

O Cuidado e a Pólis em Tempos de COVID-19¹²

Michela Gecele and Gianni Francesetti



Nós publicamos este artigo no blog de psiquiatria italiana, pol.it, em 7 de março, no início da emergência do COVID-19 na Itália. Sentimos a necessidade de compartilhar nossos sentimentos e pensamentos com uma comunidade mais ampla. Estamos fazendo o mesmo agora tentando alcançar você com essa publicação online.

Filhos da época

(...)

Querendo ou não querendo,
teus genes têm um passado político,
tua pele, um matiz político,
teus olhos, um aspecto político.

O que você diz tem ressonância,
o que silencia tem um eco
de um jeito ou de outro político.

(...)

Wisława Szymborska
(trad. Regina Przybycien)

¹ Traduzido por Gustavo Dias dos Passos e por Vanessa Santos Liberal, alunos do projeto de extensão “Plantão Psicológico”, do Departamento de Psicologia – FAFICH/UFMG, coordenado pelo Prof. Dr. Paulo Evangelista e pela Prof^a Dr^a Claudia Lins Cardoso (revisores do texto).

² Texto em inglês: <https://www.ipsig.it/la-cura-e-la-polis-al-tempo-del-coronavirus/>
Texto original em italiano: <http://www.psychiatryonline.it/node/8455>

Dias frenéticos, literal e metaforicamente, dias febris. Gianni deveria estar em Kazan lecionando em um seminário agendado, como muitos outros seminários, três anos atrás. Michela antecipou sua volta da turnê de lançamento de seu último livro. Seminários no exterior, agendados há muito tempo sem qualquer preocupação, foram cancelados. Seminários que fazem parte dos treinamentos internacionais de psicopatologia em Turim estão cancelados. Treinamentos básicos em psicoterapia não podem continuar face a face. Estamos tendo que descobrir novas maneiras de ensinar e de aprender para os nossos alunos italianos.

Atividades diárias normais, ambas no Serviço Público de Saúde Mental e na Clínica Central Mattia Maggiora, estão canceladas ou estão online, assim como grupos de supervisão e reuniões de equipe. Tudo o que tínhamos como certo até ontem, ou até mesmo até poucas horas atrás, mudou. Sim, porque os relatórios médicos e de segurança chegam e mudam os cenários, não mais em dias, mas em algumas horas ou até mesmo em minutos. Contatos anteriormente garantidos, que antes nos davam suporte – e nos limitavam - sem que precisássemos pensar a respeito, agora estão cancelados. O chão treme, às vezes colapsa como um terremoto.

Nós escrevemos e nos comunicamos uns com os outros porque precisamos, uma necessidade que nos envolve e nos ultrapassa. Uma forma de expressarmos as vozes do campo e de ouvirmos uns aos outros e de nos tocarmos, ao menos virtualmente. Nós percebemos uma responsabilidade, primeiro por nossos pacientes e alunos com quem vivemos este momento, mas também com a comunidade mais ampla, que inclui todos os seres humanos. Portanto, queremos tecer, ou ao menos alinhar, a textura narrativa que cria os fios - mesmo que somente no ar ou no éter - a fim de costurar, para manter unidas essas ressonâncias afetivas que, de outra forma, permaneceriam caóticas. Nós queremos criar uma oportunidade para que as experiências de todos possam se sedimentar e amadurecer, não em memórias solitárias ou idiossincráticas, mas em memórias compartilhadas e rastreáveis. Nossa tentativa é de tecer uma 'personalidade social', para reunir as experiências que, talvez, caso contrário, permaneceriam como fragmentos individuais sem conexão, sem base ou sem suporte. Chocante. Pânico é, por definição, um sentimento opressor, que não está contido nessa fronteira entre as dimensões individuais e sociais que nós chamamos de personalidade. Não está con-tido (do latim *continēre*: con - tinere, para-se-segurar): usamos esse verbo em um duplo sentido de segurar-com-o-outro e de ser o tecido-que-segura. Narrar e compartilhar com os outros cria figuras invisíveis, mas muito eficazes para manter-juntos e suportar-juntos. O solo fértil é terreno comunitário. Sempre narramos com este fim. A maneira de nos expressarmos é conectar nossa *experiência* à teoria. Mais uma vez, encontramos confirmação e um

entendimento para a nossa experiência nos referindo às teorias já construídas. Essas teorias, por sua vez, vêm da experiência, através de um caminho curricular de impulso e de pressão.

A fim de expressar o que sentimos e vemos nesses estranhos dias de corona vírus, nos apoiamos em dois trabalhos diferentes, mas complementares. O artigo sobre experiência bipolar escrito pela Michela no livro *L'altro irraggiungibile*³ (em parte recuperado no *Gestalt Therapy in Clinical Practice*⁴) e em todo o trabalho interdisciplinar do Gianni sobre atmosferas, recentemente publicado em *Psychopathology and Atmospheres*⁵.

Por que escolhemos esses dois textos?

Inserimos aqui o link para poderem ler ou reler os textos a que nos referenciamos, de modo que cada um possa formar uma opinião pessoal: www.ipsig.it. Mas aqui gostaríamos de conectar os conteúdos desses dois textos com aquilo que estamos experienciando aqui e agora.

A ideia da experiência bipolar apresentada no capítulo supracitado é de uma experiência que atravessa e precede a psicopatologia e envolve todos os parâmetros fundantes da experiência humana: o tempo, o espaço, a ferida, o senso de limite, a necessidade de ir além, o suporte e a falta de suporte, a necessidade de um relacionamento e, frequentemente, a dificuldade de vivê-lo. E então, há uma ideia muito simples que condensa tudo isso. A ideia de que os episódios de mania ou de hipomania, a experiência de bem-estar, de excesso, de desafio, de ultrapassar, de ousar, de assumir riscos, dependem de uma relação favorável entre energia e limites: eles dependem da dissolução do que a Gestalt chama de *introjeções*, em um sentido duplo de tijolos, os quais definem e estabelecem os critérios e os conteúdos da experiência, mas também as limitações da experiência em si.

Neste tempo de corona vírus, por que nos importamos com isso? Não pelo aspecto do contágio, naturalmente, mas porque, como dissemos no início e como todos estamos experienciando, neste período, estão explodindo muitas das nossas certezas, hábitos diários, rotinas diárias, modos de viver tidos como garantidos. Estão se dissolvendo.

Essa dissolução de contatos tidos como garantidos, por definição, produz energia que se libera e que não está mais vinculada a padrões pré-formados e já não é mais aprisionada ou contida neles. Em tudo isso, como em cada experiência que poderia nos fazer entrar na ampla gama de experiências

³ Traduzido para o inglês como *Absence is the bridge between us. Gestalt therapy perspective on depressive experiences*. Itália: Ist. di Gestalt HCC, 2015.

⁴ Itália: Ed. Franco Angeli, 2013.

⁵ Cambridge: Cambridge Scholars Publishing, 2019.

maníacas e hipomaníacas, há risco, limites e potencialidades. Nos primeiros dias desta “novidade” em curso, qualquer um de nós poderia ter sentido um aumento estranho e paradoxal de energia, de excitação, quase de um bom humor, de euforia. Não é estranho. Não estamos doentes. Nós simplesmente sentimos a energia liberada de uma vida diária que se rompe e se dissolve. Nós podemos tocar o espectro inteiro de experiências maníacas e hipomaníacas, com seus riscos, limites e potencialidades. Por outro lado, outras pessoas, ou todos nós, podemos ter entrado num tipo de impasse depressivo no qual nos sentimos bloqueados por medos, por palavras alheias, por velhas angústias e alertas atávicos que ocupam o espaço do encontro e impedem a experiência.

Nós não queremos atribuir valor positivo ou negativo para esse contínuo processo em curso. Sobretudo, não queremos fazer nenhum julgamento ou atribuir um valor psicopatológico, nem dar interpretações ou soluções. Simplesmente, como costumamos fazer em nossas práticas clínicas e nas formações, gostaríamos de ressaltar os riscos e as possibilidades desse e de cada momento da vida, de cada período, positivo ou negativo, simples ou difícil. Esta é a pequena tarefa que tentamos levar adiante com vocês. Tecer os fios que costuram e sustentam a experiência, encontrar sentido, sedimentar memórias, dar suporte à assimilação, produzir presença.

Uma palavra-chave neste capítulo sobre mania e também sobre toda a teoria e prática da Gestalt é “suporte”: a questão é que tipo de suporte precisamos para não sermos dominados pelo medo e que tipo de suporte também precisamos para captarmos a potencialidade de um momento que estará, e já está, para a melhor ou para a pior, mudando muitos aspectos e pressupostos sobre nossa vida diária e sobre o futuro. Pode haver muitas formas de suporte e esta é definitivamente uma delas, ao menos para nós: expressar o que estamos vivenciando e pensando, compartilhar isso com vocês, esperar seu feedback, como parte de um diálogo contínuo mais amplo. Dar sentido - não justificativas ou soluções - ao que estamos vivenciando, para encontrar, vislumbrar, caminhos a tomar, ainda que dolorosos ou exaustivos. Deste modo, podemos dar o primeiro passo que nos constitui como seres humanos: nós criamos um mundo comum. Pertencer a um mundo compartilhado não é mais imediato, garantido, óbvio em uma emergência. Por isso, estamos escrevendo para vocês.

Neste momento, conectamos com o outro fundo teórico, e não por acaso o chamamos de fundo: aquele que se refere às atmosferas. No final de fevereiro, nós voltamos para a Itália do exterior e encontramos um outro mundo. Primeiramente, antes de qualquer relato ou evento, ela foi percebida como uma atmosfera diferente: tensa, flutuante, suspensa. Algo no ar mantinha todos nós com a respiração suspensa. Atmosferas que emergem através de nós e nos levam, as quais

simultaneamente compreendem e atravessam nossa hipotética singularidade. Há um bom tempo sabemos que em Gestalt-terapia a relação precede a pessoa, que os campos social e relacional precedem os seres humanos singulares e contribuem para sua formação. Agora nosso desafio teórico e experiencial é abordar as atmosferas de modo que possamos perceber e sentir os movimentos do campo relacional, social, humano e não-humano. O afeto que circula entre nós e entoa, dá o tom para nossos sentimentos. Dessa dimensão emerge nossa experiência.

Quantas vezes nestes dias temos sentido ou pensado que estamos vivendo em um filme, em uma obra literária com uma atmosfera precisa, em uma distopia montada por outros. É uma maneira criativa de dar uma forma familiar para as atmosferas que estamos experienciando, um enquadre com o qual podemos entender e nos conectar. O que acontece, de uma maneira condensada e predeterminada, quando assistimos a um filme, na nossa experiência de expectadores e participantes de todos os tipos de arte, é o mesmo que na vida real, que também é um tipo de obra de arte que nos atravessa com suas próprias atmosferas. Mas o filme termina e saímos do cinema: então percebemos - de uma maneira imediata - que nós estávamos dentro da história do filme. Tremendo, tendo esperança, odiando, amando, apertando os braços das poltronas enquanto o protagonista estava em perigo extremo. Então, saímos do cinema, conversamos, comentamos, rimos, criamos uma censura da experiência cinematográfica, criadora das atmosferas nas quais estávamos imersos. Nós nos diferenciamos e nos distanciamos. Quando falamos sobre ele, não importa se temos opiniões diferentes sobre o filme ou acerca do trabalho artístico, criamos novos fios que sustentam a experiência. O filme se torna memória, nós podemos virar a página e ir a uma pizzeria.

Isso é o que acontece quando o filme termina. Durante, estamos imersos, presos e nossos pensamentos, nossas sensações e emoções emergem da película. Mas e se não for um filme? Nós simplesmente não podemos sair do cinema e, então, temos que aprender a viver ali, a habitar naquela atmosfera. E aqui está a passagem fundamental: sermos capazes de nos tornarmos *aware* das atmosferas que estamos experienciando. Caso contrário, somos apenas jogados nela. Perceber o poder das atmosferas nos permite reconhecê-las e isso nos permite não sermos submetidos a elas, de não as tornar surpreendentemente circulares e amplificá-las. A ciência é uma grande ajuda pois é o *grande diferenciador*; seu ponto de vista é independente, objetivo, impessoal, quantitativo. Por isso, é a *grande salvadora* em tempos de emergência. Mas isso não é suficiente. Primeiramente, a ciência cria atmosferas específicas das quais precisamos estar aware: atmosferas científicas transcendem a subjetividade e podem se tornar desumanas. Há tantos exemplos disso na história,

mesmo as ações extremas dos médicos nazistas “para o bem da ciência”⁶. A ciência não é suficiente, pois pode ser um ponto de referência autoritário, desde que tenha algo exato ou ao menos provável a predizer. Há muito mais em jogo na vivência, na angústia, no medo, na incerteza, nas rápidas mudanças dos cenários, que não é suficiente simplesmente manter o leme reto seguindo a ciência. Sejam claros: ela é fundamental. Mas também precisamos nutrir os espaços relacionais, nos quais narrando, diferenciamo-nos, não ficamos simplesmente presos, reconhecemos o presente, não perdemos o fundo, recordamo-nos de sermos solidários. Lembramos que somos frágeis, vulneráveis, limitados. É somente graças a esses espaços entre-nós que conseguimos não nos perder, porque recordamos que a nossa vulnerabilidade e a necessidade de relação no fundo não são uma novidade. Trazem-nos de volta à dimensão da insuficiência individual e necessidade do outro que não é outra coisa senão a forma fundamental de nosso ser humano. Neste sentido, não há nada de novo no céu. Mas, deste modo, tecemos alma e futuro. Cuidamos de nosso habitar a pólis. Fazemos política em tempo de corona vírus.

⁶ Na tradução para o inglês, os autores oferecem um exemplo: “Um pequeno exemplo contemporâneo: durante estes dias, pessoas em hospitais não podem ter contato direto com seus entes queridos. Aqui não há mais funerais. A passagem que na história da humanidade criou a civilização está cancelada. O ponto é que isto está agora além de qualquer discussão, nunca considerado como um problema, já que foi imposto pela ciência”.