





# ROMPER

Adrián Gramary \* Alexandra Mendes \* Artur Félix da Silva  
\* Cecília Cruz Villares \* Diva Ribeiro de Carvalho \*  
Joana Morais e Castro \* Joana Plácido \* José Eduardo Silva  
\* Mafalda Fernandes \* Maria João Heitor \*  
Maria Oliveira e Silva \* Paulo Soares  
\* Susana Alves dos Reis \* Susana Magalhães



EDIÇÕES 



QUEIMA-ROUPA



## PREFÁCIO

O presente livro não é um romance nem uma biografia, mas fala de pessoas comuns e profissionais das artes, que se cruzam e juntam, desfiando narrativas. São testemunhos de vida, de sofrimento, conflitos, loucura, sobrevivência e redenção.

Uma peça de teatro, um espetáculo, uma série de textos surpreendentes neste volume, um filme documental e um ciclo de conversas públicas sobre teatro e doença mental, envolvendo especialistas e participantes neste processo, são os ingredientes de um projeto. Mais do que um projeto, é um processo coletivo de criação, participação e *empoderamento* (José Eduardo Silva, *IrRomperdo texto em cena: princípios orientadores do processo de criação*). Para lá da promoção da saúde mental, é a descrição de uma viagem, de múltiplas digressões e experiências.

Não chegam as redes comunitárias, o tratamento, o apoio social, o combate ao estigma. Só com a dimensão das artes, aqui da literatura e do teatro, encontramos uma condição verdadeiramente relacional e de mudança.

*Se há tantas maneiras de narrar uma vida, o que faz com que as histórias das pessoas com doenças mentais sejam contadas de uma única maneira? (...) Por que se apagam da memória as boas experiências e as histórias que as sustentam? (Cecília Cruz Villares, *Vozes de Esperança e Comunidade de Fala: partilhando histórias sobre como nos tornarmos mais, juntos*).*

Falar sobre doença mental é ter de enfrentar estigmas. Há um medo de repercussões negativas, da preocupação e vergonha de que seja visto, pelos outros, como um «sinal de fraqueza». Muitas vezes é o próprio que tem dificuldade em aceitar o problema e tende a esconder até da família,

numa autoestigmatização. Estes tabus e preconceitos impedem a procura atempada de ajuda.

*A vida das pessoas com doença mental e das suas famílias é formada de camadas e sub-camadas de silêncio. A vida das pessoas sem doença mental e das suas famílias, também. Mas não são iguais. Na diferença entre estes silêncios está o preconceito, a vergonha, o estigma. A discriminação. Como se combate este ciclo de silêncio caótico?* (Joana Morais e Castro, *Romper silêncios: do silêncio à voz*).

Podemos dizer que o estigma é o maior obstáculo para o acesso aos cuidados de psiquiatria e saúde mental. Quanto mais informadas as pessoas estiverem sobre o que é a doença mental, quanto mais literacia em saúde mental tiverem, mais desdramatizados estes assuntos vão estar, e as pessoas doentes e as suas famílias vão-se sentir menos perdidas, e vão saber onde procurar ajuda. Quando indivíduos que são figuras públicas dão a cara e falam ou escrevem sobre a própria experiência de doença mental que tiveram ou têm, isso ajuda a desdramatizar e faz com que milhões de outras pessoas consigam partilhar as suas experiências e recorrer aos serviços de saúde como com qualquer outra doença.

*Há vários tipos de silêncio, um essencial à condição humana, (...), à criatividade, (...) e outro — o silêncio dos outros —, que pode (...) conduzir uma vida à solidão extrema. (...) é a sensação de que não pertencemos (...), é a forma mais cruel de exclusão.* (Joana Morais e Castro, *Romper silêncios: do silêncio à voz*).

Por um lado, a viagem histórica e cultural descrita em alguns dos textos, permite-nos entender como o estigma tem sido alimentado ao longo dos tempos. Por outro lado, testemunhos pessoais relatam como se pode vencer esta exclusão e ultrapassar a solidão.

*Continuarei. A romper silêncios. Continuaremos. A ser voz, nossa e de todos aqueles cujo silêncio imposto toma forma de injustiça. Continuarei. À procura de encontros. Continuaremos. O possível caminho do silêncio à voz. À Esperança.* (Joana Morais e Castro, *Romper silêncios: do silêncio à voz*).

O projeto *Vozes de Esperança*, iniciativa da *Encontrar+se* em colaboração com a *Comunidade de Fala* da ABRE promove *espaços de escuta* para *Dar Voz às vozes*. É a arte como instrumento para cuidar através de uma aliança

terapêutica. Algo para combater a solidão acompanhada que se torna cada vez mais numa norma a afastar. Não nos podemos render a que o adoecer seja uma *viagem assinalada na sociedade por um passaporte para a terra dos «Doentes»* (Susana Magalhães, *Vozes que (se) contam: O espaço de escuta nos cuidados de saúde mental*). Um cruzamento de saberes e de contributos para cuidados de saúde é indispensável no combate ao silêncio envergonhado que ainda circunscreve o paciente com sintomatologia psiquiátrica.

Iniciativas, como *Vozes da esperança*, são *instrumentos terapêuticos* (Adrián Gramary, *O palco e a loucura*) e de vida que já integram a Medicina Narrativa, ainda algo omissa na área da Saúde Mental.

Este livro extraordinário resulta dos contributos de vários autores que proporcionam momentos privilegiados e desafiantes de análise e reflexão. Convidam-se os leitores e, sobretudo, os espectadores, com a sua presença, a envolverem-se na dimensão participativa que esta obra merece.

**Maria João Heitor**  
Psiquiatra  
Presidente da Sociedade Portuguesa  
de Psiquiatria e Saúde Mental



# IRROMPER

IRROMPER DO TEXTO EM CENA: PRINCÍPIOS ORIENTADORES DO PROCESSO DE CRIAÇÃO

José Eduardo Silva .....pág. xx

IRROMPER (GUIÃO DRAMATÚRGICO)

Alexandra Mendes \* Artur Félix da Silva \* Diva Ribeiro de Carvalho \* Joana Morais e Castro  
\* Joana Plácido \* José Eduardo Silva \* Mafalda Fernandes \* Maria Oliveira e Silva \* Paulo  
Soares \* Susana Alves dos Reis .....pág. xx

FOLHA DE SALA.....pág. xx



# IRROMPER DO TEXTO EM CENA: PRINCÍPIOS ORIENTADORES DO PROCESSO DE CRIAÇÃO

**José Eduardo Silva**

Centro de Estudos Humanísticos, Universidade do Minho, Braga, Portugal  
Teatro do Frio, Porto Portugal

O espectáculo *IrROMPER* é a peça central de um projecto que, além de pôr em interacção as práticas da criação artística teatral e a promoção da saúde mental, procura fomentar o diálogo em torno destes temas na sociedade civil. O texto do espectáculo, que abaixo apresentamos, resultou de um processo criativo de cariz participativo que, partindo das metodologias base do trabalho teatral e tomando inspiração nas metodologias do teatro documental e do teatro do oprimido, entre outras, fez convergir participantes do *Grupo de Teatro* e do grupo *Vozes de Esperança* — ambos da associação *Encontrar+se: promoção da saúde mental* — tendo em vista o desenvolvimento do seu auto-conhecimento e o seu empoderamento individual e colectivo. A este conjunto de elementos juntaram-se nove profissionais das artes do espectáculo (incluindo um actor e uma actriz) com vasta experiência em processos de criação participativos, tendo em vista a potenciação da experiência artística dos participantes para o seu grau máximo. Em termos científicos, são diversas as evidências que, sobretudo nas últimas duas décadas, têm vindo a mostrar o impacto positivo das actividades artísticas e teatrais no desenvolvimento psicológico e humano. Para citar apenas alguns, tais são os exemplos de trabalhos de investigação realizados no campo da Educação (e.g., Bailey, 1996; Hui & Lau, 2006, Leit & Humphries, 1999), do Desenvolvimento cognitivo (e.g., Noice & Noice, 1997, 2006), da Auto-eficácia (Burgoyne et al., 2007), da Regulação emocional (e.g., Goldstein, 2009; Goldstein & Winner, 2009; Konijn, 1995, 1999; Orzechowicz, 2008) ou da Neurologia e da Neuroestética (e.g., Calvo-Merino, Jola, Glaser, & Haggard, 2008; Cela-Conde et al., 2004; Kawabata & Zeki, 2004). Acrescem a estes um conjunto de estudos no campo da intervenção

comunitária, nomeadamente nos campos do Empoderamento individual e social (e.g. Betiang, 2010; Boehm & Boehm, 2003), do fortalecimento do sentido de comunidade (e.g. Betiang, 2010; Sloman, 2012), da pró-actividade no estabelecimento de redes intercomunitárias de ajuda e suporte (e.g. Boehm & Boehm, 2003; Sloman, 2012; Ramos & Sanz, 2010) entre muitas outras dimensões. Enquanto actor, encenador e investigador em áreas que cruzam o Teatro, o desenvolvimento psicológico, a educação e a participação cívica e política, estes são alguns exemplos de estudos que têm vindo a inspirar e orientar o meu trabalho, sobretudo na última década. Esta interligação investigativa começou quando iniciei o Doutoramento em Psicologia realizado na Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto sob orientação do professor Joaquim Luís Coimbra e da professora Isabel Menezes. Desse trabalho sistemático resultou, por exemplo, um artigo científico sobre a verificação do impacto do teatro no desenvolvimento psicológico, mais concretamente a criação de um instrumento de medida da Complexidade Sociocognitiva (ECSDT — *Escala da Complexidade Sociocognitiva no Domínio do Teatro* — Silva, Ferreira, Coimbra & Menezes, 2017) e no livro *Entre o Teatro e a Psicologia: Ensaios para a reunificação entre corpos e mentes* (2016), editado pela Apuro Edições. Explorar mais os resultados desta investigação foi uma das razões que me levou mais tarde a uma colaboração com a associação *Encontrar+se*, que na altura procurava alguém que pudesse orientar sessões de teatro para oferecer aos seus utentes. Com o decorrer das sessões e já em trabalho de investigação pós-doutorada, pude ali desenvolver trabalho de investigação no âmbito da criação artística com toda a liberdade conceptual e substantiva. Para além da instabilidade pessoal com que, em diferentes graus, os participantes chegam às actividades da *Encontrar+se*, o trabalho dos psicólogos e colaboradores da associação está focado em ajudar os utentes a remover ou atenuar as causas que os levaram a ali procurar ajuda. Esta combinação de factores torna difícil a estabilização de um grupo, o que, no caso do teatro, é uma condição relacional essencial para a mudança. Mas apesar disso, as sessões teatrais semanais foram evoluindo — tendo sido possível inclusivamente a realização de apresentações

públicas no Porto e em Évora — e foram-se tornando cada vez mais sólidas e constantes, tendo para isso contribuído o apoio da *Encontrar+se* e a sua persistência em encontrar melhores condições para esta actividade. Foi este conjunto de fatores que fez com que a *Apuro: Associação cultural e filantrópica* e a *Encontrar+se* tivessem emergido como parceiros naturais deste projecto.

O texto final do espectáculo está, no momento em que escrevo, ainda em progresso e reúne contribuições de várias pessoas que directa e indirectamente participaram no processo de criação. Iniciámos com um processo criativo onde, partindo de personagens reais, os autores/participantes escreveram narrativas, ficcionando acontecimentos e discursos que levaram à construção de personagens mais próximas de si mesmos, da sua própria experiência e imaginação. Outros textos foram escritos por pessoas que participaram neste processo criativo, mas que, entretanto, e por razões várias, tiveram que interromper a sua participação. Decidimos manter alguns apontamentos destes textos, quando fazia sentido que assim fosse, para de alguma maneira também assinalar estas contribuições que por força maior foram interrompidas. Finalmente, alguns textos foram gentilmente cedidos por alguns elementos do grupo *Vozes de Esperança*, ou seja, as narrativas pessoais que fazem em apresentações públicas, da sua experiência com a doença mental, nas quais nos inspirámos e das quais foram utilizados alguns excertos. Neste projecto, a escrita assumiu um papel verdadeiramente importante, por um lado devido aos constrangimentos impostos pela pandemia Covid 19, por outro porque foi uma forma de expressão reconhecida e bem acolhida por todos os intervenientes. Tanto como forma de expressão individual, de concretização de ideias, sentimentos, memórias, desejos e projecções de si mesmos; como enquanto base da acção dramática e materialização cénica dessa expressão, que se traduziu em narrativas individuais que misturam elementos reais e ficcionados. Foi a partir da criação destas narrativas que, de forma intercalada com exercícios de improvisação teatral, se começou a construir colectiva e progressivamente, a trama do espectáculo. Nesta articulação, todos os textos foram sendo continuamente escritos e reescritos pelos participantes e a articulação destes discursos individuais

entre si foi o que criou o texto do espectáculo. Uma narrativa colectiva que emerge a partir das várias narrativas individuais: eis a materialização da forma utópica como gostaríamos que fossem construídos os colectivos sociais. Colectivos construídos da base para o topo, a partir das contribuições dos indivíduos que lhe dão substância; colectivos que dão continuamente ao indivíduo a oportunidade de se reconstruir/reconfigurar/reinventar/reescrever a si mesmo; colectivos predispostos a mudar a sua configuração, ajustando-se continuamente às mudanças e transformações individuais. Até às últimas consequências, as palavras dos participantes objectivaram a sua subjectividade nos seus próprios termos e na sua própria voz, colocando-os no centro da acção. Eles são os protagonistas da sua própria história, dotados da possibilidade de continuamente a transformar e reescrever de acordo com o seu sistema de significados, por vezes até mesmo fragmentariamente através da criação de episódios e histórias avulsas para as suas personagens. O mesmo acontece com os seus gestos e interações. A concretização ou não de uma determinada proposta cénica foi sobretudo determinada pela aceitação ou não dos participantes, pelo seu conforto ou desconforto, pela sua resistência ou pelo seu desejo de superar os desafios naturais que os termos de um tal processo lhes apresentou.

Decerto que, à desejável continuidade deste processo, se colocaram entraves e constrangimentos que vão desde os prazos e compromissos laborais e pessoais aos confinamentos impostos por uma pandemia que tarda em acabar. Mas se, por um lado, estes constrangimentos nos ensinam que há sempre limitações, mostrando que é imperiosa uma mudança de direcção nas linhas hegemónicas que a nossa cultura humana contemporânea tem apontado; por outro, este processo também nos mostrou que, ainda que não possamos realizar totalmente uma utopia, podemos colocar-nos no caminho de a realizar e, dessa forma, viver na realização dessa utopia, ainda que temporariamente. Se, através da investigação teatral podemos descobrir caminhos e pistas para redesenhar as linhas da construção social da realidade — lembrando Peter Berger e Thomas Luckmann (1966) —, será

que essas pistas não poderiam ou deveriam ser aplicadas fora do contexto artístico teatral?

À semelhança de outras criações teatrais de raiz que conduzi [e.g., *Project Lear In Iwaki* (2012), *Eis o Homem* (2013-2015), *Café* (2015), *(Des) Individualização* (2016), *O outro de nós* (2018), para citar apenas algumas], onde a principal preocupação enquanto encenador e director artístico — e que costume propor às generosas equipas artísticas com que tenho trabalhado — se dirige à materialização das vontades dos participantes, neste processo foi necessário criar condições para que as pessoas se sentissem seguras para, ora em condições de desafio ora de apoio, poderem exprimir os seus desejos, medos e inseguranças. Na verdade, a experiência tem-me mostrado que estes processos não têm que ser muito diferentes de quaisquer outros processos criativos, uma vez que considero muito mais interessante adequar o projecto ao grupo que o compõe do que o contrário. Cada vez mais me parece que esta perspectiva ecológica, que coloca os participantes e as suas necessidades no centro do trabalho criativo, deveria ser adoptada não apenas na criação artística, mas transversalmente nos processos de construção social. A excessiva hierarquização, tipicamente adoptada sobretudo em locais onde o teatro é altamente institucionalizado, é apenas uma possibilidade demasiadamente comum e não uma imposição ontológica. Isto é dizer que não é por estarmos num contexto estritamente profissional e institucionalizado que a criação artística deva inevitavelmente ser monopolizada pelo encenador ou director artístico, proletarizando os artistas e tornando-os instrumentos da «sua» obra, coibindo-os de participar activamente no processo de criação. Na senda do que tem sido dito até aqui, neste projecto, foi desde o início claro que todos os participantes seriam encarados como criadores e, assim sendo, fosse em regime profissional ou semi-profissional, todos os intervenientes foram ressarcidos pelo seu trabalho. Algo que só foi possível pelo facto de o projecto ter sido alvo de financiamento específico, que além de um espectáculo, envolve também a edição deste livro, a realização de um filme documental e um ciclo de conversas públicas sobre teatro e doença mental, envolvendo especialistas e participantes neste processo.

É assim de louvar que este projecto tenha sido financeiramente viabilizado pelo programa *Apoio em Parceria: Arte e Saúde Mental* da Direção Geral das Artes (DGArces, Ministério da Cultura), ao qual se candidatou a *Apuro* em parceria com a *Encontrar+se*. Faz sentido que um tal financiamento tenha sido obtido por via da dotação das Artes, ainda que nos devêssemos questionar sobre se não faria sentido que esta área de investigação tivesse dotação própria e sistemática. Apesar das abundantes evidências científicas que vão surgindo um pouco por todo o mundo, o reconhecimento dos benefícios que o teatro e as artes performativas poderão ter no desenvolvimento da pessoa humana tem tardado. Isto deve-se ao facto de se tratar de uma área do conhecimento, que, apesar de demonstrar um enorme potencial em benefício do bem-estar colectivo, carece ainda de condições de continuidade para a realização de investigação sistemática. Por todas estas razões, esperamos que este projecto possa contribuir para que a relação entre o teatro e o desenvolvimento humano possa ser cada vez mais aproveitada em benefício de uma cultura sustentada e em sintonia com as suas reais necessidades, assim como das necessidades do mundo em que esta se insere.

## Referências bibliográficas:

- Bailey, J. R. (1996). Theatre and the laboratory enterprise. *Journal of Social Behavior and Personality*, 2(4), 793—804.
- Berger, P.L. & Luckmann, T. (1966). *The social construction of reality: A treatise in the sociology of knowledge*. New York: Anchor Books & Doubleday & Company, Inc.
- Betiáng, L. (2010) Theatre of rural empowerment: the example of Living Earth Nigeria Foundation's Community Theatre Initiative in Cross River State, Nigeria. *Research in Drama Education: The Journal of Applied Theatre and Performance*, 15:1, 59-78.
- Boehm, A. & Boehm, E. (2003). Community Theatre as a Means of Empowerment in Social Work: A Case Study of Women's Community Theatre. *Journal of Social Work*, 3, 283-299 DOI: 10.1177/146801730333002
- Burgoyne, S., Placier, P., Thomas, M., Welch, S., Ruffin, C., Flores, L. Y., ... Miller, M. (2007). Improvisational theatre and self efficacy. *New Directions for Teaching and Learning*, 111, 21—26. doi:10.1002/tl.282
- Calvo-Merino, B., Jola, C., Glaser, D., & Haggard, P. (2008). Towards a sensorimotor aesthetics of performing art. *Consciousness and Cognition*, 17, 911—922. doi:10.1016/j.concog.2007.11.003
- Cela-Conde, C. J., Marty, G., Maestu, F., Ortiz, T., Munar, E., Fernandez, A., ... Quesney, F. (2004). Activation of the prefrontal cortex in the human visual aesthetic perception. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 101, 6321—6325. doi:10.1073/pnas.0401427101
- Goldstein, T. (2009). Psychological perspectives on acting. *Psychology of Aesthetics, Creativity and the Arts*, 3(1), 6—9. doi:10.1037/a0014644
- Goldstein, T., & Winner, E. (2009). Living in alternative and inner worlds: Early signs of acting talent. *Creativity Research Journal*, 21(1), 117—124. doi:10.1080/10400410802633749
- Hui, A., & Lau, S. (2006). Drama education: A touch of the creative mind and communicative-expressive ability of elementary school children in Hong Kong. *Thinking Skills and Creativity*, 1, 34—40. doi:10.1016/j.tsc.2005.06.001

- Kawabata, H., & Zeki, S. (2004). Neural correlates of beauty. *Journal of Neurophysiology*, 91, 1699—1705. doi:10.1152/jn.00696.2003
- Konijn, E. A. (1995). Actors and emotions: A psychological perspective. *Theatre Research International*, 20(2), 132—140. doi:10.1017/S0307883300008373
- Konijn, E. A. (1999). Spotlight on spectators: Emotions in the theatre. *Discourse Processes*, 28(29), 169—194. doi:10.1080/01638539909545079
- Leit, R. A., & Humphries, G. (1999). The psychology of theatre/the Theatre of psychology: Creating and teaching a new course. *Teaching of Psychology*, 26(3), 224—226.
- Noice, T., & Noice, H. (1997). *The nature of expertise in professional acting: A cognitive view*. Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Noice, T., & Noice, H. (2006). Artistic performance: Acting, ballet and contemporary dance. In K. A. Ericsson, N. Charness, R. R. Hoffman, & P. J. Feltovich (Eds.), *The Cambridge handbook of expertise and expert performance* (pp. 498—503). Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Orzechowicz, D. (2008). Privileged emotion managers: The case of actors, *Social Psychology Quarterly*, 71(2), 143—156. doi:10.1177/019027250807100204
- Silva, José Eduardo, Ferreira, P., Coimbra, J. L. & Menezes, I. (2017) Theater and Psychological Development: Assessing Socio-Cognitive Complexity in the Domain of Theater, *Creativity Research Journal*, 29:2, 157-166, DOI: 10.1080/10400419.2017.1302778
- Silva, J. E. (2016). *Entre o Teatro e a Psicologia: Ensaios para a reunificação de Corpos e Mentis*. Porto: Apuro Edições
- Slovan A. (2012). Using participatory theatre in international community development. *Community Development Journal* Vol. 47 No 1, 42—57.
- Ramos, R. & Sanz, S. (2010). El Teatro comunitario como estrategia de desarrollo social: El caso de Patricios Buenos Aires. *Miriada*, 4, 141-157.

# IrRomper

(Guião dramaturgico)

Adrián Gramary \* Alexandra Mendes \* Artur Félix da Silva  
\* Cecília Cruz Villares \* Diva Ribeiro de Carvalho \*  
Joana Morais e Castro \* Joana Plácido \* José Eduardo Silva  
\* Mafalda Fernandes \* Maria João Heitor \*  
Maria Oliveira e Silva \* Paulo Soares  
\* Susana Alves dos Reis \* Susana Magalhães



# PARTE I

## Cena 1.1 (Revelação intermitente)

*(Entra Fada do Som. Dança com isqueiros. Constrói os seus mundos.)*

**Carlos Manso** — Faz hoje dois anos desde que conheci a mulher-sábua. Eu não queria dar-lhe valor na altura, mas hoje sinto que tenho de o fazer. Ela disse que o mundo está a gritar por ajuda e que só uma grande multidão de pessoas pode arrefecer o inferno no qual estamos a viver. *(entra Jonas)*. As águas não estarão próprias para manter os animais aquáticos vivos e a florestação irá perder o ar puro que, ainda com muito esforço, emana. *(entra Ana)*. «As árvores também têm sentimentos» — disse ela. «Elas sabem que o homem é o pior inimigo». E «Ninguém mudará à força» *(entra Maria)* — isso foi o que a mulher-sábua destacou: que ninguém muda à força. Aquilo não me disse nada naquele momento *(entra Luísa)*, mas hoje não sei o que me deu, estou tão sensibilizado pelas suas palavras sábias que não posso deixar o assunto para trás. *(entra Rui)*. Por uma vez na vida apetece-me refletir sobre como salvar a Natureza, sem criar uma guerra. A energia da mulher-sábua é a minha energia agora. *(entra Nando P.)*. Sou como ela, ela é uma parte de mim. A minha alma é a natureza da família. E a minha alma é a alma deste lugar. Talvez eu convença toda a gente aqui do facto de estarmos a perder muita energia quando nos entregamos à raiva. *(primeira intervenção Nando P.)* Ser esperto dá jeito, mas ser sábio é o que dá realmente significado às nossas ações. Aqui, hoje, celebramos a era da *Fénix*. O renascer do motivo por que estamos juntos. Vamos embarcar numa viagem onde a música e o teatro florescem como trepadeiras em *time lapse*. Agora somos um só organismo. *(Segunda intervenção Nando P.)* Ninguém é nada se se isolar

dentro de si mesmo. A vida é uma fantasia de muitas aventuras amargas e de muitas conquistas pouco celebradas, mas engana-se quem pensa que estamos loucos. A vida não é bela, mas somos belos na alma. (*terceira intervenção Nando P.*). As nossas vidas são rejeitadas por aqueles que optam por ver-nos como lixo, mas nós estamos aqui para saudar o seu engano. Esta proximidade física é tão importante que se tornou a base de construção da nossa união. Não há alma sem um corpo. Por isso, aqui adoramos o corpo e a vida que há dentro e fora. A intimidade não está só na relação de um para um, está igualmente de uns para os outros. O grupo é a forma de expressão mais aberta e mais real que pode haver.

*(Intervenção final Nando P. Tudo em Nando Palavrinhas é energia, marcando o ritmo frenético de um verdadeiro contador de histórias. Aquele lugar parece pequeno para tanta verborreia e isso introduz disrupção em todas as suas vertentes. Nando Palavrinhas viaja pelo passado, pára por escassos minutos no presente, e dá saltos pelo futuro. Em constante mutação emocional transcende-se vertiginosamente. Começa a sentir-se uma certa impaciência por parte de todos os outros presentes. Nando Palavrinhas decide pôr «água na fervura» e tenta acalmar os acolhidos improvisando um concerto, gritando de forma muda a plenos pulmões uma música de Fernando António Olaio Pessoa Palavrinhas. Posição final do concerto)*

**Fada do som** (*todos em freeze excepto a fada do som*) — Eu sou uma melodia chamada leveza do vento. Sou uma fada do som, que não se vê. Por onde passo, transformo os corações egoístas dos homens em espíritos bondosos. Mas algo aconteceu: tiraram-me os poderes. Alguém me transformou num zumbido sem timbre, irritante. E eu não sei porquê. Irei contar as minhas aventuras, na esperança de perceber o que fiz de mal para me terem feito isto e para tentar recuperar o que eu era. Ouçam esta história com atenção e recordem-se dela no futuro, pois foi feita com amor e coração.

## Cena 1.2 (Agitação)

**Nando Palavrinhas** — Ser ou não ser o tipo mais estranho do mundo, eis a questão!

**Ana** — ffff acabei de cortar a cabeça da minha metade... (*desmaia no chão*)

**Carlos Manso** — Não devia ter sido um divórcio em litígio.

**Ana** — Senti estar ali a livrar-me de um peso, mas eu era mais feliz com ela. Sobre amores de perdição nunca mais pude ouvir, ver, ler e falar... Já o que eu vivo... Maldita!

**Nando P.** — Ser ou não ser o tipo mais estranho do mundo, eis a questão! Gabriel Janota e Quim Tone estão entediados. Cai a tarde nesse sábado, como em todos os sábados. Sem nada para fazer, atiram palavras soltas para uma conversa de «doidos». Olha lá Quim, a minha mãe diz que sou um tipo esquisito e eu estou farto desta conversa! Só porque gosto de beber água por panelas e gatinhar vertiginosamente pelo chão em noites de tempestade! Os raios dão-me uma energia suplementar, o que posso fazer? Acho que *ninguém me compreende!*

**Ana** — Prefiro contar-vos como era a minha vida antes da operação.

**2009** — finais de 2012, o tratamento para o esgotamento que me virou a carcaça para dentro e as vísceras para fora. Meio troglo-nada-dito: o idiota em Hong Kong torceu-me o braço a 470º. Ou melhor, ele pediu-me «torce»... e eu torci.

**Nando P.** — E o Quim responde: «Olha, hoje vamos ao teatro e tu vais ver o que são gajos esquisitos! No final vais achar-te a pessoa mais normal do mundo, podes ter a certeza, estão lá todos os marados mais marados do mundo e arredores. O Mário de Sá Carneiro, a Luisinha — o meu

primeiro amor, que já não vejo há quarenta anos —, o António Variações... Bem, não te conto mais nada. Vais ver, mas é melhor marcares consulta logo na segunda-feira. Acho que vais mesmo precisar». E diz o Gabriel: «Fogo, será assim uma peça tão louca? Será que não me estragam a fatiota? Será demasiado interactivo? Será que me chamam ao palco e me atiram com uma lata de tinta foleira para cima? Bem, *onde me fui eu meter?*»

**Ana** — Fleumas e flamas, tudo a arder. Vejo fogo...

**Fada do som** — (*para Carlos M.*) Nossa Sra., a-mulher-mãe, tão bonita...

**Ana** — ... Cruzes fogo. O edifício abana todo, há quem vocifere futilidades vacilantes, retumbantes de ecos de uma liberdade esquecida. <http://www.successfulschizophrenia.org/>, sir! *At least... By last.* E o castelo, uma pedra, um cristal — firme, não temas, ele não caiu. O médico enlouqueceu... (*riso*) O medo de enlouquecer. O medo de tudo estar a ser posto em causa. Qual metamorfose ambulante? É um mundo à nossa volta, crise englobada, outras que são adendas maliciosas ou malditas... Vai para o Inferno vai para o raio que ta parta vai para a puta da mãe que te coseu.

**Carlos M.** — Um bocadinho, preciso de paz e não é só berros, é expirar, tudo passa.

**Ana** — *Tudo passa* pelo pensamento e tudo é filtrado — coração bomba-relógio — é o cérebro. Mente, corpo cérebro e a minha alma do tamanho do meu sonho para mim próprio. Não saias do chão pequenino, estica-te.

**Fada do som** — (*para Carlos M.*) Porque o mundo deles é o deles e o teu é o teu.

**Ana** — Mil vezes vais pensar na vida, há coisas que são marcantes, de uma turbulência tão grande que quase se promete nunca mais — do que eu vejo. Mil vezes...

**Carlos M.** — Há coisas que são tão pessoais.

**Ana** — Contacto. É o nosso cerne, é o que é nosso. Que é o quê? Quê? Só eu é que sei. Foi na pele, tem sido luta.

*(Ana colapsa no chão como resultado da separação/operacão. Nando P. colapsa também)*

### **Cena 1.3 (Calmia)**

**Jonas** — Ela viveu muito. Viajou muito. Conviveu com muitos povos. Andou pelas nuvens em lugares maravilhosos onde foi criatura divina e passou por fases em que sentia muita criatividade, energia, vontade de escrever, raciocínio lúcido e fluído. Mas caiu em abismos tenebrosos onde nenhum ser humano deseja entrar (demónios terríveis invadiam-lhe o ser). Quando era mais nova diziam-na muito inteligente. Passou brevemente por engenharia e mudou para Relações Internacionais. Os seus relacionamentos não tinham muita estabilidade, por ser um tanto problemática escolhia em geral pessoas problemáticas. E quando se apercebia acabava tudo.

**Maria** — Coitada! Também sofreu intensamente. Talvez isso tenha despolegado essa montanha-russa de emoções. Quando tinha 21 anos, o seu irmão mais próximo morreu de repente. Foi quando ela interrompeu o curso de RI e não o retomou. Mais tarde acompanhou os últimos anos da sua querida Mãe, que teve Alzheimer.

**Jonas** — Mas, de qualquer modo, hoje em dia ela considera-se uma mulher positiva e optimista. *(o coro consegue colocar a Ana de pé, mas neste ponto ela colapsa novamente)*

**Maria** — Segue um tratamento que lhe permite evitar ou atenuar as crises. Mas tem que estar alerta pois ela vive de momentos.

**Jonas** — Numa altura em que estava a passar por uma fase de baixa auto-estima, a amiga Margarida dedicou-lhe um poema:

«Pérola Branca»

Tu minha pérola branca e pura  
que ascendeste dos fundos dos oceanos  
não te mistures com cactos decrépitos  
que te sugam a seiva e te deixam nua.  
Tu que tens o poder de encantar,  
entrar em todas as moradas,  
de salvar almas perdidas  
Ergue os braços aos céus e diz:  
«Não quero mais que me olhem como um insecto que se pisa e se deita  
ao lixo quando incomoda»

(**coro**) — *(para Ana. Ajudando-a levantar-se com as suas vozes)*

Tu/ és a pérola branca/ iluminas os mares./os oceanos./ a vida/  
acorda para um mundo novo/que já não é meu./teu./nem de ninguém./  
É a esperança inalcançável./ o alcance impossível./ é a aurora boreal que  
está à nossa espera. *(Ana fica em pé e junta-se ao coro)*

**Maria** — Foi consolador saber que alguém a considerava digna de um poema.  
E de vez em quando vai beber às palavras da *Tabacaria* de Álvaro de Campos:

**Jonas** — «Fui até ao campo com grandes propósitos (**coro**) mas lá/ encontrei  
só/ervas e árvores

E quando havia gente (**coro**) era igual à outra.  
(. . .)

Não, não creio em mim

Em todos os manicómios há doidos malucos com tantas certezas

Eu, que não tenho nenhuma certeza, sou mais certo ou menos certo?

(. . .)

O mundo é para quem nasce para o conquistar **(coro)** e não/para quem sonha que pode conquistá-lo ainda que tenha razão.

(. . .)

Mas sou e talvez serei sempre **(coro)** o da mansarda

Ainda que não more nela

Serei sempre **(coro)** o que não nasceu para isso

Serei sempre só **(coro)** o que tinha qualidades

Serei sempre o que esperou que lhe abrissem a porta ao pé de uma parede sem porta e cantou a cantiga do Infinito numa capoeira

E ouviu a voz de Deus num poço tapado

Crer em mim? **(coro)** Não, nem em nada.

(. . .)

*(Nando P. para Jonas)* Come chocolates, pequena

Come chocolates

Olha que não há mais metafísica no mundo senão chocolates

(. . .)

Mas eu penso e, ao tirar o papel de prata, que é de folha de estanho,

Deito tudo para o chão como tenho deitado a vida

(. . .)

Como por um instinto divino o Esteves voltou-se e viu-me.

Acenou-me adeus, gritei-lhe Adeus ó Esteves!

E o Universo reconstruiu-se-me sem ideal nem esperança e o dono da Tabacaria sorriu.»

#### **Cena 1.4 (Agitação II — Nando's story)**

**Nando P.** — Hiiii... eu não dizia? Chegam ao teatro. Na porta pode ler-se num cartaz: «O Camaleónico Fernando Pessoa vagueando pelo tempo, desde

os tempos na casa das tias ao encontro escaldante com António Variações» — um título um bocado longo demais!. Na porta do teatro dá-se de imediato um encontro inesperado. (*suspense*). Mário de Sá Carneiro, inquieto, controla os bilhetes e olha em todas as direcções, não deixando que a alma se lhe escape pela Torre Eiffel acima. Pessoa olhando fixamente para os belíssimos sapatos *Camper* surripiados que o amigo veste nos pés, comenta: «Tudo em mim é fantasia! Tu sabes bem a que caminhos improváveis me conduz, mas o que te vou contar não lembra nem ao Diabo! Palavra de poeta que não sabe mentir!».

Tudo começou há uma semana. Entre pregões e declarações, o Blitz anunciava em título bombástico o desaparecimento inesperado de António Olaio, excêntrico vocalista dos Repórter Estrábico. Eu, um fã incondicional do grupo, tantas vezes travestido naqueles concertos, dançando freneticamente pelos palcos do país envergando camisas brancas de bolas pretas, camisas pretas de bolas brancas e chapéus...

**Fada do som** — (*todos em freeze excepto a fada*)

A intolerância percorre o mundo.

Pode assumir múltiplas formas

Latentes ou manifestas:

A homofobia que mata seres sem culpa

A violência contra mulheres, crianças e idosos

O desprezo pelos mais pobres,

Que são fechados nos guetos dos bairros sociais,

O racismo que separa seres humanos,

O fascismo que impede o livre pensamento.

Tudo isto me revolta!

Tudo isto me tira fora de mim!

Por isso eu digo:

Acordem!

Lutem por vocês e pelos outros!

**Nando P.** — *(retomando, mas irritado pela interrupção)*... camisas brancas de bolas pretas, camisas pretas de bolas brancas e chapéus!...

**Ana** — *(reparte texto com Nando P. interrompendo-se mutuamente)*... chapéus comprados à Volpina e à Targus?...

**Nando P.** — ... das quais toda a gente tinha medo.

**Ana** — ... eram excessivamente magras...

**Nando P.** — ... magra és tu! Elas eram anoréticas!...

**Ana** — Vestiam-se totalmente de negro!...

**Nando P.** — ... pareciam duas bruxas! Duas autênticas bruxas!...

**Ana** — Olha, mas tinham uma grande loja no Centro comercial de Cedofeita...

**Nando P.** — Pois... Foi por ali que me meti num enorme sarilho. Estávamos ainda nas ondas de choque do desaparecimento de António Olaio, quando ao sair do mais inesquecível dos bares que esta cidade conheceu, o Bacalhau, na Rua Álvares Cabral, fui abordado por um produtor musical bem conhecido do nosso meio artístico. Assim que olhou para mim desatou aos gritos a repetir incessantemente o nome de Olaio...

**Rui e coro** — «Oh! É o Olaio! O Olaio voltou! O Olaio voltou! O Olaio está vivo!»

**Nando P.** — ... Baralhada pelo produtor musical, uma legião de fãs confundiu-me com o artista e, sem que pudesse fazer fosse o que fosse, assinei o meu primeiro contrato como vocalista. Aterrado, ainda convoquei uma sessão de imprensa no sentido de desfazer o engano. Lá estavam o Pedro

Abrunhosa, o João Peste, o maestro Fernando Lopes Graça... Mas nada! Em histeria toda a gente continuou a gritar o meu nome, ou seja, de Olaio!...

**Rui e coro** — «Oh! É o Olaio! O Olaio voltou! O Olaio voltou! O Olaio está vivo!»

**Nando P.** — ... E foi assim que, eu, Fernando António Olaio Pessoa Palavrinhas dei o meu primeiro concerto na Casa da Música.

**Ana** — Era o alcoolismo. Olá eu sou a Susana e sou alcoólica. Larguei aos 27 e veio o romance com o homem mais velho em Hong Kong, mais o ópio. Ai! Agora vamos brincar aos casamentos solenes que eu sou tão seráfica e... Apoteose! Levaste-me a crer nabo, mesmo sem saberes. E depois não veio o Pai Natal, não: o castelo ruiu — ele há sempre processos — e Buuuu veio o Demo. Foi um mal de APARÊNCIA assintomático...

### **Cena 1.5 (Íncubo)**

**Luísa** — Ela ria tenebrosa e estridentemente, uma gargalhada sem género, um movimento contínuo que ninguém parecia ter coragem sequer de parecer preocupado em parar. Era tal e qual a cor dos lábios, vermelho, não doce, vermelho aberto, encarnado, forte, em batom arrastado em creme grosso por camadas, não líquido. Forte. Ela mandava-lhe um murro, de bate estacas e aço no nariz, desmaiar, o crânio em dor lancinante por um mês. Ele acorda a meio da noite enjoado. E ela a gargalhar, no mesmo banco, no cinema. Mas os olhos seguiam-no. E de lado, ela olhava-te de cima a baixo, devagarinho.

### **Cena 1.6 (Agitação III — Nando's conclusion)**

**Nando P.** — (*divertido*) Os actos sucedem-se, perante o espanto de Gabriel e Quim. No cenário impõe-se agora a ampla sala de jantar da casa das tias

velhas — na qual morei. Tia Anicas mandou servir o habitual chá com torradas e ocupa agora totalmente o cadeirão. É invulgarmente gorda e com o seu buço colossal impõe respeito. Está na hora da sessão espírita e em pânico os primos mais pequenos tentam fugir a sete pés.

Foge Barnabé! Ainda somos transformados em frangos depenados! Lembras-te quando eu trouxe para o almoço um galináceo naturista? Abreeee!

Uuuuuuuuuu! Ninguém foge à minha sessão espírita! Resmungua Anicas, que de seguida invoca o espírito do tio-avô Gualdino que logo aparece, cantando o imortal «Toma o Comprimido». Escandalizadas com o seu maneirismo e excentricidade, as robustas mulheres desfalecem com gritos lancinantes. Por trás da cortina, Carlos Manso sorri, fascinado!

*(à parte)*

**Carlos M.** — O que é que queres dizer com isso?

**Nando P.** — Fui eu que um dia fui comprar um frango de churrasco para as minhas tias, mas enganei-me e trouxe um frango cru.

**Carlos M.** — E? ...

**Nando P.** — ... e depenado! Ainda hoje não consigo passar à porta da mercearia.

**Carlos M.** — ah, ok...

**Nando P.** — *(retomando a história)* Depois disso e perante a confusão instalada, Gabriel e Quim escapam-se com toda a pressa do mundo e conversam sem fôlego no jardim das traseiras do Teatro.

*(aplausos)*

## PARTE II

### **Cena 2.1 (Revelação II)**

**Fada do som** — Estamos aqui reunidos  
Para celebrar estarmos vivos  
Para podermos ver, ouvir, apalpar, saborear e cheirar  
A natureza da terra.  
Os cinco sentidos dão a possibilidade de perceber  
O que nos rodeia  
Mas a alma e o coração utilizam outras formas  
Como sentir  
E o que vos peço é que sintam  
A solidariedade, o amor e a liberdade  
Hoje, penso em ti  
E quero que seja para sempre  
Hoje, celebro o facto de estares comigo  
Hoje, agradeço a tua existência

**Carlos M.** — Tenho que reunir a malta toda para esclarecer alguns pontos chave, como: O que estão aqui a fazer, o que os motiva e o que os inspira. Ela comunica comigo e diz: «Tu és o salvador destas crianças e elas são teus filhos.» Como se fosse fácil!... Bom, é melhor descansar um bom bocado porque vou mesmo precisar.

*(Carlos Manso dorme).*

## Cena 2.2 (Tábuas de salvação)

**Ana** — (*para si*) Neste momento o lamaçal onde estou é tão grande que tenho de ser eu a lançar as tábuas até que me consigam ajudar (*cantilena*) *Ras Ras Rasputine, you are such a love machine...*

**Ana** — (*acena*) Chamo-me Ana! E você?

**Luísa** — Luísa.

**Ana** — Agora... eu era Sus — Ana, percebe, Sus — Ana, duas, éramos duas. (*perdida, a pensar*) Passa-me uma sensação tão forte de terapeuta...?

**Luísa** — (*pequeno riso*) Não, não sou. Na verdade...

**Ana** — Ando aqui a juntar as pontas soltas (*avança para Luísa e começam a dançar*) cá aqui sem me lembrar de nada de mim... não sei quem sou — não sei quem sou — Há coisas... esta música... (*canta*) *Ras-Ras-Rasputine... you are such a love machine.*

**Luísa** — Eu vim para aqui por curiosidade... nada mais. Podemos tratar-nos por tu?

**Carlos M.** — (*Luísa e Ana dançam*)

Convidei as duas para um jantar romântico, é verdade, mas nunca imaginei que corresse tão mal. Até porque elas dão-se bem e nunca as vi a discutir antes. Juntos percorremos cidades e vilas à espera que os papás e as mães achessem alguma piada às cenas que elas representavam. Uma é muito boa a dizer coisas de forma assustadora e a outra faz rir com a sua cara de espanto natural sem precisar de se esforçar para parecer assustada. Eu a cantar e a tocar a acompanhá-las... Muito bons momentos, sem dúvida.

**Luísa** — Podemo-nos tratar por tu?

**Ana** — Sim, claro! Obrigado pela aproximação... vou tentar ser lúcida: tenho cicatrizes, sei que fiz uma operação... quer dizer, eu acho que fiz uma operação. Não tenho duas cabeças pois não, Luísa?!

**Luísa** — (*rindo-se*) Não.

**Ana** — E as cicatrizes... queres vê-las?!

**Luísa** — Talvez em outra altura?...

**Ana** — *Ras ras Rasputine*... eu sei de onde é que isto vem. Ainda não apanhei o fio, Luísa!

**Luísa** — Pois, eu também ainda não... (*risos*). conheces a sensação de, não importa onde estás ou com quem estás, não sabes o que estás ali a fazer?

**Ana** — Eu?... não sei... vêm-me sempre à boca papéis queimados.

**Luísa** — Eu acho que deveria ser mais feliz do que sou.

**Ana** — Oh Luísa, o meu esgotamento foi tão tétrico! Estive muito tempo sem conseguir ver uma arma na televisão e leituras densas psicológicas davam-me um nó ao estômago. A Susana estava a morrer... a Susana estava a morrer.

**Luísa** — Quando casei... a minha vida transformou-se. O amor transformou-me.

**Ana** — Uii, os clichés...

**Luísa** — ... servem a muita gente! Os clichés! Os lugares-comuns.

**Carlos M.** — Estão comigo desde que saí da prisão pela última vez. Mas hoje gritaram, maltrataram-me, tive mesmo que as separar de uma briga que ia correr muito mal. As duas iam-se matando se eu não estivesse ali! Parece que estavam possuídas pela ideia de ficarem comigo. Elas querem-me mas não querem partilhar-me... Pensei que iriam ter uma mente aberta para uma noite bem passada. Seria uma minifesta, num espírito de comemoração. Eu estava tão enganado... Mas não me posso deixar afetar por causa destas infantilidades.

**Ana** — Os lugares-comuns... quis tanto evitá-los, quase virava um niilismo com pernas! Atraquei-me a uma noção que queimar o passado e que eu era toda uma sabotadora de mim mesma... Que cortei o mal pela raiz, cortei a cabeça! E acho que não fiz nada bem...

É que... magoei-me tanto. Tive tanto medo de mim, a escorregar sempre para a mesma lama que puff, Susaninha desaparece. Só que a Susaninha era uma pessoa muito especial. Mais uma vez duas pessoas. Ou melhor três: a alcoólica, a maníaca e a depressiva muito cruel consigo.

Ok, mas tinha que saber viver com a Susana. A Ana é um projecto...

**Luísa** — Pois... Talvez eu também ainda esteja em construção.

**Carlos M.** — Pensando bem, sou hipersensível a pessoas que são rejeitadas, desrespeitadas, inferiorizadas, enfim, pessoas que na verdade não sabem o que é uma família. Mas acabámos por não falar muito à mesa, o peixe não era fresco e o pão estava seco. Tenho saudades do cozinheiro que só esteve aqui duas semanas. Ele até fazia molhos com sumo de frutas.

### **Cena 2.3 (Beata furacão)**

*(Interrompendo)*

**Jonas** — Se Deus quiser vai aceitar que eu fique aqui a dormir. São só quatro noites.

Está a ver que sou uma pessoa temente a Deus. Consulto sempre a minha Bíblia quando tenho dúvidas se um comportamento é adequado ou pecaminoso. E dou sempre 35 cêntimos aos mendigos que se portam bem.

*(Nesse momento cai de entre as páginas da Bíblia uma fotografia de um homem musculado e bronzado).*

**Carlos M.** — *(ironicamente)* Caiu-lhe uma fotografia.

**Jonas** — *(disfarçando)* Ai credo, é o meu irmão Justino. Ando sempre com ele junto ao meu coração... Diga-me: tem algum quarto junto à capela para poder ir à missa de madrugada? E abade residente?

**Carlos M.** — ... Nem capela nem abade residente.

**Jonas** — Os casais são casados pela Santa Madre Igreja?

**Carlos M.** — Acho que não...

**Jonas** — Ai credo cruzes canhoto. Vivem em pecado. Que pouca-vergonha. Ai céus Senhora nossa, tende piedade desses pecadores.

Eu vou meter tudo na ordem.

Meninas com meninas.

Homens com homens.

**Carlos M.** — Quê? *(impaciente)* Olhe, só tenho um quarto pegado a um de quatro homens. Se não lhe incomodarem vozes grossas...

**Jonas** — Não, não, está muito bem, muito bem até porque estou habituada aos meus irmãos e gosto muito de homens, ou seja, gosto muito de toda a humanidade, Deus seja louvado!

## PARTE III

### **Cena 3.1 (Dizer a verdade)**

**Fada do som** — É fácil rotular

Tudo e todos

Como se pudéssemos inserir nas pessoas

Placas com nomes que não existem

E esquecer o ser único que somos.

Por isso acontece o estigma, a discriminação...

É difícil retirar esses rótulos de nós próprios e dos outros...

Sinto-me triste

Sem eira nem beira

As lágrimas escorrem-me pela face

E o que sinto parece não ter fim.

**Carlos M.** — Aqui temos as nossas regras definidas por todos em conjunto, ninguém fica sem a palavra, somos uma família de mentes diferentes, mas que se complementam e a verdade é que as tempestades pessoais nunca fazem com que haja mau ambiente porque eu não deixarei que ninguém aqui abuse, maltrate, agrida ou diga mal de seja quem for que viva aqui conosco. Meditamos, dançamos, representamos e cantamos porque só assim a vida nos faz sentido.

**Rui** — Os sentidos embotados

e o sentimento ausente

faz que viva de passados

nunca nunca no presente.

Uma grande depressão  
e uma dor até mais não  
eu vou ao fundo do mar  
e não consigo voltar.

Vogo em águas tenebrosas  
mas afinal e então?!  
era tudo um mar de rosas  
e agora é escuridão.  
Os apelos que sentia  
vida, sonho e alegria  
escuras como o breu  
Mas afinal quem sou eu?  
Mas afinal quem sou eu?  
MAS AFINAL QUEM SOU EU?

### **Cena 3.2 (Dizer calmamente a verdade: a Mãe)**

**Maria** — Tenho dificuldade em perceber se os dias mais difíceis foram aqueles em que as almofadas do sofá estavam molhadas (não sabia que as lágrimas poderiam ser fonte ilimitada) ou se foram os do medo de sermos observadas, seguidas, vigiadas, ou ainda se foram aqueles de euforia, em que vivemos aventuras desmedidas. Porque mesmo nos dias difíceis, os mais difíceis que se possa imaginar, via nos olhos da minha Mãe um amor absoluto e uma luta desmedida em querer ser Mãe e proporcionar-me uma vida boa e equilibrada.

Talvez os dias mais duros tenham sido aqueles em que julguei que a tinha perdido, que não tinha chegado a tempo ou que não lhe reconheci o olhar. Há dois anos, numa dessas vezes difíceis, em que esteve vários meses internada, tive muito medo de não a voltar a ter. Foram meses duros. Quem daqui já esteve num hospital psiquiátrico sabe como é difícil. Saberão ou imaginarão, que, como é o último sítio em que queremos estar, visitar, olhar, tudo

me parecia infernal, pouco digno e incompreensível. Eu estava zangada com o espaço, com a doença que me tirava a Mãe, com todos.

A Mãe ficou meses em silêncio e todos os dias, de manhã e à tarde, quando a ia visitar ficávamos, só lado a lado, sem palavras.

**Rui** — Quando eu tinha cinco, seis anos, tomei a decisão radical de estar em silêncio durante dois anos. Chama-se mutismo seletivo. Para mim, era muito simples: os adultos faziam barulho e isso incomodava-me. De alguma forma o silêncio tornava-me invisível (quando somos silenciosos, as pessoas não reparam em nós, achava eu) (sabem a capa do *Harry Potter*? era esta a sensação) e era uma sensação boa, confortável.

O meu silêncio, de alguma forma acordou os dias e acalmou os barulhos da Mãe. Começou a escrever-me cartas, todos os dias. E eu respondia. Conseguiu entrar no meu mundo, que estava também confuso. Criámos a nossa comunicação própria, que ainda hoje mantemos. Sobretudo quando queremos dizer coisas sérias um ao outro, escrevemos. Acho que é por isso que para mim escrever é viver.

**Jonas** — «O filho»

O sonho concretizado.

O amor da minha vida.

O meu mulatinho

Filho de um artista com quem casei.

Adolescência complicada exponenciada pelos problemas da Mãe.

Depois amainou.

Escreve letras para músicas *rap* e procura os *beats*.

No meu último aniversário escreveu-me imensos versos lindíssimos que me tocaram todas as fibras do coração.

Descreveu-se enquanto pessoa. Pôs-me nos píncaros enquanto mãe.

Somos muito cúmplices. Ele diz que aparento 35 anos, eu rio-me e aceito.

As voltas que damos à beira-mar são essencialmente voltadas para dissertações sobre futebol que eu tenho que grammar. Paciência, até aprendo umas coisas!

Está a aprofundar o mundo da cozinha. Motivado!

Jogou futebol muitos anos e ainda tem corpo de atleta pois faz desporto.  
Temos um gato, o Garfield, muito acarinhado por ambos.  
Ele quer que me divirta: se tenciono ir à Figueira da Foz ou a Lisboa uns dias diz-me «vai que eu safo-me».  
A energia herdou-a do pai, mas é boa e limpa, embora tenha uma vez ou outra um ataque de mau génio.  
É simpático, comunicativo e caloroso.  
Tanto fala com pessoas ditas importantes como com gente humilde.  
Tem uma voz quente, grave e bem colocada.  
É o orgulho de sua mãe.

**Rui** — A Mãe é uma maravilhosa artista. Estudou belas-artes, pintura e artes decorativas. Aliás, é uma das suas maiores qualidades, esta de fazer os outros felizes através das suas criações.

**Maria** — Um desses dias, já meses ali, a Mãe deu-me a mão, olhou-me profundamente e disse-me:

**(Coro)** «em todas as circunstâncias da vida/ há beleza/ e nisso/ tens de acreditar./Nunca podes deixar de acreditar.»

Fiquei a viver nesta frase e ainda hoje volto várias vezes a ela, sobretudo neste período de isolamento, tem feito especial sentido: «em todas as circunstâncias da vida, há beleza... Nunca podes deixar de acreditar.» Como filha, só me restava obedecer. E assim o fiz. Por incrível que pareça, a partir desse momento, aquele espaço, de facto, ficou bonito. As árvores do jardim surgiram, deixei de ter medo da enfermeira e nos últimos dias consegui dar-lhe um abraço. A beleza humanizou-me, salvou-me.

**Rui** — A beleza não, a Mãe.

### **Cena 3.3 (Continuar a dizer calmamente a *verdade*)**

**Ana** — Aos 16 anos eu pensava que era a pior pessoa do mundo: má e que nem humana era. Tinha a ideia vincada que não era eu própria e que não tinha personalidade, que era hipócrita e como consequência ficava angustiada. Além disso, parecia que tinha «colada ao corpo» uma tristeza imensa.

**Jonas** — Comecei a ler livros de psicologia para tentar descobrir o que tinha, mas como não tinha bases em Psicologia, fiquei ainda mais confusa. O impacto que isto teve na minha vida, foi não conseguir falar com ninguém e ficar muito tempo na cama a olhar para um quadro que tinha no meu quarto.

**Rui** — Aos 13 anos comecei a auto-mutilar-me. Despertou qualquer coisa em mim. Não aguentava mais todos os problemas. Era um escape, que eu fazia um enorme esforço para esconder de toda a gente. Suicídio, pensava nele diariamente. Era como se fizesse parte dos meus dias e me corresse no sangue. Apoderou-se do meu pensamento a cada minuto, segundo e hora do dia. Ninguém sentiria a minha falta. Neste misto de pensamentos, a minha pedopsiquiatra mandou-me para o hospital por estar em risco de vida e os meus pais, separados, assinaram um termo de responsabilidade. Fiquei completamente surpreso pelo ambiente daquele lugar. Nunca pensei que houvesse tantos adolescentes no mesmo estado de espírito ou semelhante.

**Luísa** — Era uma adolescente vazia, que se tornou uma adulta com um vazio gigante, com um distúrbio alimentar que a persegue até hoje. Relações familiares estragadas, surtos psicóticos fortes cuja espiral vai aumentando de crise para crise, de recaída para recaída. A culpa e a raiva, depois de cada ataque de compulsão, gerava um novo ciclo de compulsão. Este peso corre a toda a hora pela minha cabeça. Odeio a minha aparência.

**Fada do som** — Aos 21 anos ouvia mensagens na rádio dirigidas a mim. Tinha consciência que estes pensamentos eram sem fundamento, mas havia alturas que achava que eles eram reais.

**Nando P.** — E com a pandemia tínhamos medo. Medo de apanhar covid-19. Tive crises de ansiedade e nem ia à rua. Tinha de fazer um esforço para sair e só para o estritamente necessário.

**Carlos M.** — Estou tratado e curado a nível hospitalar, mas por vezes tenho crises de ansiedade. Não sei bem porquê, sinto-me melancólico e triste.

**Jonas** — O grande desafio é combater a solidão extrema que parece insistir em habitar-me. A solidão não é o estar sozinho, é o sentir que não se pertence, que não se é querido. O contrário da inclusão não é a exclusão. É a solidão. A exclusão é a consequência.

**Maria** — Hoje escutei um cuco. Tinha estado a comer ovos mexidos e quando dei por mim a fumar um cigarro, escutei um cuco várias vezes a cantar. Quis logo saber o que significava ouvir um cuco cantar às 17h30 da tarde. Fui ao Google espreitar: era a Primavera a chegar.

**Rui** — Na Primavera fico muito melancólico e triste, e é quando surgem os sintomas da minha doença (distúrbio de personalidade *borderline* com automutilação).

**Maria** — Mas hoje escutar o cuco deu-me uma nova disposição, e hei-de lembrar-me dele para fazer as minhas actividades. Lembrei-me que afinal uma voz ou um voo de Primavera dá-me tempo para expressar o que sinto, e o que sinto é que tenho Liberdade de Expressão.

## PARTE IV

### **Cena 4.1 (Relevação intermitente II)**

**Luísa** — O que eu sinto é que, ao longo dos últimos anos, me fui esvaziando.

**Carlos M.** — Hoje acordei mordido no peito por um escorpião que me queria salvar a vida.

**Luísa** — Quando eu casei tudo era novo para mim. Eu sentia-me preenchida, impulsionada. O meu amor pelo Ricardo, que foi crescendo, deu um sentido novo à minha existência.

**Carlos M.** — Sonhei que num campo de batalha eu estava ferido e inconsciente.

**Luísa** — Queria cuidar dele, ajudá-lo. Era bom! Era tão novo sentir aquilo.

**Carlos M.** — Eu estava num deserto, só eu e um escorpião. Um escorpião falante e bem-falante neste caso.

**Luísa** — Amar aquele homem era uma coisa maior, mais profunda do que tudo o que eu conhecia. Importante! Amá-lo fez-me sentir importante. E mulher. Ele valorizava-me, apreciava-me. Eu adorava quando discutíamos. Éramos dois iguais. Eu admirava-o muito! Ainda admiro. Não pode haver amor sem admiração...

**Carlos M.** — Picou-me primeiro na cabeça, que picada foi aquela!?

**Luísa** — Fomos bons um para o outro!

**Carlos M.** — Um mundo completamente diferente surgiu diante dos meus olhos. O céu era vermelho e uma chuva ácida caía no deserto negro. Isso mesmo, a areia era negra como o escuro da noite sem estrelas ou a lua. O céu era vermelho e havia dois sóis, os dois verdes.

**Luísa** — Muitas vezes o acompanhei em coisas dele para que se sentisse mais seguro e muitas vezes foi nele que encontrei a força para encarar mais um dia de trabalho.

**Carlos M.** — O escorpião começou a falar sobre a minha missão na vida.

**Luísa** — Quem nunca passou por um bairro desfavorecido não imagina a miséria que lá se vive. Uma realidade paredes meias com a nossa que se pode ignorar uma vida inteira. Aprendi muito, desencantei-me muito. Desesperei muitas vezes com a nossa política... quis desistir outras tantas. Muitas vezes só a culpa que sentia ao voltar para os meus serões muito burgueses me fez voltar no dia seguinte. A culpa e o apoio do Ricardo, que me ajudava a ver a pequena diferença que eu ia fazendo naquelas vidas.

**Carlos M.** — Disse-me que eu sabia como organizar uma festa de comemoração sobre a liberdade de expressão e que seria das primeiras coisas que eu iria fazer quando acabasse a guerra. Só que eu precisava entender, segundo as palavras do escorpião, que a terceira guerra mundial iria terminar com as religiões, ou pelo menos com as principais religiões, aquelas mais conhecidas.

**Luísa** — Mas aos poucos, tanto no casamento como no trabalho, as coisas foram-se esgotando. Eu comecei a desacelerar, a deixar de me entusiasmar. A estagnar.

E com isso veio a desmotivação, o desinteresse, o vazio.  
Tudo começou a parecer-me plano. Sempre o mesmo dia.  
A insatisfação e o sufoco a tomarem conta de mim.

**Carlos M.** — Eu iria ser um mestre zen dedicado ao culto da santa morte e que os meus seguidores fossem buscar o dinheiro das oferendas para que fosse construída a cidade de baixo da terra mais populosa do mundo.

**(coro)** *(sussurrado)* Tu /serás o mestre/ escorpião/ da nova era!

Dizia-me ele. Com uma picada fortíssima no peito acordei ainda no campo de batalha. A guerra já tinha terminado.

**Luísa** — Até que, um dia, não aguentei mais!

**Carlos M.** — Não havia ninguém por ali, só os ossos em fumaça reluziam ao sol. À distância conseguia ver uma porta gigante que fazia ecoar o som de uma campainha. Sabia que tinha de ir até lá. Ao chegar a campainha tinha-se calado. Coloquei a mão sobre a porta que não tinha puxador. Ouvi um «*click, crack...*» e então a porta abria-se revelando um campo verde repleto de malmequeres. De imediato soube que era uma alma muito antiga e que havia reencarnado umas seiscentas vezes. Esta vida seria a última, então eu precisava voltar. Mas ainda seria visitado novamente pela mulher sábia que me dizia:

**Fada do som** — Renasci hoje um pouco mais.  
Voltei a acreditar nas fadas e nos duendes.  
Sei que tenho um longo caminho a percorrer.  
Vou começar a viajar durante as noites estreladas  
Para a casa dos seres que amo.  
E um dia, se puder,  
Vou fazer um piquenique à Lua com os anjos e os meus amigos.

Vamos cantar canções vindas do coração,  
Para dar esperança às almas infelizes e cheias de tristeza.

**Carlos M.** — E assim acordei, perturbado pela comichão no peito por causa da picada do escorpião. Para mim, o escorpião passou a ser o meu animal da sorte.

**Luísa** — E agora aqui estou, sem saber o que fazer com o resto da minha vida. Sem ter a menor ideia do que é essa coisa que procuro e que me fará sentir, outra vez, que vale a pena estar viva e que os dias não são só uma imensa sucessão de acordar, comer, entreter-me e dormir...

## **Cena 4.2 (Mudança)**

**Fada do Som** — *(tornando-se visível)*

Amor,

Querido, para mim amor é dar sem se estar à espera de receber

Não exige,

Não espera nada,

A não ser a felicidade do outro.

É ir para o fim do mundo.

É ir para além dos nossos limites.

É fogo que arde sem se ver.

Eu fui até ao impossível por ti

e fiz o que não queria para te satisfazer

Mas nunca era suficiente

Exigias sempre mais e mais

E sempre que eu atingia o mais, querias mais

Por isso, sofri e deixei de ser eu própria.

Deixei para trás os que amava e o que amo.

Mas um dia disse que não.

Agora é por mim e pelo meu destino.

Quem o comanda sou eu e mais ninguém.  
Sou ser sem forma  
Agora me despeço  
Na esperança que me tenham ouvido:  
Amem-se uns aos outros  
Como se de vocês se tratasse.

*(Rap da MUDANÇA)*

**Todxs** — Mudo de casa  
não me amarro  
na maré vasa  
troco de carro  
Faço viagens  
outros locais  
outras paragens  
mas quero mais  
No Universo  
escuridão e lume  
o meu ser imerso  
em mágoa e queixume  
Forço a mudança  
pura obsessão  
mas sou criança  
no coração  
Devagarinho  
tento alcançar  
a paz de um ninho  
sem estar a pensar  
sempre em mudar  
sempre em mudar  
sempre em mudar

sempre em mudar  
Mudo as roupagens  
troco o calçado  
apago as imagens  
do meu passado  
Não me contento  
quero outra dança  
deixem que o vento  
traga a mudança  
Na maré alta  
vem o desejo  
e só lhe falta  
mais um lampejo  
Mas indomável  
a ideia volta  
não sou estável  
sinto revolta  
Talvez, só talvez  
tenha aprendido  
e desta vez  
compre um vestido  
que me cubra a pele  
sem ponta de fel  
e haja mudança  
na voz da criança  
que sou

## PARTE V

### Cena 5.1 (Festa da espuma)

**Quim** — Então Gabriel? Estás convencido? Ainda te achas o gajo mais estranho do mundo?

**Gabriel** — Acho que tinhas razão, Quim. Este Palavrinhas era realmente um cromó irrepetível! Estes tipos eram todos loucos! Eu, ao pé deles, sou realmente um menino de coró! Mas olha, esta peça é supimpa.

**Quim** — Acho que vou comprar bilhetes para o próximo sábado, para ver o final. Queres vir? Já viste se o Pessoa apresenta o Sá Carneiro ao Variações? Não sei porquê, mas acho que teriam tudo a ver um com o outro!

**Gabriel** — Imagina um encontro a cinco no cinema. O Variações, o Sá Carneiro, O Pessoa, a Luisinha e o Palavrinhas. O Variações sentado ao colo do Sá Carneiro, o Pessoa assexuado a fugir da Luisinha...

**Quim** — Mas tu és louco, Gabriel? Acho mesmo que estás a caminho de te tornar o tipo mais estranho do mundo! Estás em delírio completo! O que dizes está completamente fora da realidade e é absolutamente escandaloso! Quanto a mim o final seria bem mais suave. *(entra música)* Porque não convidar todo elenco para uma festa da espuma, que terminasse em absoluta apoteose, fazendo tudo o que lhes desse na real gana? Afinal, o melhor é irmos os dois ao psiquiatra na próxima semana! Eu marco a consulta e tu vais como meu heterónimo Gabriel. Tu serás a partir de hoje *The Strange little Gabi*.

**Nando P.** — E assim se foram cantando e dançando, como se não houvesse amanhã... Nos altifalantes da rua ecoava em nervosos decibéis *People are Strange*, na voz do mítico vocalista Jim Morrison.

## **Cena 5.2 (partir)**

**Francisco** — *(quando pára a música)*

Já decidi.

Vou partir

Quero dar a volta ao mundo a começar pelo UZEBEQUISTÃO.

Só levo uma mochila e não sei quando volto.

Vendi os meus quadros e a secretária de mogno.

É que não sei quando volto.

**Coro** — Não vás Francisco! /É arriscado! /E és tão novo!

**Francisco** — Mas eu quero lá ir, a esses lugares do inferno.

Amanhã vou começar o meu périplo. Fico pelo menos três, quatro, dias em cada lugar mas pode prolongar-se.

**Coro** — Precisas de trabalhar/ para te consegues sustentar.

**Francisco** — Quero conhecer gente diferente, outras culturas, outras raças.

Tenho necessidade de entrar na vida de gente não formatada.

E cá estou eu sobre as nuvens.

**Coro** — Ai!

**Francisco** — Um sol radioso cá no cimo.

**Coro** — Uii!

**Francisco** — Sobrevoamos o Oceano Atlântico e agora o avião acabou de inflectir a rota para leste.

**Coro** — Chiça!

**Francisco** — É o futuro risonho a abrir-se à minha frente. É um Mundo Novo que me faz falta.

**Coro** — Não vás Francisco./ «A vida sem viver é mais segura»

**Francisco** — Mais escura?

**Coro** — Segura!

**Francisco** — Chiça! Agora é que não sei mesmo se volto!

## PARTE VI

### **Cena 6.1 (Revelação final)**

**Rui** — Não gosto particularmente da palavra sucesso. De alguma forma encerra-nos no catálogo da perfeição. E esse diagnóstico da perfeição, da tirania da normalidade, eu rejeito. É o caminho da partilha que permite quebrar o muro entre nós, abraçar todas as nossas dores e alegrias, medos e coragens.

**Luísa** — Tem sido uma experiência muito intensa este tempo por aqui. Conviver com estas pessoas tem-me feito ver a minha própria vida por uma perspetiva bastante nova. Elas são muito diferentes das pessoas a que eu estou habituada. São mais loucas, talvez. Menos «normais»... E começo a aperceber-me que, se calhar, tenho tido uma vida demasiado normal, igual, previsível. O que, talvez, me tenha sempre faltado é um pouco de loucura, de vez em quando. Ou espontaneidade, como lhe quiserem chamar. Mostrar mais o que sou com menos medo da crítica. Talvez, também, precise de saber melhor o que sou, para o fazer.

Mas o que me tem surpreendido aqui é como as pessoas dizem o que lhes vai na cabeça e no coração. Tenho ouvido histórias de grande sofrimento mas, também, de grande verdade. Porque é que no mundo de onde venho toda a gente esconde o sofrimento como pode? (*entra música*) Como se fosse algo de que nos devêssemos envergonhar... Eu nunca chorei até encharcar uma almofada e pode parecer bizarro, mas quando ouvi a Maria contar essa história, deu-me uma vontade enorme de chorar até encharcar uma almofada. Ouço estas pessoas e penso que elas viveram tanta coisa! Muitas delas têm histórias difíceis, de grandes angústias e comovem-me, mas, ao mesmo

tempo, invejo-as. Como se a minha vida tivesse falta de drama. Sinto falta de choros convulsos. Mas, se pensar bem, também sinto falta de dar gargalhadas. Quando foi a última vez que tive de agarrar a barriga de tanto rir? Será que foi isto que fui perdendo ao longo do tempo, sem me dar conta? A espontaneidade? O rir e o chorar só porque tenho vontade? A paixão pelas coisas? A intensidade?... Pensando assim, olho para trás e vejo-me uma pessoa responsável, séria, fiável. Aprendi a fazer o certo, a ser educada, a não falhar a ninguém, a ser grata pelo que tenho... Meu Deus, o que eu aprendi foi fazer sempre o que era esperado de mim! E talvez nem tudo, nisso, esteja errado, mas hoje percebo que o que me falta é vida dentro de mim. É pulsação, desejo, paixão, loucura...

Falta-me drama na vida. Não sei se a minha vida tem sido fácil demais ou eu sempre achei que, por comparação, não tinha razão para me queixar, mas sei que agora, o que me apetecia, era dançar.

*(Luísa dança um tango com um homem arrebatador)*

## **Cena 6.2 (Epílogo)**

**Carlos M.** — Este é o nosso caminho/ a estrada que escolhemos percorrer./ O nosso grito de liberdade é este:/ o de escolher o amor qualquer que seja o contexto. Esta é a nossa história./ Somos ativistas da esperança,/ destruidores de muros,/ de preconceitos/ e este é o desafio/ aqui,/ nesta sala. Assumir esta realidade como cenário pode não ser fácil.../ mas facilidade não é felicidade./ E juntos/ podemos criar uma história feliz./

**(coro)** Do medo à beleza/ da solidão à confiança/ da humilhação à humildade/ do silêncio à voz/. Ser voz.

**FIM**



# FOLHA DE SALA

O espetáculo *IrRomper* estreou no dia 03 de outubro de 2021 no Auditório da Paroquia de Aldoar com o apoio da DGArtes / Ministério da Cultura.

**Direção artística da criação coletiva, dramaturgia e encenação:** José Eduardo Silva

**Assistência de direção, dramaturgia e encenação:** Rosário Costa

**Texto original:** Artur Félix da Silva, Diva Ribeiro de Carvalho, Joana Plácido, Maria Oliveira e Silva, Paulo Soares, Susana Alves dos Reis, Joana Morais e Castro, Mafalda Fernandes, Alexandra Mendes

**Interpretação:** Artur Félix da Silva, Diva Ribeiro de Carvalho, Joana Plácido, Mané Carvalho, Maria Oliveira e Silva, Paulo Soares, Rui Spranger e Susana Alves dos Reis:

**Apoio à direção cénica:** Rui Spranger e Mané Carvalho

**Cenografia e figurinos:** Inês de Carvalho

**Desenho de luz:** Pedro Vieira de Carvalho

**Construção de adereços:** Rui Azevedo

**Sonoplastia e música original:** Quico Serrano

**Acompanhamento vídeo e documental:** Francisco Lobo

**Produção executiva:** Emanuel Rodrigues

**Assistência à produção:** Fernando André de Sousa

**Design gráfico:** Caroline Maia

**Operação espetáculo e assistência montagem:** Rui Azevedo

**Assessoria de imprensa:** Rui Paulino David

**Comissão de acompanhamento:** Adrián Gramary, Cecília Cruz Villares, Filipa Palha, Joana Morais e Castro, Luís Fernandes, Maria João Heitor e Susana Magalhães

**Agradecimentos:** Grupo Vozes de Esperança, Fábrica da Igreja Paroquial de Aldoar, Sr. Padre Lino Maia

**Apoios:** Teatro Universitário do Porto, Teatro Pé de Vento, ACE Escola de Artes

# ROMPER O ESTIGMA

## O PALCO E A LOUCURA

Adrián Gramary (Psiquiatra)..... pág. xx

## VOZES DE ESPERANÇA E COMUNIDADE DE FALA: PARTILHANDO HISTÓRIAS SOBRE COMO NOS TORNAMOS MAIS, JUNTOS

Cecília Cruz Villares..... pág. xx

## ROMPER SILÊNCIOS: DO SILÊNCIO À VOZ

Joana Morais e Castro..... pág. xx

## VOZES QUE (SE) CONTAM:

### O ESPAÇO DE ESCUTA NOS CUIDADOS DE SAÚDE (MENTAL)

Susana Magalhães..... pág. xx



## O PALCO E A LOUCURA

**Adrián Gramary**

Psiquiatra

*Quando nascemos, choramos por ter chegado a este grande palco de tolos*

SHAKESPEARE

*Rei Lear*

Existe um vínculo imemorial entre teatro e loucura que remonta aos inícios da literatura ocidental. Ao longo da história do teatro, a loucura, tal como aconteceu com todos os produtos artísticos, foi percebida e estruturada como um facto sociológico, em função das crenças e valores de cada época.

Os grandes trágicos gregos — Ésquilo, Sófocles e Eurípides —, por exemplo, deixaram-nos magníficos retratos da psicose, uma loucura que, no modelo teológico-mágico de que se nutria a tragédia clássica, era interpretada o mais das vezes como um castigo enviado pelos deuses aos homens tomados pela *hybris* (orgulho, arrogância). Uma ideia que cristalizou no famoso adágio latino *Quem deus vult perdere, dementat prius* (Os deuses, primeiro enlouquecem a quem querem destruir). Os agentes que provocavam a *até* (ruína, insensatez) das *phrènes* (mente) podiam ser os *dáimones*, as Erínias ou os deuses do Olimpo (Atena, Dioniso, Afrodita). Este é o caso de Orestes na *Oresteia* de Ésquilo, que, vítima das Erínias (as Fúrias dos romanos), enlouqueceu após matar a mãe. A deusa Atena também enviou a loucura a Ajax, o protagonista da peça homónima de Sófocles, que, acometido de loucura, degolou um rebanho de cordeiros que confundiu, por influência da deusa, com o exército dos aqueus. Ao descobrir o seu erro, nada mais restou ao infeliz que suicidar-se. Estamos perante uma loucura que se manifesta por escuridão da mente, alucinações, delírios, violência e furor. É uma loucura destrutiva, vinculada à vergonha, que isola e pode conduzir a morte.

Autores como Ruth Padel não duvidam em afirmar que a tragédia «é o corpus que estabeleceu toda a gramática ocidental da loucura». Não é fortuito que Freud se inspirasse na leitura da tragédia *Édipo Rei* de Sófocles para definir o complexo que considerou a base do desenvolvimento psicosexual do ser humano.

Aristóteles, na sua *Arte Poética*, definiu a tragédia pela sua capacidade para provocar a *kátharsis* (purificação) das emoções no espectador. Esta definição do filósofo estagirita sublinhava, assim, as propriedades terapêuticas essenciais do teatro, uma ideia (a da palavra e a representação dramática como terapia) que mais tarde será recuperada por Freud e Breuer na sua ideia do «método catártico» e por Jacob Levy Moreno no psicodrama.

Contudo, a cultura greco-latina deixou-nos outra interpretação alternativa da loucura. Platão, no *Fedro*, fala de uma loucura divina, visionária ou extática, que inspira e permite que os profetas, os apaixonados e os poetas vejam verdades onde os outros não conseguem ver nada. É a ideia de que os deuses chegam a nós através da loucura, uma loucura que produz uma visão privilegiada e verdadeira. Esta outra visão da loucura é aquela que através do *Problema XXX*, atribuído a Aristóteles, defende a condição melancólica do artista e do homem de génio (o homem saturnino, nascido sob o signo de Saturno). Esta ideia será revitalizada no Renascimento e nomeadamente no Romantismo: estamos perante uma valorização do irracional como fonte de sabedoria e transcendência, como ligação ao divino.

O segundo grande momento de esplendor do teatro ocidental é o teatro isabelino do Renascimento, identificado com o génio de Shakespeare. No século XVI o modelo médico de loucura já era outro: o modelo teológico-mágico tinha cedido espaço a um modelo antropocêntrico que defendia a etiologia natural (não sobrenatural) da loucura e atribuía às paixões — entre outras a luta pelo poder — a origem da doença mental. Talvez sejam os retratos da demência psicótica do *Rei Lear* ou a loucura provocada pelos remorsos de *lady Macbeth* os dois exemplos mais reveladores, neste sentido. E temos ainda a loucura de amor de Ofélia, desencadeada pela crueldade e o abandono de Hamlet e que acaba com o seu suicídio no rio; o delírio de ciúmes de *Otelo*,

ou a depressão de *Ricardo III*. Por não falar em todas as disquisições sobre a origem edipiana dos conflitos de *Hamlet*. Shakespeare foi, sem dúvida, o psicólogo mais agudo e genial da história do teatro, ninguém como ele conseguiu destrincar os escuros e tortuosos conflitos do psiquismo humano.

O teatro do século XVII (a *comedia nueva* espanhola e o classicismo francês), deixaram-nos, entre outras coisas, a primeira peça de teatro desenvolvida numa casa de loucos, *Os loucos de Valencia* de Lope de Vega, e o retrato mais paradigmático do hipocondríaco, *O doente imaginário* de Molière.

No início do século XIX, encontramos a figura singular do dramaturgo alemão George Büchner, um romântico atípico reivindicado posteriormente pelo naturalismo e o expressionismo, que nos deixou dois retratos únicos da esquizofrenia, um em prosa (*Lendz*) e outro numa peça teatral póstuma e inconclusa (*Woyzeck*). Nesta última obra, baseada no caso real de um soldado alemão que devido às humilhações dos superiores acabou por assassinar a companheira sentimental, Buchner recorreu às fontes históricas (a perícia realizada ao soldado) — tal como tinha feito em *A morte de Danton* com os discursos de Robespierre e Danton — para denunciar a injustiça e a opressão como causas da loucura.

O teatro naturalista burguês do último terço do século XIX, influenciado por Zola e a «teoria da degenerescência» — discurso hegemónico na psiquiatria da segunda metade do século XIX —, fez uma crítica radical da sociedade burguesa através do retrato de famílias consumidas pelo álcool, a sífilis, o incesto e a doença mental, como acontece na peça *Espectros* do dramaturgo norueguês Henrik Ibsen.

No início do século XX, Pirandello, que tinha explorado na sua obra *Seis personagens em busca do autor* ideias como a do teatro dentro do teatro, o desaparecimento da quarta parede com a participação do público na peça e as possibilidades de dissolução/construção do eu dramático, fez em *Henrique IV* (1922) uma reflexão sobre a loucura e os limites entre a realidade e a imaginação através da história de um individuo com delírios de grandeza, que acredita ser o rei Henrique IV e que quando recupera a cordura decide fingir que continua a delirar.

O século XX foi testemunha da eclosão do teatro norte-americano. No fim da década de 1940 foi estreada a peça *Longa viagem noite adentro*, de Eugene O'Neill, uma obra onde o prémio Nobel aborda a problemática das dependências (morfina e álcool) nos diferentes elementos de uma família que constitui um transunto da do próprio autor.

No pós-guerra da segunda guerra mundial, o teatro de Tennessee Williams representa o paradigma da influência da psicanálise no género dramático. As suas obras, protagonizadas por seres frágeis, inadaptados e perdedores, estão repletas de referências autobiográficas aos seus traumas infantis: a homossexualidade, o abandono do pai e a mãe histérica, assim como a experiência traumática da lobotomia da sua irmã Rose. O desejo e a sexualidade (recalcada ou não) aparecem nas suas peças como a origem dos conflitos psíquicos, da violência e da doença mental. Sirvam como exemplos o papel de Blanche DuBois em *Um eléctrico chamado desejo* ou de Catherine em *Subitamente no último verão*.

São mais evidentes as ligações da loucura com o «teatro da crueldade» de Antonin Artaud (ele próprio internado desde novo em vários hospitais psiquiátricos e submetido a eletroconvulsivoterapia, uma experiência que vivenciou de forma traumática) e com o chamado «teatro do absurdo» (Becket, Ionesco, Genet). Artaud, cuja obra afunda as suas raízes no dadaísmo e o surrealismo, ao tempo que submete à psiquiatria institucional a uma crítica impiedosa, propõe um teatro antiburguês, alquímico, que outorga prioridade ao gesto, ao ritual, à música e aos aspetos visuais e físicos face à palavra.

Em 1964, a estreia da peça *Marat-Sade* de Peter Weiss representa outro marco na história da loucura no teatro. Influenciado pelo teatro épico de Brecht e o teatro político e utilizando a ideia do teatro dentro do teatro, o autor alemão recria nesta peça a representação teatral que os doentes internados no asilo de Charenton fazem, sob a direção do Marquês de Sade — outro ilustre internado na instituição —, sobre a morte do jacobino Danton durante a Revolução Francesa a mãos da girondina Charlotte Corday.

Na década de 90, a obra breve de Sarah Kane, internada várias vezes em hospitais psiquiátricos por depressões psicóticas, descreve a sua própria vivência da doença mental. A sua última peça, *4:48 Psicose*, é um texto radical e inovador, que prescinde da trama e dos personagens, estruturado numa narrativa não linear e fragmentada. Esta obra, escrita quando a autora estava a passar uma depressão grave, só foi encenada postumamente, após o seu suicídio aos 28 anos. O seu título faz referência às 4:48, a hora fatídica em que, segundo a autora, a maioria dos suicídios acontecem.

As possibilidades terapêuticas do teatro (que partem da ideia da *kátharsis* aristotélica) e o seu potencial de transformação social (desenvolvido, por exemplo, por Brecht e Piscator na Alemanha dos anos 20) estão na origem de diferentes escolas psicoterapêuticas surgidas ao longo do século XX, como o psicodrama (Moreno), o sociodrama (Zuretti, 2001) ou o teatro com sobreviventes de traumas (Van der Kolk, 2014), e de diferentes subgéneros dramáticos recentemente desenvolvidos, como o teatro autobiográfico (Heddon, 2008) ou o teatro testemunhal (Forsyth, 2013), entre outros. A dramatização das experiências e itinerários das pessoas a quem lhes tocou conviver com o sofrimento psíquico, o trauma e/ou a doença mental, como no caso da iniciativa *Vozes da esperança*, é um instrumento terapêutico útil, que também permite abordar a relação entre loucura e «norma» e ao mesmo tempo pode facilitar a desconstrução do conceito social de doença mental (contribuindo assim para a luta contra o estigma) e a construção alternativa de uma narrativa pessoal nova.

Vale a pena socorrer-nos, para acabar, do tópico literário da «vida como teatro», o *Theatrum mundi*, que atingiu a sua apoteose barroca na peça *O grande teatro do mundo* do dramaturgo espanhol Calderón de la Barca. Porque a vida, como bem sabia Shakespeare e como exploraram até às últimas consequências os autores do «teatro do absurdo», parece ser muitas vezes uma representação que se desenvolve num «palco de tolos», e o conceito de loucura, por sua vez, também é em parte uma construção social (veja-se o estigma) que depende das crenças, preconceitos e valores de cada época.

## Referências bibliográficas

- Doods, E.R. (1951). *The Greeks and the Irrational*, Berkeley and Los Angeles: University of California Press.
- Forsyth, A. (2013). *The Methuen Drama Anthology of Testimonial Plays*. London: Bloomsbury.
- García Yebra, V. (2010). *Poética de Aristóteles. Edición Trilingüe*. Madrid: Gredos.
- Heddon, D. (2008). *Autobiography and Performance*. London: Palgrave.
- Molinari, C. (2021). *História do teatro*. Lisboa: Edições 70.
- Moreno, J. L. (1954). *Who shall survive? Foundations of Sociometry, Group Psychotherapy and Sociodrama*, Beacon, NY: Beacon House Inc.
- Oliva, C.; Torres Monreal, F. (2020). *Historia básica del arte escénico*. Madrid: Cátedra.
- Padel, R. (1995). *Whom Gods Destroy: Elements of Greek and Tragic Madness*, Princeton: Princeton University Press.
- Platão (2009). *Fedro*. Lisboa: Edições 70.
- Shakespeare, W. (2016). *Rei Lear*. V.N. Famalicão: Teatro Nacional São João/Humus.
- Van der Kolk, B. (2014). *The Body Keeps the Score: Brain, Mind, and Body in the Healing of Trauma*. New York: Viking.
- Zuretti, M. (2001). “Sociopsychodrama”. *The British Journal of Psychodrama and Sociodrama*, 16(1), 111—114.
- Buchner, G. (2010). *Woyzeck*. V.N. Famalicão: Teatro Nacional São João/Humus.

## VOZES DE ESPERANÇA E COMUNIDADE DE FALA: PARTILHANDO HISTÓRIAS SOBRE COMO NOS TORNAMOS MAIS, JUNTOS

**Cecília Cruz Villares**

*Às vezes — o destino não se esquece —  
as grades estão abertas,  
as almas estão despertas:  
às vezes,  
quando quanda,  
quando à hora,  
quando os deuses,  
de repente  
—antes— a gente  
se encontra.*

João Guimarães Rosa

Se há tantas maneiras narrar uma vida, o que faz com que as histórias das pessoas com doenças mentais sejam contadas de uma única maneira? Por que chegam essas pessoas a reduzir a própria história a um enumerado de sintomas, crises, tratamentos e derrotas pessoais? Por que se apagam da memória as boas experiências e as histórias que as sustentam?

Os caminhos que deixamos de percorrer tornam-se menos acessíveis porque nos esquecemos deles. Com as narrativas acontece o mesmo — quando um repertório pessoal encolhe, a história empobrece. Esta é a realidade de muitas pessoas que vivenciam algum tipo de sofrimento ou doença mental: evitam contatos e compromissos sociais por medo de falharem, economizam palavras para não se atrapalharem ainda mais, esquivam-se das conversas. A tensão acompanha a expectativa diante das inevitáveis perguntas de praxe nos encontros sociais: como vai a vida? O que tem feito? Onde está a trabalhar?

Como consequência, a escassez de encontros e interação diminui as oportunidades de revisitarmos histórias, ampliar repertórios, partilhar e aprender com os outros. Quando as narrativas encolhem, os fatos e as vivências perdem chances de serem ressignificados para compor outras possíveis histórias. A narrativa que predomina passa a ser a única história contada, ao mesmo tempo que vivida, e o sujeito resigna-se a um lugar de pouco ou nenhum protagonismo. Preso a um círculo vicioso de encolhimento relacional e social, o distanciamento constitui-se num refúgio seguro e num modo de viver, ainda que ao preço de uma permanente solidão.

Essa triste realidade encontra correlatos em contextos mais amplos de discriminação racial e cultural e faz parte da experiência cotidiana de grupos historicamente subjugados. Nesse sentido, o preconceito que sustenta práticas discriminatórias contra pessoas com doenças mentais é semelhante àquele contra qualquer grupo de pessoas «diferentes de nós». Na medida que tais práticas são validadas pela percepção do grupo majoritário, naturalizam-se e perpetuam-se as histórias sobre esses grupos de pessoas tidas e narradas como inferiores, deficientes e desviantes.

Historicamente, todos temos sido partícipes da construção dessas histórias e, ainda que involuntariamente, contribuindo para a manutenção de narrativas que condicionam essas pessoas a uma existência marginal. Chimamanda Adichie, premiada escritora Nigeriana, privilegia em seus livros questões étnicas, de gênero e de identidade em temas de história e violência profundamente conectados com seu país de origem, em narrativas que exploram a complexidade de múltiplos pontos de vista. Num vídeo memorável da série de conferências TED Talk<sup>1</sup>, *O perigo de uma história*

---

1 A apresentação de Chimamanda Adichie no TED Global 2009, intitulada “O perigo de uma história única”, é até hoje uma das mais acessadas da plataforma (18 milhões de visualizações) e está disponível em [https://www.ted.com/talks/chimamanda\\_ngozi\\_adichie\\_the\\_danger\\_of\\_a\\_single\\_story/transcript?language=pt-br#t-149](https://www.ted.com/talks/chimamanda_ngozi_adichie_the_danger_of_a_single_story/transcript?language=pt-br#t-149). Recentemente foi editada em livro e publicada no Brasil pela Ed. Companhia das letras. Adichie, C.A. (2019). *O perigo de uma história única*. Ed. Companhia das letras, 2019.

*única*, a autora inicia sua fala através da história pessoal de compreensão do mundo na infância, através da leitura.

Criada numa família de classe média, com pais universitários, desde cedo Adichie foi incentivada a ler e escrever. Sua principal fonte de inspiração eram livros americanos e europeus com personagens, territórios e histórias estrangeiras. Assim, seus primeiros escritos apresentavam personagens brancos de olhos azuis que brincavam na neve, comiam maçãs e falavam muito sobre o clima, situações absolutamente incomuns em sua Nigéria natal — onde não há neve, as pessoas comem mangas e o clima nunca é assunto de conversação.

Quando teve acesso à literatura nigeriana, Adichie pôde refletir sobre como as pessoas e, em especial as crianças, eram influenciadas por contos europeus e suas representações. O contato com os autores e histórias de sua terra natal foi transformador: seu repertório passou a incluir as pessoas, objetos, lugares e experiências em que se reconhecia. A descoberta dos escritores africanos a salvou de ter uma «história única» sobre o que eram os livros.

Da mesma maneira, Adichie foi percebendo que as histórias que escutava sobre o povo de seu país a levaram a conceber enredos de pobreza e incapacidade que só foram desafiados quando pôde entrar em contato mais próximo com quem eram essas pessoas, para além daquilo que havia escutado sobre elas. E ao ingressar numa universidade norte-americana, viveu a experiência «inversa», ao descobrir que seus colegas também tinham uma narrativa única sobre a África e esperavam encontrar uma jovem africana de hábitos tribais, vestida com roupas exóticas e não alguém que compartilha gostos, música e maneiras semelhantes aos deles. Eles, assim como ela, também vinham de conhecer uma única história sobre a África e seus povos.

Quando a escritora partilha com o público que a escuta estes eventos de sua história pessoal, o faz para nos propor que os estereótipos sustentam a compreensão desse «outro diferente de mim» e constroem um tipo de narrativa que, embora não mentirosa, é incompleta e superficial. Ademais, as narrativas pautadas pelos estereótipos geram um tipo de enredo único

que, ao silenciar outras perspectivas, dificultam e chegam a impedir a reflexão sobre de onde vieram e como são sustentadas ao longo do tempo.

Nesse sentido, Adichie compartilha a própria história para também nos convidar a refletir sobre como nossas narrativas pessoais são ao mesmo tempo políticas e culturais. Assim, ainda que nos sintamos «donos» de nossas histórias, tal posse e autoria é sempre relativa porque tanto é resultado do que ouvimos a nosso respeito como construída a partir de vocabulários fornecidos por narrativas anteriores, histórica e socialmente situadas. Palavras e sentidos possíveis estão previamente delimitados pelas narrativas oficiais que também compõem os registros que formam a base da formação de nossos repertórios pessoais — os textos que estudamos na escola, por exemplo.

A reflexão sobre a dimensão política da língua em uso e das histórias que vivemos e contamos abre a passagem para narrativas menos dominadas por estereótipos. A chave é acessível a quem transita com liberdade pelas histórias da própria vida e deseja revisitar e ampliar tais compreensões, mas como convidar quem pertence a grupos subjugados a tal movimento?

Tal é a condição das pessoas que vivem e convivem com as doenças mentais. Elas têm muito o que contar sobre seus percursos de superação, mas o discurso dominante sobre a doença mental sustenta tantos preconceitos que a exposição social chega a ser aventura perigosa demais. Ademais, pertencem a um grupo cujas histórias são tipicamente contadas em segunda pessoa, em narrativas que reduzem a sua existência e roubam a sua dignidade. As narrativas que espoliam os recursos de pessoas ou grupos sociais atuam como potentes objetificadores dos seres humanos, obstruindo seu acesso a oportunidades na vida, e calando a sua voz.

As produções contemporâneas no campo das artes vêm contribuindo para alguma mudança neste cenário ao oferecerem perspectivas menos estigmatizadoras sobre as doenças mentais e evidenciarem o protagonismo desses personagens. Convidam o público a uma compreensão mais ampla e multifacetada da doença mental e dão às pessoas que convivem com essa realidade a possibilidade de identificarem-se com protagonistas dessas

histórias narradas ou representadas. Porém, não necessariamente as ajudam a vencer as barreiras sociais, porque para que relatos de superação sejam reconhecidos é preciso que se criem também espaços de reflexão e partilha em encontros com escuta e diálogos abertos. E por que o diálogo é um elemento tão importante?

Porque nascemos e nos tornamos humanos em diálogo com as pessoas significativas que nos cuidam, nutrem, educam e acompanham. As vozes dessas pessoas vão compor uma referência fundamental sobre quem somos, o que vivemos, sobre nossas competências e dificuldades, erros e aprendizados e êxitos. As qualidades e os defeitos que aprendemos a reconhecer em nós mesmos, as palavras que descrevem «quem somos» e «como somos» estão sempre atreladas a histórias e pessoas significativas em cada etapa da vida: familiares, companheiros de escola, professores, colegas de trabalho, amigos, amores e mentores, e tantos outros.

É, portanto, na presença e na conexão com essas pessoas que residem as melhores oportunidades de revisitarmos e reeditarmos as nossas descrições e histórias. A polifonia presente nas múltiplas vozes também pode, em situações de crise e conflitos, alimentar narrativas divergentes e conflitantes, mas sempre convida à reflexão e ao aprendizado e abre caminho para o reordenamento de experiências, para novos sentidos e compreensões sobre si e sobre os contextos que ampliam ou comprimem as histórias vividas.

Escrevi alhures<sup>2</sup> que só podemos contar as nossas histórias se encontramos um ouvinte atento, curioso, respeitoso e responsivo. Da mesma forma, quando nos colocamos na posição de ouvintes para escutar as histórias dos outros, o fazemos a partir de uma postura dialógica que é necessariamente amorosa. Assim, as histórias só existem na presença de alguém que as escute, e nesse sentido o contar histórias é um fenômeno dialógico.

---

2 Villares, C. C. (2019). Pelos caminhos do diálogo aberto: reflexões sobre aprender, praticar e formar profissionais no contexto da saúde mental no Brasil. *Nova Perspectiva Sistemica*, 28 (65), 98-113. <https://doi.org/10.38034/nps.v28i65.540>

A dialogia é a postura filosófica central da abordagem do Diálogo Aberto<sup>3</sup>, e as práticas inspiradas neste modelo buscam gerar espaços de conversas reflexivas entre todos os envolvidos num problema ou questão, sendo a flexibilidade, a polifonia, a continuidade psicológica, a corresponsabilidade e a tolerância à incerteza alguns dos seus valores e princípios fundamentais.

Uma das ideias centrais das práticas pautadas por esta abordagem é que as mudanças acontecem quando nos libertamos de uma ideia ou de um sentido agarrado a ela, numa nova composição através desta narrativa compartilhada. Para tanto, é fundamental que encontremos pessoas que escutem, validem e contribuam para o desabrochar destas novas tramas. Novos sentidos podem ser gerados no recontar de histórias em que ouvintes solidários reafirmam tal processo de reautoria.

O poder da linguagem para construir, obstruir ou derrubar vidas, por um lado; e os princípios das abordagens dialógicas, por outro, constituem o problema central e o eixo norteador do projeto *Vozes de Esperança*, iniciativa da *Encontrar+se* em colaboração com a *Comunidade de Fala* da ABRE<sup>4</sup> que apresento a seguir neste texto, iniciando com uma breve história deste projeto.

A *Comunidade de Fala* é o principal projeto de educação em saúde da ABRE, através de palestras dialogadas em que duas pessoas com história de vivência e superação de transtornos mentais buscam, através de suas narrativas, levar informação, conscientização e combater o estigma associado às doenças mentais.<sup>5</sup>

---

3 Seikkula J. (2011). Becoming dialogical: psychotherapy or a way of life? *The Australian and New Zealand Journal of Family Therapy*, 32(3), 179-193. Recuperado de <https://www.taosinstitute.net/files/Content/5695642/becoming-dialogiical.pdf>

4 Associação Brasileira de Familiares, Amigos e Portadores de Esquizofrenia

5 Vídeo de apresentação realizado em 2016 pode ser acessado em: <https://www.youtube.com/watch?v=0lzPIChugeQ>.

O projeto foi trazido ao Brasil por meio de iniciativa conjunta da ABRE e de Richard Weingarten, jornalista, educador e ativista de saúde mental estadunidense, e nasceu de um encontro tão feliz quanto inesperado. Em 2014, durante um Simpósio sobre *Recovery* e Reabilitação Psicossocial em Campinas<sup>6</sup> (cidade próxima a São Paulo), numa tarde na qual os participantes debatiam a aplicabilidade dos conceitos de *recovery* no Brasil, o consenso foi de que não havia informações suficientes sobre a experiência de vida dos usuários com relação aos processos de *recovery* para que fosse possível tirar alguma conclusão. Weingarten, um dos palestrantes convidados, enxergou ali uma oportunidade de trabalho que ia de encontro com sua missão de vida. Eu vislumbrei a oportunidade de coordenar alguma ação que respondesse à discussão engendrada naquele evento, uma vez que a ABRE já vinha trabalhando no sentido de amplificar e fortalecer as vozes das pessoas com esquizofrenia em suas narrativas de superação. Saímos daquele encontro conversando sobre nossas experiências e propósitos, e daí nasceu a intenção de um projeto conjunto.

O modelo de apresentação da *Comunidade de Fala/Brasil* e do *Vozes de Esperança/Portugal* foi inspirado no programa *In Our Own Voice*, da NAMI (National Alliance on Mental Illness)<sup>7,8</sup>. O pressuposto central é de que os palestrantes são *experts* em suas experiências de vida, e desta forma podem atuar junto aos serviços de saúde na recuperação de portadores de perturbações mentais graves, partilhando suas experiências de superação. O projeto, que tem o *recovery* e o *empowerment* como conceitos norteadores, tem capacitado pessoas com experiência vivida de transtorno, ou convivência próxima, para apresentarem-se em dupla em palestras dialogadas com cerca de uma hora e meia, abrangendo seis tópicos: 1—dias difíceis; 2—aceitação;

---

6 Organizado pelo Grupo Interfaces, do Departamento de Saúde Coletiva da UNICAMP

7 <https://www.nami.org/>

8 Um maior detalhamento sobre o início do projeto pode ser consultado em Villares, C.C. 2015 <http://www.revistanps.com.br/nps/article/viewFile/153/103>.

3—tratamento; 4—lidando com meu problema de saúde mental; 5—sujeito de minha própria história; 6—sucessos, esperanças e sonhos.

O projeto português e o brasileiro têm os mesmos objetivos — capacitar pessoas com experiência de doença mental para escreverem e partilharem as suas narrativas de *recovery* através de apresentações públicas dirigidas a diferentes públicos-alvo e avaliar as apresentações, tanto do ponto de vista dos seus efeitos nos diferentes públicos-alvo, como na vida e processo de *recovery* dos participantes. Os dois projetos atuam de maneira autônoma, entretanto com a migração das atividades para as plataformas *online* em 2020, também temos disfrutado da oportunidade de promover encontros e apresentações internacionais.

No Brasil, cerca de 60 pessoas já participaram das oficinas de capacitação, compondo grupos em cinco cidades (São Paulo, Rio de Janeiro, Santa Maria/RS, Salvador/BA e Ouro Preto/MG). Atualmente, o projeto tem entre 25 e 30 palestrantes ativos. Em Portugal, de 2015 até ao presente, o projeto conta com a participação de 38 palestrantes, dos quais 32 são pessoas com problemas de saúde mental e seis familiares. Em 2015, quando Richard Weingarten veio ao Brasil formar os primeiros grupos, coordenei com ele a capacitação em São Paulo, organizada pela ABRE. Nesse mesmo ano, tive a alegria e o privilégio de coordenar a formação do primeiro grupo de palestrantes no Porto, promovida pela *Encontrar+se*, associação com a qual a ABRE já tinha longa história de colaboração.

Dentre os locais nos quais as palestras são realizadas, destacam-se as instituições de ensino (faculdades e universidades); instituições de atendimentos de saúde, hospitais; organizações sociais, em especial as que realizam atividades de apoio a pessoas com transtornos e seus familiares.

A avaliação da satisfação do público com as apresentações nos dois países tem sido realizada através de um questionário breve adaptado para o efeito que recolhe, entre outra, informação sociodemográfica e indicadores globais relativos à apresentação. Também nos dois países o número de apresentações é semelhante, até o presente foram cerca de 100 apresentações a um público estimado de quase 2000 pessoas em cada país. Está

em curso a elaboração de um artigo para apresentar dados destas avaliações, visando publicar e difundir a experiência e discutir a importância do projeto para as estratégias de enfrentamento do estigma associado às doenças mentais.

O intento deste texto, mais que apresentar dados e números, foi simplesmente convidar o leitor a querer conhecer mais sobre o projeto Vozes de Esperança a partir da minha experiência pessoal com os dois grupos que formei. Como coordenadora inicial dos projetos brasileiro e português, tive a oportunidade extraordinária de escutar as histórias dos participantes e testemunhar seus processos de crescimento e transformação pessoal, de acompanhá-los em seus momentos de reflexão e de escrita individual e nas partilhas em grupo e de testemunhar o surgir das narrativas nas conversas sobre conectar-se com os sentimentos que silenciam e vencer o medo.

Juntos, nas oficinas de capacitação, os participantes escreveram e reescreveram, conversaram, ensaiaram e fizeram sugestões para cada história. Juntos, nos emocionamos, rimos, choramos e celebramos as histórias de superação que puderam desabrochar num ambiente de escuta, aceitação, confiança e respeito mútuos.

*Torneamento*, título do poema na epígrafe deste texto, é uma daquelas palavras do léxico singular de Guimarães Rosa que encantam ao mesmo tempo que causam estranheza. Lembrei-me do poema enquanto escrevia este texto, seu título como uma síntese poética do intuito maior dos projetos Comunidade de Fala e Vozes de Esperança: de que o convite para ouvir a voz das pessoas com experiência vivida de doenças mentais desde o lugar de experts promova reflexão e empatia e que essa escuta promova em cada ouvinte um movimento reflexivo e a possibilidade de reconectar-se às suas histórias menos contadas também. *Torneamento*: que todos nos tornemos algo mais a partir das perspectivas e lugares de falar, ouvir e dialogar sobre histórias de superação nas doenças mentais.

Concluo trazendo, nas palavras de participantes brasileiros e portugueses, alguns sentidos de experiência de participar deste projeto:

«A Comunidade de Fala (CDF) representou para mim um marco na minha vida. De uma pessoa que tinha uma trajetória errática e insegura perante o meu dia a dia, pude crescer como pessoa humana, conjuntamente com os outros integrantes e supervisores de nosso grupo. Eu consegui sair do círculo vicioso em que me encontrava, adentrando em um circuito virtuoso, com um crescimento existencial e evolutivo como pessoa humana. Isso era inimaginável até há bem pouco tempo atrás!

Cada um de nós cresceu como ser humano e pudemos ter a oportunidade de aprender, conjuntamente, e a partir da vivência da Comunidade de Fala, o significado das palavras “solidariedade”, “companheirismo”, “empatia” e “trabalho em equipe”. Hoje, sinto-me plenamente realizado, com paixão e criativamente seguindo rumo à minha *bem-aventurança*.»

*José Alberto Orsi*

«Para mim trabalhar nesse projeto é extremamente gratificante. Eu consigo tocar e emocionar as pessoas de forma muito especial e assim consigo levar a mensagem que se superar um transtorno mental é possível.

E isso é indescritível!

Já vi pessoas no público e até amigos se emocionarem com as palestras... inclusive eu já fui algumas vezes tocado e levado a emoção ao assistir palestras de meus amigos... Pois são experiências muito intensas e fortes.

Quando comecei meu treinamento para dar palestras nunca tinha ouvido falar na palavra *empoderamento*. Mas agora eu vejo na prática quase toda hora... Quando dou uma palestra, uma palavra amiga! Tudo isso torna as pessoas e o mundo a sua volta melhor e me animo com isso.

Pois a esperança é o combustível da vida e de um futuro melhor, ela alimenta até a fé. E quando se tem esperança consegue-se

mobilizar forças para mudar o mundo. E isso é muito bom! E nós da CDF com nossos exemplos somos pequenas fábricas de esperança para todos a nossa volta. »

*Murilo Augusto de Freitas*

«A minha experiência nas Vozes de Esperança permitiu combater o auto-estigma que tinha em relação à minha doença. Consegui falar aos outros dela, sem barreiras e sem medo de ser recriminada. Se tal acontecer, tento explicar que não sou diferente dos outros. E se não me aceitarem por causa dela, faço “ouvidos de mercador”. Sou feliz com ela. Este ano de partilha intensa da minha história, também me fez evoluir em relação aos meus medos de falar em público. Permitiu o meu autocontrolo nestas situações e encontrar estratégias quando existem contratempos. Acima de tudo fez-me gostar mais de mim.»

*Maria Manuel Pinho de Oliveira e Silva*

«O projeto Vozes da Esperança na *Encontrar+se* para mim, é a cereja do bolo. É o maior presente que o Universo poderia me dar. Poder trazer a minha história para você e tocar seu coração, como a história de tantos que ouvi aqui. É reparador. É poder dizer que não estamos sozinhos, que o que sentimos, muitos outros também sentem. E que não há nada de errado com isto.»

*Adriana Bonorino de Aragão*

«Sempre reflito sobre a CDF, já se passaram mais de seis anos do nosso treinamento em março de 2015, na ABRE, na cidade de SP. Quanta coisa aconteceu desde lá. Individualmente e ou coletivamente. Com certeza muitas vidas foram impactadas. Eu me redescobri através da CDF. Participar e estar junto deste grupo, compartilhar das mesmas dores, ansiedades, frustrações, desejos e sonhos, foi extremamente importante para mim e tenho

certeza que para o grupo também. A CDF me transformou em uma pessoa melhor, principalmente porque me aceito do jeito que sou. Me levou a lugares que eu não imaginava. Me trouxe um senso de pertencimento que eu nunca havia experimentado! Sei que temos muitos desafios, mas fazer parte deste grupo me faz muito bem. Quero reencontrá-los em breve e abraçá-los. Esses são os meus desejos. Obrigado CDF.»

*Caio Wilmers Manço*

## ROMPER SILÊNCIOS: DO SILÊNCIO À VOZ

**Joana Morais e Castro**

*Starry, starry night  
Paint your palette blue and gray  
Look out on a summer's day  
With eyes that know the darkness in my soul*

Manuel era o mais novo de cinco irmãos. A sua Mãe, Leonor, tinha ficado viúva quando ele tinha dois anos. Foram viver para o Porto. A rua de Santa Catarina no Porto tinha cheiro a castanhas em Novembro, luzes em dezembro e o som da alegria da cidade na primavera. No verão, não sabia como seria o cheiro, a luz ou o som. Mudavam-se para a quinta da Boucinha e o mar de Leça. Passou uma infância a brincar nos jardins e nas barracas às riscas. Uma vida tranquila, suficientemente burguesa na leveza e digna na exigência. Usava fato e acompanhava o irmão mais velho no escritório, via os desenhos das últimas tendências antes de descerem à fábrica onde seriam montadas as carteiras e malas das Senhoras. Era uma vida tão simples, como sofisticada. Tão confortável, como embrulhada nas regras de estar.

Talvez tenha sido nas brincadeiras com os irmãos ou nas visitas à fábrica que Manequinhas, assim era tratado pela família, começou a construir o seu silêncio. A construir-se: a conhecer-se, ter sonhos, medos, dúvidas.

Na verdade, não sei muito mais sobre o Manequinhas. Estive com ele uma vez. Pegou-me ao colo em silêncio. Abraçou-me, deu-me um beijo. Pousou-me nos braços do meu pai e saiu da sala, continuamente em silêncio. Sempre me suscitou curiosidade saber mais deste tio. Talvez pela curiosidade que o mistério à sua volta me causava. Curiosidade, não pelo que se dizia sobre ele mas antes pelo imposto silêncio à sua existência. Pelos suspiros repetidos em coro, seguidos de mais silêncio em conluio. Manequinhas tinha este poder mágico de colocar uma sala inteira em estátua, sem nunca lá ter estado.

*Quem é Manuel de Lima Ribeiro? Quais seriam os seus sonhos? Teria amigos? Amores e paixões? Quais seriam os seus medos e as suas tristezas? Gostaria de árvores e flores como as que existiam na Quinta da Boucinha? Ou da praia? Será que era apreciador de ópera como o seu irmão?*

Estas foram as perguntas que me levaram à procura do Tio Manequinhas. Ao seu encontro.

*Shadows on the hills  
Sketch the trees and the daffodils  
Catch the breeze and the winter chills  
In colors on the snowy, linen land*

A vida das pessoas com doença mental e das suas famílias é formada de camadas e sub-camadas de silêncio. A vida das pessoas sem doença mental e das suas famílias, também. Mas não são iguais. Na diferença entre estes silêncios está o preconceito, a vergonha, o estigma. A discriminação. Gerações de discriminação. Séculos de silêncio imposto.

*Como se combate este ciclo de silêncio caótico? Como se distingue o caos silencioso imposto do silêncio essencial à condição humana? Do silêncio que constrói cada personalidade e que nos torna, a todos, seres únicos?*

#### SILÊNCIO CAÓTICO: O SILÊNCIO DOS «OUTROS»



Hieronymus Bosch, *O Navio dos Loucos*, 1490 — 1500

Na idade média, começou a usar-se a expressão «lunáticos» onde se incluíam pessoas com doença mental.

Durante o século XV, simbolicamente, as pessoas com doença mental ou deficiência intelectual, eram colocadas em barcos e exibidas por dinheiro antes de serem abandonadas. A pintura de Hueronymus Bosch — *O Navio dos Loucos* — retrata a vida das pessoas num desses barcos. Em 1494, Sebastian Brant adaptou a alegoria de Platão ao *Navio dos Loucos* num livro com ilustrações de Dürer. No livro *A história da loucura*, de Michel Foucault, Jose Barchilon, na introdução, escreve sobre *O Navio dos Loucos*:

«Os homens da Renascença desenvolveram uma maneira incrível, mas horrível, de lidar com seus habitantes loucos: eram colocados num barco e confiados aos marinheiros porque a loucura, a água e o mar, como todos então “sabiam”, tinham afinidade um com o outro. Assim, “o navio dos loucos” cruzou o mar e os canais da Europa com sua carga cómica e patética de almas. Alguns deles encontraram prazer e até cura nas mudanças de ambiente, no isolamento de serem rejeitados, enquanto outros se afastaram ainda mais, pioraram ou morreram sozinhos e longe das suas famílias. As cidades e vilas que se livraram dos seus enlouquecidos e malucos podiam agora ter prazer em assistir ao emocionante espetáculo à parte, quando um navio cheio de lunáticos estrangeiros atracava nos seus portos.»

No século XVI, entre 8 a 20 milhões de pessoas, maioritariamente mulheres, são condenados à morte pela inquisição. Muitas são mulheres com doença mental.

No século XIX, os médicos, de acordo com a moderna medicina científica e o profissionalismo da disciplina, desenvolveram os conceitos de «doença» e «ferido» para referir os desvios ao funcionamento de um corpo normal. A doença mental passa a ser uma questão médica e não religiosa ou social. O modelo médico força classificações, dependências no cuidado profissional e muitas vezes envolve tratamentos dolorosos.

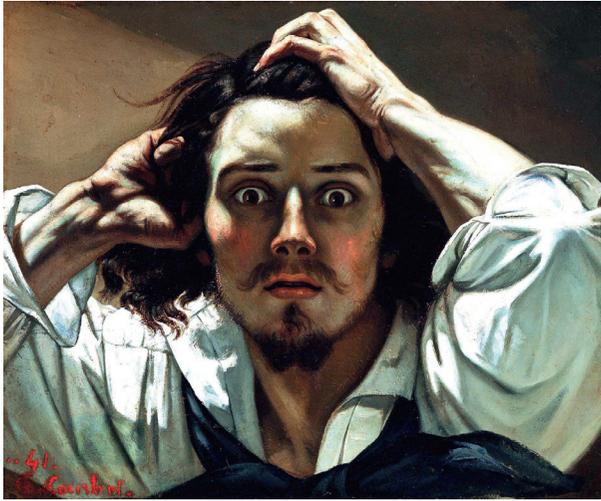
O modelo médico também leva ao Darwinismo social e Eugenia. O Darwinismo Social é promovido pelo filósofo e teórico político, do século XIX, Herbert Spencer, que, inspirado na teoria da evolução biológica

das espécies — de sobrevivência do mais forte —, projetou a teoria para os indivíduos e para os sistemas sociais. Esta crença serviu para justificar esterelizações forçadas, restrições de casamento e para a super institucionalização. Estes «pacientes» muitas vezes surgiram como sujeitos de artistas e cientistas que procuravam classificar as pessoas pelo tipo e aparência.



Théodore Géricault, *Uma Mulher Louca e Jogadora Compulsiva*, 1822,  
Musée du Louvre, Paris

Entre vários dos artistas da época, surgem as obras de Théodore Géricault intituladas como *Retratos da Loucura*. Originalmente eram dez, apesar de só terem sobrevivido cinco. Em contraste com o seu professor Jacques-Louis David, que privilegiava corpos atléticos e heróis no seu estilo neoclássico, Géricault criou retratos sensíveis de corpos em sofrimento que revelavam simpatia, respeito, escapando do estigma habitual para a visão de que a doença mental faz parte da condição humana. Aqui começa uma tendência de alguns artistas para demonstrarem humanismo e empatia pela questão da saúde mental através dos sujeitos como obra de arte. No entanto, a questão das pessoas com doença mental serem protagonistas da criação, surge sobretudo com Courbet e Van Gogh, no século XIX, marcando profundamente a visão sobre a saúde mental na história da arte e na sociedade.



Gustave Courbet, *O Desespero* (auto-retrato), 1840-1850

O famoso auto-retrato de Gustave Courbet (1840-1850) partilha um estado de sofrimento, mas que revela honestidade, não vergonha mas antes, até, um orgulho artístico. Assim, inicia, uma certa ligação entre a genialidade e a loucura que fascinou os primeiros artistas modernos. Também Vincent van Gogh (1887) no seu auto-retrato assume mais do que a questão de doença mental ou não. Van Gogh fala connosco com coragem e transparência e esta é umas das suas grandes marcas que contribui, ainda hoje, para a mudança de paradigma sobre a questão da saúde mental.

*Starry, starry night  
Flaming flowers that brightly blaze  
Swirling clouds in violet haze  
Reflect in Vincent's eyes of china blue  
Colors changing hue  
Morning fields of amber grain  
Weathered faces lined in pain  
Are soothed beneath the artist's loving hand*

*Now, I understand, what you tried to say to me  
How you suffered for your sanity  
How you tried to set them free  
They would not listen, they did not know how  
Perhaps they'll listen now*

Apesar desta visão através da evolução da história da arte, que se passa do ideal de perfeição renascentista para um realismo e respeito pela diversidade humana, o modelo médico e social nem sempre acompanharam a visão positiva e em mudança paradigmática.

O Manequinhas, em 1928, com 19 anos, teve o primeiro surto psicótico. A família procurou os melhores médicos e, nos melhores costumes e bondade da época, foi internado numa instituição especializada em Barcelos, com o diagnóstico de esquizofrenia. Do que consegui apurar, nas conversas informais em família, as visitas eram frequentes, mesmo depois de todos os seus irmãos terem morrido. As instruções foram deixadas em testamento pelos irmãos, pediam que se fosse visitar o irmão querido sem prévio aviso, assegurando que as roupas e cigarros eram entregues e estavam a ser devidamente usufruídos. Foi numa dessas visitas, que eu e o Manequinhas nos abraçámos. Em silêncio.

Sempre me impressionou estas visitas fugazes e a ausência de informações sobre a sua humana condição.

Comecei a perguntar-me se sempre teria estado em silêncio, por uma vontade ou até natureza de reserva ou se, a descoberta em 1930 de Egas Moniz sobre o cérebro humano e a consequente leucotomia — que ficou conhecida por lobotomia, apesar de não ser exatamente a mesma intervenção —, terá levado de Manequinhas emoções e palavras.

Talvez fosse apenas reservado e ouvisse ópera no seu quarto. Talvez gostasse de escrever ou pintar. Talvez... ir ao jardim fosse o seu momento favorito.

Sabendo que há um local onde me podem responder a estas questões ou dar mais indicações, resolvi entrar em contacto com a instituição que

acolheu Manequinhas. A abordagem foi de entusiasmo, convencida de que as pessoas da instituição onde Manequinhas viveu teriam alegria na partilha sobre alguém que certamente marcou as paredes do local. Nem que fosse por lá ter vivido 70 anos. 70 anos. Alguma coisa certamente alguém se lembraria ou estaria algures nos arquivos ou nas fotografias dos natais. Convenci-me.

Durante o século XX, a moderna medicina foi demonstrando mais atenção à volta da doença mental, com diferentes escolas empenhadas na investigação da mente humana com vista à classificação através de sinais e sintomas para se refinar os critérios de diagnóstico. Em específico, na Esquizofrenia, vários foram os desenvolvimentos científicos e clínicos. No entanto, e apesar do desenvolvimento da moderna medicina à volta da doença mental, os «asilos» eram a solução maioritária e, em paralelo, os estereótipos foram reforçados por meio de teorias quase científicas como a eugenia.

Francis Galton (1822 — 1911), o pai do Movimento Eugénico, usou fotografias compostas para justificar sua crença nos graus de humanidade e a pesquisa eugénica, tendo tido uma influência direta na Alemanha nazi. Enquanto os profissionais americanos clamavam pela esterilização, a Alemanha nazi culpava as pessoas com doença mental por desperdiçarem recursos valiosos. Inicia-se uma escura era, onde a desumanização toma lugar no campo político e social. Em 1938, Hitler ordenou uma ampla «morte misericordiosa» de pessoas «incuravelmente doentes, através de exame médico crítico», onde se incluíam, sobretudo, pessoas com doença mental e pessoas com deficiência. O «Aktion T4» parte de um conceito de «doença» e «pessoas incuráveis» e levou ao extremo a ideia de «misericórdia» para uma sociedade utópica de pessoas sãs, bonitas, uniformes, aprumada pela ideia de raça para justificar o prato completo que conhecemos por holocausto. Mais de 200.000 pessoas foram mortas durante o holocausto no âmbito do programa «Aktion T4». O ideal de perfeição e beleza humana renascentista ganha contornos monstruosos.



Gerhard Richter, Aunt Marianne, 1964

Na obra extraordinária de Gerhard Richter intitulada de *Tia Marianne* (1964), encontra-se a sua Tia Marianne e o próprio artista bebé. Foi uma das primeiras obras na qual Richter assumiu o seu imenso talento e especificidade técnica que o tornou um dos maiores artistas contemporâneos do século XX. Marianne foi morta no âmbito do programa «Aktion T4» por ter um diagnóstico de esquizofrenia.

Este quadro impressiona-me particularmente pelo facto de Marianne estar tão nítida no desfoque, dando a percepção que estamos a viver uma memória bela e dolorosa.

O meu Tio Manequinhas também é uma memória focada no desfoque. Na altura em que a Tia Marianne de Richter foi morta, o Tio Manequinhas já estava na instituição em Barcelos. Quando Richter pintou a sua Tia Marianne, em 1964, Manequinhas continuava lá. Esta imobilidade, reclusão imposta torna a vida de Manequinhas também desfocada pela indiferença de um sistema. *Como se chama esta indiferença? Este silêncio?*

Hannah Arendt (1906-1975), filósofa judia, de origem alemã, nos anos 60, escreveu o livro *Eichmann em Jerusalém*, no qual, desenvolve

o conceito de «banalidade do mal». O livro surgiu na sequência do julgamento em Jerusalém de Adolf Eichmann, raptado pelos serviços secretos israelitas na Argentina em 1960, e que a filósofa acompanhou para a revista *The New Yorker*. Nesta obra, Hannah Arendt defende que, em resultado da massificação da sociedade, se criou uma multidão incapaz de fazer julgamentos morais, razão pela qual aceitam e cumprem ordens sem questionar.

Eichmann, um dos responsáveis pela solução final, não é olhado como um monstro, mas apenas como um funcionário zeloso que foi incapaz de resistir às ordens que recebeu. Um homem eficiente na missão que tinha sobre sua responsabilidade e ordem. O mal torna-se, assim, banal. Inquestionado. Há uma ausência de pensamento crítico generalizado que autoriza e alimenta um sistema, independentemente da sua profundidade desumanizadora. Assim, a desumanização pode-se banalizar e o sistema legal (social) ser universalmente acrítico.

Manequinhas e Marianne são exemplos de vidas cuja desumanização generalizada os condenou, à indiferença de um, à morte do outro. A indiferença é uma forma de violência por omissão tão brutal como as ações.

Há vários tipos de silêncio, um essencial à condição humana, ao desenvolvimento humano, à criatividade, ao auto-conhecimento, à espiritualidade, e outro — o silêncio dos outros —, que pode ser violento, indiferente e conduzir uma vida à solidão extrema. A solidão extrema é a sensação de que não pertencemos, de que não somos queridos. Esta solidão extrema é a forma mais cruel de exclusão. Foi a forma banal de mal na qual Manequinhas e Marianne viveram.

De facto, durante séculos, e ainda hoje, a questão da saúde mental, foi (é) vista como questão menor ou mesmo um problema social complexo que não merece a procura de soluções holísticas, integradoras e, sobretudo, humanizadoras. Pelo contrário, as soluções ao longo da história da humanidade foram de tornar o menos visível possível o mais escondido e menos cuidado. Ao longo da história da humanidade, a banalidade do mal do sistema alimentou o estigma, o isolamento, a violência e a desumanização.

*For they could not love you  
But still your love was true  
And when no hope was left inside  
On that starry, starry night  
You took your life as lovers often do  
But I could have told you, Vincent  
This world was never meant for one  
As beautiful as you*

Manequinhas viveu 70 anos numa instituição em Barcelos. Já o repeti. Do que consegui saber, apenas foi passar um Natal com a família.

70 anos em que aconteceram duas grandes guerras mundiais, o primeiro homem deu um passo na lua, a televisão generalizou os conteúdos, os Beatles encantaram mundialmente, a Callas e o Pavarotti comoveram gerações, o muro de Berlim caiu.

Mas... ao simples pedido de conhecer o Tio Manequinhas e ter oportunidade de dignificar a sua vida, a resposta foi um ofício com um silêncio perpétuo apenas confirmando a sua morte, em 1991.

Manequinhas continua em silêncio, este que dói seriamente porque é sustentado pela indiferença à pessoa, que é mais, muito mais, do que a sua doença.

*Starry, starry night  
Portraits hung in empty halls  
Frameless heads on nameless walls  
With eyes that watch the world and can't forget  
Like the strangers that you've met  
The ragged men in ragged clothes  
The silver thorn of bloody rose  
Lie crushed and broken on the virgin snow*

SILÊNCIO E SOLENIDADE: SER VOZ

*Escuto mas não sei  
Se o que oiço é silêncio  
Ou deus  
Escuto sem saber se estou ouvindo  
O ressoar das planícies do vazio  
Ou a consciência atenta  
Que nos confins do universo  
Me decifra e fita  
Apenas sei que caminho como quem  
É olhado amado e conhecido  
E por isso em cada gesto ponho  
Solenidade e risco  
Sophia de Mello Breyner*

Este poema da Sophia de Mello Breyner acompanha-me há muitos anos. Volto sempre a ele. É sobre silêncio. É sobre escuta. É sobre voz.

É sobre este silêncio que nos abriga e expõe. Fala-me mais do Manequinhas do que o ofício que recebi como resposta aos seus 70 anos de vida numa instituição.

Faço parte do Vozes de Esperança, projeto de iniciativa da *Encontrar+se* e que está no centro da iniciativa «Romper». O Vozes de esperança provoca o silêncio, a quem dele faz parte ou daqueles que assistem às conferências que participamos. É, com solenidade e risco, como o poema da Sophia, que no Vozes de Esperança somos convidados a percorrer um caminho interno, de auto-conhecimento, de reconciliação com a nossa história para a transformar em voz própria e, em formato de *storytelling*, a partilharmos. A ideia, por si só, é interessante como forma de contribuir para a desmistificação da doença mental, promover a saúde mental, capacitar pessoas com doença mental e familiares a serem os protagonistas da realidade e da mudança que possa operar. No entanto, para quem faz parte do Vozes de Esperança, como é o meu caso, a transformação que opera no nosso silêncio interno para chegarmos à voz que é escutada é um processo muito próximo da ideia de reconciliação e paz. *Porquê?*

Entrei no Vozes de Esperança como filha. A minha mãe é uma maravilhosa artista que me apresentou o mundo da pintura ao qual vou recorrendo para entender o mundo. Foi a sua doença mental que nos levou a viver, durante 40 anos, entre muros de silêncio impostos pelo medo do preconceito, pelo medo do mundo sobre uma doença. Foi durante o processo de reconhecer e reconciliar a minha história, no Vozes de Esperança, que a mãe e eu tivemos a nossa primeira conversa sobre a sua doença. O diálogo da libertação.

O Vozes de Esperança provoca uma oportunidade de diálogo connosco, com quem nos rodeia e com o mundo que temos esperança de contribuir para a mudança.

Por vezes o diálogo connosco torna-se o desafio maior mas, também, o mais essencial ao auto-conhecimento que quem partilha a sua história com outros, no intuito de contribuir para a participação, tem necessariamente de viver. Foi neste diálogo interno que me reconciliei com o silêncio, e este se tornou um dos temas apaixonantes na minha vida. Quando era criança tive mutismo seletivo, uma desordem infantil caracterizada por uma perturbação de ansiedade social elevada que se caracteriza pela recusa em falar em determinadas situações. Estive em silêncio durante um grande período de tempo por receio de existir em formato visível, ser vista. O pensamento que me recorde é que o silêncio me dava superpoderes, pois achava que desta forma as pessoas não me viam tanto, me tornava invisível. *Será que era isto que o Tio Manequinhas sentia?*

Foi também no Vozes de Esperança que encontrei um espaço de pertença. A solidão imposta ao Manequinhas não é diferente à imposta hoje, pela sociedade que evita olhar e dialogar sobre quem é cada pessoa atrás da sua doença mental. Muito evoluímos, sim. A super institucionalização já não acontece com a frequência e a duração de outros tempos, mas ainda estamos longe de colocar as pessoas no centro das suas escolhas como princípio ou os métodos dialógicos como possíveis.

Por outro lado, a constante desvalorização sobre os sinais, sintomas ou escolhas de cada pessoa, origina e alimenta uma discriminação camuflada, que alimenta uma solidão ou vergonha sobre as vivências próprias.

No diálogo com os outros, na exposição que cada um de nós assume ao entregar a sua história a um público que não conhece, a grande

aprendizagem é a constatação de que há demasiadas pessoas que sentem o silêncio como sentença por terem ou viverem com uma pessoa com doença mental e que as nossas histórias dão voz também a essas pessoas, que julgavam que não eram escutadas. Aí reside a esperança que o nome transporta.

Foi este o passo que Courbet, Van Gogh e tantos outros artistas nos ofereceram ao assumir as suas verdades e circunstâncias, mas também foi esta a responsabilidade que nos delegaram. A letra da música de Don Maclean sobre Vincent Van Gogh fala-nos deste paradoxo de beleza e solidão. Uma beleza que cria, oferecendo-nos obras do seu silêncio criador e uma solidão que é imposta pela indiferença, criada pelo silêncio dos outros.

O entusiasmo inicial para o encontro com o Tio Manequinhas foi substituído por desânimo e indignação. Ao partilhar a indignação sobre a frieza e ausência de informação sobre o Manequinhas, descobrimos, no Vozes de Esperança que temos várias pessoas em silêncio perpétuo à nossa volta. Foi o Manequinhas que nos fez encontrar esta realidade. Cada amizade e encontro para descobrir quem são, será um encontro provocado por ele. São novos diálogos em potência. É, também, libertação. Afinal, mesmo na imposta condenação ao seu silêncio, os encontros surgiram. Talvez esteja aqui a «excepcionalidade do bem» que contrapõe a «banalidade do mal» da Hannah Arendt. A excepcionalidade do bem que provoca encontros inesperados, histórias ocultadas, vozes por escutar. Achava eu que me tinham impedido de encontrar o Tio Manequinhas e, afinal, já o encontrei. Continuarei. A romper silêncios. Continuaremos. A ser voz, nossa e de todos aqueles cujo silêncio imposto toma forma de injustiça. Continuarei. À procura de encontros. Continuaremos. O possível caminho do silêncio à voz. À Esperança.

*Now, I understand, what you tried to say to me  
How you suffered for your sanity  
How you tried to set them free  
They would not listen, they did not know how  
Perhaps they'll listen now  
Don Maclean, Vincent, 1971*

## Referências bibliográficas

Arendt, Hannah (2017). *Eichman em Jerusalém, Uma reportagem sobre a banalidade do mal*. Lisboa: Ítaca

Breyner, Sophia de Mello (1991). «Escuto». In *Geografia*. Lisboa: Editorial Caminho

Ferris Jabr (2013). A Brief History of Mental Illness in Art. In *Scientific American*.

Foucault, Michel, *A história da loucura*. São Paulo:Perspectiva

Jonathan Jones (2015). A short history of mental illness in art. In *The Guardian*

## VOZES QUE (SE) CONTAM: O ESPAÇO DE ESCUTA NOS CUIDADOS DE SAÚDE (MENTAL)

Susana Magalhães

*It's not because I can't explain that you won't understand;  
it's because you won't understand that I can't explain.*

Elie Wiesel

Em *One Minus One*<sup>9</sup>, de Colm Tóibín, nós, leitores, escutamos de modo aparentemente acidental um suposto monólogo do protagonista: *My mother is six years dead tonight, and Ireland is six hours away and you are asleep.* (p.1) O conto desenrola-se ancorado num hipotético telefonema, nunca realizado, para um ex-amante situado a seis horas do Texas, onde o protagonista recorda a mãe (morta há seis anos) e a infância numa família aparentemente funcional, através de uma narrativa cujo conteúdo remete para tudo o que poderia ter sido, mas não foi:

*If I called, I could go over everything that happened six years ago. Because that is what is on my mind tonight, as though no time had elapsed, as though the strength of the moonlight had by some fierce magic chosen tonight to carry me back to the last real thing that happened to me. On the phone to you across the Atlantic, I could go over the days surrounding my mother's funeral. I could go over all the details as though I were in danger of forgetting them. I could remind you, for example, that you wore a white shirt at the funeral. (p. 3)*

O espaço de escuta não conseguido entre o narrador e aquele a quem a narrativa se dirige encontra lugar de acolhimento no leitor. Somos nós que

---

9 Tóibín, Com.2007, May 7. *One Minus One*. *The New Yorker*. Accessed on 10th July 2021 <https://www.newyorker.com/magazine/2007/05/07/one-minus-one>

permanecemos até ao fim da história narrada, escutando, sem conseguirmos comunicar ao protagonista que o estamos a fazer e que nessa escuta rompemos o silêncio e abrimos novas possibilidades, não vislumbradas no mundo do texto:

*As I settled down to sleep in that new bed in the dark city, I saw that it was too late now, too late for everything. I would not be given a second chance. In the hours when I woke, I have to tell you that this struck me almost with relief. (p. 9)*

São desencontros sobre desencontros, vozes silenciadas sobre vozes negadas, fragilidades sobre vulnerabilidades, numa CASA aparentemente normal:

*Because no one gave any sign of hating us, it did not strike us that we were in a world where no one loved us, or that such a thing might matter. We did not complain. We were emptied of everything, and in the vacuum came something like silence — almost no sound at all, just some sad echoes and dim feelings. (p. 5)*

*This should be nothing, because it resembled nothing, just as one minus one resembles zero. (p. 6)*

*One minus One* representa de modo sublime o significado da construção de um espaço de escuta e o impacto da sua impossibilidade naquele que narra; destaca a importância da testemunha que, ao escutar, valida a voz que (se) conta e que se ouve a si mesma enquanto o faz; permite-nos ser espectadores da construção/desconstrução da identidade através da apropriação/desapropriação da história narrada a alguém que a reconhece e a integra/a ignora e silencia na relação de cuidado.

A fragilidade tem uma dupla face: por um lado, uma fonte de superação normativa face à vida, como Canguilhem a concebeu; por outro lado,

uma rutura de sentido resultante da perda de liberdade de se comportar; ou seja, há uma *fragilidade criativa*, fonte de desenvolvimento e uma *fragilidade regressiva*, fonte de aprisionamento.<sup>10</sup>

A fragilidade criativa precisa de um olhar que reconheça que a condição de Ser humano não se reduz nem se reconhece apenas pelo exercício de uma autonomia decisória; precisa de um olhar que reconheça que a autonomia tem várias dimensões e é flutuante ao longo da nossa vida; precisa de um olhar que reconheça que na casa que em nós habita há paredes sólidas que a pintam de modo único e há vários compartimentos que diluem paredes e pintura, feitos de vulnerabilidades várias. Sem espaço de escuta, estes compartimentos transformam-se em espaços vazios cheios de eco. Se é verdade que a pessoa que adoece só pode ser verdadeiramente cuidada se for escutada, também é verdade que quem a cuida corre o risco de se despersonalizar, face a um sistema que parece exigir um profissionalismo desencarnado, esvaziado de si, em edifícios físicos e digitais onde impera o eco de si mesmo.

Pensar a saúde (mental) é pensar-nos enquanto seres humanos inseridos em espaços de identidade, relacionais e históricos, cuja fragilidade pode ser libertadora ou pelo contrário aprisionante. A doença instala-se e reconhece-se não apenas pela falha da autonomia, mas também pelo desencontro, pela falta de diálogo, entre esta e a vulnerabilidade:

Onde foi que a vida te perdeu? Onde foi que a vida nos perdeu. Penso: não existir, ser o esquecimento de alguém esquecido para sempre, morrer muitas vezes morto. (...) Tenho pressa. Tudo me espera onde não existo. Nada existe onde não estou e não estou em lado nenhum. Tudo me espera para me destruir mais ainda. Tenho pressa de resolver-me. Tenho pressa de desaparecer. Tenho pressa. Ao fundo, o monte das oliveiras, o sol. Avanço, contínuo, prossigo. Sou a solidão.<sup>11</sup>

---

10 Marques Teixeira, João. 2011. A fragilidade da saúde mental no doente psiquiátrico, *Revista Portuguesa de Bioética*, pp. 383-400.

11 Peixoto, José Luís. 2010. *Nenhum Olhar*, p. 216-217, Quetzal, sublinhados nossos.

*Dar Voz às vozes* é efetivamente a raiz de cuidados de saúde centrados na pessoa, capazes de responder às questões que verdadeiramente importam a quem adoece e a quem cuida e não apenas àquelas que são listadas em *guidelines* de evidência científica. É no espaço intersubjectivo que o reconhecimento das vulnerabilidades de cada um possibilita a descoberta de caminhos possíveis:

*Each of us gets to our illness our own way, it becomes part of our story, and we individualize it by its place in the narrative of our lives. To know that illness we must know something of the person. To know the person, we must know something of the narrative.* <sup>12</sup>

As possibilidades no horizonte de quem adoece são caminhos que rejeitam a entropia de uma visão redutora do corpo objeto, sem biografia, sem mapa, sem geografia. O corpo vivido, biográfico, exige que o cuidado seja espesso, dando atenção ao tempo, ao espaço, à voz, ao enredo e às personagens. No processo de adoecimento (físico e mental) a viagem é assinalada na sociedade por um passaporte para a terra dos «Doentes», do qual devemos regressar tal como éramos antes do início da viagem. Estas narrativas de *recuperação*<sup>13</sup> são marcos que sinalizam barreiras entre os que adoecem e que permanecem saudáveis, apaziguando estes últimos muito mais do que os primeiros. A doença vivida na primeira pessoa é experiência singular e por isso mesmo impossível de ser reduzida a valores estatísticos, métricas de avaliação clínica centradas no que estão à procura, mas sem visão periférica — a chamada *cegueira por falta de atenção*<sup>14</sup>. É a experiência

---

12 Cassel, Eric. 1991. *The Nature of Suffering and the Goals of Medicine*. Oxford: O.U.P, 156.

13 Frank, A. W. 1995. *The Wounded Storyteller: Bodies, Illness and Ethics*. Chicago: The University of Chicago Press.

14 Drew, T., Vo, M. L. H. & Wolfe, J. M. 2013. The invisible gorilla strikes again: Sustained inattentive blindness in expert observers. *Psychol Sci.*; 24(9): 1848—1853. doi:10.1177/0956797613479386.

da doença que introduz nos cuidados de saúde o valor da humildade narrativa, definida por Sayantani DasGupta como o sentido de humildade *levinasiano* face ao Outro que nos interpela no seu sofrimento, o outro que não podemos conhecer na totalidade, mas pelo qual somos responsáveis:

*Narrative humility acknowledges that our patients' stories are not objects that we can comprehend or master, but rather dynamic entities that we can approach and engage with, while simultaneously remaining open to their ambiguity and contradiction, and engaging in constant self-evaluation and self-critique about issues such as our own role in the story, our expectations of the story, our responsibilities to the story, and our identifications with the story — how the story attracts or repels us because it reminds us of any number of personal stories.*<sup>15</sup>

A narrativa verbal e não verbal intrínseca à experiência da doença tem espaços e tempos diversos: lugares onde se descuida, espaços sem identidade/sem relação e lugares de hospitalidade, nos quais a atenção ao outro se demora, constituindo, portanto, lugares de Cuidado; o tempo cronológico e biológico, o tempo antes da doença, durante a doença e depois da doença, o tempo estagnado das salas de espera, o tempo frio dos blocos operatórios, o tempo sem tempo dos internamentos, o tempo caótico das recidivas, o tempo vazio da comunicação do diagnóstico de uma doença incurável. Nestes tempos e lugares desenrolam-se *narrativas coladas ao passado* antes da doença, sem espaço para o corpo/mente doentes; *narrativas caóticas*, desestruturadas, a pedir que as acolham nesse caos, que não tentem arrumá-las (por enquanto); e *narrativas à procura de sentido*, em demanda de si mesmo num corpo habitado pela doença. São narrativas contadas por várias vozes, uma polifonia de enredos, uma multiplicidade de discursos

---

15 DasGupta, Sayantani. 2008. Perspectives. *The Art of Medicine*. volume 371, issue 9617, p. 980-981, doi: [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(08\)60440-7](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(08)60440-7).

entrecruzados: meios de comunicação social, redes sociais, blogues, indústria farmacêutica, pessoas com doença, profissionais de saúde, cientistas, cuidadores, comunidade, decisores políticos. Nem todas as personagens têm voz e nem todas as vozes têm identidade. À visibilidade de algumas, opõe-se a invisibilidade de outras, numa trama de desencontros:

- Profissionais de saúde sem espaço para darem voz à sua fragilidade, impedidos de permanecerem pessoas no exercício de uma profissão que é por excelência do *humano*, ou seja, que exige a responsabilidade face ao outro que me interpela:

O rosto recusa-se à posse, aos meus poderes. (...) Manifestar-se como rosto é impor-se para além da forma, manifestada e puramente fenomenal, é apresentar-se de uma maneira irreduzível à manifestação, como a própria retidão do frente a frente, sem mediação de nenhuma imagem na sua nudez, ou seja, na sua miséria e na sua fome. (...) O ser que se exprime impõe-se, mas precisamente apelando para mim da sua miséria e da sua nudez — da sua fome — sem que eu possa ser surdo ao seu apelo.<sup>16</sup>

- Pessoas com doença, sem espaço para darem voz à sua experiência, descartada como inválida para diagnóstico clínico e por isso mesmo impossível de ser cuidada:

*Clinical ethics is concerned primarily with professional and institutional obligations to patients. But with the increasing proportions of chronic and degenerative diseases, more ill people spend more of their time not being patients, what I call “the remission society” grows. The ethical questions for members of the remission society are not adjudications of health care conflicts but how to live a good life while being ill. (...) As ethical questions, desires become responsibilities: what is it good to want for oneself and others?*<sup>17</sup>

---

16 Levinas, Emmanuel. 2008. *Totalidade e Infinito*. Coimbra: Edições 70, pp.192; 194; 195.

17 Frank, A. W. 1995. *The Wounded Storyteller: Bodies, Illness and Ethics*. Chicago: The University of Chicago Press, p. 156.

- Cuidadores sem espaço para darem voz à sua identidade, gradualmente sugada por novas rotinas que precisam de ser ancoradas em comunidades compassivas.

A Medicina Narrativa, que tem sido desenvolvida nas várias áreas dos cuidados de saúde, carece de uma maior presença nos cuidados de saúde mental. Definida como área interdisciplinar que promove o desenvolvimento das capacidades narrativas dos profissionais de saúde para que estes *reconheçam o sofrimento, interpretem e sejam sensibilizados pela história da doença, pela vulnerabilidade de quem cuidam, daqueles com quem trabalham e de si próprios*,<sup>18</sup> a medicina narrativa deve ter lugar em todas as áreas dos cuidados de saúde. A leitura atenta de textos literários, de obras de arte ou de narrativas reais de doença, acompanhada pela escrita reflexiva, despoletada a partir de *post-its* — *writing prompts* —, e pela partilha de olhares, pensamentos, perspectivas, permite:

- desenvolver a *Atenção ao Outro* (texto, pessoa),
- adquirir ferramentas de *Representação*, alicerçadas no reconhecimento da importância do tempo, do espaço, da voz, do enredo e das personagens,
- e construir, assim, redes de *Afiliação* entre todos os intervenientes.

A título de exemplo, o documentário *Doença mental: olhares que fazem a diferença* (2014)<sup>19</sup>, com realização de Diogo Morais e guião de Susana Magalhães, foi construído precisamente a partir das vozes e dos olhares de pessoas com doença, de cuidadores formais e informais e de cidadãos com responsabilidade na gestão e planeamento dos cuidados de saúde mental em Portugal. Trata-se, portanto, de uma narrativa feita de narrativas várias, sem *voz-off*, orientada pela atenção às categorias narrativas destacadas pela medicina narrativa e capaz de promover a integração nos cuidados

---

18 Cf. Charon, Rita. 2001. Narrative Medicine: Form, Function, and Ethics. *Ann Intern Med.*; 134:83-87. doi:10.7326/0003-4819-134-1-200101020-00024)

19 Um projecto conjunto do Instituto de Bioética e do Centro de Investigação em Ciência e Tecnologia das Artes (CITAR), da Universidade Católica Portuguesa.

de saúde mental do que verdadeiramente importa para a pessoa que sofre e para a que cuida.

A Arte que nos narra é também a que constrói pontes com o Outro, sendo por isso instrumento essencial na formação de profissionais de saúde. Pela experiência da leitura de textos ficcionais, do cinema, do teatro, da pintura, da música, da dança e de outras formas de Arte, podemos treinar capacidades narrativas de interpretação, representação e construção de relações intertextuais, essenciais na consolidação de uma relação verdadeiramente terapêutica.

Precisamos, portanto, de revisitar a arte, a narrativa e a subjetividade como fonte de evidência nos cuidados de saúde. Resgatar o verbo narrar e conjugá-lo entretecido com a Arte: NarrAr-te. É pela construção do espaço intersubjetivo que podemos construir lugares de escuta que nos permitem responder a quem sofre, ou seja, que nos permitem demorarmos-nos no outro e cuidar. As artes e as humanidades são dialógicas e polifônicas, permitindo que as vozes que se contam, *contem* verdadeiramente.

# índice

Prefácio.....xx

## **Irromper**

IRROMPER DO TEXTO EM CENA: PRINCÍPIOS ORIENTADORES DO PROCESSO DE CRIAÇÃO..... xx

IRROMPER (Guião Dramaturgico).....xx

## **Romper o estigma**

O PALCO E A LOUCURA Adrián Gramary ..... xx

VOZES DE ESPERANÇA E COMUNIDADE DE FALA: PARTILHANDO HISTÓRIAS SOBRE COMO NOS TORNAMOS MAIS,

JUNTOS Cecília Cruz Villares..... xx

ROMPER SILÊNCIOS: DO SILÊNCIO À VOZ Joana Morais e Castro...xx

VOZES QUE (SE) CONTAM: O ESPAÇO DE ESCUTA NOS CUIDADOS DE SAÚDE (MENTAL) Susana Magalhães.....xx

## **FICHA TÉCNICA**

**autor:**

**título:**

**coleção:**

**1ª edição :**

**grafismo:** margarida macedo

**capa:**

**coordenação editorial:**

**apuro edições**

**morada:**

rua dos mártires da liberdade, 308 — 4º

4050-359 porto

**tel:**

+351.925 542 771

**e-mail:**

apuro@apuro.pt

**isbn:**

**depósito legal:**

**impressão e acabamento:** grafilopes, lda

**tiragem:**

200 exemplares

**a autora escreve segundo a antiga grafia**

**o autor escreve segundo a antiga grafia**

**o conteúdo deste livro não pode ser copiado ou transcrito, parcial ou integralmente,**

**sem a autorização prévia por escrito da autora ou da editora.**

**o conteúdo deste livro não pode ser copiado ou transcrito, parcial ou integralmente,**

**sem a autorização prévia por escrito do autor ou da editora.**

**© copyright apuro edições e**