Felizmente, um desses amores viria depois a se tornar minha companhia pra vida toda e me ajudaria a reintegrar meus fragmentos em 2001, na psicoterapia.)



**No deque do cais
um marujo espicha os olhos;
o mar é saudade.**

1994

Até aí, conhecia de longe a maconha, mas numa dessas noites frias de 1994, conheci também a cocaína, a qual me pareceu bastante convidativa diante de tudo que eu tinha visto na literatura maldita que me absorvera na faculdade. Novamente, eu queria ser Outro. Queria ser Artaud morrendo solitário com a boca roxa de tanto fumar ópio, um *flaneur* baudelairiano disposto a rondar os bares fétidos do subúrbio e a fazer as amizades mais improváveis para um jovem estudante-professor.

Nessa mesma época, comecei a revisar textos profissionalmente. Ganhava a vida corrigindo os textos dos outros, sem produzir mais os meus próprios textos. Estava capenga e só melhorava aquilo que os outros faziam. Nas noites mal dormidas com a cocaína, revisava sem parar, corrigia minuciosamente qualquer texto e me tornava, aos menos aos olhos daqueles que viam meu trabalho, um exímio convedor da linguagem, adaptando-a aos desejos e regras de outrem. A música continuava a me acompanhar, mas de forma marginal. Aliás, tudo naquele momento era marginal. Eu me perdia do meu próprio centro. Naquele contexto, perdi meu texto, as palavras se tornavam soltas no meio da madrugada e se esvaziavam de sentido. Mergulhava num vazio que pedia para ser preenchido dia após dia, noite após noite, mas quanto mais cocaína, mais vazio ficava. O que ainda me segurava ao mundo real era a função de professor, único espaço onde eu ainda podia manter alguma relação com o tecido linguístico que me formara...mas, no fundo, não via mais muito sentido em nada.

(Algum tempo depois, a terapia me ajudou a enxergar o tamanho da muleta que me amparava nesse período, uma muleta que substituía os textos sonoros da juventude pelas palavras vazias da madrugada, enquanto ainda me davam a ilusão de ter algum poder enfiado nos becos e vielas das favelas da cidade.



**QUASE UM
CHISTE.**

Toques de buzina
ali na esquina onde mora
a deixam buzina.

Meu poder era ser “o cara que entra em qualquer lugar e é bem recebido pela educação e pela fama de bom pagador, de viciado honesto e controlado”, por mais que isso pareça contraditório para os que não vivem essa realidade.)

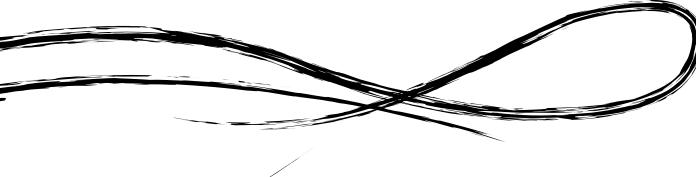
1999

Num corredor da escola pública, obeso mórbido e cansado das aventuras noturnas, mais perto da morte do que da vida, reencontrei a mulher da minha vida, a mesma que, dois anos depois, me recomendaria a terapia como forma de reencontrar também o texto que eu queria escrever sobre mim mesmo no futuro. Minha teia estava por um fio, que poderia se romper a qualquer momento. Não sabia para onde ir, até que a vida se encarregava de me apresentar uma nova possibilidade de seguir. Era professor de redação, mas percebia que era preciso reconectar todas essas pontas soltas do meu próprio texto. A história que até ali escrevera ainda estava sem rumo e parecia apenas um amontoado de palavras construídas como um poema dadaísta.

O AMOR, A TERAPIA E A VOLTA POR CIMA

2001

(Como numa odisseia no espaço, flutuei por universos distintos até chegar a um consultório de psicologia. Era preciso reorganizar tudo para recomeçar, para renascer. Iniciava ali o caminho de



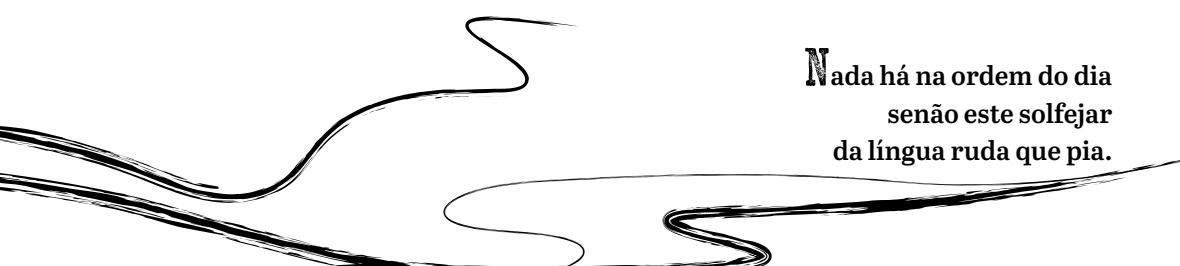
A gaita ponteia
e incendeia este gaiato
que bate no peito.

volta e quem me conduzia até ele era novamente o texto: *Sobrevivência emocional*, de Rosa Cukier. Ao fundo, ouvia-se a melancolia de *On the bound*, de Fiona Apple.)

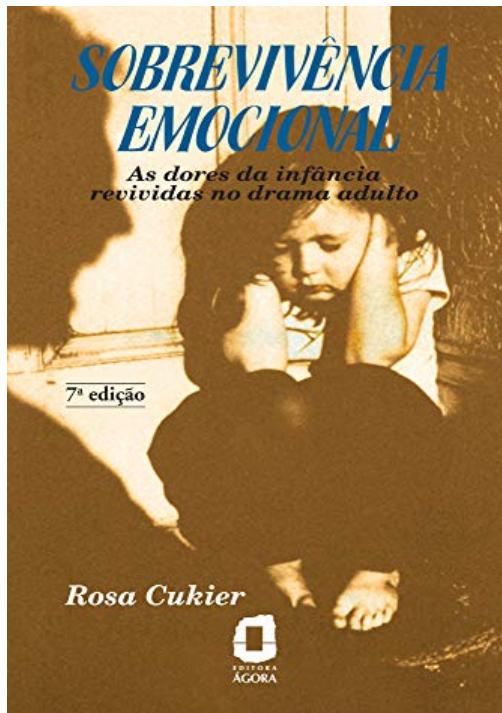
Fora da sala de aula, imerso no mundo da revisão, mas ainda perdido de mim mesmo, o texto mencionado acima mudaria meu foco a respeito dos meus anos iniciais de vida, os quais eu até então não relacionava com o presente atormentado e confuso que vivia. Fantasmas e fantasias da infância se agitavam mais uma vez. Diz a autora do texto, a Rosa, que percebia em seus pacientes dramas infantis que pareciam se perpetuar no imaginário adulto destes, ainda que nem o percebessem. Tais dramas estariam ligados a cenas de abuso contra as quais a criança não poderia reagir. Assim, a submissão à força do adulto geraria “sentimentos de vergonha, humilhação e inferioridade que jamais serão esquecidos”.

Acrescenta ainda a autora o seguinte: “Toda vez que um filho sente que não tem valor para os pais, sente-se envergonhado e inferiorizado por isso. O Eu se ama e se respeita quando se percebe amado e respeitado. Por outro lado, o Eu se odeia quando intui que está sendo rejeitado ou deixado de lado.” Ler sobre a vulnerabilidade infantil mexeu profundamente comigo e chorei por horas diante daquele texto, o qual devorei como fazia com os livros nos tempos de criança.

Por falar em criança, aliás, mais que o próprio texto, que me explicava racionalmente as minhas relações com as figuras materna e paterna, a imagem da capa me doía profundamente: uma menina acuada num canto tapa os ouvidos com as mãos para não ouvir os impropérios desferidos por um adulto de quem se vê apenas a violenta sombra na foto. De alguma forma, eu me identifiquei imediatamente com aquela criança.



Nada há na ordem do dia
senão este solfejar
da língua ruda que pia.



Abria-se à minha frente a porta da psicoterapia.

2001 A 2018

Os anos passaram rapidamente enquanto eu me via às voltas comigo mesmo, um novo Eu, talvez ou apenas um reencontro com meu antigo Eu, uma redescoberta de mim mesmo em todos esses anos de psicoterapia. Psicodrama com muito afeto, devagar pra eu não me assustar, mas que foi dando seus resultados: resolvi finalmente sair da casa de meus pais para viver uma vida com a mulher que me amava de verdade, redirecionei minha vida profissional – tornei-me revisor e tradutor numa empresa pública – voltei aos

Descalçou os sapatos
e atirou-se sobre a cama
dormindo num átimo.

estudos pelo mestrado na área de literatura (teoria literária, de fato... ainda na teoria, na razão, na mente), refiz meu caminho em direção à música, aprendi enfim a tocar um instrumento – a bateria, pelo qual podia novamente martelar minhas incompreensões por meio da arte – montei duas bandas e – não sem muito custo e muito afeto por parte da minha companheira – deixei de lado a cocaína.

Nas duas bandas, me desmembrei em mais de um outro: na banda de metal, assumi novamente o Kranium, minha antiga identidade, mas agora como baterista aos 37 anos, em 2010; na banda de música popular, tornei-me o Montanha, o patrão do grupo que entra a cada show com seu texto de introdução, tentando indicar os rumos de cada performance ou ao menos abrir os caminhos das apresentações festivas que a banda faz desde 2008. Na bateria, eu desenvolvia uma nova forma de comunicação, batucando uma linguagem ritmada que conduz o andamento de todos os outros instrumentos e, geralmente, inicia cada canção com toques de baqueta, embora os bateristas fiquem ao fundo do palco.

Minha vida ganhava novo significado e, embora eu ainda me sentisse incompleto, me sentia crescer de verdade. Pude também redescobrir o potencial que meus primeiros anos de música extrema guardavam: com a internet, pude perceber que o Necrobutcher havia deixado uma marca mundo afora, nos porões da cena *underground*. Fui ligando todos os pontos relevantes da minha vida e conseguindo, aos trancos e barrancos, remontar um novo texto, no qual meu personagem abandonava um papel secundário para assumir o papel de protagonista. Em virtude disso, resgatei velhos contatos e práticas, como a comunicação textual, agora feita pela internet. Essa rede de contatos culminou com o relançamento de praticamente todos os registros sonoros que eu fiz com meu irmão e um amigo-irmão, entre 2013 e 2021, por gravadoras pequenas espalhadas por locais como Peru, Estados Unidos, Chile, El Salvador e Brasil, cujas cópias viajaram mais uma vez o globo. Tudo aquilo era inacreditável e ainda é...



A vida retoca
este grão do pensamento;
então, um haicai brota.

Em 2010, parei a psicoterapia, mas os efeitos daqueles 9 anos se fizeram sentir muito tempo depois ainda. Um dos efeitos principais, a propósito, foi o de cuidar da minha própria saúde. Assim de 2013 a 2020, perdi 42 quilos fazendo exercícios e dieta, algo que eu jamais havia imaginado conseguir. Afinal, eu odiava atividades físicas e me sentia um compulsivo incorrigível à mesa, mas, de alguma forma, sem que eu entendesse muito bem como, meus fantasmas ilegíveis se tornavam legíveis novamente e, ainda que eu não falasse muito bem a língua deles, já conseguíamos nos comunicar e fazer as pazes.

Em 2017, contudo, meu pai adoeceu e não podia mais andar. Me vi às voltas com o envelhecimento dos meus progenitores e com a possibilidade de morte. Para onde eu deveria ir? Estava em um platô no processo de emagrecimento e, antes que me perdesse novamente, decidi buscar a psicoterapia mais uma vez.

(As conversas com a terapeuta continuavam despertando em mim a curiosidade sobre o meu passado. Assim, numa das noites em que dormi no hospital, meu pai, sob efeito de fortes medicamentos que o faziam falar sem parar e sem freios morais, disse que poucas vezes tivera noites de amor com minha mãe. Segundo ele, todas as vezes em que eles fizeram um filho, o sexo parecia um estupro para ela, e não um prazer. Eu entendia, assim, o quanto de frustração ele guardava dentro de si.)

Praticamente ao mesmo tempo, percebi que queria estudar mais e iniciei o doutorado em 2018. Meio sem querer, escolhi um caminho que me trazia de volta ao texto da minha vida, unindo música extrema, tradução e literatura.



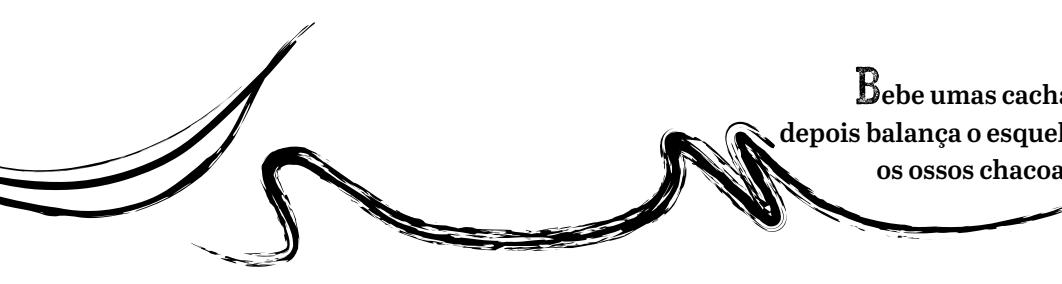
Praça Rui Barbosa
aqui, na rua do vento
um haicai te assopra.

A CRISE E A TSE

2021, 2022

Voltamos ao início deste texto, isto é, à paralisia da escrita. Ainda em 2021, fiquei imóvel pela primeira vez diante do texto, ansioso com a proximidade do fim do prazo para a escrita da tese. Imerso nas angústias geradas pela pandemia de coronavírus e por um país mergulhado no fascismo, perdi o meu centro de estabilidade novamente. Depois da qualificação – na qual passei sem maiores obstáculos, diga-se – ao ler as recomendações, correções e sugestões dos professores, simplesmente não conseguia mais produzir sequer uma linha. Não sabia mais que caminho seguir e fui tomado por um sentimento de vergonha – mais ou menos semelhante ao que sinto quando leio cada texto meu, inclusive este que escrevo agora – diante da percepção de que eu havia cometido falhas. Falhas “imperdoáveis” na minha visão, embora comuns aos olhos dos professores. Entre as críticas dos acadêmicos, a que mais me incomodava era acerca do meu objeto de pesquisa, o metal extremo, que eu teria tratado com certo orgulho subjetivo como algo “fora do normal” e de que “ninguém gostava”.

A meu modo – ou seja, lentamente, sem entrar em contato tão direto com a emoção dos fatos, tentando sempre buscar uma saída racional e menos sofrida – em psicoterapia, eu me perguntava, irritado, como eles haviam ousado apontar em meu texto, meu esteio de segurança, problemas dessa ordem! Era uma afronta e, ao mesmo tempo, motivo de vergonha e humilhação. Durante esse período de absoluta paralisia, meu pai faleceu, após cerca de um mês de intenso sofrimento no hospital. Foi um duro golpe, mais duro do que eu imaginara quando brigávamos e eu escrevia sobre o ódio... Não era mais ódio que eu sentia e sim pena por vê-lo definhar dessa forma.



Bebe umas cachaças
depois balança o esqueleto,
os ossos chacoalha.

Ao falar sobre tudo isso com minha terapeuta, fui percebendo o quanto os sentimentos e as pessoas mudam e amadurecem, principalmente quando estimuladas corretamente, e não por uma autoridade raivosa. Comecei a olhar para os avaliadores da minha tese de forma distinta, eliminando a raiva, e de repente, a ficha caiu: eu não precisava brigar com todas as autoridades para me sentir vingado o tempo todo. Aliás, nem toda autoridade tinha raiva de mim e queria me humilhar, mas às vezes queriam apenas me mostrar um novo caminho, uma nova possibilidade. Não estaria eu sendo imaturo demais? Não estaria com dificuldade de admitir erros conceituais como se isso fosse abrir espaço para a humilhação e a vergonha? Além disso, ao admitir que eles poderiam ter razão, eu não estaria com medo de admitir que eu já não era mais o adolescente que precisava levantar uma bandeira para defender, mesmo que sozinho, algo de que “ninguém gostava”? Por quanto tempo eu teria ainda que manter a postura de rebelde juvenil para me sentir poderoso? Para quem eu estava escrevendo, enfim? Para mim mesmo ou para contribuir com a comunidade acadêmica?

Assim, com todas essas questões em mente e trabalhando a sensação de humilhação que sentia em relação ao meu pai, consegui perceber que era preciso dar uma guinada. De uma hora pra outra, promovi uma verdadeira revolução na tese: capítulos mudaram de lugar, parte da amostra foi retirada – eu estava sendo ambicioso demais para provar que era competente! – e cortei também todas as expressões que indicavam o tal orgulho de fazer parte de algo que “ninguém gostava de ouvir”. Meu texto foi bastante alterado. E, surpreendentemente, eu conseguia respirar mais aliviado por largar no meio do caminho o fardo de ter que ser o “diferente”, “aquele que entende de algo que ninguém mais entende” – como aquele menino que, milagrosamente, descobrira por si só a decodificar o mundo dos textos – e poder “apenas” pesquisar um tema como todo mundo fazia, sem ter que provar nada pra ninguém.

“

“(...) é cada pessoa que assume a vida assim como se apresenta: com caos e cosmos, com ordem e desordem, com realizações e frustrações, com um buraco interior do tamanho de Deus”.

Leonardo Boff, *A Águia e a Galinha*.

**Incomensurável
este buraco no peito
em que até Deus cabe.**

Avancei muito nos meses seguintes, pois a reorganização das palavras havia me dado fôlego para tal. De alguma forma, reencontrar-me com meu passado recalado e levava a retirar debaixo do tapete aquilo que estava por trás do menino-milagre. Incorporar o passado à minha experiência era uma maneira de reintegrar meu eu, talvez. Mas não era (não é, nunca será!) tarefa fácil...

Afinal, como alguém que, no meio do seu caminho, encontra obstáculos a superar e sabe que, a qualquer momento, poderiam ridicularizá-lo quando não pudesse descer um barranco, eu titubeava, ainda lutava com a necessidade de provar que poderia ser o melhor naquilo que estava fazendo. Afinal de contas, eu havia aprendido a ler antes de todo mundo e sozinho! Não poderia agora "perder" a batalha para o texto e não me tornar o doutorando preferido do orientador e da banca. Queria ganhar tempo e terminar o mais rápido possível para ter meu "10 com estrelinhas", ainda que esteja perto de completar 50 anos! A pressão interna para me mostrar o doutorando perfeito começou a fazer estragos de novo na minha tranquilidade mental e, mais uma vez, travei... E travei de verdade: minha lombar simplesmente endureceu de tal forma que eu não podia mais ficar por longas horas sentado escrevendo e pesquisando. "Estou ferrado", pensei. "Não vou dar conta e vou ter que me submeter à humilhação de pedir prorrogação da pesquisa", disse a mim mesmo irritado.

Foi só nesse momento, em janeiro de 2022, que eu me senti obrigado de vez a abandonar a posição defensiva, a abandonar o pacto que eu havia feito na infância de não pedir ajuda a ninguém para não ser humilhado e provar que eu era o melhor na escrita. Derrotado, sem poder fazer nada contra o meu corpo cansado, fui compelido a mandar um *e-mail* para a secretaria da pós-graduação, já prevendo o desastre, claro! Só aí então descobri que estava enganado quando ao prazo de entrega da tese: teria ainda mais um ano para pesquisar e redigir meu grande texto. Fora a tal ponto traído pela minha própria ansiedade, pela necessidade de ser o menino-milagre que termina



A vida é doidura
ou caraminhola, seja;
dela não me curo.

as tarefas antes do prazo, que preferia sofrer nas minhas solitárias crenças de perfeição, sempre fugindo do medo de ser ridicularizado...

Assim nasceu este texto! Respirei fundo e aliviado. Retomei pequenas tarefas que havia assumido por prazer no meio da pandemia, incluindo a ideia de refazer todo este percurso terapêutico-literário para juntar todos os fragmentos da minha própria existência, mesmo aqueles que um dia tanto me atormentaram e envergonharam. Ainda me assombra a ideia de poder ser ridicularizado sim, mas não como antes, depois de reintegrar meu ser por meio do texto, este companheiro que há tanto me segura e equilibra, mas que um dia também foi fonte de ansiedade, medo e busca pela perfeição.

Sim, ainda estou aqui parado, sem ter avançado no texto final da tese, mas desta vez posso ao menos garantir que a parada foi um jeito de me reorganizar e não a mesma paralisia que intoxicava a minha sanidade em outros momentos. Na minha última sessão de psicoterapia antes de finalizar este texto, consegui chorar sem vergonha ao me dar conta de todas essas conexões que estão por trás da minha vivência no mundo, comparando os nós desse enredo ao emaranhado de fios que de repente descobrimos atrás de nossa estante, quando os fios dos eletrônicos que tentamos esconder atrás dos móveis se enrolam misteriosamente...mas uma hora alguém precisa desemaranhar tudo isso, e não apenas para dar a cada fio uma existência separada, mas para reorganizá-los de forma que cada emoção fique em seu devido lugar e possa ter seu espaço devidamente respeitado, devidamente reconhecido. Ao menos para mim, poder saber onde cada fio da minha história precisa se conectar é melhor do que simplesmente deixá-los se enrolarem a ponto de travarem a continuação dessa história...



ALERTA.

0 perigo avulta.
Não pergunte. Seja lesto
pica logo a mula.

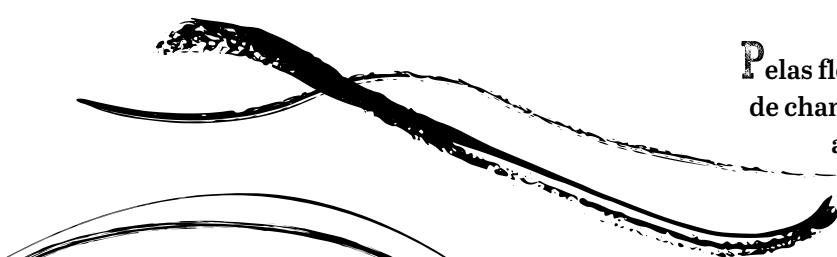
INCONCLUSÕES

Sim, a história continua...sei que sou ainda um livro aberto (talvez escancarado neste momento em que alguém me lê por dentro...), uma obra inconclusa cujo desfecho se dará apenas ao apagar das minhas últimas palavras, ao meu derradeiro texto. Por ora, aqui me desfaço para me fazer texto novo, me desconstruo para me reconstruir e me reconstituir como texto-vivência legível, como realidade e não como ficção, embora parte disso possa soar e, talvez, ser mera ficção tecida como forma de me proteger de algumas dores primais.

Lanço aqui minha mensagem na garrafa nesse mar de reflexões, incerto quanto ao potencial efeito da tentativa de traduzir uma subjetividade em permanente re/des/construção, mas certo de que os caminhos abertos pelas conversas terapêuticas aqui desnudadas poderão me levar de volta ao texto, no diálogo com meus fantasmas, que já não assustam mais tanto assim. Sei também que outros fantasmas volta e meia estarão de volta, mas estarei um pouco mais preparado para eles. Enfim, agora é hora de avançar.

Já digo o mistério
que delicado me faz
ser homem, mulher.





Pelas flores lubrificas
de chamativa beleza
a vida pulula.

SER MÃE: DESCOBERTAS DE UM PROCESSO TERAPÊUTICO

Liliane Alves da Silva

Para nós, não basta registrar, construir, deduzir o sentido dos acontecimentos que se produzem em torno de nós. Não: precisamos que esse sentido se desdobre – e o que faz com que ele se desdobre não é a linguagem, mas a narrativa.
(HUSTON, 2010, p. 18)

As reflexões que compõem este texto foram tecidas a partir das minhas experiências pessoais. Os acontecimentos dos últimos anos me afetaram de tal forma que me foi impossível continuar sendo a mesma pessoa. Para atravessar o que posso chamar de um mar revolto, foram necessários movimento e transformação. Durante a travessia, o registro escrito serviu como um instrumento, um jeito de pensar a realidade, quando essa parecia impensável. Escrever me permitiu avaliar o meu modo de ser e estar no mundo, trouxe lucidez, organizou a experiência e me ajudou a fazer sentido. Por conseguinte, possibilitou-me criar novas formas de ação e intervenção no meu entorno. Nesse exercício, de escrever sobre o que me acontecia e sobre o que eu pensava do que me acontecia, fui obtendo alguns registros esparsos, que hoje me auxiliam nesta escrita.

Que barulho é esse?
São as maritacas, moço
no pinheiro, veja.



Por diversas vezes tive vontade de organizar e lapidar esses registros. Não obstante, demorei um pouco até que me senti encorajada a compartilhar o que por fim se materializou na forma deste ensaio.

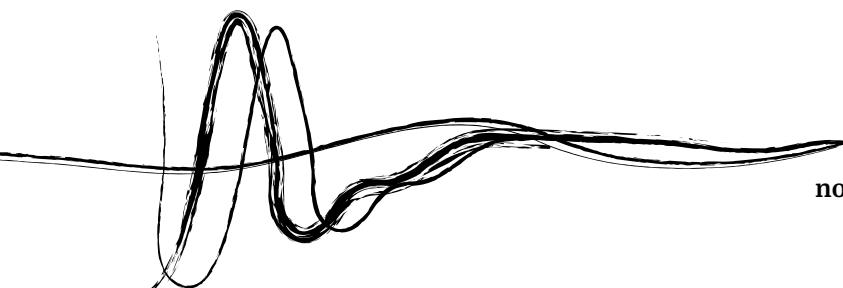
Nesse sentido, "escrever é tão re-fazer o que esteve sendo pensado nos diferentes momentos de nossa prática, de nossas relações com, é tão re-criar, tão re-dizer o antes dizendo-se no tempo de nossa ação" (FREIRE, 1997, p. 28). Essas palavras de Paulo Freire cabem perfeitamente para sustentar o exercício de organizar, neste texto, minhas vivências e reflexões, antes narradas numa escrita espontânea e terapêutica. Portanto, não tenho dúvidas de que escrever foi muito importante para mim. O que me coibia era a dúvida se seria possível compartilhar, por meio da escrita, com a mesma intensidade vivida, processos tão singulares, aprendizados tão pessoais, reflexões tão profundas, de um modo que valesse o esforço. Se não o fiz antes, não foi por falta de incentivo, visto que fui consistentemente provocada por minha terapeuta. Segundo ela, essa partilha poderia ajudar outras pessoas que estivessem vivendo e enfrentando situações e desafios semelhantes.

Tenho a compreensão de que a resistência inicial e o tempo de que precisei para esta escrita também têm relação com um processo de elaboração que me foi necessário, visto que fui surpreendida pela vida, que exigiu de mim não somente mudar o rumo, como também o jeito de caminhar. O escritor catarinense Lindolf Bell poetiza o meu sentir:

*Passo este tempo que me passa.
Passo pontos de interrogação,
helespontos, helespantos.
Passo a ponte, o poente.
Deliberadamente passo
mas sem pressa,
passo a passo⁷.*

7

BELL, Lindolf. Poema do Andarilho. In: *O código das águas*. Disponível em: <<http://tecendoapalavra.blogspot.com/2011/02/lindolf-bell-o-poema-do-andarilho.html>>. Acesso em: 30 maio 2022.



**A massa compacta
no busão, feito sardinha
vai para o trabalho.**

Diante do convite para participar deste livro por meio da escrita de um ensaio, me senti motivada e encorajada para, enfim, assumir a empreitada de narrar um pouco dessa história. Fui tecendo esta escrita da maneira que me fez mais sentido, como se fosse uma história que conto aos leitores e a mim mesma. A narrativa foi fluindo de um modo não linear, cheia de idas e vindas, despreocupada com as temporalidades, mas voltada às vivências, às memórias e às reflexões proporcionadas por um intenso e profundo mergulho para dentro de mim. É um exercício, pode-se dizer, na tentativa de aproximar o leitor e o meu processo analítico num momento de turbulentos conflitos. E, conforme assinala Huston, na epígrafe que escolhi para iniciar este ensaio, é aqui que o sentido se desdobra.

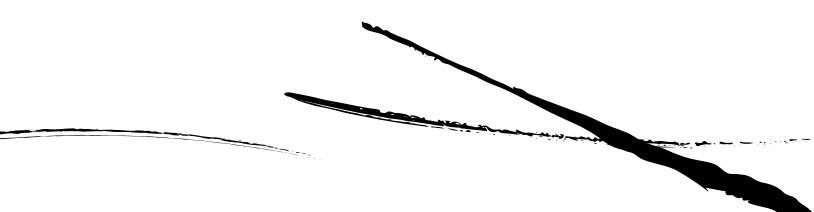
COMEÇANDO EM ALGUM PONTO DO TEMPO

Não sei se este é o começo, mas é por onde escolhi começar. A mensagem que segue compõe a carta que minha mãe escreveu quando estava internada no Hospital das Clínicas, na cidade de Curitiba, alguns dias antes de falecer:

*Filhota,
Quando a mãe pensa em você,
lembro-me de você pequenina
como o passarinho da poça
d'água⁸ que ainda não sabe se
defender dos perigos e precisa
muito da mãe.*

8

Minha mãe faz referência a uma personagem interpretada por mim numa peça de teatro que apresentei num evento em comemoração ao Dia das Mães. A história é de um passarinho que morava numa poça d'água, mas foi convencido por um gato, que queria comê-lo, a abandonar o seu lar e sair em busca de um lago de verdade. O passarinho deixa-se iludir e quase perde a própria vida, mas, no fim, consegue voltar para casa e é acolhido por sua mãe.



**Em cama de viola
sonhando brasileirinho
pensamento dorme.**

*Mas, se Deus quiser, logo a mãe
vai estar junto da filhota.
Mamãe Deja*

Evoco essas palavras para falar um pouco sobre a importância que teve, no meu processo psicoterapêutico, reencontrar aquela criança que, aos doze anos de idade, ficou órfã de mãe. O quanto significativo foi olhar carinhosamente para aquela menina e acolhê-la, pois, embora sendo hoje uma mulher adulta, ainda sofria e escondia a dor daquela perda. Ao revisitá-la minha infância, apoiada por minha terapeuta, tive a oportunidade de rememorar esse acontecimento. Reviver esse episódio trouxe-me certa lucidez, pude apurar com mais detalhes de que maneira passei por aquele momento e, a partir de então, analisar o impacto que teve e tem na minha vida. Uma das descobertas foi constatar que vivi esse luto sozinha. Não tive colo, não tive palavras para nomear o que eu estava sentindo. Lembro-me que eu não quis participar do enterro e decidi, sozinha, que não iria. Porém, até hoje me pergunto por que eu não fui. Sei que fiquei com uma das minhas duas irmãs mais velhas, que estava grávida e, talvez por conta disso, também não foi. Parece-me que fui respeitada no meu desejo, mas também invisibilizada e negligenciada na minha dor.

Esse episódio, assim como outros, relembrados nas tantas sessões que se seguiram, desvelam o desamparo emocional da minha infância, como também expõem algumas feridas, que só puderam ser tratadas trinta e seis anos depois. E isso é muito valoroso porque essa garotinha que aos 12 anos perdeu sua mãe algum tempo depois se tornou mãe de dois, uma menina e um menino, e essa não é uma outra história.



**HAICAI DO
MISÓGINO.**

Quem não é de ninguém
algum nunca chega a ser.
Isso me convém.

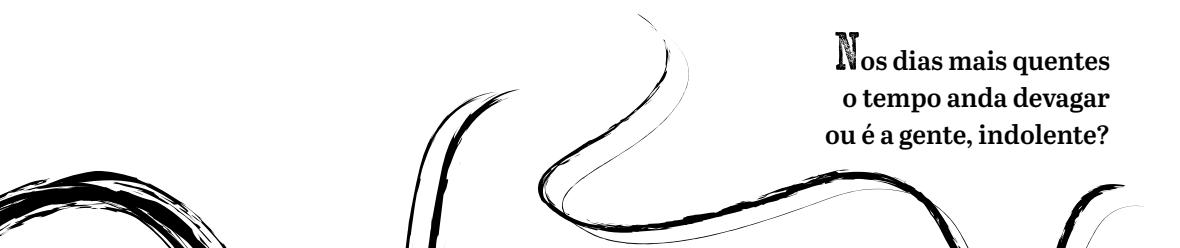
A DECISÃO

Há três anos pedi um afastamento, a princípio temporário, do meu trabalho, em virtude do pedido de socorro de um filho. Embora um pouco atrasada – pois com certeza houve outros pedidos – dessa vez eu ouvi.

No primeiro momento, o afastamento de três meses foi uma necessidade premente. Eu precisava cuidar de uma situação urgente que exigiria muito de mim, o que seria impossível conciliar com toda a demanda do trabalho. Ter um espaço de escuta, em psicoterapia, para poder pensar sobre isso, me ajudou na decisão. Instigada a refletir sobre os motivos que me levavam a me afastar, fiz o exercício de responder, por escrito, à seguinte pergunta: o que eu ganho com esse afastamento?

Transponho a seguir um pequeno trecho desse registro para mostrar um pouco do que foi possível pensar lá atrás:

[...] na vida fazemos escolhas o tempo todo. Tem escolhas que não fazem tanta diferença, outras repercutem um pouco mais e algumas impactam decisivamente, mudam e transformam nosso destino e o daqueles que nos rodeiam. No entanto, nem sempre fazemos essas escolhas com tanta consciência e lucidez. Certa vez, em conversa com uma grande amiga, entre tantos assuntos, divagávamos sobre o nosso jeito de fazermos escolhas na vida. Enquanto ela concluía que suas escolhas, grande parte delas, foram feitas de forma racional, eu, por outro lado, me dava conta do quanto as minhas foram mobilizadas quase sempre pela emoção. [...] Talvez, algumas mães já saibam que podem amar seus filhos incondicionalmente desde o nascimento deles, mas comigo foi diferente, eu precisei ver um filho em dificuldade para descobrir o essencial e a verdade de ser mãe. Então quer saber o que eu



Nos dias mais quentes
o tempo anda devagar
ou é a gente, indolente?

ganho com isso? Poder vivenciar essa descoberta, poder sentir esse amor e traduzi-lo em gestos.

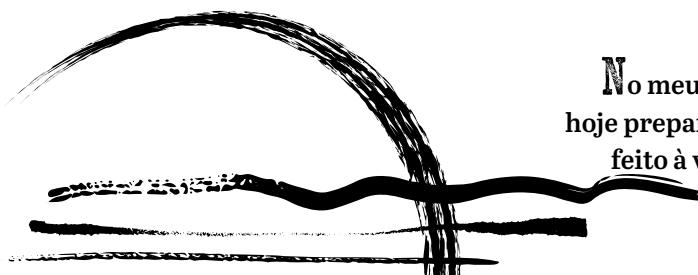
Hoje, no cotidiano, quando elevo os meus pensamentos, posso ver a beleza e o privilégio de poder dedicar o meu tempo, também, para fazer coisas simples, como preparar um almoço, um bolo, um café, um jantar...organizar o quarto, a roupa deles e perceber como cresceram. Esse trabalho de que antes eu me esquivava e não valorizava. Para mim, um trabalho sem prestígio, sem reconhecimento. E é...talvez por isso só possa ser feito por alguém que ama despretensiosamente. Quando elevo meu pensamento, percebo o quanto preciso desconstruir e reconstruir meus modos de ver e entender o mundo. [...]

Estar dona de casa mostra-me o quanto a invisibilidade desse trabalho esconde a grandeza de quem o executa! Não sei se seria capaz de fazer isso para sempre, mas fazê-lo por um tempo, por opção e com muito amor, está promovendo uma mudança em mim em diversos âmbitos. É a mulher, a mãe, a educadora em aprendizado.

(Escrita terapêutica; agosto, 2019)

Quando escrevi esse texto, avaliei que naquele momento eu estava fazendo a escolha pelo afastamento de maneira muito mais consciente e refletida do que costumeiramente eu fazia. Afinal, eu estava mais madura, fortalecida e em psicoterapia. E, por essas razões, concluí que dessa vez eu faria uma escolha muito mais movida pelo aspecto racional, o que, a meu ver, poderia fazer muita diferença no modo como eu iria viver o percurso e as consequências que adviriam dessa escolha. Entendi que uma decisão tomada por esse viés me ajudaria a focar em meus propósitos e enxergar as oportunidades de aprendizado que surgissem durante a caminhada.

Revisitando essas reflexões, considero que eu não estava de todo enganada. No entanto, enquanto escrevo este ensaio, percebo que o meu entendimento sobre o nível de consciência e racionalidade



No meu ofício diário,
hoje preparam este molho
feito à vinha d'alhos.

que usamos para uma tomada de decisão mudou. Meu processo terapêutico e minha aproximação com a abordagem psicanalítica mostraram-me que as escolhas em nossas vidas, mesmo quando acreditamos ser conscientes, estão sempre ligadas ao nosso inconsciente – portanto, às nossas emoções. Compreendo agora que, para o que eu buscava na época, fazer uma escolha pensada, mais consciente e não tão impetuosa, é necessário passarmos por um longo processo terapêutico. Por conseguinte, me embrenhei por esses caminhos, nessa direção. E mais uma vez é Bell quem me ajuda:

Mil identidades secretas.
Mil sobras, sombras, mil dias.
Todas palavras e tudo.
Barco de ambiguidade,
sôfregas palavras.
De todas contradições, desencontros,
dos contrários de mim,
andarilho da flecha de várias pontas, direções.
Dos outros seres
que também andarilham.
Pois menor que meu sonho
não posso ser.

Decisão pelo afastamento tomada e formalizada, eu inaugurei o que considero um novo ciclo para esta educadora e mãe, papéis até então fragmentados.

PELAS VEREDAS DA MATERNIDADE

Sendo eu professora desde os meus 17 anos, o trabalho sempre ocupou um lugar de destaque em minha vida. Incentivada pelos desejos e expectativas do meu pai, essa era, talvez, a única certeza



Halitose é dose.
Olha para o lado e finge
que não sente o bode.

que eu tinha quanto aos planos para o meu futuro: iria estudar muito, ter uma profissão e dedicar-me a ela. De cara, a educação foi a área que me capturou. Inicialmente, os motivos que me levaram a escolher o universo da escola não eram tão claros para mim. Contudo, não demorou muito para nascer uma grande paixão. Quanto mais eu me envolvia em seus encantos, mais fundo eu queria ir. Assim eu nunca parei, a educação era minha bússola, meu chão, minha missão!

Sim, sem exageros, a minha profissão sempre teve um lugar na minha vida que beirava o sagrado. Sentia-me privilegiada, conciliava meu trabalho com meus ideais. Dessa maneira, o estudo, a busca, as formações nunca pararam. Tudo isso é relevante para pensar o quanto esse afastamento do trabalho vai ter um peso e um significado importante nessa história, pois, pela primeira vez, eu o coloco em segundo plano.

É interessante como o barulho trivial do cotidiano muitas vezes nos ensurdece e nos tira a capacidade de sentir. Porque bastaram poucos dias em casa, longe do dia a dia da escola, em meio aos desafios que a vida me apresentava no âmbito familiar, para eu perceber que, se eu quisesse intervir positivamente no que acontecia no seio da minha família, eu precisaria de tempo, dedicação e proximidade. Seria necessário um grande investimento da minha parte para reconstruir as relações até então estabelecidas. Caso contrário, seria como remar contra a maré, nadar e morrer na praia. Eu precisaria estar inteira, atenta aos pequenos detalhes e brechas, se eu quisesse passar a fazer parte das vidas que eu gerei. A meu ver, foi então que eu comecei a me tornar o que comprehendo hoje por mãe.

Sei que posso ser julgada, porém é o risco que corremos quando decidimos expor processos tão íntimos como esse. Ainda assim, está valendo a pena. Então sigo me despindo um pouco mais com outro trecho de uma escrita terapêutica:

Muitas mulheres se tornam mãe ao parir. Sempre foi grande a minha admiração por elas. Eu, por outro lado, me perguntava: por que eu não sou assim?



Mal veste o pijama
deita-se e já dorme
um piá bom de cama.

A verdade é que eu não me via uma mãe como as outras. Todos os sentimentos que eu observava nas mães – amor infinito, amor incondicional, amor acima de qualquer coisa – dos quais elas se orgulhavam, estavam ausentes em mim, não era natural. É claro que eu sempre amei meus filhos e sempre cuidei deles buscando fazer o meu melhor. Mas é diferente! Uma coisa é você cumprir uma função, porque sabe das suas obrigações e responsabilidades, outra coisa, bem diferente, é quando esse cumprir sobrevém espontaneamente, porque já se têm desenvolvidos os atributos que o constituem. Por vezes, eu me sentia menor perante as tantas mães que eu conhecia, por perceber nelas qualidades que eu não possuía. De fato, hoje eu sei, parir não significa tornar-se mãe. Parir é dar à luz, trazer ao mundo, mas isso não significa que o amor já esteja ali, dado, gratuitamente! Para algumas, talvez sim, mas para outras, não. Quando não, ainda assim poderemos nos construir e nos tornarmos mãe! Hoje estou nesse processo e confesso, estou agradecida por não passar por esta vida, ser mãe de dois filhos e não ter o privilégio de conhecer o significado e a potência do **amor de mãe!**

(Escrita terapêutica; outubro, 2020)

Ainda que eu reconheça que a escrita acima esteja impregnada por uma visão romantizada da maternidade, ao ler e reler esse trecho, sinto que ainda hoje restam resíduos de sofrimento por perceber o quanto pouco eu entendia e entendo sobre o maternar, embora sendo mãe de dois filhos. Ao me dar conta dessa falta, lá atrás, quando a vida me convocava a encarar e assumir de outra forma essa aventura de ser mãe, eu não sabia como faria isso exatamente. Entretanto, eu sentia que precisava fazer e estava certa de que esse era o meu desejo. Por essa razão, fui em busca de redes de apoio e conhecimento, as quais se constituíram como minhas âncoras nessa empreitada. No fim das contas:

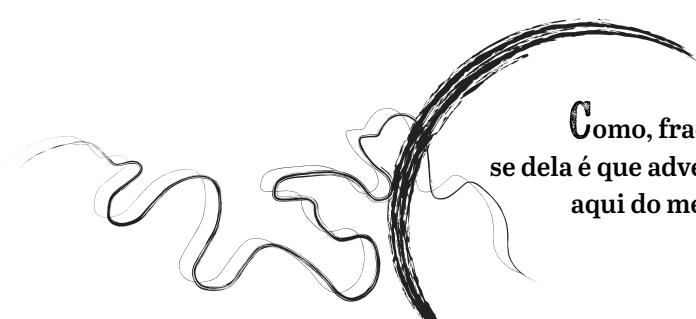
Com mil passarinhos
vai tecendo a sua manhã
um poeta-menino.

Somos nós, e apenas nós, que construímos nossa vida. Nada alheio a nós pode nos acontecer. E, se algo que construímos nos traz sofrimento, então cabe a nós compreender como foi organizado, se pretendemos desmontar isso com o que contribuímos para fazer funcionar (GUTMAN, 2013, p. 13).

Naquele contexto, em alguma medida, essas palavras de Laura Gutman foram pertinentes – assim como tantas outras que compõem seu valioso livro *O poder do discurso materno*, sugerido para mim por minha terapeuta. Esse livro me atravessou de forma visceral e sua leitura foi transformadora, não somente por ela mesma, mas por todas as que vieram a seguir. Foi um efeito dominó, pode-se assim dizer.

Eu estava, pela primeira vez, integralmente em casa, disposta a despendar *dedição exclusiva* aos meus filhos. Intencionalmente ressalto e faço uso da expressão *dedição exclusiva* e abro um parêntese para explicar minhas razões, uma vez que têm um significado importante. *Dedição exclusiva* é o termo usado para designar o tipo de regime de trabalho do cargo de professora efetiva que eu ocupava no Colégio de Aplicação da Universidade Federal de Santa Catarina. Penso que eu me encaixava muito bem nesse regime, visto que, de fato, o adjetivo *exclusiva* define minha dedicação ao trabalho. Minhas obrigações para com essa instituição vinham sempre em primeiro plano. Talvez possa parecer que eu esteja afirmando isso para enfatizar e valorizar meu comprometimento e minha responsabilidade com meu trabalho e, com isso, justificar minha ausência na vida dos meus filhos. Afinal, há em nossa sociedade um certo *glamour* em trabalhar muito e não ter tempo para nada. No entanto, não me deixo mais enganar. Hoje percebo que o trabalho, o estudo, minha profissão se constituíam como fugas para eu não entrar em contato e não assumir outros papéis. Papéis que eu me negava a assumir porque me colocariam em contato com aspectos que eu não queria olhar, me trariam dores e me tirariam da minha zona de conforto.

No livro *O que aconteceu na nossa infância e o que fizemos com isso*, Laura Gutman trabalha de um jeito curioso com o conceito



Como, fraca a carne
se dela é que advém a força
aqui do meu carme?

de *bunkers*. Os *bunkers* são porões construídos debaixo da terra e utilizados como esconderijos para garantir a sobrevivência durante um longo período de guerra. Dentro deles, as pessoas podem se proteger e se sentir seguras.

A autora recorre ao conceito de *bunkers* para se referir aos refúgios que construímos para nos defendermos do medo e da dor de uma infância sem acolhimento e sem amparo emocional, uma maneira que encontramos de sobreviver. Esses *bunkers* vão sendo edificados em nosso interior desde que somos crianças. Aos poucos, transformam-se em refúgios automáticos que nós usaremos, sem perceber, pois se tornam indispensáveis para a nossa sobrevivência. Porém, ela nos alerta que, ao nos tornarmos adultos, os *bunkers* já não são mais lugares protetores, mas podem se transformar em nossas prisões.

Nessa direção, tenho o entendimento de que o meu trabalho se constitui em um dos meus *bunkers*. A metáfora criada por Laura me ajuda a pensar de que maneira eu utilizei durante a minha vida o trabalho e os estudos como um refúgio, um lugar seguro.

E vejam, ao me afastar do trabalho, eu abandonei, naquele momento, um dos meus principais *bunkers*. E, de certa forma, assumi um papel que eu muito temia – o de dona de casa. Ao sair do meu lugar de conforto, sendo desafiada pela vida, automaticamente abri-me para ser tocada por ela – a vida – de outras maneiras.

Quando meus dois filhos nasceram, em nenhuma das duas licenças-maternidade eu fiquei em casa o tempo que me era de direito. Dois meses foi o máximo que eu consegui. Não é fácil para mim admitir isso, mas a verdade é que eu preferia ir trabalhar, me envolver com minha profissão, a ficar em casa. Como a escola em que eu trabalhava tinha Educação Infantil e possibilitava levá-los, eles iam comigo e assim eu dividia essa tarefa – pesada por demais para mim – de cuidar. Ao permanecer um grande número de horas no trabalho, quando ainda eram tão pequenos, sei que o nível de conexão entre nós não se deu da melhor forma. Atualmente, tenho a compreensão de que, para além do pouco tempo que eu permanecia com eles, eu também



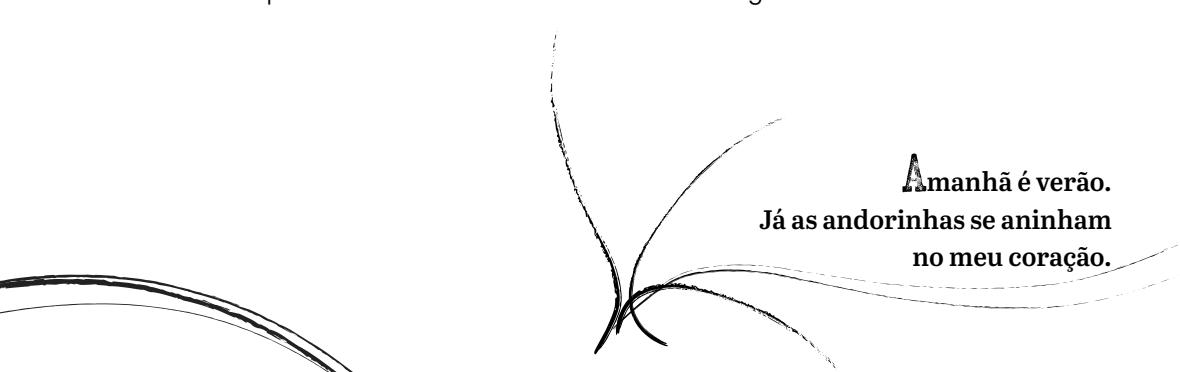
Lá na copa da árvore
entre os galhos a cachopa
balança e não cai.

não tinha recursos internos para me conectar emocionalmente. Hoje, consigo falar abertamente sobre o assunto, pois o acesso à gama de conhecimentos já produzidos sobre gravidez, parto e puerpério propiciaram maior compreensão sobre as emoções que me invadiam e me mostram a falta de informação e o pouco apoio que eu tive para lidar com tudo isso. E, sobretudo, a falta de maternagem na minha própria infância. Ter essa consciência para mim é fundamental, porque é de se esperar que o primeiro sentimento que me acometeu, quando isso se descortinou, foi o de culpa, muita culpa. Todavia, já em processo de superação, sendo substituído por responsabilização.

Depois de tantos anos, quando escolhi ir para casa e atender às necessidades dos meus filhos, percebi uma enorme distância entre nós. Reconheci o quanto pouco eu havia investido nessa relação até então. Isso dificultou e muito o meu movimento de, naquele momento, querer fazer parte de suas vidas para poder ampará-los em momentos de dificuldade. Por isso, me fiz a seguinte pergunta: como me relacionei com meus filhos até então?

Como educadora, sempre apostei na construção de vínculo com meus educandos e na autoridade construída, jamais imposta. Meu esforço sempre foi na direção de conhecer as crianças, respeitando-as, cada uma na sua individualidade, permitindo que expressassem suas emoções, suas curiosidades, seus desejos e descontentamentos no espaço-tempo da sala de aula. Para tanto, eu investia nessa direção e os convidava para tornarem-se partícipes desse processo. Havia, de minha parte, um cuidado para que tudo isso não fosse apenas discurso, mas que se constituísse enquanto prática. Minha reflexão nesse sentido sempre foi apurada, traduzindo-se nas palavras de Paulo Freire quando diz ser “fundamental diminuir a distância entre o que se diz e o que se faz, de tal forma que, num dado momento, a tua fala seja a tua prática”.

Nesse redemoinho de reflexões, fiquei confusa, me indaguei novamente: onde estava escondida essa professora/educadora naquela mãe? Precisei embarcar numa viagem bastante ousada de



Amanhã é verão.
Já as andorinhas se aninham
no meu coração.

autoconhecimento para descobrir. Meu anseio é deixar evidenciado, neste ensaio, de que maneira essa viagem se deu e o que eu trouxe dela para começar a mudar a relação com meus filhos.

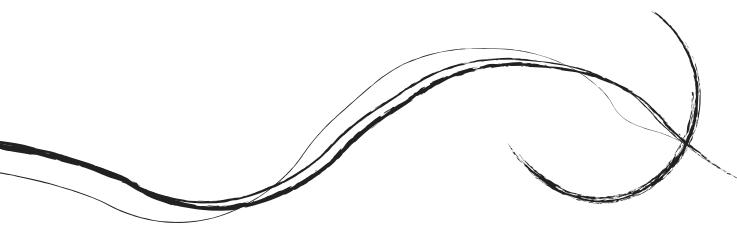
O exercício de olhar para minha própria infância propiciou o contato com a minha criança interior e revelou o quanto a maneira de me vincular e de me relacionar era determinada pelas carências, pelas fragilidades e pelos medos desenvolvidos naquele período. Logo, não seria somente nos estudos, nos livros, nas formações que eu encontraria as chaves para rever e mudar esses aspectos. Em *No princípio era a Educação*, Alice Miller (2006) afirma:

Generosidade e tolerância não são qualidades que podem ser alcançadas com a ajuda do conhecimento intelectual. Se não tivermos a possibilidade de vivenciar e trabalhar de forma consciente o desprezo manifestado em nossa própria infância, vamos continuar a transmiti-lo. O mero conhecimento intelectual sobre as leis do desenvolvimento infantil não nos protege contra a raiva ou a ira [...] (p. 11).

Podemos muito bem ampliar a fala da autora e aplicá-la para tantas outras qualidades que conduzem e permeiam as relações com nossos filhos. É bem por isso que, no meu caso, mesmo todo o conhecimento que eu tenho sobre desenvolvimento infantil e educação de crianças, isso não foi suficiente para estabelecer com meus filhos o tipo de relação de que eu gostaria e compreendia ser a ideal.

O DISCURSO MATERNO

“Se eu voltasse a nascer, escolheria ser mãe da minha mãe.



V
eio aqui a galope
ficou o tempo de um espirro
e deu no pinote.

Lhe daria todos os beijos que lhe faltaram quando pequena. Leria para ela todos os contos que ninguém leu. Toda noite lhe diria com carinho o quanto a amo. Lhe compraria maçãs caramelizadas e lhe cantaria canções enquanto brincamos no chão. De manhã, faria penteados em seus cabelos para ir à escola. E não teria que chorar tanto... Não cresceria com tanta dor e seria uma menina feliz”.

(Autor desconhecido)

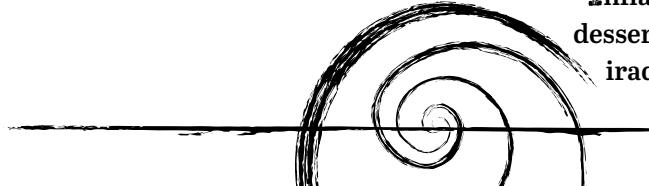
Minha mãe era uma mulher forte e dominadora. Fruto de uma educação extremamente rígida e com valores arraigados no patriarcado. Criou seus filhos e filhas nesse sistema. Para as mulheres, a virgindade, o casamento, a submissão ao marido. Seu desejo e empenho era para que as filhas se tornassem exímas donas de casa. Quanto mais se destacavam nos atributos dessa função, mais tinham seu amor e admiração. Costureira profissional, sempre trabalhou fora para ajudar no sustento da casa, mas ainda assim a família vivia muito precariamente. Após seis filhos, com a diferença de oito anos do último, eu nasci, o que caracteriza minha posição de temporâ. Nessa época, nossa condição financeira estava muito melhor e minha mãe já não era mais costureira, mas trabalhadora dedicada de um Centro Espírita da nossa cidade. Nessa instituição, até o dia de sua morte, ela buscou testemunhar, por meio de seus atos e da sua *dedicação exclusiva* aos doentes e necessitados, os ensinamentos legados por Jesus, descritos no evangelho.

Nesse redemoinho de reflexões, fiquei confusa e me indaguei novamente: onde estava escondida essa discípula de Jesus naquela mãe?

Não disponho de palavras mais adequadas para falar das minhas descobertas sobre essa pergunta. Por isso, recorri ao excerto que segue.

A nossa história está ancorada na história familiar ascendente. Somente como testemunhas da violência sob diferentes formas que nossos avós

Infladinhos egos,
desserviço da arte,
irado, arrenego.



desdobraram – para não ir muito longe na árvore genealógica – podemos compreender a realidade da infância da nossa mãe [...]. Podemos rever os recursos com os quais contou nossa mãe para se salvar da violência recebida e se desconectou emocionalmente, farta de sofrer. (GUTMAN, 2020, p. 108).

Investigar, amparada por um profissional, aquilo que aconteceu em nossa infância para assim adentrar os territórios doloridos e esquecidos da consciência nos ajuda a compreender nossa própria história e de que forma fomos marcados por ela, não para encontrar culpados ou justificar realidades atuais, mas para descobrirmos quem somos e por que somos. Isso fez toda a diferença para mim, proporcionou-me recursos para que eu pudesse tomar as rédeas da minha própria vida e olhar para quem eu era na relação com meus filhos, estendendo-se, ainda, para as demais relações.

No caso da maternidade, temática que me atravessou nos últimos anos, descobri que eu não poderia maternar de outra maneira que não aquela que aprendi com minha mãe. Eu não teria recursos emocionais para dar aos meus filhos algo que eu não tive. Mesmo que eu me esforçasse para ser diferente, eu seria, de algum jeito, como ela. Deveras, ao entrar em contato com tudo isso, percebi que eu não me diferenciava da minha mãe tanto quanto eu pensava e gostaria. Pelo contrário, de algum modo, eu a repetia.

Em nossa família, quando eu era criança, relativamente às atribuições da casa e aos papéis que desempenhávamos, saltava aos meus olhos a diferença de educação que recebiam meus irmãos homens em comparação às minhas irmãs mulheres. Elas, desde muito cedo, tiveram que assumir tarefas da casa que exigiam responsabilidade e habilidades incompatíveis com a idade que tinham na época. Não tinham liberdade e autonomia para fazer escolhas, para sair, se divertir, que dirá para namorar. Além disso, hoje posso ver que o jeito como minha mãe cobrava, a forma como ensinava minhas irmãs a cumprirem com as obrigações que lhes eram impostas era muito desrespeitosa e violenta. Em face disso, eu nutria uma revolta dentro

No fim do expediente
volta à casa com sua paga:
fina dor de dente.



de mim que, hoje, com outra consciência, se transformou numa certa tristeza por saber que viemos perpetuando tudo isso por gerações.

Talvez por vivenciar essa violência com que minha mãe impôs as tarefas domésticas às minhas irmãs mais velhas, eu tenha criado uma rejeição em assumir esse papel. Lembro-me que, desde a mais tenra idade, eu tinha certeza, e verbalizava com veemência, que eu não iria ser dona de casa. Preferiria estudar, ter uma profissão e trabalhar fora para assim poder terceirizar esse serviço. No meu modo de ver, esse jeito de pensar me diferenciava totalmente da minha mãe. Mas agora vejo que, embora com um outro discurso e uma outra roupação, ela, assim como eu, assumiu com *dedição exclusiva* àquilo que, para ela, era uma missão. E, por esse motivo, também terceirizou os cuidados com os filhos e as tarefas domésticas.

Durante um grande período da minha vida, eu realmente acreditei que, se minha mãe fosse viva, não teríamos uma boa relação, visto que eu não havia me constituído na mulher que ela gostaria. Acreditando que o motivo de ela ter morrido tinha a ver com o fato de que não tínhamos uma afinidade de mãe e filha, eu justificava, assim, sua morte tão prematura. Numa sessão de terapia em que levei esse conteúdo é que pude entender que pensar assim era, para mim, um mecanismo de defesa que, de alguma forma, me ajudava a lidar com o luto e com a dor por não ter tido a oportunidade de me relacionar com ela. Revoltei-me, por vezes, ao pressupor que a escolha de partir havia sido dela.

As lembranças que tenho sobre os valores apregoados por meus pais revelam o caráter machista da educação que eu e meus irmãos recebemos, bem como a minha indignação em relação a essa postura. Apesar disso, só recentemente, porque denunciada por minha própria filha, é que ganhei consciência do quanto eu reproduzi, na relação com meus filhos, uma conduta assentada na desigualdade entre homens e mulheres. Embora num primeiro momento eu tenha ficado surpresa e duvidosa, ao ser confrontada com diversos relatos



Gastei meus palitos
e encerrei-me nesta caixa
de onde, aflito, grito.

de situações reais em que minha atitude era totalmente reveladora⁹, não tive outra escolha, a não ser a de assumir. Por sorte, me sinto redimida pelas palavras de Alice Miller:

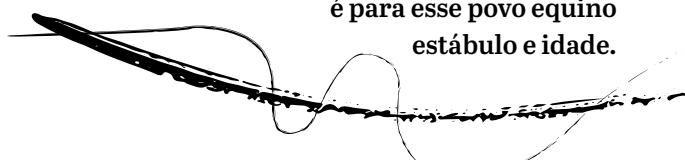
Seria tão mais fácil dizer que os pais seriam culpados de tudo [...]. Mas é precisamente isso que não quero fazer, pois, como adulta, sei que o que está em jogo aqui não é a culpa, mas sim o fato de não poder fazer diferente. (MILLER, 2006, p. 282).

Nessa perspectiva, apesar da tristeza que isso me causa, eu transformo a minha culpa e liberto meus próprios pais, uma vez que a mesma autora nos explica que entristecer é o contrário de sentir culpa. A tristeza, segundo ela, é a dor de saber que algo assim aconteceu e que o passado não pode ser mudado. Mas esse sofrimento pode ser partilhado com nossos filhos, sem que precisemos nos envergonhar. Quanto à culpa, tentamos reprimi-la ou a direcionamos aos filhos, ou ambas as coisas juntas.

Dessa forma, há que se considerar, não adiantou eu ser militante, feminista, conhecer teorias revolucionárias, proferir inflamados discursos acerca da igualdade e dos direitos das mulheres. Se eu não tivesse a oportunidade de revisitar a minha infância, tornado consciente o que até então estava no terreno escuro do inconsciente, estaria fadada à repetição para sempre, sem ter tido uma nova chance. Ou seja, foi imperativo ter acesso a minha própria verdade.

Estabilidade

é para esse povo equino
estável e idade.



RECONSTRUINDO-ME: UMA MÃE PARA OS MEUS FILHOS

Referi-me anteriormente à autoridade construída e não imposta. Essa é uma questão extremamente complexa porque vemos de uma tradição autoritária de educação. Para não reproduzirmos esse modelo, tendemos a resvalar para formas licenciosas de comportamento, o que pode levar à negligência. É muito tênue a linha que separa esses dois posicionamentos nas relações com nossos filhos e educandos. Com as suas devidas singularidades, reconheço que por muitas vezes vivi esses dilemas como professora, no âmbito da minha prática pedagógica, e como mãe, no âmbito familiar. O que ocorre é que não sabemos fazer diferente do que vivenciamos em nosso processo educativo, tanto na família como na vida escolar. Considero esse um dos grandes impasses dos nossos tempos. Estamos perdidos na educação das nossas crianças.

No meu caso, presumi que a condição de mãe me conferia, automaticamente, autoridade sobre meus filhos e que por isso ela já estava dada ou deveria ser imposta. Triste engano! Isso pode até funcionar, de certa forma, enquanto são crianças, mas não vai durar, visto que é uma autoridade construída sobre bases falsas. A verdadeira autoridade é a que respeita a autonomia e a dignidade do outro, e, a meu ver, isso se estende a todas as relações. De acordo com Paulo Freire (1998), há uma tensão entre a autoridade e a liberdade. Para esse educador, "a liberdade amadurece no confronto com outras liberdades, na defesa de seus direitos em face da autoridade,

9 Vou descrever um desses episódios, caso haja curiosidade: um dia, quando cheguei do trabalho, assim que entrei em casa, observei que o chão do apartamento estava coberto de pelos. Tínhamos uma cachorra de porte médio e isso era recorrente. Fui adentrando o apartamento em direção ao meu quarto, mas, antes passei no quarto da minha filha. Ao abrir a porta dei um oi e disse em tom pesaroso: - Puxa, filha, podia ter passado um aspiradorzinho de pó para a mãe - e saí. Continuando o trajeto passei no quarto do meu filho. Ao abrir a porta dei um oi e ofereci: - Filho, quer um cafezinho?

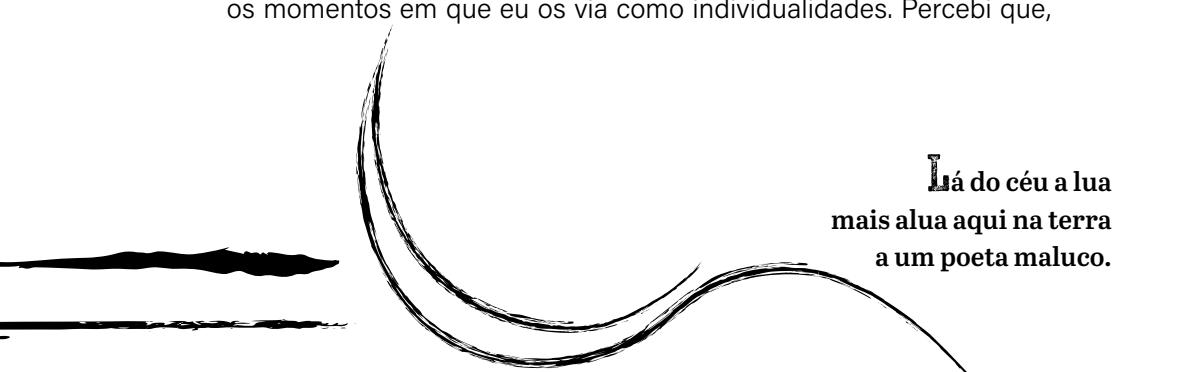
Na fila o esmoler
estende a mão, pede arrimo.
Tilintam as moedas.

dos pais, do professor, do Estado" (FREIRE, 1998, p. 119). Mas, infelizmente, o que verificamos com frequência são relações de poder, em que prevalece o domínio dos mais fortes sobre os mais fracos – do homem sobre a mulher, do adulto sobre a criança e por aí vai. Esse tipo de relação requer sempre alguém que impõe ao outro que deve aceitar e obedecer. É uma hierarquia que não respeita as vozes e o igual valor dos sujeitos. Freire (1998) amplia nossa compreensão de autoridade quando afirma que:

[...] a posição da mãe ou do pai é a de quem, sem nenhum prejuízo ou rebaixamento de sua autoridade, humildemente, aceita o papel de enorme importância de assessor ou assessora do filho ou da filha. Assessor que, embora batendo-se pelo acerto de sua visão das coisas, jamais tenta impor sua vontade ou se abespinha porque seu ponto vista não foi aceito (p. 120).

Hoje entendo que, para me colocar dessa forma diante dos meus filhos, eu preciso apostar num relacionamento respeitoso, me vincular e construir intimidade. Isso exige amor, tempo, dedicação e investimento. Nas palavras de Paulo Freire (1998): "É indispensável que os pais tomem parte das discussões com os filhos em torno do amanhã. Não podem nem devem omitir-se, mas precisam saber e assumir que o futuro é de seus filhos e não seu" (p. 120). Isso é apostar na liberdade. Vejo agora, quantas vezes, ora por não priorizar a educação dos meus filhos, ora por não querer despender do meu tempo, ora por não ter a paciência necessária, ora por falta de confiança na capacidade deles, tomei as decisões sozinha, sem sua participação, sempre com o argumento de que era em benefício deles. Porque a verdade é que essa proposta de educação é de longe muito mais trabalhosa e requer um empenho interno de quem ousa colocá-la em prática.

Nessa busca por enxergar quem eu era na relação com meus dois filhos, passei a prestar atenção à forma como eu me posicionava quando estava em sua companhia. Notei que eram poucos os momentos em que eu os via como individualidades. Percebi que,



Lá do céu a lua
mais alua aqui na terra
a um poeta maluco.

em vez de compreender esses momentos como um encontro, eu, quase sempre, os utilizava para passar-lhes lições, valores, sermões, ou seja, para tentar moldá-los conforme minhas formas. Dessa maneira, eu não os conhecia e, ao mesmo tempo, a mensagem que eu transmitia era a de que eu queria que atendessem às minhas expectativas, que fossem aquilo que eu gostaria e tinha projetado neles. Por outro lado, eles que, naturalmente, queriam o meu amor e precisavam dele e da minha proteção, reprimiam quem eram de verdade, pois entendiam que o meu amor estava condicionado. Nesse tipo de relação, não há espaço para a expressão das emoções e do verdadeiro eu.

Agora, mais tarde, com eles já adultos, quando me aproximei na busca por conhecê-los de verdade, percebi a distância que havia entre nós. Também se tornou visível a violência com que eu os havia submetido. Como eu estava em processo de reflexão sobre a minha maternidade, eu já compreendia que toda a agressividade deles para comigo era um reflexo do meu desamparo, da minha falta de conexão emocional e da minha falta de acolhimento. Foi difícil admitir isso, mas indispensável! De outra forma eu permaneceria na posição de vítima, na espera por algum movimento ou amadurecimento deles, pois eu via essas manifestações como imaturidade, desrespeito e desamor. Conforme fui exercitando o meu olhar, aos poucos eles foram se revelando o meu espelho, onde a minha imagem, antes embaçada, foi ficando mais nítida. Em paralelo, eu me descobria o espelho da minha mãe.

Com esse entendimento, foi mais fácil, a partir daquele momento, acolher todas as emoções que expressavam, inclusive aquelas que eu considerava negativas e para as quais eu não conseguia olhar porque refletiam aspectos que eu havia reprimido em mim mesma.

Ainda acho estranho o fato de que no espaço-tempo da sala de aula eu buscava acolher as emoções das crianças, muito mais que as dos meus filhos. O que muitos professores consideravam uma ameaça à autoridade, desrespeito, eu via como cumplicidade, porque entendia que aquele lugar, provavelmente, era o único que as crianças tinham para se manifestarem. Compreendia que aquela agressividade não era à minha pessoa, mas um reflexo da violência a que estavam



No almoço me assanha
Humm! Suculenta e bonita
cheirosa lasanha.

sendo submetidas em outras relações. Então me esforçava para construir um relacionamento de confiança. Assim, eu me colocava no papel de alguém que poderia ajudá-los a entender e a lidar com esses sentimentos. Com meus filhos, em vez disso, eu desejava o controle.

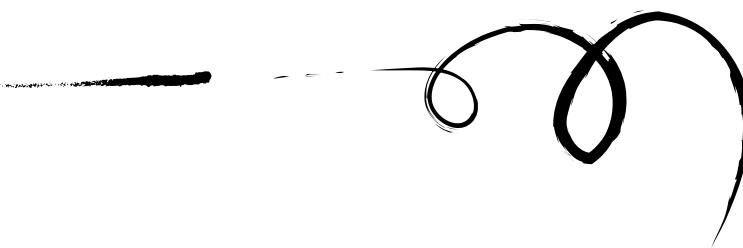
Com o afastamento do trabalho, estando mais inteira nessa relação, tive a possibilidade de pensar sobre tudo isso. Um misto de sensações emergiu. Eu tive saudades, ressentimento, queria voltar no tempo. Nos meus sonhos, eles eram crianças novamente. Era a vontade latente de ter outra chance, de fazer tudo de novo. Num primeiro momento, esse processo gerou muito sofrimento, mas, ao ser olhado e acolhido, no espaço terapêutico, pôde ser trabalhado. Pouco a pouco, fui saindo desse estado, a princípio paralisante, e entrando em movimento. Posteriormente, irrompeu o desejo de arregaçar as mangas e fazer acontecer dali para frente. Embora trabalhoso, nunca é tarde quando se trata de educação, de aprendizagem e transformação, e eu estava, naquele momento, tendo outra oportunidade! É sempre nossa – mães, pais, adultos responsáveis – a responsabilidade. Contudo, é necessário ter dedicação e tempo.

Há um discurso corrente, até mesmo entre nós profissionais da educação, de que mais importante que a quantidade do tempo que passamos com os nossos filhos é a qualidade desse tempo.

O documentário *O começo da vida*, disponível no serviço de streaming Netflix, que aborda a importância dos primeiros anos de vida da criança, dentre diversos depoimentos, apresenta o de uma mãe que nos provoca a pensar sobre o assunto. Ela inicia sua fala expressando seu incômodo frente às pessoas do seu convívio quando lhe perguntam sobre sua opção de estar em casa cuidando dos filhos:

- As pessoas perguntam para mim: quando você volta a trabalhar?

É como se eu estivesse sem fazer nada esse tempo todo. Mas você cuidar dos filhos, você dedicar um tempo considerável da sua vida para cuidar dos seus filhos, é considerado nada. Cuidar dos seus



Fisioterapia.
Da dor se distrai a criança.
Prazer nos choquinhos.

filhos significa que você está cuidando de pessoas que vão ser futuros cidadãos. Esse sujeito vai votar, esse sujeito vai botar fogo no índio, ou não vai botar fogo no índio. Você está formando a humanidade. E isso é nada!

Na sequência da fala transcrita acima, essa mãe afirma que o amor que sente por seus filhos é uma construção diária, um aprendizado resultante do dia a dia que vivenciam. Depois, ela nos convida a avaliar a seguinte situação: *Se saísse e ficasse nove horas por dia longe e duas horas com eles, como faria para construir isso?* Após esse questionamento, referindo-se ao discurso sobre a qualidade do tempo dedicado à criança, ela pondera, com certa ironia: *Ah, mas tem a qualidade do tempo que você fica com a criança.* Frente à afirmação, ela nos faz duas perguntas: *Como é essa qualidade? Como funciona isso?* Ela mesma responde de forma contundente: *É quantidade, criança quer quantidade.* E finaliza sua participação com a seguinte provocação: *Fala isso para o seu chefe, que você vai trabalhar dez minutos por dia, vê se ele topa. Mas com qualidade entendeu, você vai ter qualidade no tempo. Fala isso, vamos ver se ele topa?*

Esse pequeno recorte do documentário, além da temática do tempo que dedicamos às crianças, suscita outros debates. Um deles, de extrema importância e urgência, é o pouco acolhimento e amparo da nossa sociedade às mães, bem como a falta de políticas públicas e redes de apoio. Todavia, vou me ater à questão que tem mais relação com as minhas vivências e reflexões.

Os questionamentos trazidos por essa mãe tiveram uma importância significativa no contexto dessa minha jornada e contribuíram para eu enfrentar o dilema em que me vi depois de dois anos e meio de afastamento. Após esse tempo, fui informada sobre algumas mudanças na normativa que regulamentava o tipo de licença que eu havia solicitado naquele primeiro momento, a saber, *licença para tratar*



Quem os dez dedos das mãos
mais fortes na massa aplique
mais macio comerá o pão.

*de interesses particulares*¹⁰. Em relação ao tempo, anteriormente, essa licença poderia ser solicitada, pelo servidor estável, por até três anos consecutivos, podendo ainda ser renovada por até seis anos. Com a alteração, além de outras mudanças, esse tempo foi reduzido para um ano. Em vista disso, fui convocada a retornar ao trabalho. Confesso que fui surpreendida e a notícia me abalou profundamente, pois eu não estava pronta para retornar e percebia que a minha presença em casa ainda se fazia necessária, afinal, meu projeto estava em andamento.

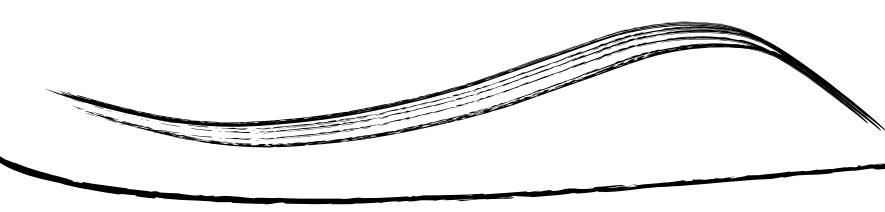
Nessa ocasião, eu já observava o quanto havíamos avançado, o quanto havíamos conquistado. E eu sabia que, se eu voltasse, grande parte do que víhamos realizando não seria mais possível. Assim como a mãe do documentário supracitado, eu precisava de tempo, de quantidade.

Quero enfatizar que, além disso, outros fatores me influenciavam a não voltar. O que aconteceu foi que o distanciamento do cotidiano exaustivo da escola e tudo que vivenciei devido à situação que a vida me apresentou no âmbito pessoal possibilitaram uma reconexão com muitas coisas que estavam adormecidas dentro de mim. Os desafios me movimentaram ao estudo, resultando em muita reflexão e aprendizado. Quando isso acontece, é um caminho sem volta, não é possível tornar a sermos o que éramos. Eu sentia que não me encaixava mais na escola. Aspectos que sempre me incomodaram, como a burocratização da educação, o currículo conteudista, o pouco acolhimento da infância, entre tantos outros, agora pareciam ter um peso ainda maior.

A obrigatoriedade em retornar estava me causando sofrimento. Sentia que voltar, naquele momento, seria me violentar. Percebi que permanecer lá, pelos anos que ainda faltavam, até me aposentar, seria sufocar o que restava daquela professora idealista e apaixonada de outrora. No mais, a estabilidade, a carreira, a aposentadoria que aquele emprego público federal me oferecia se constituíam em correntes que, de certa forma, me aprisionavam.

10

A licença para tratar de interesses particulares é uma licença não remunerada concedida ao servidor estável, observado o interesse da Administração.



Hoje não falo
quase me calo.
silêncio, quase.

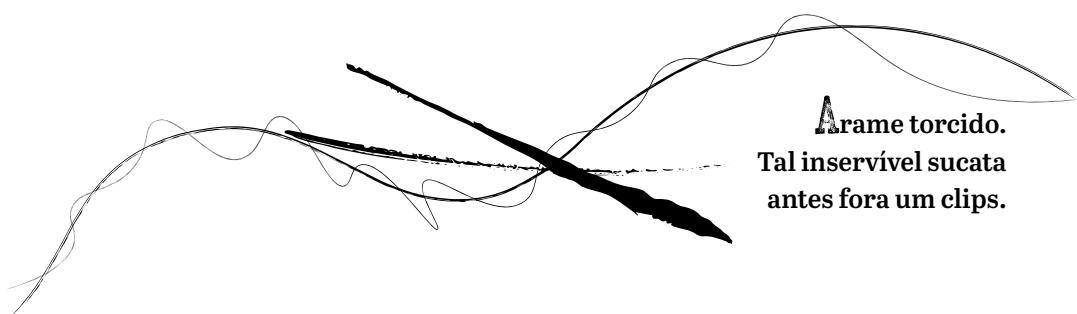
Dito isso, pode-se deduzir que, mesmo que eu pudesse prorrogar minha licença por mais quatro anos, eu já pensava que, talvez, lá na frente, eu não voltaria. A diferença é que eu teria mais tempo para decidir e não interromperia o que estava fazendo no momento, que para mim era primordial. Assim começou um período de muitas dúvidas...

Quando se aproximava o fim do prazo que eu tinha para uma definitiva decisão, vivenciei momentos muito difíceis. Um misto de sentimentos perpassava minha alma e meu corpo. Ora eu tive pânico, ora uma tristeza que parecia não ter fim. Se eu decidisse não voltar, além das incertezas quanto ao futuro, eu estava abrindo mão de uma conquista muito importante na minha vida.

Num dos momentos mais sombrios, eu parei, respirei, elevei o pensamento a Deus e me fiz a pergunta: O que realmente eu quero? A resposta não tardou! No decorrer do cotidiano, nas coisas mais simples, eu a encontrei. É assim mesmo, não é? Ele se manifesta no singelo, nos detalhes, nas pequenas brechas, quando permitimos, em meio à nossa vida apressada e atarefada.

Se lá atrás, em vez de ficar em casa, com meus filhos, eu escolhi sair, dessa vez eu queria ficar...eu queria me conectar e construir um relacionamento com eles. Compreendi que nada poderia me preencher mais. Que nem mesmo a incerteza quanto ao futuro me obrigaria a recuar. E mais, descobri que nenhuma carreira, nenhum sucesso profissional vale a pena se eu fracassar nesse propósito. Considerando minha história, poder fazer essa escolha, naquele momento, fez muito sentido para mim.

Não posso dizer que foi uma escolha fácil, mas posso dizer que foi a que me deixou em paz, feliz. Não a felicidade no sentido vulgar que hoje se emprega muito. Não a felicidade que nos é imposta por essa sociedade materialista, que se utiliza de diversos meios para disseminar uma receita de vida a ser consumida por todos, mas a felicidade que pude experimentar quando me reencontrei, depois de tanto tempo perdida. A felicidade que sentiu meu coração quando me reconectei com a minha história, com a minha essência.



Arame torcido.
Tal inservível sucata
antes fora um clips.

Decisão tomada, processo formalizado, eu me lancei em uma nova jornada, tendo como desafio me reinventar como mãe, educadora e profissional, sem perder de vista a integralidade desses aspectos que me constituem. Nessa caminhada, tenho me embrenhado em novos conhecimentos, mas sempre procurando despir-me de minhas certezas, de meus preconceitos, para aprender, também, com meus filhos, pois é *com* eles que pretendo construir esse caminhar. É neles que encontro as respostas quando me sinto perdida, pois são eles que têm me guiado para me tornar a mãe de que precisam. Nessa perspectiva, o caminho aprende-se caminhando, mesmo quando já temos uma ideia e um objetivo a seguir. Dessa forma, abrimos mão do modelo, das receitas fáceis, para o processo da compreensão.

A ARTE DE AMAR

"O amor exige tudo de nós, e sempre exigirá. Ainda assim, é só o amor que nos liberta."
Maya Angelou

Hoje, com maior consciência do que pretendo priorizar, estou atenta às pequenas oportunidades. Procuro me colocar disponível, não quando eu tenho tempo, mas quando sinto que podem estar precisando. Muitos foram os momentos, até agora, em que constatei a importância da minha presença, que só foi possível por conta dessa prioridade que me coloquei. Se em outro momento eu terceirizei e não acreditava no meu potencial de maternagem, hoje não tenho dúvidas de que ninguém faria o que eu estou fazendo. Devido aos esforços que empreendi, posso afirmar que estou me tornando uma mãe melhor, mais conectada às necessidades dos meus filhos. Tenho o entendimento de que existem marcas e dores que não poderão ser apagadas, outras que eles nem sabem que existem, mas ainda assim seguirei, pedindo desculpas e tentando fazer diferente.

Final de semana;
já vesti o meu uniforme:
pantufa e pijama.



Nesse intento a que tenho me empenhado diariamente, encontro, também, o respaldo do psicanalista e filósofo alemão Erich Fromm, para quem o amor é uma arte e, por isso, exige conhecimento e esforço. Essa ideia, debatida no livro *A Arte de Amar*, é digna de menção, visto o quanto tem contribuído nessa minha caminhada. O autor nos chama a atenção para o fato de que a maioria de nós vê o amor pela perspectiva de ser amado em lugar de amar. Ao pensar dessa forma, direcionamos nosso esforço para nos fazermos amáveis e, portanto, julgamos não ter nada a aprender a respeito do amor.

Embora Fromm advira que não há receitas para a prática da arte de amar, ele nos aponta que, como qualquer arte, há certos requisitos. Para ele, a discussão desses requisitos pode ser útil para o domínio dessa arte, mas somente para aqueles que não ficam à espera de prescrições. Segundo ele, a prática de qualquer arte exige *disciplina*, visto que nunca seremos bons em coisa alguma se não a fizermos de modo disciplinado. Outro requisito é a *concentração*. Ficar concentrado no exercício da prática da arte de amar é, antes de tudo, ser capaz de ouvir e viver plenamente no presente, no aqui e no agora. Por fim, a *paciência*. De acordo com sua visão, na prática dessa arte, não obteremos resultados rápidos. Para ilustrar o que seria a paciência nesse contexto, Fromm pede para observarmos uma criança aprendendo a andar: "Ela cai, torna a cair, cai outra vez, e, no entanto, continua tentando, melhorando, até que um dia anda sem cair" (FROMM, 1958, p. 150).

Uma vez que destaca o caráter ativo do amor, Erich Fromm apresenta quatro elementos básicos para colocá-lo em ação: *cuidado, responsabilidade, respeito e conhecimento*. Relativamente ao cuidado, penso que ninguém ousaria contradizê-lo. Afinal, é bem conhecida a máxima "*quem ama cuida*". No que se refere à responsabilidade, alerta ele que não está falando de dever ou de algo imposto de fora a alguém, mas de um ato inteiramente voluntário que tem a ver com a resposta que damos às necessidades, expressas ou não, de outro ser humano. Mas, segundo ele, essa responsabilidade pode facilmente corromper-se em dominação e possessividade se não houver o respeito, respeito que não é medo nem temor. O respeito de que o autor fala é a capacidade



Preso na gaiola
um minúsculo canário
melodioso, chora.

de ver a pessoa na sua essência, bem como a preocupação de que essa pessoa cresça e se desenvolva sendo quem é. Seu pensamento, aqui exposto resumidamente, é coroado com o entendimento de que cuidado e responsabilidade seriam cegos se não fossem guiados pelo conhecimento, pois é impossível respeitar uma pessoa sem conhecê-la.

Para mim, o convite de Fromm para pensarmos o amor por esse prisma é demasiadamente instigante, ao mesmo tempo que oferece sustentação e amparo para a construção de outros caminhos possíveis. Tecer uma prática com base nesses princípios vem sendo o meu grande desafio.

Foram tantas as descobertas nesses últimos três anos que seria impossível transpor para este ensaio o que elas reverberam na minha vida cotidiana. Não tenho respostas ou soluções mágicas. O que pretendo é assumir, do lugar de mãe, sem abrir mão do lugar de educadora, o propósito de enxergar uma realidade que me é tão próxima e, ao mesmo tempo, tão desconhecida, com outros olhos, refleti-la e questioná-la, confrontando-a com a minha própria história, para assim me libertar das correntes da minha própria infância.

REFERÊNCIAS

FREIRE, Paulo. **Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa**. São Paulo: Paz e Terra, 1998.

FROMM, Erich. **A arte de amar**. Belo Horizonte: Editora Itatiaia Limitada, 1958.

GUTMAN, Laura. **O poder do discurso materno**. São Paulo: Ágora, 2013.

GUTMAN, Laura. **O que aconteceu na nossa infância e o que fizemos com isso**. Rio de Janeiro: BestSeller, 2020.

HUSTON, Nancy. **A espécie fabuladora**. Porto Alegre: L&PM, 2010.

MILLER, Alice. **No princípio era a educação**. São Paulo: Martins Fontes, 2006.



Seria o silêncio
não fosse aqui esta poesia
que teus olhos lêem.



NA HORA
DO ALMOÇO.

A massa no prato
me nutre sacia;
sabor e regalo.

TRANSIÇÕES E DEMÔNIOS

Monica Duarte

In memorium

Domingas Duarte da Silva

José Ernesto da Silva

Argemiro Patrocínio dos Passos

Luiza Lorenz

Sônia de Lima

Diego Duarte Goulart

Obrigada por tudo.

*E a todas as mais de 700 mil pessoas que
morreram no genocídio da pandemia.*


Bem doce e cheirosa
é de dar água na boca
a tenra mimosa.

Sentei à minha mesa
Os meus demónios interiores
Falei-lhes com franqueza
Dos meus piores temores
Tratei-os com carinho
Pus jarra de flores
Abri o melhor vinho
Trouxe amêndoas e licores

Chamei-os pelo nome
Quebrei a etiqueta
Matei-lhes a sede e a fome
Dei-lhes cabo da dieta
Conheci bem cada um
Pus de lado toda a farsa
Abri a minha alma
Como se fosse um comparsa

Só na solidão
ouço a batida das horas
no meu coração.

E no fim, já bem bebidos
Demos abraços fraternos
De copos bem erguidos
Brindámos aos infernos
Saíram de mansinho
Aos primeiros alvores
Fizeram-se ao caminho
Sem mágoas nem rancores

Adeus, foi um prazer!

Disseram a cantar
Mantém a mesa posta
Porque havemos de voltar

Havemos de voltar!

Havemos de voltar!
Havemos de voltar!

(Jorge Palma)

ALMOÇO JAPONÊS.

Sushi, sashimi
temaki, yakizakama
hot e nigiri.

AGRADECIMENTOS

Agradeço a todos que me apoiaram, suportaram e ajudaram neste momento tão singular, inédito e difícil da minha vida.

Agradeço de coração a cada paciente que continuou acreditando no meu trabalho. Com certeza, vocês fizeram meu barco mais leve.

Aos meus supervisionandos, participantes do self, participantes dos grupos de estudo por trocarem tanto comigo e me acomodaram na dor.

Agradeço a Dbregas! Eles sabem o porquê. Minha saúde mental agradece.

Agradeço ao Familiare e a Viver por me dar espaço para compartilhar os meus conhecimentos.

Agradeço ao grupo de psicoterapia do Contro, as supervisões da Nery e as sessões da Jaque.

Agradeço a todos os meus amigos íntimos por me colocarem no colo com flores, sopas, visitas, conversas..., por mais de dois anos. Eita! Como vocês tiveram paciência, obrigada. Vocês moram no meu coração.

Agradeço a minha família de origem pela relação que conseguimos ter, principalmente ao meu irmão e minhas irmãs. Hoje me sinto deste grupo! Obrigada.

E por fim, não tenho palavras par agradecer ao Cris, Vitor, Fabi e Anastácia. Só dizer que amo demais vocês.

Sentei, aqui hoje, nesta cadeira de escritório preta, em frente ao computador que está comigo há três anos, para terminar o artigo para o livro que inventei de escrever no começo da pandemia, e...cadê o artigo? Sentimento de tristeza e irritação me invadiram. Já revirei todos as pastas, *e-mails* e afins e nada, nadinha. Ele sumiu, desapareceu, escafedeu-se, morreu...

Morreu... Ao dizer isto em voz alta, talvez eu tenha entendido que todos os temas que estava escolhendo para este livro não seriam verdadeiros com o momento de vida pelo qual estou passando nestes últimos três anos. Estou em um processo intenso de rever pilares que sempre sustentaram minhas escolhas pessoais e profissionais. Tenho consciência de que conheço os pilares, que fui fazendo reformas neles e que, neste momento, alguns deles quebraram e não consigo sustentar algumas escolhas feitas em outros momentos. É preciso tirar o entulho para renovar.

*Mas o medo me invade, me apavora,
me adoece, me faz pensar que estou
jogando tudo que construí fora, que
de algum jeito serei esquecida...*

*Uma pirueta
Duas piruetas
Bravo, bravo!
Superpiruetas
Ultrapiruetas
Bravo, bravo!
Salta sobre
A arquibancada
E tomba de nariz
Que a moçada
Vai pedir bis
(Piruetas –
Chico Buarque)*

Mas vamos voltar aos temas que pensei para este livro. Foram vários como, por exemplo: narcisismo do psicoterapeuta, relações entre membros do grupo, como trabalhar com grupos de homens, conversas entre abordagens, o *self* do terapeuta e mais uma infinidade de temas e aspectos relacionados à profissão do psicólogo me vieram à mente. Fiz até uma pesquisa com os participantes dos grupos psicoterapêuticos com os quais trabalho atualmente. Era sobre ela que estava escrevendo no artigo que sumiu, que se perdeu, que não existe mais. Era sobre o grupo. Lembro vagamente que o computador pediu para reiniciar, estas coisas de atualizações, e acho que não salvei. Sim, não salvei e reiniciei. Enfim, perdi uma parte minha no universo de dados infinitos que nem sei onde fica.

*Medo me toma novamente,
porque uma parte minha sumiu.*

Sobre o que falava o meu texto? Sobre como os integrantes dos grupos se auxiliam no desenvolvimento de recursos relacionais para a vida. Queria realmente mostrar o que vejo nos grupos, sua importância para a vida das pessoas. É um tema que amo e acho lindíssimo, pois o grupo possibilita uma ressignificação dos nossos lugares no grupo primário – a família – nos auxiliando no desenvolvimento de novos instrumentos para lidar com a vida e/ou com a morte.

No biênio 2021/2022, em um grupo do qual sou psicoterapeuta, a morte se fez presente de muitas formas. Em um dos casos, um dos participantes, um homem saudável, na faixa de 50 anos, com lindas filhas e um casamento estável, em uma brincadeira, bateu a cabeça no fundo da piscina e naquele instante ficou sem nenhum movimento do corpo, não podendo pedir ajuda.

Ficou, paralisado, esperando a morte chegar e, se não chegassem, ficaria tetraplégico.

*E o medo disse: lá se vai mais um.
Lá se vai mais um que gosto tanto.*

O homem conta atualmente que pensou no momento do acidente: a vida é isso? Acaba assim num instante? E vou morrer e nem me despedir? Em exatamente 40 segundos a vida quase escorregou pelos seus dedos. Felizmente, sua esposa achou que ele estava de palhaçada e entrou na piscina para dar-lhe um beijo. Ela o salvou! E este homem, com apenas cinco por cento de chance de não ficar tetraplégico, hoje está com muita saúde, andando por aí, tocando violão e continua participando do mesmo grupo que teve que lidar com muitas mortes em um ano só. Mortes de todos os tipos: saídas de pessoas importantes, morte da ilusão de que todos somos bonzinhos e agradáveis, mortes de pessoas reais, mortes de pessoas do mundo interno e, também, a morte dos encontros presenciais que acabaram e foram para o *online*. Foi um ano de profundas reflexões e aprendizados para esse grupo.

Mas, como a vida se renova, hoje – início de 2023 – temos uma participante que deu à luz uma linda bebê, que nasceu no meio de um grupo cheio de dor, medo e luto, bem como temos integrantes novos que trouxeram outros assuntos sobre a existência humana e ainda conseguimos fazer um encontro presencial. Muitos instrumentos novos para lidar com a vida foram criados nesse período, aprenderam que dor e alegria podem estar no mesmo momento na vida das pessoas, que podemos chorar e rir ao mesmo tempo, que a dor é profunda, a inveja não mata, o ódio pode ser amor, a alegria pode ser dura ou leve, que os vínculos

são essenciais para a vida. Assim, fomos lidando com sentimentos que parecem opostos, mas que no fundo estão muito próximos. Entendemos principalmente que a vida continua e só acaba quando nosso corpo morre. Então, podemos criar muitas saídas para continuar a viver.

E o medo aparece novamente em mim...

*A renovação é uma incógnita e é quase
insuportável suportar a transição lenta.*

Opa! Olhei agora para o texto e lembrei de salvar para não perder. Fui salvar e o computador quis abrir e disse: ARQUIVO NÃO ENCONTRADO. Eita! Já entendi. O arquivo realmente não está aqui dentro do computador, está aqui dentro de mim e, para acontecer, sua escrita vou precisar me abrir.

*Medo de expor meus medos
e minhas intimidades!*

Escrever sobre questões teóricas e científicas é um lugar bem mais conhecido e seguro para mim. Mostrar um pouco do que tem por detrás da profissional sei que será, ao mesmo tempo, dolorido e temido e também desejado, além de ser um alívio para minha alma. Como diria Maria da Penha Nery – o compartilhar cura. Não sei se isto está em algum livro dela, mas em uma supervisão, ela falou essa frase e fez muito sentido para e em mim. A Nery, no início do ano de 2021, me ajudou muito com o meu medo.

Medo de voltar a me envolver e perder...

O texto que segue, então, situa-se na brecha entre fantasia e a realidade, ou seja: quaisquer semelhanças não são meras coincidências, pois foi o cotidiano psicoterapêutico o lugar de onde elas emergiram e onde ganharam vida própria, sendo esta uma das características do drama enquanto gênero. Portanto, todas as pessoas aqui mencionadas são personagens, são fictícias, mas são misturas de pessoas e histórias, ou seja, como escreve Contro (2020, p.12-13):

Personagens são formas que delineiam sentimentos, sensações, pensamentos, as mais variadas forças que nos constituem ou que momentaneamente nos atraíram. Tudo pode ser simbolicamente corporificado por meio de um ou mais personagens. Eles aglutinam sentidos que por vezes estão dispersos, desconexos e, por isso mesmo, não são vislumbrados.

Importante ressaltar um detalhe técnico: a diferença entre papel e personagem. Papel tem a ver com o social, e a personagem, com o mundo imaginário. Por exemplo: na banda em que toco tínhamos UMA diva, este é era seu papel. Quando o ator que a incorporou entrou na banda, ele escolheu um papel de diva. Mas quando ele montou – a DIVA – houve um processo de criação simbólico da personagem – a DIVA BRIGITTE TAYLOR. Então, Brigitte Taylor é única e ao mesmo tempo coletiva por ser em si uma metáfora.

E o medo... Será que a banda vai morrer...

Segundo Calvente (2002):

O personagem está ligado à fantasia e à imaginação, e também ao ambiente. Suspeito que seja um híbrido, um **produto transicional**, um mestiço. Contém aspectos inconscientes e conscientes, como a fantasia, da qual se alimenta. Diferentemente dela, porém, integra aspectos relacionais (P.26)

O mesmo autor comenta que, na literatura e no teatro, o personagem tem algo de paradigmático. Isso quer dizer que podemos falar que ele é um modelo da existência ou a síntese de angústias e emoções, ou ainda, em outras palavras, o personagem é coletivo e individual. Então, por meio destes personagens que aqui se apresentarão, podemos lidar com um pouco de nós neles, afinal, adentrar no campo da arte nos permite criar novas formas de lidar com os dramas que estamos vivendo. O campo da arte possibilita uma liberdade de expressão que não temos em nenhum outro lugar.

E o medo acabou de me lembrar:

Calvente já morreu.

*Tristeza... Saudades. Nunca vi
alguém trabalhar tão bem com a
psicose! Professor querido.*

Li a frase que acabei de escrever e ouvi a voz da Arliane me dizendo: Ái que drama! Arliane, fala isto de mim e dela, se referindo às histórias cotidianas as quais contamos sobre nossas vidas na cozinha da clínica em que trabalhamos.

*Medo. Medo de não haver mais clínica
para onde voltar. Nem de não ter
mais a cozinha para rir com Arli...*

Em parte, ela tem razão quando diz isto, pois um dos significados de drama pode ser também voltado ao sofrimento, ao conflito da história contada por alguém, aquilo que dói. E com certeza, minha amiga fala isso para aliviar nossos dramas. Arli perdeu sua mãe com onze anos de idade. Eita! Mulher corajosa que é esta Arli.

A palavra *drama* tem origem grega e quer dizer *ação*. Mas o drama no teatro, na literatura e no cinema se constitui como um gênero híbrido no qual existe prevalência da tensão emocional e conflitos entre personagens. Tudo isso extraído da proximidade com a vida comum das pessoas. Então, “O Drama conformou-se, porém, em um gênero específico de texto “sério” para teatro, que procurava ultrapassar a distinção clássica entre tragédia e comédia, conjugando aspectos característicos de ambos”. Então, vamos ao texto dramático.

*Medo... A morte me ronda outra vez.
Doença... internação...
espera... Quem ganhará?
A vida ou a morte? Que
tristeza profunda...
Ela é muito nova e muito
importante para mim...*

*

“Ser contadora de histórias reais é acolher a vida para transformá-la em narrativa de vida. É só como história contada que podemos existir (...) toda história contada é um corpo que pode existir. É uma apropriação de si pela letra-marca de sua passagem pelo mundo. O ponto final de quem conta nunca é o fim, apenas o início”
(*Meus desacontecimentos*, Eliane Brum)

MOMENTOS DE SESSÕES DE PSICOTERAPIA

ANA: Bom dia. Hoje tenho que te contar que está difícil ser mãe. Que coisa mais complexa, não achas? É estranho ter que cuidar de alguém para o resto da nossa vida. E ainda tem que cuidar de longe, porque ela não quer ser cuidada. E afinal, sei que os filhos nasceram para voar. E fazer isto é mais estranho ainda quando não temos mais a mãe, não achas?

PSI: Como assim?

ANA: É difícil se encontrar, aqui dentro da gente, com o vazio que a morte deixa. Com este lugar que desapareceu. Você me conhece há tantos anos, sabe da história com minha mãe... (choro) Sabe que por muitos anos a gente trabalhou aqui a relação com meu pai, aquele homem engenheiro, poderoso, incentivador de minhas atitudes, mas ao mesmo tempo violento e ausente. Queria saber como Freud iria explicar o complexo de Édipo no meu caso, pois eu tinha dois pais – um que eu amava e um violento (risos).

PSI: acho que a parte da explicação vamos deixar para os psicanalistas... Queria saber deste vazio que tem dentro de ti. Podes me contar um pouco mais?

*

JÚLIA: prazer. Sou a Júlia e estou procurando terapia porque descobri que estou com uma demência e só tenho 54 anos. Sou ainda professora e não sei como será isto. Minha mãe e tias têm a mesma doença. Não, não é Alzheimer, mas é algo semelhante. Não sei como contar aos meus filhos. Não, não tenho marido, ele faleceu há dois anos. E como vou contar para os meus filhos isso...

PSI: isso o quê?

JÚLIA: isso, que vou desaparecer (choro) e que só ficará um corpo sem lembranças. Não vou lembrar quem eles são, como minha mãe não lembrava de mim... (choro). Já perdi minha mãe, meu pai, meu marido e agora vou perder meus filhos e até minhas lembranças com 54 anos... (choro muito triste)

*

BETH: oi queridona. Como estás? Tudo bem contigo? Foi bom o show? Bem, fiquei pensado sobre o meu castelinho da última sessão. Fiquei com um pouco de raiva de ti de dizer que eu ainda estava no castelo e com a porta aberta. Fiquei chateada contigo porque parece que você me disse que estou assim porque não quero sair do castelo. Afff! Tu não entedes. Como vou sair de lá? Sim, minha mãe me amou profundamente, sempre me cuidou, sempre esteve presente, sempre...

sempre mesmo, nunca me deixou na mão. Ela era perfeita. Linda, inteligente, querida com todos, sempre tinha a palavra certa na hora certa. Não consigo imaginar a vida sem ela.

PSI: mas, como você falou na última sessão, você está com muita raiva dela. Fiquei pensando no que te leva a estar com este sentimento se hoje me dizes que sua mãe é perfeita...

BETH: nem eu sei, só sei que sinto. Parece infantilidade, já tenho 55 anos, mas ainda queria que ela estivesse aqui e não neste estado – definhando.

*

JANETE: Oi, desculpa o atraso. Sabe como é o trânsito aqui quando chove... Parece que todos que não sabem dirigir tiram seus carros de casa e tumultuam tudo. Tive que ficar na fila durante mais de 45 minutos. Enfim, mesmo que faltam 15 minutos, quero falar. Decidi ser mãe. Mas não sei nada da minha. Não sei nem o que me espera geneticamente. Como será que ela era? Não sei se já tivesse uma paciente assim...

PSI: assim como?

JANETE: Assim, que não sabe quem é a mãe. Claro que estou falando isto aqui, pois é sigiloso, porque minha mãe adotiva ficaria magoada se imaginasse que estou pensando estas coisas...mas penso. Penso muitas vezes. Meu pai descobri logo adolescente, mas minha mãe foi uma busca em vão. E agora, vou ter um bebê, sem saber quem é minha mãe, como foi minha gravidez, que doenças posso ter, com quem ela será parecida... Muito estranho isto. Dá muito medo.

PSI: e o que este medo te fala?

JANETE: Que não vou conseguir achar a mãe que tem dentro de mim. Sei que tive uma mãe adotiva desde bebê e sei como ela foi comigo, sei como ela é e sei que vou usar muito do que aprendi com ela, mas parece que falta um pedaço, falta algo. Falta. É real, falta.

*

DERCI: Olha, tô cansada deste papo. Nossas sessões não saem disso. Não sei se estás trabalhando direito. Não aguento mais falar disso. Não consigo ficar por muito tempo em nenhum relacionamento, já estou ficando mais velha e não sei o que há de errado comigo. Até meu pai diz que os homens não vão me querer porque sou muito ativa e independente. Não quero mesmo ser dependente de homem. Quem disse que quero homens? Quem disse que quero alguém? Na verdade, nem de ti quero ser dependente. Porque às vezes parece que queres que eu fique aqui o resto da minha vida, sentada neste sofá anos a fio. É por isso também que não vou ter filhos e nem casamento. Não dá para confiar em ninguém.

PSI: o que aconteceu hoje que você chegou tão irritada? Tem algo da última sessão ou aconteceu algo novo?

DERCI: Não, não aconteceu nada, apenas estava me lembrando da sacanagem que minha última namorada fez comigo. Por que é assim? Por que sempre sou abandonada, traída e insultada? Por que me acusam de não saber ter um relacionamento?

*

Segunda, oito horas da noite. Sento e penso: dia intenso! Ana, Beth, Júlia, Derci e Janete, mulheres marcas das pelo medo, morte e luto. Ainda bem que tenho supervisão esta semana e psicoterapia também, pensei comigo mesma. Olho para o espelho e me vejo... 50 anos! 27 de carreira! Quantas pessoas já conheci! Quantas já confiaram a mim suas dores! Quanto já estudei para entender o ser humano! Quantos cursos, pós-graduações, workshops, palestras, imersões? Quanto de supervisão e psicoterapia? Vinte e sete anos! Como investi e continuo investindo nesta profissão tão linda, mas ao mesmo tempo complexa. É, Monica, responde a voz no pensamento, para ser um profissional da psicologia o caminho é este mesmo, não fizestes mais que a tua obrigação. Rio sozinha e penso: este meu personagem interno é muito realista. Continuo a conversar com meus personagens internos. Sim, tenho vários. Você não tem? Agora tenho mais um. Você que está lendo esta história que estou contando...então já estás aqui dentro de mim também. Vamos conversando então?

Olhei agora o celular e acabei de saber que a pessoa que me inseriu na clínica e nos grupos, que fez uma função materna saudável para que meu papel de psicóloga clínica pudesse nascer e crescer, está falecendo. Que triste! Sim, ela já estava bem idosa, mas neste momento, ela vem novamente para me ensinar...

*Coragem é ir mesmo com medo...
Assim aprendi a coordenar grupos.
Obrigada querida mestra.*

Sabe, nunca tive que lidar com tantos lutos. Minha mãe faleceu em 2020 devido à pandemia e outras pessoas muito importantes também. A pandemia deixou muitas famílias enlutadas e como não há uma preocupação do governo com saúde mental, cada um que elabore seu luto na esfera individual. Nesse período, meu marido também perdeu seu pai para a diabetes, mesma doença que eu também tenho. Então, estamos os dois lidando com as perdas de figuras fortes nas nossas histórias e com os medos advindos desses espelhos do envelhecimento.

*Medo diz: será como você irá
envelhecer? Será que vai morrer na
estatística? Será que terá dinheiro
para os cuidados necessários
com a velhice? Medo...*

Sei que as pessoas morrem, que é natural, mas a intensidade com que tenho sentido isso tem me feito olhar muito para as escolhas que fiz na vida e as que quero fazer. Meu pai também já faleceu, porém, apesar de uma crise de raiva intensa que tive no dia do enterro, a elaboração da perda dele foi mais calma e menos desestruturante, pois ainda tinha a mãe viva.

Já a perda da minha mãe me tirou o *show*. Acabei de cometer um ato falho e resolvi deixá-lo. Sim, a perda da minha mãe me tirou o *show*, não o chão. A perda dela me tirou o brilho, a purpurina, a força de ação, a vontade de aparecer, de ser vista e lembrada, de ser a melhor em algo, me colocou para olhar à vida como ela é – efêmera e nela sou apenas mais uma. Faço uma personagem numa banda que usa muito brilho, purpurina, luta pelas mulheres, é forte, uma guerreira, mas agora percebi que até ela anda sem brilho e sem *show*.

Medo, medo, medo de viver...
Me recolher é a necessidade.

Vou para casa agora e conversamos mais em outro momento. Mas, quero deixar uma pergunta: você já sentiu muito medo?

*Quatro cambalhotas
Cinco cambalhotas
Bravo, bravo
Arquicambalhotas
Hipercambalhotas
Bravo, bravo
Rompe a lona
Beija as nuvens
Tomba de nariz
Que os jovens
Vão pedir bis
(Chico Buarque
- Os saltimbancos)*

*

MOMENTOS DE SUPERVISÃO DA PSICOTERAPEUTA

MONICA: Então, tudo bem contigo? Hoje nem sei por onde começar. Tenho vários casos, mas acho mesmo que o caso sou eu. Tenho que te dizer que pareço uma psicóloga iniciante neste momento. Não sei por onde ir com quatro pacientes que

atendo no mesmo dia, uma em sequência da outra. Estou tomada pela paralisia. Me dá vontade de encaminhá-las, de nem cobrar a sessão, porque me sinto fazendo nada.

SUPERVISOR: o que queres hoje, Monica? Supervisão ou terapia do papel? Sei que tens o teu espaço de psicoterapia, mas isso está aparecendo aqui e parece que, para sair da paralisia, precisamos olhar para isso. Mas você escolhe.

MONICA: vamos por mim. Também acho que são questões minhas que estão me pegando e não do manejo e/ou teóricas.

SUPERVISOR: Então, me fale sobre a paralisia, se ela tivesse voz, o que ela estaria te dizendo?

MONICA: ela diria para ficar parada. Não entra na emoção dessas mulheres. Não entra.

SUPERVISOR: (conversando com a Paralisia como personagem) Paralisia, por que você não quer que ela entre?

MONICA/PARALISIA: porque é forte demais para ela. Ela vai desestabilizar. Ela acabou de perder a mãe e, se entrar, vai mergulhar no sofrimento e pode não ajudar as pacientes e ainda ficar triste.

MONICA: sabe, não é bem isso. Não é o sofrimento o foco. Aguento a tristeza. O problema é o medo que estou sentindo. Muito medo. É ele que me paralisa. Quando olho para essas quatro mulheres, vejo quatro partes da minha mãe e tenho medo de entristecer muito e me embolar com elas. Por isso estou aqui e acho que vou precisar de umas supervisões extras para atendê-las com qualidade. Vou te contar o que vejo em cada uma:

A primeira – a Ana – é a minha mãe tentando ser mãe, sem ter tido uma mãe presente. A minha vó morreu quando minha mãe tinha sete anos. Morreu de parto.

A segunda – Júlia – me relembra quando eu e meus irmãos soubemos do diagnóstico de Alzheimer da minha mãe. Minha mãe era uma mulher inteligente, cheia das vendas e negócios, totalmente autônoma, caminhava mais rápido do que eu, mesmo idosa, era uma avó que fazia tudo pelos netos, brava, gostava de fazer uns rolos, autoritária, gostava de ser o centro das atenções, era muito ativa e agora iria se esquecer de tudo...isso foi o que senti. E atender a Júlia me faz lembrar desses anos que vivemos essa doença com minha mãe. Nada fácil.

A terceira – Beth – me lembra do meu conflito interno com minha mãe, pois ao mesmo tempo tinha muita admiração pela sua força, mas essa força também me machucava. Então, momentos de profunda raiva, diria ódio, e momentos de profundo amor e admiração.

A quarta – Janete – me faz pensar em outro aspecto da minha mãe, que era realmente uma figura *sui generis*. Com certeza, minha mãe poderia ser atriz ou contadora de histórias mirabolantes. Essa paciente, que é filha adotiva e gostaria de saber quem é sua mãe, lembra uma história da minha própria mãe, que até hoje não sei se é verdade ou não. Segundo as histórias que minha mãe contava, ela não era filha do meu vó, mas sim filha do sócio do meu vó. E o pior de tudo é que essa história veio à tona quando ela tinha 78 anos. Apareceu um homem dizendo que era irmão dela e que tinha certeza disso. Meu Deus! Pensa o drama que ela fez. Como diria Arliane: quanto drama, senhor!

E sabe, ele era bem parecido com ela. Ela sempre me dizia que achava estranho ser clara de olhos azuis, pois seus irmãos não eram assim. E ainda brincava que poderia ser “polaca” (descendente de poloneses), pois tinha o couro cabeludo vermelho. E, pasmem: o homem que veio dizer que era seu irmão era descendente de polonês. Enfim, tem uma dúvida da origem dela.

A quinta – Derci – me lembra demais uma parte complicada da minha mãe que acabei adquirindo e precisando trabalhar muito em psicoterapia. A lição de que não deveria depender de homens, a desconfiança nas pessoas e ainda a sensação de que as pessoas abandonam. Minha mãe era muito dura com ela mesma, afinal, cresceu sozinha, praticamente criou os filhos sozinha, deu estudos para os filhos sozinha. Ela queria que eu não dependesse de ninguém. Dizia: “estuda, trabalha, ganha teu dinheiro que não vais depender de ninguém. Seja a melhor no que vais fazer. Não faça como eu, que estou aqui presa nesse casamento”. No final de sua vida, ela se separou do meu pai, mas nunca se separou fisicamente, pois eles continuaram morando no mesmo terreno, contando apenas com uma parede entre eles. A Derci, então, me diz exatamente o que minha mãe me dizia.

Enfim, todas lembram a minha mãe e trazem algo em comum com a minha mãe. No fundo de tudo isso, o medo impera.

SUPERVISOR: ficamos por aqui hoje. Quero te ver amanhã, pode ser?

MONICA: Claro...

*No intervalo
Tem cheirim de
macarrão
E a barriga?
Ronca mais do que um
trovão
Quero um prato
Cê tá louco
Quero um pouco
Cê tá chato
Só um pedaço
Cê tá gordo
Eu te mordo
Seu palhaço
Olha o público
Cansado de esperar
O espetáculo não
Pode parar
(Chico Buarque
- Saltimbancos)*

*

MONICA: Oi. Vamos lá. Por onde vamos hoje? Ontem, saí muito mexida. Sempre soube da força da minha mãe na minha vida. Força tanto para a raiva quanto para o amor. Lutei muito para não ser parecida com ela e para ser vista por ela. Talvez tenha me tornado seu oposto, talvez tenha tentando fazer o papel complementar. E hoje vejo que precisei assumir muitas características dela em mim. Só assim tenho conseguido integrar, me sentir inteira. Mas sua morte física me levou para um lugar que nem sei onde é – cheio de medos. Acho que a pandemia, e o fato de ela ter morrido neste período, me deixou com muitos medos. Nunca me senti tão frágil. Nunca me senti sem

criatividade para recomeçar. Mas esse tal de luto é um processo estranho, pois fui fazendo isso ao longo do período do Alzheimer dela. Uma cena que nunca vou esquecer foi quando cheguei para vê-la e ela não lembrava de mim. Ali foi a morte e o início do luto. Quando cheguei, a princípio, teve medo da minha presença, depois me perguntou se eu era a enfermeira, ao que respondi que sim (choro). Nesse dia, fui sozinha vê-la, algo raro, pois o meu marido sempre estava comigo. Este foi, para mim, o dia da morte da minha mãe (choro). Ser esquecida...não ser lembrada. Ver a minha mãe se perder no espaço e tempo...Uma pessoa forte em todos os sentidos...sumiu, igual ao meu texto. (choro) As lembranças dela sobre mim, acabaram. Eu não existia mais para ela. Mas ela existia para mim. É uma loucura essa sensação. Uma morte em vida. A partir desse momento, comecei um luto antecipatório e confesso que, muitas vezes, rezei para que espiritualidade a tirasse daquela situação que, para ela, se tivesse consciência, seria humilhante. Uma vez ela me disse: “a pior morte pra mim foi a do teu tio – Alzheimer, a pessoa vai definhando. Não quero morrer disso.” Depois desse dia do esquecimento, minha mãe virou uma mulher que me chamava de enfermeira e era grata por cuidar dela. A última vez que a vi, ela paquerou meu marido dizendo que era um enfermeiro bonitão... Sim, ela tinha muita vida dentro dela.

SUPERVISOR: acho que sua mãe também tinha vários medos. Acho que ela também tinha medo de ser esquecida e não vista. Tinha medo de ser abandonada, tinha medo das coisas não saírem do jeito dela, tinha medo de não dar conta de criar bem vocês.

Acho que era por tanto medo que exigia tanto dos filhos e dela mesma. Mas hoje você fala de um medo que te paralisa com as pacientes. Ele também está te paralisando na vida pessoal? Será que não seria necessária uma conversa com sua mãe? Será que uma despedida não seria uma boa ideia? Afinal, a Covid não deixou vocês se despedirem. Será que não seria interessante chamá-la aqui?

MONICA: Não sei...não sinto que seja com ela que preciso falar. Ou talvez tenha medo também. Podemos deixar para outro dia?

*Medo... Terror... Pânico...
Sombra... Luz! Amparo.*

*Vinte piruetas
Trinta piruetas
Bravo, bravo
Polipiruetas
Maxipiruetas
Bravo, bravo
Sobe ao céu
Fura a calota
E tomba de bumbum
Que a patota
Grita mais um
(Chico Buarque
- Saltimbancos)*

*

MONICA: Oi. Nem queria vir hoje de tanto medo. Fiquei pensando e, sim, acho que vou topar a conversa. Mas prefiro a cena aberta, não quero fechar os olhos.

SUPERVISOR: não vou te deixar sozinha. Vou estar aqui. Então, imagina um lugar em que gostaria de conversar com sua mãe.

Cumplicidade, amparo, amor...Coragem!

Querido leitor, você já teve alguém que lhe deu mão, nas horas de puro medo?

MONICA: Na casa em que moramos na minha adolescência. A casa era de madeira, tinha um quintal com árvores. Ali morei praticamente só com meus pais. Meu irmão e minha irmã moraram um pouco conosco, depois de casados, mas foi por um período breve. Era uma casa bem movimentada e com muitas brigas.

SUPERVISOR: onde vai ser a conversa?

MONICA: na mesa redonda que tinha na cozinha. Gostava da mesa redonda. Trazia um pouco da igualdade entre todos, não tinha ponta da mesa.

SUPERVISOR: pode começar. Quem começa falando? Vai fazendo. Você conhece a técnica, fique livre.

MONICA falando com a mãe: mãe, é estranho este medo que estou sentindo. Tenho a impressão de que, depois da tua morte, se abriu uma porta para olhar para as perdas.

SUPERVISOR como Monica: e confesso, mãe, que isto me apavorou.

MONICA falando com a mãe: sim, me apavorou. Perdi também dois amigos íntimos de covid, meu sogro morreu, assim como outras pessoas muito queridas também adoeceram. O país perdeu muita gente e não consigo ter muita coragem para continuar, estou com medo. Sabe, mãe, até do presidente tenho medo, é meio louco e parece que o ódio e o medo tomaram conta do país. Parece que tudo que eu tinha certeza na vida balançou. Fiz cinquenta anos e a saúde também despenhou. Fiquei com sequelas físicas da covid. Me dei conta de que a juventude realmente acabou e que agora a responsabilidade de cuidar de mim e de quem está nas gerações abaixo de mim é exclusivamente minha. Agora sou o topo da hierarquia.

SUPERVISOR como Monica: e isso me apavorá...

MONICA falando com a mãe: sim...estranho, sempre tive a sensação de que você não cuidava muito de mim. Pouco me levou a médicos, não queria que eu usasse óculos para não atrapalhar a estética. Muito louca essa contradição dentro de mim. Se você não cuidava tanto, por que hoje tenho medo de ter que me cuidar? Acho que porque sempre fiz de tudo para ser do contra. Tu já falavas isso desde que eu era pequena. Sim, me formei tentando te provar que estavas errada e que tinhas que olhar para mim e pedir, ao menos uma vez, desculpas. Nunca pediste.

SUPERVISOR COMO MONICA: e isso me prendeu a você...

MONICA falando com a mãe: sim, busquei uma vida escutar de ti que eu estava certa em algo ou que você dissesse desculpas eu errei. Aff! Nunca. E

não vi o quanto fiquei tentando ouvir isto. Sabe, o Vitor agora é pai de uma linda menina com um nome que a senhora vai amar – Anastácia, forte não é? Dizem que ela é bem parecida comigo. Mas tenho medo do mundo que ela vai enfrentar.

SUPERVISOR como Monica: e se eu não voltar a ter coragem, como vou ajudar a criar a minha neta?

MONICA falando com a mãe: o Cris está bem, estamos bem. Os meus irmãos estão vivendo também... Mas este medo não me larga. Estou fazendo uma reforma em casa. Sei o que tu vais dizer: “outra? Já te falei, a gente morre e fica tudo aí. Estas coisas materiais não vão pro caixão com a gente. Vai estudar, trabalhar, comprar umas joias, se vestir bem, viajar, fazer coisas pra ti, garota”. Mas não estou conseguindo, paralisei. Estou com medo de perder tudo e todos. Foram nove anos com muitas perdas, estou com medo de voltar a investir. Com medo de não conseguir terminar a reforma da casa externa e da interna. Afinal, mãe, agora é só para mim. Não te devo mais nada, não tenho que te provar mais nada, não vou escutar as desculpas, não tenho que pagar mais nada para ti.

SUPERVISOR COMO MONICA: e isso me dá medo. Agora as escolhas são minhas e nem sei o que quero.

MONICA falando para a mãe: realmente, me sinto vazia. Sem identidade, desconfiada, sem vontade de gerar novos projetos ou continuar os antigos. Parece que tudo que era originalmente meu fui abandonando ao longo dos anos para fazer o que era originalmente seu. Tão diferente e tão parecida. Tornei-me novamente caótica indiferenciada, como diria o Psicodrama. Mas sabe, mãe, meu psicoterapeuta de grupo me disse que esta poderia ser uma grande oportunidade para

descobrir quem sou, um renascer. E acho que é isso. Preciso te dizer quem sou e não quem tu gostarias que eu fosse. Preciso me separar de ti para te deixar ir e também para que eu possa seguir. Tenho consciência de que muitas coisas de que eu gosto aprendi contigo, mas hoje quero fazê-las do meu jeito e não do teu. Não ficarei mais presa a ti, ao teu olhar de reprevação ou aprovação, não preciso mais brigar para ser respeitada e/ou vista, não preciso ser o máximo em tudo e sentir no final que só fiz minha obrigação e que ainda não está bom. Mãe, preciso te dizer também que você foi uma mãe adequada, batalhadora, forte, que me ensinou princípios éticos e valores morais importantes. Com certeza, tu odiarias o Bozo! Não vou ser mentirosa e te dizer que tu eras a melhor mãe do mundo, nós duas sabemos que não. Mas isso também me fez ser quem eu sou. Obrigada por me ensinar a ter força para a ação, por me mostrar, de um jeito bem torto, que sempre se pode recomeçar, por me ajudar a desenvolver o gosto pelos estudos, por me ajudar a desenvolver a habilidade de concentração – mesmo que o mundo esteja caindo lá fora – por me ensinar o que entendo ser a minha melhor qualidade, ou seja, ser criativa, pois isto me ajuda a achar saídas para as situações e também criar projetos interessantes e ainda me levou para a arte, por tudo, mesmo os aspectos que considero não tão bons que ficaram em mim – obrigada do fundo do meu coração.

SUPERVISOR: acho que não vou te pedir para inverter o papel com ela. Sabes que ela está ali escutando.

MONICA: sim, sinto que ela está escutando e que hoje ela me daria razão em várias questões. Isso basta.

SUPERVISOR: gostaria, então, que você falasse para esta outra parte da Monica que está aqui com medo, que sente a falta da mãe, que perdeu a identidade, que esqueceu seus projetos, seu brilho e perdeu sua energia. Depois de falar tudo isso para sua mãe, o que você diria para esta Monica?

MONICA para Monica com medo: primeiro, quero que tu saibas que também tenho medo – e acho que sempre terei. Sabe, os períodos de transição são difíceis, às vezes longos demais, e parecem insuportáveis. Mas talvez isso seja a vida, períodos de estabilidade e transições. Quem não muda não retira o excesso que a vida vai colocando e vai se tornando cada vez mais pesado. Mudanças e transformações são processos necessários para a vida com mais qualidade. Mas, voltando ao nosso período de transição, este especificamente está se encerrando, mas claro que outros virão. Ainda vai mais um pouquinho de tempo para o platô da estabilidade aparecer. Para que consigas seguir de uma maneira mais tranquila, quero que tu lembres dos outros momentos de transições, vamos lá: quando você engravidou com 20 anos e morou na casa da sogra, quando se separou, depois quando você soube da síndrome genética que tens, a decisão de largar as universidades e ser profissional autônoma, todo o período do Alzheimer da sua mãe, a morte do seu pai, as brigas de família, as cirurgias, a saída do consultório para a clínica, entre outros. Todos foram períodos de transformações, de balanço no estoque: o que serve e o que não serve mais. Lembra, então, que tua mãe te mostrou que recomeçar sempre é possível. Vais sair desse lugar mais madura.

MONICA com medo para Monica: e se?

MONICA para Monica com medo: e se...conjunção de condição, diria o meu marido. Olha ao redor. Vamos, me dê a mão, vamos fazer um novo show, usar novos brilhos, assumir novos personagens e papéis. Chega de saltimbancos. Chega de correr atrás do “Bravo, Bravo” a qualquer custo. Escuta aqui o final da música:

“Maxicambalhotas. Ai, minhas costelas. Já tô vendo estrelas. Bravo, bravo. Ai, minha cachola. Não tô bom da bola. Bravo, bravo. Lona... nuvens. Tomba no hospital. Uma pírueta. Uma cabriola. Uma cambalhota. Não tô bom da bola. E o pessoal, Delira... Maxipirulito... Ultravioleta... Bravo, bravo!”

Chega querida! Veja que os coitados no final só se dão mal. Nunca param, nem quando estão machucados e com fome. Esta é a hora de se alimentar dos afetos que sabes que tens e também momento de cuidar dos machucados para que possamos renascer e continuar fazendo shows, mas com chão fértil, com base sólida e dentro do seu desejo atual. Desejos também perdem a validade.

SUPERVISOR: o que você diria para cada paciente que você trouxe para a supervisão?

MONICA: primeiro, obrigada por me fazerem mergulhar nesta dor narcísica da perda de um pedaço de mim. Depois, diria a cada uma que estou aqui, firme, para entrarmos nos barcos das travessias e transições que elas precisam fazer. Estou de mãos dadas agora, e assim, podemos subir no barco, pois agora tenho força para ajudar a remar.

*A vida tem sons que
pra gente ouvir
Precisa aprender a
começar de novo
É como tocar o mesmo
violão
E nele compor uma
nova canção
Que fale de amor
Que faça chorar
Que toque mais forte
Esse meu coração
Ah, coração
Se apronta pra
recomeçar.
Ah, coração
Esquece esse medo
de amar de novo.
(Roupa Nova)*

*

O medo é uma emoção básica do ser humano. Mas, em nossa sociedade, aprendemos que ele é prejudicial e que sempre devemos vencê-lo. Ele faz parte das nossas sombras, daquilo que temos medo de enfrentar ou mesmo vergonha de assumir. Inclusive, penso que, nos consultórios de psicoterapia, às vezes, ele é pouco explorado.

Em uma aula que ministrei junto com o Cristiano dos Passos articulando o medo e o gótico na literatura, fizemos um trabalho de entregar máscaras aos alunos antecipadamente para que eles construíssem seus monstros do medo. A aula foi belíssima! Tivemos personagens incríveis: a Raivuela, a Demônia, entre outros, que ajudaram a compor um filme de terror em cena.

O depoimento dos participantes foi incrível e se resumiu ao seguinte: quando olhamos para os monstros na luz, eles ficam engraçados e, por vezes, pequenos, bem menores do que aqueles que temíamos.

O medo, então, é um grande auxiliar na preservação da nossa vida e, principalmente, da nossa saúde mental. Muitas vezes, não o ouvimos e ele acaba realmente nos paralisando, aterrorizando, causando ansiedade em excesso, nos trazendo insônias e outras sintomas. Quando comecei este texto, caros leitores, não sabia onde iria chegar, só queria falar da minha mãe. Entretanto, fui percebendo que a ator principal deste momento de vida é o medo. Estou dando a mão para ele e prestando bem atenção na dobradinha medo-desejo. Eles andam muito juntos. Hoje desejo, mesmo com medo, seguir em frente, fazendo as mudanças necessárias, ficando ao lado das pessoas, projeto e locais que estão sendo escolhas minhas. Perder os pais é ficar sem o chão conhecido. É uma parte da nossa história que surgirá apenas nas lembranças. Mas a vida se renova como aquele grupo psicoterapêutico que passou por tantas mortes e hoje tem um lindo bebê e novas pessoas para fazer girar a roda da vida.

E agora? Já ouviu seu monstro do medo hoje? Chama ele para jantar, bate um papo, dá mão para ele e segue em frente.

Como disse Eliane Brunn: O ponto final de quem conta nunca é o fim, apenas o início”. Um novo início.

*Eu perdi o meu medo, o meu medo
O meu medo da chuva
Pois a chuva voltando pra terra
Traz coisas do ar
Aprendi o segredo, o segredo
O segredo da vida
Vendo as pedras que sonham
Sozinhos no mesmo lugar*
(Raul Seixas)

INCONCLUSÕES

Agora, depois de um longo caminho, viramos um coletivo, uma voz única, uma voz forte que ficará registrada nesta obra para todo o sempre, mesmo depois do lançamento no qual todos voltarão para as suas vidas individuais. Mas, enquanto isto não acontece, essa voz única quer se apresentar.

Me chamo *Traços e Ensaios*. Quero contar um pouco, para você leitor, como foi para mim escrever este livro do qual não tiro nenhuma conclusão a não ser a inconclusão. O que escrevi aqui é só um pouco de vida, um pouco de arte para manter a tal da saúde mental. Queria lhe perguntar como vai a sua, mas se começarmos a conversar, isto aqui nunca acabará. Então vou te contar um pouco de como foi para mim todo este caminho. E talvez, no final de tudo... possa chegar a alguma conclusão... ou não... e a vida segue.

A construção de cada parte deste livro foi uma tarefa excitante! Com grande satisfação recebi o convite para participar da composição deste escrito e me senti muito honrada e feliz pelo convite, porém, confesso que foi um grande desafio. Sou grata por participar deste projeto, pois pela primeira vez meu texto foi de uma forma que busco há tempo: um pouquinho da poesia de se trabalhar com a clínica, das dores e dos amores de se envolver nas histórias sem medo de sentir. Além disso, senti-me honrada ao receber o convite para colaborar na elaboração, pois admirava muito os profissionais que organizaram e conheci outros tantos competentes de diversas áreas. Pela primeira vez, considerando as reflexões e condições que geraram a ideia da presente obra, decidi escrever, pela primeira vez, de um ponto de vista quase confessional, o que – admito – me levou a experimentar sentimentos confusos e contraditórios, porém, não tão angustiantes quanto aqueles que pretendia expor na minha escrita e que, de alguma forma, precisavam se concretizar.

A satisfação veio por tudo isso, porém principalmente por ter me proporcionado a experiência que há muito desejava, ou seja, juntar duas coisas que amo: a arte e a clínica.

Mas, escrever, acho que para todos, sempre é algo desafiador e excitante. Gosto de pensar esse ato como um processo de desejo, como experimentação e produção inventiva. Busco nas minhas produções fabular com a vida cotidiana como força de criação resistindo às significâncias, às imagens prontas, às imagens postas que despotencializam a vida enquanto fluxo de criação, enquanto fluxo de desejo. Aqui, tento buscar o prazer das emoções eróticas que estão conectadas com vários outros aspectos importantes da vida, aquele prazer que nasce da satisfação de ter conseguido me tocar e tocar o outro. Baseei-me naquilo que provoca sensações diversas a partir das experiências dos personagens que preenchem a mente. Essa excitação e desejo me fazem pensar nas infinitas possibilidades de se viver e trabalhar com temas tão interessantes que aqui neste livro passaram, como por exemplo a sexualidade.

Preciso ainda colocar que a escrita foi curativa e libertadora! Fez parte do meu processo de autoconhecimento – o trecho de um caminho trilhado em busca de partes minhas. Por meio dele entrego, com grande afeto, um pedaço de mim! Mas, o processo foi lento e árduo, porém também extremamente terapêutico. Por meio dele, pude expor e explorar uma parte importante de mim que está em constante elaboração. Confiei na parceria aqui desenvolvida. Não soltei a mão de ninguém! E fiz este livro com muito carinho para todos que irão abrir suas páginas possam se encantar e se encontrar nos contos, ensaios, artigos, poemas e desenhos que nele estão.

No meio deste caminho, algumas pessoas perguntaram: afinal, como você faz para não se envolver nas histórias aqui contadas? Respondi: Ué, mas se eu não me envolvo, como vou conseguir ajudar? Trazer esse texto à tona foi trazer um pouquinho de mim e um pouquinhos dos outros.

Ao fim e ao cabo, a experiência me trouxe um necessário descolamento de mim mesmo para me encontrar alhures, nas letras, nas palavras e nos sons que me constituem, enfim, naquilo que fez de mim a pessoa que (acho que) sou. Foi, em suma, uma recriação necessária de mim mesmo a partir dos meus próprios fragmentos e medos no momento em que eu mais precisava me encontrar e me remontar – uma experiência fantás(má)tica! Espero, enfim, que as identificações que venha de algum modo a ter com qualquer parte deste escrito, possa ajudar você, leitor ou leitora, com a aceitação e com a ressignificação dos papéis que lhe deram e que isso possa ajudá-lo a abrir novos caminhos para sentir e questionar se você ainda quer estar nesses lugares, nessas relações com esses sentimentos que hoje carrega. A vida se faz de traços e ensaios e podemos transformá-la numa linda dança.



**A Vespa amolece
zunindo todo um outono.
No inverno, falece.**

Atenciosamente,

Wesley Dinali *Christian Duarte*
Nahili *Liliane C. da Silva* *Marla*
Gislane *Simone Holze*
Paula Paula *Marlara Oliveira*
Gislene *Monica Duarte*
Vanessa da Silva *Monica Duarte*

Marla

ÍNDICE REMISSIVO

A

abordagem fenomenológica-existencial-dialógica 49
abordagens 11, 16, 32, 34, 35, 49, 252
aceitação 162, 282
acessos de raiva 158
acolhimento catártico 28, 31, 39
adolescência 136, 146, 173, 178, 185, 205, 271
adolescente 136, 178, 180, 205, 214, 260
afeto 165, 197, 206, 210, 211, 281
aisthesis 12
ampliação de awareness 49, 50
angústia 11, 35, 41, 43, 60, 127, 172, 204
arte 10, 11, 12, 13, 14, 16, 20, 38, 45, 50, 60, 63, 65, 73, 93, 94, 95, 198, 195, 204, 211, 232, 243, 244, 245, 256, 274, 280, 281
arte dos sons 10
artista 12, 15, 19, 21, 73
árvore 61, 74, 78, 81, 86, 148, 229, 233
atenção psicossocial 17
atendimentos terapêuticos online 16, 28, 31, 37
autofiliação teórica 13
autor 10, 12, 14, 15, 25, 35, 45, 48, 49, 123, 127, 168, 244, 256
awareness 49, 50, 56

B

bagagem emocional 158
ballet clássico 184

C

casais 17, 18, 21, 97, 98, 99, 100, 101, 102, 103, 104, 105, 107, 108, 109, 110, 113, 115, 116, 117, 119, 120
casais heterossexuais 97, 110

casas de swing 98, 103, 104, 105, 109

choros convulsivos 158
ciências humanas 16
cirurgia de redução de estômago 186
clínica 16, 17, 21
clínica gestáltica 16, 48
clínicas psicoterapêuticas 10
colaboração 15
coletivo 13, 15, 26, 173, 256, 280
compulsões 189
comunicação 30, 36, 115, 163, 164, 211
conflito central 63, 64
conflitos internos 49
consciência de si 49
consciência perceptiva 49
consentimento 97, 104, 109, 112, 115
conteúdo latente 48
conteúdo manifesto 48
corpo 13, 14, 20, 25, 38, 45, 54, 57, 105, 108, 112, 120, 144, 147, 186, 189, 194, 195, 200, 215, 242, 252, 254, 258, 259
cotidianidade 10
Covid-19 60
criação 11, 12, 33, 35, 48, 199, 255, 281
criação humana 48
criatividade 28, 30, 33, 34, 35, 36, 44, 269
crise de ansiedade 60
críticas 99, 160, 162, 163, 164, 167, 171, 180, 213
cruzeiros em navios 98

D

desafio 30, 44, 166, 169, 243, 245, 280

- desafios profissionais 158
descendentes 183
descobertas 19, 33, 202, 219, 222, 232, 245
desenhista 15
diálogo 113, 114, 169, 217
dieta 183, 184, 185, 186, 212, 248
dinâmica 94, 169, 179
dor 55, 93, 124, 157, 159, 166, 188, 189, 222, 229, 232, 233, 234, 235, 239, 250, 253, 276
dores 20, 56, 165, 186, 188, 189, 198, 217, 228, 243, 262, 280
dramas 10, 209, 256, 257
dramatização 49, 160, 161
- E**
- educação 18, 194, 208, 226, 231, 232, 233, 234, 236, 237, 239, 241, 245
elaboração 14, 50, 61, 220, 263, 280, 281
emergências emocionais 190
emoção 14, 54, 55, 56, 76, 83, 92, 130, 158, 162, 163, 188, 213, 216, 223, 265, 277
empatia 50
entrevista 64, 74, 86, 94
epistêmica 13
escrever 11, 28, 166, 178, 195, 196, 201, 204, 206, 208, 219, 220, 251, 256, 280, 281
escrita 11, 13, 20, 21, 95, 106, 161, 167, 200, 213, 215, 219, 220, 221, 226, 227, 254, 280, 281
estética 12, 18, 272
estética da existência 18
estilo de vida 96, 97, 100, 105, 111, 115, 116, 117
estranhamento 11
estranho 11, 24, 26, 63, 104, 124, 173, 238, 258, 260, 267, 269, 271, 272
estratégias de enfrentamento 60
estudos de gênero 16
ética 18, 50, 94
exames 187, 189, 190
existência 10, 14, 18, 48, 49, 177, 216, 253, 256
experiência 11, 12, 13, 14, 16, 18, 30, 32, 33, 34, 35, 36, 40, 44, 45, 48, 51, 52, 60, 61, 63, 65, 93, 109, 116, 151, 172, 176, 215, 219, 281, 282
experiência artística 12, 63
experiência nas artes plásticas 60
experiência poética 13
experiências criativas 48
expressão 11, 63, 103, 125, 159, 199, 204, 228, 238, 256
expressão da subjetividade humana 63
expressões metafóricas 49
- F**
- família 17, 73, 111, 123, 184, 203, 226, 232, 233, 236, 250, 252, 275
fantasias 11, 98, 102, 197, 205, 209
festas juninas 185
festas privadas 98
ficação 11, 110, 199, 217
filosofia 10, 16, 18, 45, 204
Filosofia da Educação 18
fraqueza 188
função fraterna 14
- G**
- Grupo do Self do Terapeuta 167, 179
guerra de Tróia 168
- H**
- habitos 183, 184, 189
heroína hebreia 18
- I**
- identidade 116, 173, 211, 273, 275
identificação 48, 93, 94, 169
infamiliar 11
infidelidade 97, 104, 114, 117
insegurança 33, 163, 172, 173
instabilidade 158
instrumentos de intervenção 62

- integração 14
interatividade social 60
interrupção projetiva 50
intimidade emocional 97
intimidade sexual 97
irmãos 183, 184, 233, 234, 266, 267, 273
- L**
liberdade 18, 28, 30, 33, 34, 35, 36, 42, 44, 53, 55, 67, 103, 107, 146, 201, 233, 236, 237, 256
lockdown 60
luta 183
- M**
metáfora para conflitos inconscientes 63
metáforas 50, 63
metafóricas 48, 49
mitologia grega 168
monogamia emocional 97, 104
monogamia sexual 97
movimento punk 18
música 10, 15, 16, 19, 20, 57, 84, 126, 163, 191, 199, 202, 203, 204, 205, 207, 211, 212, 276
- N**
narcisismo defensivo 15
narrativa 11, 94, 219, 221, 258
neurociência 16
nutricionista 188, 189
- O**
obesidade 19, 183
obra de arte 12, 38, 65
organização subjetiva 14
- P**
pacientes 28, 33, 34, 39, 44, 158, 160, 162, 163, 209, 264, 265, 270
pandemia 14, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 36, 37, 39, 41, 42, 43, 44, 45, 60, 61, 87, 93, 95, 213, 216, 247, 251, 263, 268
- pânico 60, 242
pedagogia 18, 19, 245
pediatra 183
perfeccionismo 175
performance 16, 202, 211
personagem 39, 63, 64, 73, 108, 110, 112, 168, 169, 172, 173, 175, 179, 211, 221, 255, 256, 262, 263, 265
- pessoas gordas 184
pinturas artísticas 17, 60
poeta 16, 72, 126, 154, 227, 237
poiesis 11
polaridades 50
política 16, 204
preconceito 100, 111, 184
processos existenciais 14
processo terapêutico 19, 52, 62, 162, 177, 179, 219, 225
produtividade 158
protagonista 87, 91, 92, 169, 211
psicanalista 16, 48, 244
Psicodrama 16, 210, 273
psicóloga 16, 21
psicólogo 62, 64, 94, 252
psicoterapêutico 17, 32, 45, 58, 60, 61, 62, 63, 64, 94, 222, 255, 278
psicoterapia 10, 15, 32, 52, 62, 63, 64, 116, 191, 193, 199, 200, 201, 202, 203, 206, 210, 212, 213, 216, 223, 224, 250, 258, 262, 265, 267, 277
- público de alto poder financeiro 98
- Q**
quarentena 60
- R**
racionalidade 14, 158, 224
rede sociométrica 14
reflexiva escrita 13
relação estável 52, 97, 98, 115

- relações pessoais 15
- relações sexuais 97, 99, 101, 104, 110, 112, 115
- repertório teórico 62
- S**
- saúde 14, 46, 57, 60, 87, 110, 137, 186, 187, 188, 190, 193, 212, 250, 253, 263, 272, 278, 280
- saúde mental 14, 60, 250, 263, 278, 280
- sensação de desamparo 60
- sensibilidade 12, 14, 15
- sensível 12, 13, 35, 36, 38, 193
- ser 11, 12, 14, 15, 20, 24, 26, 27, 32, 33, 34, 36, 37, 38, 40, 41, 44, 45, 49, 51, 53, 54, 55, 57, 58, 61, 62, 63, 77, 79, 81, 82, 85, 87, 88, 92, 94, 97, 98, 101, 102, 103, 105, 107, 108, 110, 111, 113, 116, 117, 129, 135, 137, 141, 143, 145, 151, 160, 161, 162, 163, 169, 170, 171, 174, 178, 180, 184, 185, 187, 191, 193, 194, 195, 196, 197, 198, 200, 202, 203, 205, 206, 207, 208, 214, 215, 216, 217, 219, 222, 223, 224, 225, 226, 227, 229, 230, 231, 233, 234, 235, 236, 239, 240, 241, 242, 243, 244, 253, 254, 255, 257, 258, 260, 261, 262, 263, 266, 267, 268, 269, 271, 272, 273, 274, 275, 277, 280
- seres de linguagem 11
- serviços essenciais 60
- sexualidade 16, 18, 98, 111, 118, 119, 120, 281
- sibutramina 186
- significado 26, 36, 49, 168, 211, 226, 227, 228
- significante 12
- silêncio 10, 11, 151, 241, 245
- ícones 50, 79, 195
- singles 98, 103, 104
- sonhos 26, 48, 49, 50, 57, 58, 73, 191, 239
- superação 40, 92, 196, 230
- swing 17, 96, 99, 107, 119, 120
- T**
- tecnologia 28, 33, 35
- telas artísticas 60, 63
- terapeuta 10, 15, 17, 28, 29, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 39, 40, 49, 50, 51, 58, 95, 116, 117, 169, 170, 174, 176, 186, 187, 189, 212, 214, 220, 222, 228, 252
- terapia 10, 49, 52, 53, 55, 58, 87, 88, 93, 116, 158, 159, 161, 164, 186, 187, 188, 189, 190, 207, 208, 234, 259, 265
- Terapia Relacional Sistêmica 18, 20, 21
- transformação 19, 219, 239
- V**
- vida real 50
- visão 11, 73, 169, 213, 227, 237, 244
- visualidades 16
- vulnerabilidade 209
- Z**
- zona de conforto 80, 166, 228

www.PIMENTACULTURAL.com



Tracos e ENSaios

POÉTICAS E ESTÉTICAS CLÍNICAS