

UNIVERSIDADE FEDERAL FLUMINENSE
INSTITUTO DE CIÊNCIAS HUMANAS E FILOSOFIA
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA
DOUTORADO EM PSICOLOGIA

ADRIANA SOARES SAMPAIO

EKUNDAYO
MULHERES NEGRAS, DEPRESSÃO E LUTA POR AUTONOMIA

Niterói-RJ

2024



ADRIANA SOARES SAMPAIO

EKUNDAYO:
MULHERES NEGRAS, DEPRESSÃO E LUTA POR AUTONOMIA

Tese apresentada ao Programa de Pós- Graduação em Psicologia da Universidade Federal Fluminense como requisito parcial para obtenção do título de Doutora em Psicologia Clínica.
Orientadora: Dr^a Cristina Mair Barros Rauter

Niterói-RJ

Ficha catalográfica automática - SDC/BCG
Gerada com informações fornecidas pelo autor

S192e Sampaio, Adriana Soares
EKUNDAYO: MULHERES NEGRAS, DEPRESSÃO E LUTA POR AUTONOMIA :
EKUNDAYO: MULHERES NEGRAS, DEPRESSÃO E LUTA POR AUTONOMIA /
Adriana Soares Sampaio. - 2024.
163 f.

Orientador: Cristina Mair Barros Rauter.
Tese (doutorado)-Universidade Federal Fluminense, Instituto
de Psicologia, Niterói, 2024.

1. Mulher Negra. 2. Depressão. 3. Vulnerabilidade. 4.
Clínica antirracista. 5. Produção intelectual. I. Rauter,
Cristina Mair Barros, orientadora. II. Universidade Federal
Fluminense. Instituto de Psicologia. III. Título.

CDD - XXX

Bibliotecário responsável: Debora do Nascimento - CRB7/6368

ADRIANA SOARES SAMPAIO

EKUNDAYO

MULHERES NEGRAS, DEPRESSÃO E LUTA POR AUTONOMIA

Tese apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Psicologia da Universidade Federal Fluminense como requisito parcial para obtenção do título de Doutora em Psicologia Clínica.

Aprovada em 03 de maio de 2024.

BANCA EXAMINADORA

Orientadora Prof^a. Dr^a. Cristina Mair Barros Rauter - UFF

Examinador Interno Prof. Dr. Abrahão de Oliveira Santos - UFF

Examinadora Interno Prof^a. Dra Catarina Mendes Resende - UFF

Examinadora Externo Prof^a. Dra Clélia Rosane dos Santos Prestes- Mátria -
Psicologia, Relações Raciais e de Gênero

Examinador Externo Prof. Dr. André Martins Vilar de Carvalho - UFRJ

Suplente Prof^a. Dr^a Maria da Conceição Nascimento

Suplente Prof^a. Dr^a. Luiza Rodrigues de Oliveira – UFF

Niterói – RJ

2024

AGRADECIMENTOS

À todas e todos que vieram antes de mim!

Agradeço a toda espiritualidade que me sustentou ao longo desses anos!

Agradeço a todos os meus ancestrais e a todos que virão.

Agradeço ao meu querido pai Cláudio (*in memoriam*) e à minha querida mãe Vitória, minha grande amiga e apoiadora desse e de tantos outros empreendimentos.

Ao meu esposo Marcelo pelo suporte, parceria e compreensão da necessidade de tantos momentos de reclusão.

À minha querida filha Yasmin, que em sua meninice participou indiretamente dessa escrita nos momentos que brincou sentada aos meus pés, sentou-se no meu colo, que leu frases da tese para tentar fazer parte de algo que me retirava em muitos momentos da sua presença.

Ao meu querido cachorro Bob por me fazer companhia em tantos momentos de solidão.

À minha querida orientadora Cristina que nunca me deixou desistir e que nos momentos mais difíceis, sempre me ajudou a voltar.

Aos queridos supervisores, mentores intelectuais e amigos Angela Podkameni e Marco Antônio Guimarães. Gratidão à vida por ter me presenteado com existência de vocês.

Aos queridos familiares que torcem e vibram por esse trabalho.

Aos meus queridos amigos por todo suporte e fé na minha conquista.

À minha querida analista, Leda por tudo e por tanto.

Às queridas mulheres das várias jornadas meditativas que respiraram junto comigo firmes no propósito da importância do autocuidado para mulheres pretas.

Às mulheres da dança do ventre e em especial à minha querida professora Izabor Tamara, por me permitir leveza frente a tanta dureza encontrada no processo de escrita.

À querida Vanessa Gouveia pela organização desse trabalho.

Aos queridos pacientes que me inspiraram essa caminhada.

Às s mulheres que me permitiram compartilhar suas histórias.

À CAPES pelo apoio financeiro.

RESUMO

Os estudos sobre depressão destacam uma maior prevalência para as mulheres considerando uma maior exposição a fatores estressores. A presente tese teve como objetivo problematizar e aprofundar essa ideia, a partir da pesquisa acerca de um grupo específico de mulheres negras cisgênero, analisando a importância do conceito de interseccionalidade para uma compreensão do trinômio cor-gênero-depressão. Iniciamos apresentando as especificidades de ser mulher negra no Brasil, evidenciando a importância do conceito de trauma colonial para abordar as vivências cotidianas da população negra em uma sociedade marcadamente racista e sexista e suas implicações para saúde mental.

A transdisciplinaridade foi um recurso utilizado para garantir o aprofundamento teórico exigido frente à complexidade do tema. Nesse sentido, a depressão em mulheres negras foi compreendida a partir de uma leitura psicanalítica winnicottiana e afrocentrada conjugada a outros campos do saber, como a filosofia, a antropologia, a sociologia e aos saberes ancestrais ensinados a partir da oralidade. Como recurso metodológico optou-se para conjugação dos métodos cartográfico e da escrevivência. O método cartográfico em Psicologia foi utilizado a fim de valorizar a implicação da pesquisadora com o tema e análise das entrevistas realizadas. Já a escrevivência fundamentou o método de análise e de escrita da tese, por considerar que a escrita racializada evoca a impossibilidade de uma neutralidade que é marcadamente branca e eurocêntrica. Por fim, a presente tese traz a proposta de um dispositivo de saúde mental contra hegemônico que garanta um atendimento antirracista considerando a importância da grupalidade e do cuidado como pontos fundantes do manejo terapêutico.

Palavras-chave: Mulher negra, Depressão, Vulnerabilidade, Cuidado, Clínica antirracista

ABSTRACT

Studies on depression highlight a higher prevalence among women, given their greater exposure to stressors. The aim of this thesis was to problematize and deepen this idea, based on research into a specific group of cisgender black women, analyzing the importance of the concept of intersectionality for an understanding of the color-gender-depression trinomial. We began by presenting the specificities of being a black woman in Brazil, highlighting the importance of the concept of colonial trauma in addressing the daily experiences of the black population in a markedly racist and sexist society and its implications for mental health.

Transdisciplinarity was used to guarantee the theoretical depth required in view of the complexity of the subject. In this sense, depression in black women was understood from a Winnicottian and Afrocentric psychoanalytic reading combined with other fields of knowledge, such as philosophy, anthropology, sociology and ancestral knowledge taught through orality. As a methodological resource, we opted for a combination of the cartographic and “*escrevivência*”. The cartographic method in psychology was used to enhance the researcher's involvement with the topic and analysis of the interviews. On the other hand, the method of analysis and writing of the thesis was based on “*escrevivência*”, as it considers that racialized writing evokes the impossibility of a neutrality that is markedly white and Eurocentric. Finally, this thesis proposes a counter-hegemonic mental health system that guarantees anti-racist care, considering the importance of group work and care as the cornerstones of therapeutic management.

Keywords: Black women, Depression, Vulnerability, Care, Anti-racist clinic

RESUMEN

Los estudios sobre depresión destacan una mayor prevalencia entre las mujeres, dada su mayor exposición a factores de estrés. El objetivo de esta tesis fue problematizar y profundizar esta idea, a partir de una investigación sobre un grupo específico de mujeres negras cisgénero, analizando la importancia del concepto de interseccionalidad para la comprensión del trinomio color-género-depresión. Comenzamos presentando las especificidades de ser mujer negra en Brasil, destacando la importancia del concepto de trauma colonial para abordar las experiencias cotidianas de la población negra en una sociedad marcadamente racista y sexista y sus implicaciones para la salud mental.

Se recurrió a la transdisciplinariedad para garantizar la profundidad teórica necesaria ante la complejidad del tema. En este sentido, la depresión en mujeres negras fue comprendida a partir de una lectura psicoanalítica winnicottiana y afrocéntrica, combinada con otros campos del saber como la filosofía, la antropología, la sociología y los saberes ancestrales enseñados a través de la oralidad. Como recurso metodológico, optamos por una combinación de métodos cartográficos y de “escrevivência”.

Se utilizó el método cartográfico en psicología para enfatizar la implicación del investigador con el tema y el análisis de las entrevistas. El método de análisis y redacción de la tesis se basó en la “escrevivência”, ya que la escritura racializada evoca la imposibilidad de una neutralidad marcadamente blanca y eurocéntrica. Por último, esta tesis propone un sistema de salud mental contrahegemónico que garantice una atención antirracista, considerando la importancia del trabajo en grupo y del cuidado como pilares de la gestión terapéutica.

Palabras clave: Mujeres negras, Depresión, Vulnerabilidad, Cuidados, Clínica antirracista

LISTA DE ABREVIATURAS

CEP – Comitê de Ética em Pesquisa

DSM - Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais

IFP – International Fellowship Program

PUC – Pontifícia Universidade Católica

PPGPSI UFF- Programa de Pós-graduação em Psicologia da Universidade Federal Fluminense

UFF - Universidade Federal Fluminense

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO: ABRINDO OS CAMINHOS	12
CAPÍTULO 1 REFLEXÕES ACERCA DA IMPLICAÇÃO DA EXPERIÊNCIA: ESCREVENDO SOBRE O LUGAR DE MULHER NEGRA PSICOTERAPEUTA, PESQUISADORA ESCRITORA	28
1.1 A importância da implicação como elemento potencializador do escrever.....	28
1.2 O encontro de método: da cartografia a escrituragem – potencializando saberes.....	42
CAPÍTULO 2 POR QUE MULHERES? POR QUE NEGRAS?	46
2.1 Mulheres e depressão: contextualizando cor e gênero na saúde mental.....	47
2.2 Mulheres negras da base ao centro: centralizando a resistência como ponto fundante da subjetividade	51
2.3 A interseccionalidade e processos de subjetivação.....	61
CAPÍTULO 3 - O MUNDO E O TRAUMA: CONSIDERAÇÕES SOBRE O RACISMO, SUBJETIVIDADE E DEPRESSÃO	68
3.1 Racismo nosso de cada dia: compreensões sobre cor, trauma e subjetividade.....	69
3.2 A depressão e sociedade: a depressão em Winnicott.....	79
3.3 Contratrabalho, teimosia e depressão: do trauma a luta pela vida.....	84
CAPÍTULO 4 A RODA DAS FÊNIX	89
4.1 Sobre a coleta de dados.....	89
4.2 A potência dos encontros e dos desencontros com o campo de pesquisa: a ativação do comum e o surgimento da Roda das Fênix.....	90
4.3 Encontrando e desenhando a Roda: análise das narrativas, diálogos, reflexões e escrituragens das coletas de dados.....	93
4.4 As características das mulheres presentes na Roda	97

4.5 Condução da Roda: estratégia metodológica de coleta de dados e organização de sentidos.....	101
CAPÍTULO 5 ANALISANDO OS DADOS: A POTÊNCIA DO FLUXO DA NARRATIVA DAS ÁGUAS-MULHERES.....	105
5.1 A importância de estar em grupo: construindo a Roda:.....	105
5.1.2 De onde partimos? Fio disparador da Roda- Depressão e seu início: o porquê de tudo?.....	106
5.2 Rejeição e submissão: a letalidade do encontro do cristianismo com o racismo.....	107
5.2.1 Rejeição e submissão: o agradar o outro como estratégia de sobrevivência.....	108
5.2.2 Submissão e a transmissão geracional: do “parecer forte” coo estratégia de sobrevivência ao direito de não receber a herança.....	112
5.2.3 Racismo transgeracional, o mito da mulher preta superforte e suas consequências: a sobrecarga e a autocobrança	116
5.3 Ser mulher e depressão: o enquadramento do gênero no processo de adoecimento. De quê mulher estamos falando?.....	122
5.4 A trança perversa interseccional do adoecer: racismo nosso de cada dia, corpo e gênero.....	127
5.5 O colapso: o suicídio como última tentativa.....	134
CAPÍTULO 6 EKUNDAYO: PISTAS PARA UM DISPOSITIVO DE CUIDADO EM SAÚDE MENTAL PARA MULHERES NEGRAS.....	140
ANEXO I	149
ANEXO II.....	151
ANEXO III.....	153
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	154

INTRODUÇÃO

ABRINDO OS CAMINHOS

“Graças a Deus meu Deus
Graças a Deus meu Deus
Pelo dia de hoje
Louvado seja Deus
Pela minha família meu muito obrigada
Que Deus nos dê saúde e felicidade.”
Ponto de Umbanda ecoado em festas da minha família

O título da presente tese parte da escolha de uma palavra que quando ouvi pela primeira vez não entendi o que aquela palavra diferente, mas acolhedora, queria dizer. O sussurrar dela ecoava dentro de mim sem nunca ter ouvido algo semelhante, a curiosidade, sempre minha companheira, companheira das mulheres de minha família e hoje saltitante nos passos de minha filha, fez com que os meus dedos digitassem avidamente a palavra no *google* e ao abrir fui surpreendida com o fato da palavra *Ekundayo* ser de origem iorubá, nome próprio que pode ser utilizado para ambos os sexos e que significa “a tristeza que se transforma em alegria”¹.

Durante muito tempo *Ekundayo* pulsou em mim, buscando por explicações, tentando compreender o sentido daquele sussurro vindo inesperado à minha mente. Ryane Leão (2022) mulher negra brasileira escritora diz que “intuições são suas ancestrais soprando nos seus ouvidos segredos de sobrevivência”. Gosto dessa ideia!

Por isso, ao decidir escrever esta tese o sussurro foi encontrando seu rumo, junto com ele a forma em meu corpo e nesse corpo-tese. *Ekundayo* está encontrando seu caminho, e seu objetivo não é ser ouvido por aqueles que não sabem o valor do canto dos pássaros, não é para aqueles que não conhecem o valor da natureza e de seus mistérios. O sussurro *Ekundayo* é a voz dos meus ancestrais, é a voz de minha tia-avó de 106 anos que pulsa a força de nossa existência.

¹*Ekundayo*: torna duelo em alegria. In: **Significados dos nomes próprios africanos** (geledes.org.br). *Ekundayo*: a tristeza que se transforma em alegria. In: **Ekundayo – Significado, uso e origem do Ekundayo** – Nome.me.

Minha querida tia-avó faleceu aos 106 anos no dia 02 de junho de 2023. Seguiu para o Orum² e hoje está “assentada”³ ao lado dos meus outros ancestrais. Minha querida tia Fifina (apelido de Serafina) que deixou plantado e crescente em nós o direito ao belo, à potência, à força, à aluvez, ao autocuidado, à prosperidade e um raminho de baobá da sua imensa sabedoria. Mas compreendo que a lição mais poderosa transmitida por ela foi marcar o direito a uma vida bem vivida em uma sociedade cuja prática de banalização do extermínio dos corpos pretos é o mote principal.

A escrita desta introdução, por exemplo, acontece menos de uma semana depois do extermínio de Mãe Bernadete⁴ de 72 anos, ialorixá e líder do quilombo Pitanga dos Palmares, sem que as autoridades tenham dado nenhum retorno até o momento. Mãe Bernadete era uma importante defensora de direitos humanos, Coordenadora Nacional de Articulação de Quilombos (Conaq) e em luta constante contra o extermínio diário dos reais donos da terra, causado pelos conflitos fundiários na luta ancestral vivida pelos povos pretos e pelos povos originários de nosso país. Essas mortes brutais objetivam silenciar, ameaçar e fazer com que nosso povo renuncie o seu lugar de direito.

Em que pese todo silenciamento imposto, reverenciar minha querida tia é estar certa da sua companhia em meus passos e agradecida por ela ter nos agraciado com a sua presença por tantos anos, com a sua força vital que pulsa em mim e em minha família, mas acima de tudo por afirmar o direito ao bem viver. O bem viver é uma tecnologia de vida transmitida por nossas e nossos ancestrais que se reatualiza na luta atual de mulheres negras. Prestes afirma que a concepção de bem viver traz a lógica de “uma saúde pessoal conciliada com o equilíbrio da comunidade e da natureza, em resistência à colonialidade dos poderes hegemônicos” (PRESTES, 2018, p. 161). Essa apreensão abarca a importância e o valor de todos para o alcance do bem viver, não é uma lógica individual, mas sim uma conjugação entre mim, nós, a natureza e tudo o que há.

² Orum significa mundo espiritual em iorubá.

³ Uso o termo “assentada” para designar o campo de força da energia vital de minha tia-avó. Nas religiões de matriz africana o assentamento, ou igbá, é o lugar de reforço da conexão entre um indivíduo ou grupo e o orixá, antepassado ou ancestral, a partir de uma “representação material”, um lugar sagrado de culto e cuidado da divindade.

⁴ Mãe Bernadete foi assassinada no dia 18 de agosto de 2023.

Reverenciar aos nossos ancestrais, ao nosso tempo presente e ao futuro é garantir nosso arcabouço de resistência e de luta pelo direito a esse bem viver. A conexão passado-presente-futuro é expressa no provérbio africano: “Exu matou um pássaro ontem com uma pedra que só jogou hoje.” Esse provérbio afirma que o tempo linear é uma ilusão, como ressalta Lopes e Simas (2021), visto que para as filosofias africanas, o tempo é uma coexistência simultânea e harmoniosa do passado, presente e do futuro, onde três mundos coabitam, a realidade concreta, os valores sociais e a autoconsciência, assim, “(...) o tempo flui mais pela opção existencial do ser humano do que por outros fatores(...)” (LOPES; SIMAS, 2021, p. 24), Partindo do exposto, acredito que a força de nossa luta e as sementes plantadas hoje, resgatam os de ontem e os que virão, assim como a luta dos de ontem garantiram a existência dos de hoje e dos que virão amanhã, essa é a força da circularidade e da espiralidade do tempo, como nos diz Leda Maria Martins (2021). Nesse sentido peço licença e evoco a força do axé de minha tia e de dona Bernadete, mas também da voz das mulheres e homens de minha família, da minha mãe e do meu pai, da voz das mulheres que me confiaram suas histórias, mas também de todos aqueles que vieram antes de mim, e que me permitiram aqui estar, ensinando-me o valor dos múltiplos saberes, assim como a voz dos que virão depois de mim.

Sodré (1988) traz a citação de Elbein que nos diz:

Recebe-se o axé das mãos e do hálito dos mais antigos, de pessoa a pessoa, numa relação interpessoal dinâmica e viva. Recebe-se através do corpo e em todos os níveis da personalidade, atingindo os planos mais profundos pelo sangue, os frutos, as ervas, as oferendas rituais e pelas palavras pronunciadas (ELBEIN apud SODRÉ, 1988, p. 90).

Evoco, portanto esse axé e o meu elo com a minha comunidade e a minha ancestralidade, meu estado de pertença, pois como nos dizem Lopes e Simas (2021) o nosso pertencimento estabelece sentido na vida, é através dele que presentificamos a história de nossos antepassados, assim como um dia nossos descendentes contarão as nossas. Nesse elo de transmissão é que a vida material se entrelaça com a espiritual, nessa ondulação é que compreendemos nossa pertença a um grupo, mas também a natureza, pois todos somos elos, quer queiramos ou não, criadores, cocriadores e perpetuadores de múltiplos saberes e encontros, saídos de uma única essência.

É nessa multiplicidade de saberes que a escrita desta tese pretende seguir. Destaco que essa rede múltipla de transaberes, como nos diz Abrahão Oliveira Santos (2022) não se sustenta apenas no espiritual ou no intelectual, mas compreende o saber como um encontro de múltiplos saberes, que se potencializa e desenvolve a cada novo encontro.

Ekundayo é, portanto, a voz da dor não calcificada, mas da dor transgressora, transdisciplinar e transbedora. Voz da dor perpetuadora, mas sobretudo, da força de quem veio antes para quem vem depois. *Ekundayo* é a voz da dor-amor, é a tristeza que se transforma em alegria.

Partindo desse princípio, a presente tese parte de uma compreensão da vida emocional para além do intrapsíquico, considerando, pois que, em uma sociedade atravessada por inúmeras opressões pensar um sintoma exige a apreensão do corpo que carrega o sintoma, assim como aprofundar a enunciação trazida por ele. Em uma sociedade racista, sexista, homofóbica e classista, a própria sociedade é produtora de adoecimentos.

Essa luta é política e se dá por grandes e pequenas revoluções, sendo condição para o desvendamento da maneira como a colonialidade nos institui socialmente, mas também é um exercício de análise psicológica, a fim de construir caminhos para uma desalienação das pessoas negras, pois as cotidianidades da racialização do racismo antinegro se instituem também em modos de interiorização subjetiva. Assim, além de estarmos construindo uma psicologia para desalienação em uma clínica reconhecida, a construímos também pela educação e pelas próprias pesquisas. (SANTOS; OLIVEIRA, 2023, p. 3)

O percurso produzido por esta tese, busca por essa desalienação abarcando que as subjetividades são construídas a partir de múltiplos agenciamentos, em um grande entrelaçamento entre tudo que existe, vivente ou não, visível ou invisível. Os inúmeros agenciamentos existentes na vida são capazes de aumentar ou diminuir a potência de um ser, assim como torná-lo cada vez mais múltiplo apontando para o valor de estar em coletividade. Nos agenciamentos estão inscritos os cenários históricos, linguísticos, culturais, religiosos, lutas de um povo, constituindo a multiplicidade existente em nós.

Guattari (1992) afirma que a subjetividade é produzida por instâncias individuais, coletivas e institucionais, sendo plural, polifônica, ou seja, independentes, harmônicas ou não, mas simultâneas mesmo carregando suas diferenças. Para esse

autor a subjetividade se faz coletiva, apesar de isso não significar que ela é uma instância exclusivamente social. O coletivo refere-se à multiplicidade desenvolvida para além do indivíduo, interações de diferentes naturezas, máquinas sociais, midiáticas, linguísticas, dentre outras.

São subjetividades-multidão, compostas e retroalimentadas constantemente pela coletividade em todos os seus planos. Considerando essa subjetividade-multidão foi feita a escolha por uma trilha de escrita e pesquisa em que a transdisciplinaridade é o principal fio condutor. Numa perspectiva transdisciplinar podemos compreender que os saberes são potencializados no encontro, garantindo novos entendimentos e ampliando discussões. Rauter (2017) afirma que

Quanto mais encontros fizermos, mais experimentaremos diferentes possibilidades e aproximações, podendo atingir uma crescente complexidade na compreensão de um dado fenômeno. A complexidade é uma das facetas da transdisciplinaridade e, também, de uma democracia da multidão – diferentes campos do saber, diferentes aproximações com relação a um mesmo fenômeno, contribuem para uma complexificação das concepções sobre esse fenômeno. Essa complexificação atende à expansão da vida e da potência humana (RAUTER, 2017, p. 20-21).

A transdisciplinaridade nos permite alcançar um maior nível de complexidade e profundidade no entendimento de fenômenos desafiadores como é o caso das relações raciais e das subjetividades brasileiras. Nessa caminhada nos campos de atendimento clínico surge o questionamento da amplitude da saúde mental das pessoas negras em uma sociedade racista e produtora de iniquidades e adversidades para esse grupo. Nesses encontros com várias vidas, corpos e narrativas negras⁵, o campo intrapsíquico encontra-se cotidianamente com a realidade exterior, tecendo linhas complexas e desafiadoras também para o meu lugar de psicóloga clínica preta de base psicanalítica.

Os desafios de viver uma vida em um mundo sedimentado em opressões de raça, gênero, classe, heteronormativo e aprisionado na branquitude traz consequências avassaladoras para a formação do “ser”. A interconexão dessas opressões opera de forma interseccional, gerando uma trança perversa (SAMPAIO,

⁵ A escolha pelo termo “negra” e “negro” se faz nesta tese baseado na nomenclatura utilizada pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, em que negros=somatório de pretos e pardos. É importante destacar, que a variação “negre” apresentada no texto refere-se à apresentação de outras categorias de gênero que são invisibilizadas no enquadramento binário.

2012) de iniquidades em que a supressão de uma resulta na captura de outra. Encontrar campos de respiro, linhas de fuga, espaços de vida passa a ser o grande farol de um espaço psicoterapêutico.

Aprofundar esse caminhar e procurar por essas linhas fez com que fosse necessário trazer para cena e para o *setting* um aprofundamento desses campos de opressão e de expressão, procurando apreender e aprender com cada narrativa, cada sintoma. Esse caminhar do meu saber aliado à minha negritude oportunizou a recepção de inúmeras pessoas negras que procuravam por cuidado, sendo a sua maioria esmagadora composta de mulheres negras.

A sociedade racista tenta capturar as mulheres negras com a objetificação de seus corpos, desqualificando seu lugar de saber e potência. Frente a essa ancestral tentativa de subalternização dos corpos de mulheres negras, escolho escrever sobre um outro aspecto dessas mulheres. Reflito sobre o sofrimento psíquico expresso pela depressão, considerando o assentamento da força da ancestralidade e dos elementos de resistência, potência, teimosia e criatividade. Pretendendo compreender as várias expressões da depressão em mulheres negras, inseridas nesse contexto “racista-traumatizante”, sobretudo a partir da multiplicidade que cada uma delas carrega, dos atravessamentos vários que perpassam a dimensão do que é ser mulher negra com depressão em nossa sociedade. Refletir e escrever sobre mulheres negras exige a compreensão dos fortes eixos de opressão a que essas mulheres estão expostas. Evocá-los é acessar quebras constantes, verdadeiras sensações de angústia que acompanham de forma sorrateira as suas vidas.

A questão racial, por exemplo, em um país que se sustenta em um racismo por denegação, como afirma Lélia Gonzalez (2020), esse racismo “à brasileira”, tem em seu cotidiano a característica de se voltar contra os que são testemunhos vivos de sua ação, imprimindo perversamente a ideia de negação naquilo que é ação. Para Lélia essa é a “neurose cultural brasileira”, cujo mote principal das relações raciais é a negação de uma ação amplamente perpetuada, seja nas ações cotidianas de discriminação e exclusão, ou nas ações políticas-econômicas. Mas Lélia como ótima antropóloga, pesquisadora e psicanalista que foi, destaca que a neurose cultural se faz na relação de ganho da ação neurótica. Sabe-se que a ação neurótica é constituída pelos benefícios primários e secundários. O benefício primário relaciona-se a uma

diminuição de tensão evidenciada pela resistência de fazer contato com o fator desencadeante da doença, já o secundário refere-se a vantagem suplementar, ao ganho e a satisfação obtidos com o sintoma. No caso da neurose cultural brasileira, o ganho está no acesso e na vivência dos privilégios recebido pelo branquitude, sem a devida responsabilização ou contato com a angústia causada por isso. Não por acaso, temos toda uma sociedade branca que não se envergonha de carregar a herança escravocrata em suas costas, perpetuando práticas de subalternização dos corpos não brancos sem a mínima atuação reparadora acerca do feito.

Evidencia-se, assim, um sistema de dominação muito bem estruturado, que tem sua eficácia nas noções de integração, de igualdade e da tão antiga falácia da democracia racial, mas que as vivências de racismo estão amplamente perpetuadas na negação de direitos, na dificuldade de acesso, no privilégio da branquitude e nas discriminações raciais causadoras de quebras contínuas na fluidez do si mesmo.

Um outro fio de opressão é o gênero esse produto social atribuído ao sexo biológico responsável por carregar características, papéis sociais, formas de comportamento que escamoteiam as estruturas de poder presentes na sociedade. Em que pese a localização das mulheres negras na base da pirâmide em nossa sociedade, mesmo com os avanços econômicos que já deslocaram algumas de nós, ainda são as mulheres negras aquelas que “carregam o país nas costas”.

Não foi para nós que se sustentou a luta inicial pelos direitos de gênero, realizada pelas feministas brancas, daí a impossibilidade de universalizar a opressão vivida por mulheres, sem racializar. É sabido e assumido pelas feministas brancas o quanto deixaram de abordar a questão racial, inserindo nessa prática tão importante de luta uma suposta “apercepção excludente” (SCHUMA apud PIEDADE, 2017). O enegrecimento da ação e do pensamento é, como afirmado por Piedade (2017) o ponto marcante de luta das feministas negras.

No Brasil, uma importante pioneira do feminismo negro foi Lélia Gonzalez, uma das fundadoras do Movimento Negro Unificado e do Nzinga – Coletivo de Mulheres Negras, fundado no Rio de Janeiro em 1984 junto com Jurema Batista e tantas outras mulheres dos movimentos negros e de favela. O objetivo principal dessas mulheres era denunciar as especificidades da discriminação de gênero e raça. Foram as feministas negras que trouxeram para a luta feminista a importância e a

impossibilidade de lutar sem denunciar a opressão racial, agregando força substancial à luta no Brasil e em outros países do mundo.

O lugar de vivência dolorosa das mulheres negras, se entrelaça com a potência, e a luta por sobrevivência, mas não deixa de ser um lugar de dor e de marcas na linha de vida. Vilma Piedade (2017) em seu livro *Dororidade* aborda a especificidade da dor da mulher negra. Ela afirma que “dororidade carrega no seu significado a dor provocada em todas as mulheres pelo machismo. Contudo, para nós pretas tem um agravo nessa dor. A pele preta nos marca na escala inferior da sociedade” (PIEADADE, 2017, p. 17). A dororidade distancia-se, portanto, da sororidade⁶ trazida pelas feministas brancas, por não abarcar a complexidade que é lidar com os “fatores externos do racismo que nos dilaceram” (Ibid., p. 18).

A potência das mulheres negras carrega em si a dororidade! No entanto, é essa potência que confere a essas mulheres, o lugar de peças fundamentais e fundantes de nosso país. Lélia Gonzalez destaca, por exemplo, o importante lugar da “resistência passiva”, lugar que coube principalmente às mães pretas, mas também aos pai-João, com suas histórias, garantindo assim fundamental importância na formação dos valores e crenças do povo. Essa resistência passiva tem uma importante eficácia simbólica, pois que foram as mães pretas que africanizaram o português falado em nosso país, transformando-o no pretuguês, mas também foram elas as responsáveis pela africanização da cultura brasileira presentificando-se na propagação da linguagem, dos códigos de sobrevivência, da religiosidade, e da manutenção de um povo. Quando digo povo, refiro-me a negra/e/o/s e branca/e/o/s. Lembremo-nos que essas mulheres mantêm não só as suas famílias, mas também foram e são peças importantes de sustentação de muitas famílias brancas.

Abordar a saúde mental dessas potências-mulheres é destacar a dororidade e a luta constante de sobrevivência ao racismo, como uma quebra na fluidez do si, mas também toda estratégia existente nessa sobrevivência. Estamos ancorados na

⁶ Sororidade refere-se a aliança entre as mulheres para apoiarem-se mutuamente a fim de enfrentar os obstáculos impostos pelo patriarcado. Vem do latim soror – que significa, irmã. É amplamente utilizado pelo feminismo para retratar a irmandade entre mulheres.

compreensão de que a fluidez e a construção do si mesmo, da potência de construção de uma linha de vida é algo inerente aos seres, independente de seus atravessamentos. Com nossa chegada a esse mundo, nos expandimos e seguimos a partir do atendimento de nossas necessidades. Buscamos diuturnamente por nossa existência e assim se iniciam e se mantêm o nosso ser, estar e fazer no mundo. Essa força vital pungente em nós, nosso si mesmo, está sempre na busca por preservação e sustentação.

Winnicott (1990) destaca que nós seres humanos vamos criando uma linha de continuidade do ser que é estabelecida a partir dos movimentos de busca por algo, aquilo que ele denominou “gesto espontâneo” essa busca pode ser pela alimentação, pela segurança, pelo alívio de uma sensação incômoda como uma fralda suja, por exemplo, necessidade que no início, nem sabemos ou fazemos ideia do que se trata, só necessitamos, e ao sermos atendidos nessa linha que busca o atendimento de uma necessidade muito básica vai se criando pouco a pouco a garantia da continuidade do nosso si mesmo.

Podemos pensar esse encontro como uma dança e como nos diz Lara Sayão “dança é encantamento, é resistência, é movimento de dentro anunciado no corpo (...)” (SAYÃO, 2021, p. 9). Assim, é nessa dança, nesse encontro, que nunca se faz sozinho, de busca e de atendimento que muitas coisas acontecem, é nesse entre que está a potencialidade do ser. Estabelecemos nossa confiabilidade na continuidade desse processo, mas também é dela que nasce nossa criatividade. Essa dança e movimento é transmitido e ensinado por uma cultura. Winnicott afirma a importância da cultura, para esse si mesmo, como uma instância que só é possível pela coletividade e pela força de sustentação recebida na cultura e da cultura.

A criatividade é, como nos afirma Martins (2018) a própria expressão do *self*, do si mesmo, que ao poder se apropriar de elementos dessa realidade compartilhada, reinventa, transforma e age, reinventando e inventando o seu modo de existência, sem a necessidade de reagir, se submeter ou retrain. Essa afirmação de André Martins corrobora com o exposto acima, a reinvenção e construção do si mesmo só é possível nesse compartilhamento, sendo a própria expressão da interação com o coletivo, a cultura e incluso a natureza.

A fim de expandirmos essa reflexão, convidamos neste momento Spinoza, que em seu livro *Tratado Político* (2009) aproxima direito de potência, visto que para esse filósofo estar em si é exercer a própria potência. Ele afirma que a potência do si mesmo se dá pelo contágio pelos mecanismos de semelhança que irão constituir o coletivo e que “cada um tem tanto direito (quanto a sua potência vale) tudo aquilo por que cada um, sábio ou ignorante, se esforça e faz, esforça-se e faz por **supremo direito de natureza**” (SPINOZA, 2009, p. 15) Assim, a potência humana, para Spinoza, só se realiza plenamente na vida coletiva, ele diz que “a potência comum é sempre a soma de toda esta multiplicidade de potências e impotências individuais. Por conseguinte, quanto mais livre for cada um dos indivíduos que se congregam na potência comum, **mais potente esta será**” (Ibid., p. 22).

Por direito de natureza eu entendo as próprias leis da natureza, ou as regras segundo as quais todas as coisas são produzidas, quer dizer, a própria potência da natureza. É por isso que o direito natural da natureza inteira e, por conseguinte, o de cada indivíduo estende-se até onde se estende a sua potência. (Ibid., p. 17).

Vale salientar que essa íntima relação entre potência e direito, refere-se ao direito natural, que para ele é a regra sob a qual estão sedimentadas todas as coisas, visto ser baseada na potência da própria natureza. Estar em si é um direito e, por isso do tamanho da potência de cada ser, compreendendo como a multiplicidade e os encontros aumentam essa potência de ser, fortalecendo a si e a potência do comum. É a associação das potências individuais que dão força ao direito comum, assim, a comunidade terá potência com a união de todas as potências individuais e a harmonia do limite do direito natural de cada um para que se chegue ao ponto de concórdia. Nesse sentido, a afirmação da potência está intimamente ligada ao ato. Agir, viver e perseverar no ser se dá em concomitância, visto que vida e direito estão intimamente ligados, contudo isso implica em autonomia e liberdade em expressar toda essa natureza que há em nós.

Considerar, com efeito, a potência como equivalente ao direito implica, em primeiro lugar, deixar de pensar os indivíduos como entidades previamente definidas, com uma razão de ser, um modo justo de atuar e uma finalidade ou destino, para os pensar como singularidades interdependentes que se esforçam por se libertar, tanto quanto possível, dos laços de dependência (Ibid., p. 19).

O esforço por se libertar dos laços de dependência destaca essa característica inerente a nós que é a busca constante por autonomia. Quando Spinoza destaca a dependência, ele salienta a submissão, a opressão, os estados que atravessam nossa potência, o estar em si. O si retratado por esse filósofo é um si ontológico, carregado de força e de potência de expansão. Bove (2023) destaca que desde nosso nascimento esforçamo-nos por perseverar em nosso ser através de uma lógica estratégica mínima de resistência ativa que se dá pelo corpo e sua busca por suprir, nutrir suas necessidades e suas concatenações e afecções no encontro com o mundo. Ele afirma que essa lógica espinosana é afirmada na *Ética I* em “Todos têm o apetite de buscar o que lhes é útil! É através do hábito que o corpo concatena as suas afecções, visto esse ser a expressão da potência afirmativa, da autonomia. Bove afirma que o corpo é um solo existencial e contínuo, um grande campo de “potência de composição e combinação (...)” (BOVE, 2023, p. 37), em que se dão os processos de memorização e rememoração. O corpo é, portanto, o grande *locus* de memória, arcabouço da presença do hábito, da continuidade, de movimento constante de busca e esforço para perseverar em nosso ser, havendo em nós sempre uma promessa à saúde.

A essência do ser, a expressão de força que carregamos é denominada por Spinoza de *conatus*. *Conatus* é esse esforço que fazemos para perseverar em nosso ser, potência de afirmar a vida, essência dada, não havendo nenhum princípio ontológico de autodestruição, mas sim de esforço para que essa potência, essência atual, que se confunde com a própria vida, possa se dar. Importante notar que não se trata de um si mesmo psicológico, não estamos tratando de uma dimensão interiorizada do ser, mas sim de um plano ontológico do ser. Esse si é pura potência em busca de expansão e afirmação, não é um si individual, mas sim essência que constitui tudo aquilo que existe, natureza que determina a existência de seres e coisas. (RAUTER, 2017).

Para Spinoza “nada se produz na natureza que se possa atribuir a um defeito próprio dela, pois a natureza é sempre a mesma, e uma só e a mesma, em toda parte, sua virtude e potência de agir” (SPINOZA, 2019, p. 98). É importante destacar que o *conatus* está presente em tudo não é essência exclusiva dos seres humanos. A

potência por perseverar encontra-se em tudo, é a própria expressão dos seres, das bactérias, das pedras, da natureza, da qual o sujeito faz parte, mas não é o centro.

Essa concepção filosófica pode dialogar e ser potencializada pela compreensão da Filosofia africana *ntu*, cuja ontologia do ser compreende a força vital presente em tudo o *ubuntu* – sou porque somos – se expande para além dos seres humanos e vivos. Malomalo (2019) destaca que essa visão considera o ser-sendo, cujo ser humano, a natureza, os seres visíveis e invisíveis fazem parte da força vital que está presente em tudo, alimentando e retroalimentando tudo que há, é uma visão biocósmica, em que a comunidade abarca esse todo ultrapassando a compreensão individual do ser humano, pois a comunidade é agente de formação do ser e tudo que a compõem está em constante retroalimentação através de suas afecções.

Sodré (1988) em seu livro *O terreiro e a cidade: a forma social negro-brasileira* destaca a *arhké* negra em que o ser não é algo estático, afirmando que para o pensamento banto “a força não é atributo do ser, mas o próprio ser” (SODRÉ, 1988, p. 86). A força vital manifesta-se em tudo, sendo os vivos, os mortos, as plantas, animais e minerais seres-forças. O relacional possui um lugar de grande importância, porque na ontologia das forças estamos apontando para capacidades diferentes de afetar e ser afetado. Para os Yorubás essa força é denominada de *axé*, sem essa força a existência estaria paralisada segundo Sodré.

Como somos seres relacionais, podemos afetar e ser afetados de múltiplas maneiras. Spinoza contribui significativamente ao afirmar que

É útil ao homem aquilo que dispõe o seu corpo a poder ser afetado de muitas maneiras, ou que o torna capaz de afetar de muitas maneiras os corpos exteriores; e é tanto mais útil quanto mais torna o corpo humano capaz de ser afetado e de afetar os outros corpos de muitas maneiras (...) (SPINOZA, Proposição 38, Ética IV, 2019).

Podemos, portanto potencializar o conceito de gesto espontâneo trazido por Winnicott, compreendendo que a essência do ser humano não difere da essência dos outros seres. O gesto espontâneo é a busca, o esforço de uma real apropriação de si, potência de busca e manutenção da vida, busca por algo que se retroalimenta objetivando manter essa força relacional pungente.

Sodré (1988) afirma que o *axé* pode ser traduzido como aquilo que deve ser realizado e relaciona com a palavra *tuma* (força) apontando para capacidade de

produção de um efeito buscado, mas a energia do *axé* pressupõe o coletivo. É interessante pensar nessa força que os seres humanos carregam de encontro com o mundo, cuja recarga é o próprio mundo e a coletividade, lógica que se distancia diametralmente da lógica individualista e interiorizada de ser.

Essa potência de ser e existir se dá no real junto à experiência, na relação com os outros, na coletividade, na força *ntu* do ser-sendo. A linha de continuidade de ser proposta por Winnicott, se potencializa se for compreendida como esse ser-sendo, um todo construído em constante relação, agente de formação de tudo que somos, já que somos parte dessa força vital, desse *conatus*, desse *ntu*, do *axé* que se dá em tudo, que pede passagem e abre caminhos, assim como o movimento da vida, do universo.

Mesmo sendo afetado positivamente ou negativamente, para Spinoza, enquanto houver vida, um estado de corpo nunca estará totalmente despotencializado. Para ele o que há é uma variação de potência, nos afetos e na forma como afirmamos a força de nosso existir.

(...) o que faz com que o valor da potência de cada um varie continuamente, em função dos encontros ou confrontos que ele vai tendo com a infinidade dos outros seres. A cada instante, a potência, tanto a individual como a coletiva, aumenta ou diminui, e não existe nada que se dê no corpo ou na mente que não a afete, positiva ou negativamente (SPINOZA, 2009, p. 19).

A variação consiste em uma existência com maior ou menor força, ou seja, a potência de agir, pode até ser refreada, mas sempre é potência. Ele afirma que o ser humano só conhece a si próprio pelas afecções de seu corpo e pelas ideias dessas afecções na mente podendo ser afetado de alegria que aumenta e estimula a potência de agir tanto quanto a mente puder imaginar, e o oposto também ocorrerá se for afetado por causas externas causadoras de tristeza passando a uma perfeição menor, na qual haverá, portanto, o máximo esforço para excluir, afastar e repelir a existência de tudo que nos afasta da alegria. Nesse sentido, mesmo se as relações com os outros nos submeterem, entristecerem ou refrearem a nossa potência, ela nunca será extinta, a não ser pela morte, visto haver um esforço para excluir de nossa existência todas as coisas que nos afetam de tristeza. Estar regido por autonomia ou estar sob a jurisdição de si mesmo implica, deste modo, em repelir com força e até mesmo vingar-se de tudo aquilo que possa causar algum dano a si, incutir medo ou gerar submissão a uma vontade que não a própria.

Para Laurent Bove (2012), trata-se de agir com liberdade e com autonomia. A autonomia de uma vida segundo seu próprio princípio do prazer, seguida pela razão e pela sua própria necessidade. A potência de resistir à violência do outro, sendo defensor de sua própria liberdade. Compreendendo que repelir exprime um princípio de atividade, força ativa de resistência, que presentifica a afirmação de autonomia, de potência, o direito a reclamar e de fazer justiça, conduzidos pelo uso adequado da razão (BOVE, 2012).

Malomalo (2019) afirma que na filosofia *ntu*, os conflitos são vistos como uma oportunidade para caminhar, possibilidade de movimento, de ser sendo, um exemplo interessante é pensar a capoeira que traz luta e dança em um mesmo lugar. A jurisdição de si mesmo garante e afirma esse direito, a afirmação da autonomia traz o direito à luta. O conflito não é negativo, ele faz parte da expressão do ser – sendo, do direito de expressão da diversidade sem a captura por uma universalização que pretende enquadrar tratando o diferente a partir da exclusão.

A filosofia espinosana também afirma que o ser humano tem o direito de escolher fugir daquilo que o oprime com a mesma firmeza e coragem com que pode escolher o combate. Para Spinoza (2009) estar sob a jurisdição de si mesmo, é afirmar a autonomia e a busca por aquilo que é útil e garante a utilidade da luta pelo fato dela potencializar e conservar o ser que será conduzido pela razão a procurar o que é útil para si, agindo por virtude que segundo esse filósofo nada mais é que conservar e afirmar a autonomia do próprio ser. Ele afirma que

agir absolutamente por virtude nada mais é do que agir segundo as leis da própria natureza. Mas nós só agimos à medida que compreendemos. Logo, agir por virtude nada mais é, em nós, do que agir, viver, conservar o seu ser sob a condução da razão (...) (SPINOZA, 2019, p. 87).

Esta tese compreende as narrativas das mulheres negras como uma luta pela afirmação do direito de repelir o que oprime, a minha escolha pela depressão não está ligada à busca por uma catalogação de dados sobre a doença, mas sim pela necessidade de apreender os agenciamentos presentes na variação de potência dessas mulheres, considerando como as narrativas destacam essa variação. Na vida podemos ser afetados por forças, todos nós sofremos variações de potência de acordo

com as afecções que sofremos, nós seres humanos, mas também a natureza, o cosmos, o todo.

As depressões são compreendidas como diminuição de força, poderíamos dizer uma variação que diminui a potência, contudo Sodré nos traz a reflexão de que ao considerar a força vital presente em tudo, a depressão afeta a integridade de todo o ser “cujo paradigma   a própria divindade, pura manifesta o de força” (SODRÉ, 1988, p. 86). Para Spinoza, apesar da tristeza diminuir ou refrear a potência de agir, o ser humano sempre se esforçará por perseverar em seu ser, assim ele nos diz

(...) quanto maior   a tristeza, tanto maior deve ser a parcela de potência de agir do homem que ela contraria. Portanto, quanto maior for a tristeza, tanto maior será a potência de agir com a qual o homem se esforçará por afastar a tristeza, isto  , tanto maior será o desejo ou o apetite com que se esforçará por afastar a tristeza. (SPINOZA, 2019, p. 62)

Isso posto e compreendendo a complexidade de um sintoma, o objetivo desta pesquisa foi abarcar as políticas de enuncia o que a depressão em mulheres negras denuncia. A enuncia o traz em si o cruzamento das estruturas e das unidades, mas contemplando dados concretos localizados no tempo e no espaço, que apresentam malhas complexas do que   afirmado ou negado, e a forma como o sentido   expresso naquela realidade concreta. A depressão nessa tese está sendo apreendida como um sintoma que a despeito de suas características ditas usuais de rebaixamento, de irritabilidade, de inquieta o,   também busca por potência, busca por autonomia,   luta pela existência, luta pelo direito de bem viver, adoecer que   político, que   tentativa de a o, que   busca pela saúde, ou seja,   potência, mesmo em sua varia o nessa vida vivida no entrelaçamento de paixões, afetos alegres e afetos tristes.

Para alcançar esse objetivo o método utilizado foi a conjuga o entre escrevivência e cartografia, com o uso da entrevista grupal realizada a partir da organiza o de um grupo de cinco mulheres negras de diferentes regiões do país, cujo critério para participa o era ser mulher negra e ter recebido o diagnóstico de depressão. Foram realizados 28 encontros remotos, via plataforma Zoom. Esse grupo foi denominado por essas mulheres de “Roda das Fênix” e nos encontros realizados as mulheres negras participantes abordaram o “ser mulher negra e a sua rela o com a depressão”.

No capítulo 1 a tese abordará “As reflexões acerca da implicação da experiência: escrevendo sobre o lugar de mulher negra psicoterapeuta, pesquisadora e escritora”. Esse capítulo visa abordar o lugar da implicação para o desenvolvimento desta pesquisa e o encontro da implicação, cartografia e escrevivência. No capítulo 2, “Por que mulheres? Por que negras?”, abordaremos o lugar do gênero no adoecimento emocional e o caso específico das mulheres negras. O capítulo 3, “O mundo e o trauma: considerações sobre racismo, subjetividade e depressão”, discorreremos sobre as implicações do racismo na saúde mental trazendo reflexões sobre o trauma e a depressão. O capítulo 4, “A Roda das Fênix”, retrata o caminho percorrido para coleta de dados e a formação da roda de entrevista. No capítulo 5, “Analisando os dados: a potência do fluxo da narrativa das águas-mulheres”, desenvolveremos a análise das narrativas. Finalizaremos com o capítulo 6, “*Ekundayo*: pistas para um dispositivo de cuidado em saúde mental para mulheres negras”, em que foi desenvolvido reflexões sobre a construção de um dispositivo de saúde mental que vise cuidado e bem viver para mulheres negras com depressão.

CAPÍTULO 1

REFLEXÕES ACERCA DA IMPLICAÇÃO DA EXPERIÊNCIA: ESCREVENDO SOBRE O LUGAR DE MULHER NEGRA PSICOTERAPEUTA, PESQUISADORA E ESCRITORA

A escravização é – “como (...) uma história assombrada” que continua a perturbar a vida atual das pessoas negras com o intuito de suscitar a vida das/dos ancestrais, elevando a memória dolorosa da escravidão e contando-a corretamente (...) Escrever é, nesse sentido, uma maneira de ressuscitar uma experiência coletiva traumática e enterrá-la adequadamente. (...) a atemporalidade, por um lado, descreve o passado coexistindo com o presente e, por outro lado, descreve como o presente coexiste com o passado.” (KILOMBA, 2019, p. 223-4).

1.1 A importância da implicação como elemento potencializador do escrever

Durante o processo de escrita desta tese tenho compreendido o fio condutor no qual ela está inserida. A flecha do tempo me leva a compreensão desse tempo espiral como nos fala Leda Maria Martins (2021), entendendo que somos uma construção do tempo e, que com o tempo conseguimos apreender pouco a pouco a nossa função nesse mundo.

Leda nos diz:

Em tudo que fazemos, expressamos o que somos, o que nos impulsiona, o que nos forma, o que nos torna agregados a um grupo, conjunto, comunidade, cultura e sociedade. Nossos mínimos gestos e olhares, as eleições de nossos paladar e olfato, nossa aculturação e resposta aos sons, nossa vibração corporal, nossos torneios de linguagem, nossos silêncios e arrepios, nossos modos e meios de experimentar interrogar o cosmos, nossa sensibilidade; enfim, em tudo que somos, e nos modos como somos, respondemos a cosmopercepções que nos constituem. Respondemos também a concepções de tempo e de temporalidades, tanto em nossos rituais do cotidiano quanto nas produções culturais que as manifestam (MARTINS, 2021, p. 21-22).

A minha expressão é iniciada com o meu sopro de vida sendo permitido em um núcleo majoritariamente negro, filha única de uma mãe que precisou começar trabalhar aos 9 anos de idade no serviço doméstico e de um pai órfão que teve a

educação dividida e compartilhada entre seus familiares e as instituições governamentais existentes à época para “cuidado” de jovens pobres.

Diante de todas as fatalidades que essas histórias carregam, e da marca triste e perversa da inscrição do racismo desde a mais tenra idade, aprendi com eles a importância do amor e da educação para o nosso povo. Para hooks⁷ (2021) o amor não é um sentimento, mas sim uma intenção associada a uma ação. É importante destacar que toda intenção ou escolha pode facilmente sucumbir por questões exteriores e até mesmo inconscientes repercutindo na intenção pontuada por hooks, muitas vezes fracassando na realização da ação. Contudo, essa autora amplia a noção de amor a combinação de cuidado, compromisso, confiança, sabedoria, responsabilidade e respeito, os quais em muitos momentos nos servirão como amparo para lidar com atos de desamor.

Winnicott também relaciona amor a cuidado. Para esse psicanalista o amor relaciona-se a continuidade, estabelecimento de confiança, elementos silenciosos do cuidado. É na continuidade, na sustentação, no manejo e na confiabilidade que se ancoram o cuidado e aquilo que ele denominará de “amor”. Winnicott afirma que nesse contato há espaço para falhas, visto que elas constituem os seres humanos, mas é na manutenção e continuidade do cuidado que o amor é criado, nutrido e desenvolvido.

É claro que considero e reconheço todos os limites que meus pais tiveram na minha criação, mas destaco o investimento emocional e o reconhecimento do valor do cuidado e do carinho como elementos importantes de fortalecimento contra a hostilidade encontrada na realidade nua e crua do mundo por uma criança negra. O cuidado – amor que reconecta, que resgata e recarrega para poder seguir, que garante o desenvolvimento da autonomia, da construção de um lugar de respiro, de escoamento de tensões, de fortalecimento e de retorno em momentos de ataques. De forma muito “intuitiva” eles sabiam que o amor e o conhecimento eram nossas armas

⁷ O nome da autora bell hooks é apresentado com letra minúscula por desejar seguir a postura da própria autora que criou esse nome em homenagem à sua avó e fez a opção de empregá-lo em letra minúscula como um posicionamento político que buscava romper com as convenções linguísticas e acadêmicas, cujo enfoque era o seu trabalho e não à sua pessoa. A presente tese empregará a escolha da autora.

poderosas de luta e de transformação da vida. O conhecimento era a garantia da reflexão, da ampliação e da quebra dos limites impostos pelo mundo, além da possibilidade de rebelar-se contra as iniquidades nele presentes e o amor a certeza de um lugar seguro para retornar nos momentos de necessidade de suporte, de recarga da esperança, de certeza de que a vida vale a pena ser vivida apesar de tudo.

Para seguir com essa educação formal, meus pais esmeraram-se em seus trabalhos para garanti-la, e somado a isso, muito afeto, muito samba, contato com a espiritualidade, respeito aos animais e à natureza, convivência em família e reflexão sobre a vida. A sabedoria recebida de ambos, com suas histórias de resistência e sobrevivência criou em mim uma compreensão do que significava ser uma menina negra favelada estudante das escolas do asfalto, realidade que acompanhou minha trajetória intelectual. Note-se que o desenvolvimento da intelectualidade não era compreendido por eles como impeditivo das vivências de racismo, apesar desse tema não ser discutido de forma tão explícita, a vivência visceral dessa realidade excludente era transmitida. A frase paterna de que a herança que ele iria me deixar era algo que ninguém poderia me tirar – os estudos, garantia à estratégia, à linha de fuga ante a algo muito maior – o racismo.

A apreensão do lugar destinado a nós na sociedade foi construída na própria vivência e no suporte constante de pais que afirmavam o contrário daquilo que os olhares me diziam. Essa afirmação me sustentava emocionalmente e me trazia o fortalecimento para alguns questionamentos, tais como o espanto com a narrativa do filho da então patroa da minha mãe em relação a dedicação dispensada com a minha educação, já que para ele eu poderia ser mulata do Sargentelli⁸.

Esse lugar determinado para o corpo da mulher preta, de doméstica ou de mulata, o esperado a ser ocupado por mim é o que Gonzalez (2020) destacou sobre as formas de exclusão da mulher negra. Ela afirma que

O processo de exclusão da mulher negra é patenteado, em termos de sociedade brasileira, pelos dois papéis sociais que lhe são atribuídos: **“domésticas” ou “mulatas”**. O termo “doméstica” abrange uma série de atividades que marcam seu “lugar natural”: empregada doméstica,

⁸ **Oswaldo Sargentelli** foi um radialista, apresentador de televisão e empresário da noite brasileiro. Teve as seguintes casas de espetáculos: "Sambão", em Copacabana, em 1969. Em 1970, abriu a "Sucata" e, em 1973, o "Oba-Oba". Nessas casas ele apresentava um show de “mulatas” que ficou internacionalmente conhecido por expor mulheres negras seminuas em shows de samba. Oswaldo Sargentelli – Wikipédia, a enciclopédia livre (wikipedia.org), acessado em 22/09/2022 às 14:29.

merendeira na rede escolar, servente nos supermercados, na rede hospitalar etc. Já o termo “mulata” implica a forma mais sofisticada de reificação: ela é nomeada “produto de exportação”, ou seja, objeto a ser consumido pelos turistas e pelos burgueses nacionais. Temos aqui a enganosa oferta de um pseudomercado de trabalho que funciona como um funil e que, em última instância, determina um alto grau de alienação. Esse tipo de exploração sexual da mulher negra se articula a todo um processo de distorção, folclorização e comercialização da cultura negra brasileira. Que se pense no processo de apropriação das escolas de samba por parte da indústria turística, por exemplo, e no quanto isso, além do lucro, se traduz em imagem internacional favorável para a “democracia racial brasileira” (GONZALEZ, 2020, p. 36).

Tal afirmação e determinação objeto-causal me causava, além de espanto, ojeriza, mas sobretudo raiva, mesmo sem a capacidade de compreensão concreta do ato, algo de que a meninice e o amor familiar ainda me protegiam. Todavia, ao crescer, viver, e estudar mais sobre as relações raciais em nosso país, entendi o discurso machista e racista que desde a infância manifestava o lugar em que o meu corpo-menina-mulher-preta deveria estar, assim como o ataque sutil e perverso com que esse mesmo corpo iria se defrontar.

Esse fragmento íntimo de racismo cotidiano revela o que estudos sobre relações raciais e a realidade de nosso país e de outros colonizados revela. Recordo-me da discussão de Kilomba (2019) em seu livro *Memórias da plantação – episódios de racismo cotidiano*, em que uma menina negra de aproximadamente 13 anos ao ir a uma consulta médica por causa de uma gripe, recebe do médico a proposta de ir trabalhar em sua casa para cozinhar, lavar roupas e cuidar dos seus filhos de 18 e 21 anos. O meu fragmento íntimo é um fragmento social, fragmento coletivo daquilo que os corpos de mulheres negras estão expostos. Os processos de subjetivação de nosso país estão assentados em uma supremacia da branquitude e em uma suposta submissão de todos que se classificam entre os não brancos.

Reitero a suposta submissão ao constatar os importantes alicerces de resistência dos não brancos a tudo o que tenta subjugar-los em nossa sociedade. Os complexos e múltiplos processos de subjetivação se dão entre tentativas de captura e grandes escapes são garantidos dia após dia pelas estratégias de sobrevivência e de subversão de todo um grupo. Em meu caso, a subversão está na curiosidade pelo mundo e na escrita, essa escrita que é o lugar de potência, a escrita do meu lugar, da quebra do silêncio, como Audre Lorde (2019, p. 54) afirma “na transformação do silêncio em linguagem e em ação, é essencial que cada uma de nós estabeleça ou

analise seu papel nessa transformação e reconheça que seu papel é vital nesse processo”.

Para mim a escrita e a curiosidade pela vida caminham entrelaçadas. Conceição Evaristo destaca que “(...) a escrita nasceu para mim como procura de entendimento da vida” (EVARISTO, 2020, p. 34). Peço licença a querida Conceição para me fazer expressar pela sua afirmação. A escrita presentifica e permite a expressão dos campos de compreensão, de incompreensão, de incômodo, de reivindicação e de resistência. Conceição irá nos dizer que “Escrevivência nunca foi uma mera ação contemplativa, mas um profundo incômodo com o estado das coisas. É uma escrita que tem, sim, a observação e a absorção da vida, da existência” (Idem).

Já a curiosidade, o interesse em ouvir mais sobre as pessoas se tornou um modo de ser e estar na vida e no fazer profissional. Acredito que a minha curiosidade foi ratificada pela escolha de uma profissão que me permitia ouvir, conhecer e apreender mais sobre o mundo e com o mundo. Creio que o agir psicoterapêutico está no mundo e para o mundo como uma dança em que os passos são conduzidos de acordo com a realidade que naquele momento se presentifica.

O corpo-narrativa trazido para o *setting* a partir dos relatos que ali chegam para cada sessão terapêutica nesse espaço vivo de atendimento contém realidades internas, mas também as realidades sociopolíticas, ditas externas. Essa vida externa nem sempre acolhe e sustenta, mas certamente constrói aquilo que semanticamente denominamos “interno”. É também produtora de potências e impotências, quer queira quer não, tecendo assim toda a complexidade e a força que está no viver.

Nessa construção e no dia a dia da prática clínica, é que inúmeros questionamentos vão e vem. Reflexões e a mente em um constante borbulhar. A grande questão se apresenta – realmente é possível alcançar a neutralidade no *setting* analítico. Esse grande pilar da psicanálise a ser seguido, apesar dos inúmeros relatos de Freud sobre andar com a/e/o analisando, e tantos outros apresentados por grandes psicanalistas. Refiro-me aqui, ao questionamento de uma neutralidade dos corpos, visto que todos os corpos são políticos, carregando em si um lugar nesse corpus social. Em nossa atuação precisamos, obviamente, de uma neutralidade em relação ao desejo da pessoa em atendimento, abstermos de direcionamentos, preconceitos teóricos e religiosos, mas faz-se necessário compreender o lugar que cada corpo

político ocupa e aí amplio as subjetividades, pois que essas também são políticas e formatadas por essas localizações a que somos submetidos desde o primeiro respiro de vida. Ou seja, em uma clínica antirracista, não há neutralidade de corpos.

O que se passa no encontro de corpos da/e/o psicanalista/psicoterapeuta com a pessoa atendida nos aponta para grande riqueza do *setting*. O *setting* presentifica esses dois corpos, além do corpus objetivo e subjetivo de cada parte, e como nos lembra Ogden um terceiro, o terceiro analítico, que é cocriação de ambos.

Conjuntamente, mas de forma assimétrica, construída pelo par analítico. Esta construção intersubjetiva inconsciente é o “sujeito da análise”. Um terceiro sujeito com uma vida própria, gerada pelo par analítico e mantido em tensão dialética com a existência do paciente e do analista, como indivíduos separados (OGDEN, 2001, p. 11-12)

O entre, é expresso pelo encontro entre esses dois corpos e essas subjetividade-multidão, a separação corpo-subjetividade-mente é apenas ilustrativa, visto essas instâncias serem inseparáveis. Recorro aqui a Spinoza por acreditar que a vida se dá nesses encontros e que esses potencializam a vida e o existir, assim como as nossas subjetividades. Spinoza (2019, p. 111) nos diz:

(...) o corpo é composto de um grande número de indivíduos de natureza diferente, e pode, portanto (...), ser afetado de muitas e diferentes maneiras por um só e mesmo corpo e, inversamente, uma vez que uma só coisa pode ser afetada de muitas maneiras, poderá igualmente afetar de muitas e diferentes maneiras uma só e mesma parte do corpo. Por isso tudo, podemos facilmente conceber que um só e mesmo objeto pode ser causa de muitos e conflitantes afetos.

As subjetividades que aqui chamei de subjetividade-multidão presentificam tudo aquilo que somos, todas as afecções que acarretam mudanças na potência de agir, no afeto e no sentido e, retomando Martins (2021, p. 21), “em tudo que fazemos, expressamos o que somos, o que nos impulsiona, o que nos forma, o que nos torna agregados a um grupo, conjunto, comunidade, cultura e sociedade”. Assim, juntos e ao mesmo tempo separados, em cada encontro, o corpo da/o/e psicoterapeuta/o/e é atravessado por sensações, sejam elas corporais, subjetivas e sensoriais que dizem respeito aquele encontro, assim como o da/o/e cliente. E, apesar das repetições tão presentes em algumas sessões, um encontro nunca é/será como outro.

As reflexões se intensificam, e aprofundam querendo compreender o efeito desse corpo de mulher preta que é o meu diante dos vários atendimentos a mulheres e homens, negras/es/os e brancas/es/os? Qual a relação das/es/os clientes com essa

psicoterapeuta negra? Qual o valor da compreensão dessas perguntas para minha prática clínica antirracista e para a compreensão das relações raciais e suas implicações subjetivas?

Essas reflexões na relação com as/es/os clientes brancas/es/os, evocam questões internas admiráveis e muitas vezes recalcadas, como o lugar da branquitude, dos pactos narcísicos silenciados e o seu impacto na saúde mental das pessoas brancas. Bento (2002; 2018; 2022) nos esclarece que os brancos em nossa sociedade agem por um mecanismo que ela denomina de pactos narcísicos. Esses pactos transmitem alianças inconscientes intergrupais, caracterizadas pela ambiguidade, e, no tocante ao racismo, pela negação do problema racial e pelo silenciamento. Essa transmissão pactuada mantém uma cumplicidade não verbalizada, a qual por ser perpetuada no tempo, altera minimamente as relações de poder e as hierarquias arraigadas e incrustadas. Assim, a cumplicidade não verbalizada não elucida os impactos positivos para as pessoas brancas da herança escravocrata, havendo segundo a autora, reflexões sobre o impacto negativo da escravidão, mas não um olhar para o positivo herdado para o primeiro grupo.

O silêncio, a omissão, a distorção do lugar do branco na situação das desigualdades raciais no Brasil têm um forte componente narcísico, de autopreservação, porque vem acompanhado de um pesado investimento na colocação desse grupo como grupo de referência da condição humana (BENTO, 2002, p. 30).

Nesse sentido o destaque da minha explanação, visto que meus anos de prática clínica me fizeram observar que o meu corpo de mulher preta psicoterapeuta em muitos momentos faz com que essas questões saltem para a cena terapêutica, como um potente destrave do pré-consciente, dando passagem a essas travas de conluio subjetivo estabelecido com o pacto narcísico, pelo simples fato do meu corpo preta estar lá.

Esses destraves subjetivos são muito importantes para o trabalho dessa patologia muitas vezes escamoteada que é o lugar da branquitude em nossa sociedade. Trabalhar a branquitude clinicamente se faz urgente, na verdade já estamos atrasados, visto que a neutralidade garantida à branquitude, garante também a manutenção desse perverso sintoma ao não ser analisado e assim se manter recalcado. Bento nos elucida belamente o que ressaltado acima:

Trata-se de uma herança inscrita na subjetividade do coletivo, mas que não é reconhecida publicamente. O herdeiro branco se identifica com outros herdeiros brancos e se beneficia dessa herança, seja concreta, seja simbolicamente; em contrapartida, tem que servir ao seu grupo, protegê-lo e fortalecê-lo. Este é o pacto, o acordo tácito, o contrato subjetivo não verbalizado: as novas gerações podem ser beneficiárias de tudo que foi acumulado, mas têm que se comprometer “tacitamente” a aumentar o legado e transmitir para as gerações seguintes, fortalecendo seu grupo no lugar de privilégio, que é transmitido como se fosse exclusivamente mérito. (...) O pacto é uma aliança que expulsa, reprime, esconde aquilo que é intolerável para ser suportado e recordado pelo coletivo. Gera esquecimento e desloca a memória para lembranças encobridoras comuns. O pacto suprime as recordações que trazem sofrimento e vergonha, porque são relacionadas à escravidão (BENTO, 2022, p. 25).

Por outro lado, a reflexão a partir do meu lugar, na relação com clientes negras/es/os, também é de suma importância, visto que a procura pelo meu atendimento possui relação direta com o significado desse corpo. Muitas mulheres e homens negres adentram a minha clínica na tentativa de darem conta de serem cuidadas emocionalmente, por alguém que possua além de conhecimento técnico, o mesmo “corpo” que eles.

Quando me refiro ao mesmo corpo, obviamente abarco o mesmo como algo muito maior do que o organismo físico, refiro-me a esse corpo preta político, o qual carrega a mesma “letra escarlate” que as mulheres negras que aqui adentram, o fenótipo que carrego me insere em um determinado lugar político em nossa sociedade brasileira marcada pelo racismo, sexismo e o classismo.

Fanon (2008) destaca que a pessoa negra apresenta duas dimensões, aquela que se expressa quando ela está com um semelhante e a outra na relação com um branco, e que

Esta cissiparidade é uma consequência direta da aventura colonial (...) E ninguém pensa em contestar que ela alimenta sua veia principal no coração das diversas teorias que fizeram do negro o meio do caminho no desenvolvimento do macaco até o homem. (FANON, 2008, p. 33).

Essa passagem de Fanon confere-nos a profundidade do ataque à subjetividade de pessoas negras, ataque esse que faz com que a/e/o branca/e/o esteja preso em sua brancura e a/e/o negra/e/o em sua negrura. Essa corrente de aprisionamento subjetivo confere ao primeiro a superioridade e ao segundo a inferioridade.

Munanga (1990) afirma que o lugar que poderíamos considerar o ponto comum do ser negro brasileiro é o lugar da exclusão. Claro que o que há é uma inclusão em

um lugar de subalternização, mapeado e super organizado em estratégias, mas devemos considerar essa afirmação também em termos de uma subjugação emocional que se inscreve nas vísceras das crianças negras a partir do olhar branco, maculando em seus corpos sensações de inadequação, de desvalorização, de desamor, as quais por se iniciarem na tenra idade e se repetirem cumulativamente pela vida, seguem clamando por cura, pelo direito de vir a ser de forma muitas vezes inconsciente ao longo de sua trajetória.

Santos (2021[1983]) afirma que o mito negro está

Incrustado em nossa formação social, matriz constitutiva do superego de pais e filhos, o mito negro, na plenitude de sua contingência, se impõe como um desafio a todo negro que recusa o destino da submissão. Interpelado num tom e numa linguagem que o dilacera inteiro, o negro se vê diante do desafio múltiplo de conhecê-lo e eliminá-lo (SANTOS, 2021, p. 55).

Diante desse desafio múltiplo e de tantos outros questionamentos me enveredo ao entendimento de que a neutralidade é o grande desafio, posso dizer que é quase impossível de alcançar quando compreendo o meu corpo de mulher negra psicóloga clínica e pesquisadora. Esse corpo analítico que também é político, assim como o daquela/e que adentra a porta no lugar de cliente. Corpo que marca uma presença pelo simples fato de ser e estar.

A história da pessoa não aparece como recurso metodológico formal porque se faz pesquisa e análise de algum jeito, nem de implicação formal, mas como expressão visceral da condição técnica, social e política que a pessoa ocupa, sua condição na diáspora e na resistência negras e os afetos se apresentam em relação aos grupos sociais dominantes ou à branquura. É fundamental explicitar as condições em termos de força, de poder, de violência, de interesse, de perspectiva daquele que faz pesquisa, que escreve e que cuida. (SANTOS; OLIVEIRA, 2023, p. 11-12)

Santos e Oliveira (2023) referem o que afirmo acima. Essa compreensão do meu lugar circunscreve a minha presença, a minha prática e as minhas reflexões sobre o ser, o viver, o estar e o adoecer. A compreensão trazida aqui sobre o significado do meu corpo-psicoterapeuta-pesquisadora- preta tem e terá importantes contribuições para minha atuação, assim como para entendimento dos relatos que chegarem.

Partindo desses questionamentos, buscarei aumentar nossa potência de pensar a fim de entender os sintomas que adentram o consultório nos corpos pretos. É das reflexões acerca desse lugar que se pauta a minha prática e os meus questionamentos. Não há neutralidade em nossa sociedade, e, portanto, ela é impossível na clínica, pois

estamos diuturnamente tomados pela implicação em nossas práticas. Monceau (2008) destaca que:

(...) a implicação existe mesmo que não a desejemos. Trata-se, pois, de analisar mais o modo de implicação do que sua existência, ou a quantidade de implicação, já que ela não pode ser medida em peso. Entretanto, podemos distinguir implicações econômicas, ideológicas, organizacionais, materiais ou libidinais (MONCEAU, 2008, p. 22).

A prática clínica precisa ser política, visto que a clínica também será atravessada pelos discursos de poder/opressão presentes na sociedade. Coimbra e Nascimento (2007) esclarecem o que pretendo destacar ao afirmarem que

A implicação aparece, inicialmente, associada ao conceito de contratransferência institucional, já ampliado da noção de contratransferência freudiana. A ferramenta “análise de implicações” supõe, dentre outras, as análises transferenciais daqueles que fazem parte da intervenção, a análise de todos os atravessamentos ali presentes (sexo, idade, raça, posição socioeconômica, crenças, formação profissional, dentre outros) e a análise das produções socioculturais, políticas e econômicas que atravessam esse mesmo estabelecimento e que também constituem os sujeitos que dele participam (COIMBRA; NASCIMENTO, 2007, p. 3).

Com esse apontamento não desejo reduzir as/aos psicoterapeutas negras/es/os a responsabilidade do atendimento de pessoas negras, mas desejo sim destacar a importância da/e/o psicoterapeuta branca/o, assim como a/e/o negra/e/o saberem o lugar político em que cada corpo se encontra nesse arcabouço de opressões, a fim de não o reproduzirem no *setting*, silenciando, ou oprimindo determinadas vivências, circunscrevendo-as de forma individual, sem problematizar o lugar e a implicação desse corpo/discurso na sociedade.

A análise da implicação além de retirar da supremacia de poder da neutralidade, não permite a individualização que transforma o sintoma em algo particular, privado, por isso, ao entendermos o conteúdo político que se expressa na clínica, entenderemos o conjunto de forças coletivas, quebrando com o esvaziamento e a subtração das potências ali trazidas. A clínica compreendida como “ação política”, atua como um campo de transformação da condição de vida das pessoas, sem que isso signifique acabar com o sintoma, mas saber compreender o que ele enuncia (PRADO; DE LIMA; XAVIER, 2019).

Esse preâmbulo introduz o ponto de partida das inúmeras reflexões desencadeadas pelo atendimento a mulheres negras com o “diagnóstico” de

depressão, ponto de interesse desta tese. Inúmeros pensamentos, dúvidas, angústias abarcaram o processo, a começar pelo desencanto de ter a vida atravessada por algo tão grandioso, devastador e assustador como a pandemia do COVID-19, assim como um cenário político-econômico-social, em que os corpos negros e indígenas dessa nossa “pátria mãe gentil” foram cada vez mais expropriados e exterminados. Segundo o Atlas de Violência de 2021, no ano de 2019,

os negros (soma dos pretos e pardos da classificação do IBGE) representaram 77% das vítimas de homicídios, com uma taxa de homicídios por 100 mil habitantes de 29,2. Comparativamente, entre os não negros (soma dos amarelos, brancos e indígenas) a taxa foi de 11,2 para cada 100 mil, o que significa que a chance de um negro ser assassinado é 2,6 vezes superior àquela de uma pessoa não negra. Em outras palavras, no último ano, a taxa de violência letal contra pessoas negras foi 162% maior que entre não negras. Da mesma forma, as mulheres negras representaram 66,0% do total de mulheres assassinadas no Brasil, com uma taxa de mortalidade por 100 mil habitantes de 4,1, em comparação a taxa de 2,5 para mulheres não negras. (ATLAS DA VIOLENCIA 2021, IPEA, p. 49).

A entrada em agosto de 2019 no doutorado no PPGPSI UFF, na linha de Clínica e Subjetividade recebeu um “balde de água fria” no início de 2020. Me senti, assim como toda população, atordoada, com notícias devastadoras, com o aumento superexpressivo do vírus mortal. Todos enclausurados, mascarados, o cotidiano da clínica, agora *online*, representando toda intensidade desses vívidos sentidos, nos discursos, nos lutos, nos choros e na constante tentativa de sobrevivência. Medo sobressaltado, notícias diárias de mortes, aumento insidioso do peso da pandemia na vida, na economia, no desemprego, na fome, nos homicídios. Além da rotina extremamente pesada de trabalho doméstico, aulas *online* da pós e da filha em fase de alfabetização, além da prática clínica, agora *online*, e separada apenas entre um andar do ambiente familiar. A cada dia compreendia que a grande vitória e a grande resistência foram a sobrevivência e luta diante de tudo. Cada lágrima, cada alegria diante da vida dos familiares e da própria vida.

O ano de 2020 seguiu com os jornais jorrando sangue, mulheres negras chorando iniquidades e mortes de filhos, mortes esquecidas pela justiça, mas não por aqueles corpos, homens negros sendo assassinados em supermercado, balas “perdidas” encontrando corpos negros, indígenas sendo exterminados, terras invadidas e queimadas. A Rede de Observatórios de Segurança destacou que durante

a pandemia do coronavírus, o Rio de Janeiro, por exemplo, teve o recorde de 1.810 mortes causadas por intervenção policial e nos meses de abril e maio de 2020, as polícias do Estado do Rio de Janeiro usaram mais força letal em operações policiais do que em 2019.

Machado e Vasconcelos (2023) apontam para triste realidade dos presídios brasileiros nesse contexto pandêmico no capítulo – “Uma conjuntura crítica perdida: a COVID-19 nas prisões brasileiras” publicado no livro *Saúde e mortalidade no sistema penal*. As autoras destacam que a chegada da pandemia ao sistema prisional potencializou as iniquidades dessa suposta “normalidade institucional”, caracterizada pela superlotação, pela violência e pelo racismo. Elas afirmam que o Departamento Penitenciário Nacional informou, em 26 de maio de 2021, 56.406 casos “detectados”, sendo 25.304 casos suspeitos e 202 mortes, contudo para essas autoras, “esses números são certamente subestimados, pois dependem de relatórios enviados por autoridades estaduais que não atualizam essas informações regularmente ou mesmo não relatam adequadamente suas mortes ou casos confirmados como COVID-19” (MACHADO; VASCONCELOS, 2023, p. 88).

A população necessitando sobreviver não só a algo que por si só seria perturbador, visto o ano terminar com uma média de aproximadamente 400 mil mortos, sem vacinação, a qual, diga-se de passagem, só teve início em abril de 2021. Em fevereiro de 2022 atingimos a marca de 641.902 mil mortos, segundo dados do Ministério da Saúde⁹. Além da pandemia, a demora das vacinas e a necessidade de conciliar tudo isso à luta pelo direito à vida, à violência, à alimentação, à moradia, à saúde e a educação foram uma experiência perturbadora.

Deparar-se com esse cenário faz emergir o grande questionamento de como não adoecer emocionalmente diante de tudo isso? Sabe-se que a pandemia permitiu para algumas pessoas um grande encontro consigo, a possibilidade de cultivar plantas, trabalhar com mais tranquilidade, ouvir música, ir para um lugar mais reservado, a fim de proteger a si e aos seus, mas será que essa foi a realidade da maior parte da população? O que verificamos foi o aumento dos homicídios, dos feminicídios, da violência contra mulheres e crianças, o aumento da população de rua, dentre outras

⁹ Covid-19 Casos e Óbitos (saude.gov.br), dados acessados em 18/02/2022.

iniquidades. É importante destacar que dada as grandes experiências de injustiça, aumentam também as variadas formas de resistir. Havia grupos de defensoras (es) atuando ativamente nas mais variadas frentes, cobrando justiça e direitos, assim como movimentos para a manutenção da necessidade mais básica – a de se alimentar- já que a fome atingia e atinge vários filhos dessa nação.

Por esses atravessamentos se entrelaçam as reflexões da presente tese. O interesse em desenvolver essa pesquisa vem da prática clínico-político encarnada que compreende o atravessamento da realidade socio-histórico-econômico-política neste espaço a princípio particular, mas que emerge o discurso-multidão presentificado por cada cliente que adentra o *setting* virtualmente ou presencialmente. Estou chamando de discurso-multidão, a narrativa que chega ao *setting* individualizada, representada por “um”, mas que retrata a vivência de muitos, uma boca, um corpo, fala pela sua experiência a experiência de muitos.

Recobrando a história dessa prática clínica é possível reconhecer como foi se dando o fortalecimento desse fio condutor de compreensão do ser. O próprio fato de ser mulher negra, aluna bolsista e ter cursado psicologia, um curso elitista, majoritariamente branco e eurocêntrico, em uma faculdade privada de alto custo, fez com que certos questionamentos sobrevoassem a mente.

Ao final do curso o grande presente de iniciar um grupo de estudos sobre saúde mental da população negra, com uma professora da própria universidade a partir dos estudos em psicossomática psicanalítica foi o grande presente da formação. E, contrariando o esperado, apesar de desenvolver a prática clínica, com aprofundamento em supervisão, análise pessoal e grupos de estudos contínuos, a escolha por cursar uma especialização em História da África e do Negro no Brasil na Universidade Candido Mendes havia sido feita. Tempos mais tarde, entendi que a busca se deu pela necessidade de uma compreensão mais aprofundada sobre as relações raciais em nosso país, para futuramente entrelaçar esse conhecimento com a clínica.

Seguindo no atendimento dessa necessidade segui a vida acadêmica cursando o mestrado, apoiada pelo IFP da Fundação Ford, no Programa de Psicologia Clínica da PUC SP, no Núcleo de Psicossomática e Psicologia Hospitalar. À época o objetivo era compreender o atravessamento do racismo na vivência de mulheres negras com

hipertensão arterial. O interesse nessa patologia surgiu com a *práxis* da clínica psicossomática psicanalítica e com a observação do grande número de mulheres negras encaminhadas para o atendimento psicoterápico com altos níveis pressóricos, e que mesmo com o acompanhamento medicamentoso adequado apresentavam grande dificuldade para estabilizar.

Nesse mesmo período participara da criação do Instituto de Psicossomática Psicanalítica Oriaperê sendo uma das idealizadoras do Projeto “Tecendo Memórias Futuras”, cujo objetivo era a realização de rodas de conversa sobre relações raciais e subjetividade. Ao mesmo tempo, participara representando esse Instituto, como sociedade civil, no Comitê Técnico de Saúde da População Negra do Município do Rio de Janeiro e na ANPISINEP.

A observação das subjetividades negras continuou, posteriormente, com o trabalho com crianças, adolescentes e adultos falcêmicos, e com estudantes de escolas municipais majoritariamente negros em um território extremamente violento do Rio de Janeiro, onde as iniquidades, a fome e as doenças se presentificam sem dó nem piedade naqueles pequenos corpos pretos. Mas a grande observação para o diagnóstico de depressão construiu-se a partir do estudo aprofundado de casos atendidos em uma instituição militar no Rio de Janeiro.

Tal instituição desenvolveu um Programa de Valorização da Vida devido ao alto número de suicídios. Na época eu era a responsável pelo grupo de apoio aos familiares de pessoas que haviam tentado suicídio, e fui surpreendida com uma presença majoritariamente negra. O único homem branco que participava era casado com uma mulher negra que já tinha tentado suicídio três vezes. A partir daí o olhar e a escuta enveredaram num processo de depuração de tudo que os anos de atuação clínica haviam ensinado. A depressão estava presente na maioria dos casos atendidos, era ela inclusive que passava a se manifestar mais ativamente durante o atendimento das mulheres negras hipertensas tratadas anteriormente.

Destarte, o primeiro grande questionamento que se apresenta no objetivo da presente tese está na forma de expressão do sintoma, Spivak em seu livro *Pode o subalterno falar?* (2010 [1985]), pergunto como pode a uma mulher negra falar? O desafio de ampliar o olhar para uma compreensão da dimensão política da depressão

em mulheres negras que será entremeado por um cenário individual imerso em todo esse cenário sociocoletivo, quer ele seja ou não expresso nos relatos clínicos.

1.2 O encontro de método: da cartografia a escrevivência – potencializando saberes

A análise de implicação é um ponto fundamental do método cartográfico, o qual não compreende a possibilidade da realização de uma pesquisa sem que o corpo pesquisador seja colocado em cena. Diante do exposto, a presente pesquisa pretendeu apreender as narrativas de mulheres negras com depressão em sua multiplicidade, considerando a complexidade e o lugar da implicação, decidimos por utilizar o método cartográfico para a análise das narrativas e a escrevivência para escrita da tese, conforme apresentado na introdução.

O procedimento cartográfico utilizado foi a entrevista grupal, a qual “pode ser capaz não só de acompanhar processos, como também, por meio de seu caráter performativo, neles intervir, provocando mudanças, catalisando instantes de passagem, esses acontecimentos disruptivos que nos interessam conhecer (...)” (TEDESCO; SADE; CALIMAN, 2013, p. 300). A entrevista se propunha a intervir na experiência do dizer, visto que ela não objetivava falar sobre a experiência e sim saber sobre a experiência na fala, atuando na abertura do processo de dizer e na busca da pluralidade das vozes. O interesse estava em saber das experiências de vida, suas vivências, relatos de suas histórias, suas emoções, além da sua processualidade, seu plano comum. O comum será muito caro nessa pesquisa, pois acreditamos que a força de um dispositivo se encontra na ativação do comum. A escuta pretendeu acolher os múltiplos determinantes presentes na experiência em curso, detectando os conteúdos a partir do ritmo das palavras, das falas entrecortadas, pausas, silêncios e entonações (LANCETTI, 2008).

Tedesco (2021) aponta que cartografar é acessar um plano de forças no mesmo momento em que o produz. Ao acessá-lo, os princípios universais desaparecem, pois a cada novidade uma ruptura é criada, afirmando a multiplicidade característica dessa atividade movente e nunca estanque que é a pesquisa. Assim, acessar um campo é cartografar realidades, linhas, mapas vivos e moventes, que se

contrapõem a ordem instituída, rompendo com a universalidade e seguindo para construção de novos conceitos.

Cartografar é conectar afetos que nos surpreendem (...) ativar o potencial de ser afetado, educar o ouvido, os olhos, o nariz para que habitem durações não convencionais, para além da sua função sensível trivial (...) O cartógrafo, assim, vai criando corpo junto com a pesquisa (POZZANA, 2013, p. 336).

Ao criar corpo junto com a pesquisa, presentifico o meu corpo, assim, a implicação do meu corpo mulher preta, não se presentificou só por estar implicada pela raça e pelo gênero, mas também por ser, viver e estar mulher preta psicóloga pesquisadora escritora nesse mundo que não deixa de oprimir o meu corpo, não o protege pelo simples fato de ocupar essa posição. O meu estar no mundo é presentificado pela vivência de ser negra desde a minha morada na barriga de uma mulher preta pobre. O encontro que proponho coloca o meu corpo na cena, meu corpo vivo em cena junto com as mulheres que aqui estarão. Entendo que a compreensão discorrida anteriormente sobre meu corpo-psicoterapeuta-pesquisadora-escritora-preta aqui se expande ao incluir a essa complexidade psicossomática. Minha alma se amplia tentando encontrar uma escrita em que minha presença não encontre mais as marcas da colonização e encontre linhas de fuga, modos de resistência e existência desse ato que é escrever.

A escolha da associação entre cartografia e escrevivência deveu-se por compreender que a neutralidade da escrita é uma meta que não encontra eco em minha trajetória que é deveras marcada pelo lugar político do meu corpo, do meu olhar, da minha prática intelectual e profissional. Evaristo (2020) afirma que nossa escrita não é solitária, evocamos muitos com nossas letras e reflexões, pois é a escrita de um corpo, de uma condição e da experiência desse corpo no mundo. Paixão afirma “a escrevivência enquanto possibilidade de escrita a partir da vida e que não a oblitera, mas reafirma e convoca minha condição de negra mulher, me ajuda a construir um direcionamento” (PAIXÃO, 2022, p. 25). Concordo com Paixão: é nesse direcionamento que a escrevivência leva esta tese, um direcionamento implicado, cujo meu corpo pesquisadora e intelectual preta está inserido e, portanto, é parte.

Recorro assim, a esse conceito cunhado pela escritora negra Conceição Evaristo por entender que uma mulher negra quando escreve presentifica na sua escrita várias outras mulheres e homens negros. Nossa escrita não é solitária e muito

menos escrita de si, mas como ela bem diz, é uma escrita que evoca todo um grupo. Rauter (2017, p. 65) afirma que “A matéria-prima de todos os grupos é a potencialidade da multidão”, assim os processos de subjetivação sempre são coletivos e carrega, portanto, a sua força. É nesse lugar que está a força da “escrevivência”.

Afirmo que a Escrevivência não é uma escrita narcísica, pois não é uma escrita de si, que se limita a uma história de um eu sozinho, que se perde na solidão de Narciso. A Escrevivência é uma escrita que não se contempla nas águas de Narciso, pois o espelho de Narciso não reflete o nosso rosto. E nem ouvimos o eco de nossa fala, pois Narciso é surdo às nossas vozes. O nosso espelho é o de Oxum e de lemanjá. Nos apropriamos dos abebés das narrativas míticas africanas para construirmos os nossos aparatos teóricos para uma compreensão mais profunda de nossos textos. Sim, porque, quando lançamos nossos olhares para os espelhos que Oxum e lemanjá nos oferecem é que alcançamos os sentidos de nossas escritas. No abebé de Oxum, nos descobrimos belas, e contemplamos a nossa própria potência. Encontramos o nosso rosto individual, a nossa subjetividade que as culturas colonizadoras tentaram mutilar, mas ainda conseguimos tocar o nosso próprio rosto. E quando recuperamos a nossa individualidade pelo abebé de Oxum, outro nos é oferecido, o de lemanjá, para que possamos ver as outras imagens para além de nosso rosto individual. Certeza ganhamos que não somos pessoas sozinhas. Vimos rostos próximos e distantes que são os nossos. O abebé de lemanjá nos revela a nossa potência coletiva, nos conscientiza de que somos capazes de escrever a nossa história de muitas vozes. E que a nossa imagem, o nosso corpo, é potência para acolhimento de nossos outros corpos. (EVARISTO, 2020, p. 38-39)

Mais uma vez presentificamos a potência da multidão. Nossa escrita é uma escrita de muitos, nossas histórias são histórias de muitos. O reconhecimento da multidão em nós, de que não estamos sós, também faz com que a potência dessa escrita e dessa clínica esteja justamente assentada na negação de uma suposta neutralidade eurocêntrica não implicada, em que a neutralidade é sinônimo de colonização do pensamento por parte da branquitude e dos seus modos de poder e hierarquização.

A neutralidade e a noção de indivíduo, na qual fomos catequizadas traz em si um modo de colonização e escravização do pensamento em que neutro = branco, fazendo com que essa categoria não seja trazida para o centro da análise e para o seu lugar de privilégio e de suposta supremacia sobre os demais corpos e mentes. A cartografia e a escrevivência rompem com a compreensão de neutralidade, referindo-se ao lugar da (o) pesquisadora(or) como um elemento tão importante quanto das pessoas que compõe a pesquisa. A escrevivência garante um método de escrita como

uma ferramenta, contra opressões e contra a colonialidade, em que a “vida dos povos negros é mais uma condição inegociável”. (SANTOS e OLIVEIRA, 2023, p. 5-6)

Kilomba destaca que nossa escrita ressuscita uma experiência traumática coletiva e ao escrever e elucidá-la, estamos realizando o enterro adequado, visto que “a ideia de um enterro improprio é idêntica à ideia de um episódio traumático que não pôde ser descarregada adequadamente e, portanto, hoje ainda existe vívida e intrusivamente em nossas mentes” (KILOMBA, 2019, p. 224).

Minha escrita pretende dar voz e escrever a vida, borrando e desfazendo, como afirma Evaristo, uma imagem do passado colonial “sem esquecer a pujança da oralidade de nossas e de nossos ancestrais” (EVARISTO, 2020a, p. 30). Entendendo o eco ancestral de luta, morte e dor que ela propõe, mas valorizando a potência desse ecovida. Da luta que tantos travaram para que hoje eu e tantos outros pudessem estar aqui, pudessem falar, escrever e ser.

A escrita que trarei fará o enterro adequado para que a energia e a vida possam emergir, assim como nos ensina a orixá Nanã, símbolo da grande avó e da sabedoria ancestral, senhora da justiça e soberana guardiã da vida e da morte. Ela que é participante ativa da criação do universo, nos ensina que é da morte que advém a vida. Da lama em que se enterra é que a vida renasce, inscrevendo a circularidade presente em tudo. É nela que o ciclo da vida se encerra e o ciclo da natureza tão destruída, desvalorizada e atacada em nossa realidade, apesar de tudo e de todos resiste e existe. As narrativas que serão compartilhadas serão de dor, mas sobretudo de resistência, existência, transgressão, potência e vida!

Saluba Nanã!

CAPÍTULO 2

POR QUE MULHERES? POR QUE NEGRAS?

A noite não adormece nos olhos das mulheres

A noite não adormece
nos olhos das mulheres
a lua fêmea, semelhante nossa,
em vigília atenta vigia

a nossa memória.

A noite não adormece
nos olhos das mulheres
há mais olhos que sono
onde lágrimas suspensas
virgulam o lapso
de nossas molhadas lembranças.

A noite não adormece
nos olhos das mulheres
vaginas abertas
retêm e expulsam a vida
donde Ainás, Nzingas, Ngambeles
e outras meninas luas
afastam delas e de nós
os nossos cálices de lágrimas.

A noite não adormecerá
jamais nos olhos das fêmeas
pois do nosso sangue-mulher
de nosso líquido lembradiço
em cada gota que jorra
um fio invisível e tônico
pacientemente cose a rede.

EVARISTO (1998, p.42)

2.1 Mulheres e depressão: contextualizando cor e gênero na saúde mental

A depressão apresenta-se como um grande desafio para saúde pública. Considerada como a principal causa de incapacidade em todo mundo, afeta a vida social, afetiva e laboral sendo a responsável por uma parte significativa dos seus afastamentos, além de agir como um importante incremento no que tange às altas taxas mundiais de suicídio. Com a pandemia do coronavírus houve um aumento de 25% na prevalência global dos quadros de depressão e ansiedade, sendo na América Latina, o Brasil o país com maior prevalência (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2022; OPAS, OMS, 2020; ABP, 2014)

Esse sofrimento psíquico lança luz para importância dos cuidados em saúde mental para a qualidade de vida dos seres humanos, assim como para a seriedade do quanto esse cuidado por ser estigmatizado, tem a sua necessidade desvalorizada e banalizada, colocando a depressão, como nos aponta a OMS¹⁰, no rol das patologias que contribuem significativa para carga global de doenças¹¹ com o “infeliz status” de ser em breve a doença mais incapacitante do mundo.

Dentre os principais fatores de vulnerabilidade, destaca-se a íntima relação da depressão com o sexo feminino e a associação com as seguintes hipóteses: alterações hormonais vividas a partir da puberdade, reação biológica ao estresse, dupla jornada de trabalho e uso de estratégias de enfrentamento menos eficazes. (GONÇALVES, 2018; DANTAS, 2016).

Em que pese os fatores destacados acima, ainda contamos com uma mudança do papel de algumas mulheres na família no que tange a solicitação e necessidade de sua contribuição financeira, além da continuidade com as responsabilidades do lar, maternidade, cobranças sociais, o que acarreta sobrecarga de trabalho. Destaco de algumas, visto não ser essa uma mudança que ocorreu na vida de todas as mulheres. Muitas dessas mulheres sempre contribuíram e até mesmo foram as responsáveis pela manutenção de seus familiares.

¹⁰Disponível em: <https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5635:folha-informativa-depressao&Itemid=1095> acessado em 10/03/2019.

¹¹“A abordagem do Estudo de Carga de Doença Global (GBD) é um esforço sistemático e científico para quantificar a magnitude comparativa da perda de saúde decorrente de doenças, lesões e fatores de risco por idade, sexo e geografia para pontos específicos no tempo.” (Instituto de Métrica e Avaliação em Saúde. Estudo de Carga de Doença Global: gerando evidências, informando políticas de saúde. Seattle, WA: IHME, 2013)

Zanello e Bukowitz (2011) contradizem tais hipóteses e apostam na importância da releitura da saúde mental a partir das relações de gênero, pressupondo que se deve rejeitar uma categorização a-histórica e natural dos sintomas, suspeitando de uma compreensão da loucura que não considere o seu caráter histórico e político.

Para Zanello é de suma importância explicar o sofrimento psíquico enquanto sintoma cultural, compreendendo como fatores de risco no campo social o gênero, que interfere na “quebra” psíquica, sendo então “compreendido como resultado de papéis sociais, de relações de gênero e da pressão disso sobre o sujeito” (ZANELLO, 2010, p. 310). A compreensão do sofrimento psíquico a partir das relações de gênero permite-nos problematizar as visões sexistas tais como “uso de estratégias de enfrentamento menos eficazes” levando-nos a problematizar/estranhar/suspeitar dessa forma de colocação, reconhecendo o quanto ela carrega níveis profundos de uma opressão patriarcal estrutural.

Zanello destaca que

[...] o vínculo entre saúde mental e gênero é profundo (sobretudo em sociedades sexistas), além de ter várias facetas que alcançam desde os processos de subjetivação, formação dos sintomas, vulnerabilização identitária, à mediação do ato diagnóstico e à própria descrição dos transtornos. Levá-las em consideração, tanto nas pesquisas, quanto nas intervenções, é fator premente, não apenas para aumentar a eficácia no tratamento e alívio do sofrimento, mas, também, para não incorrerem em novas formas de violência de gênero, ainda que pautadas por um discurso científico acrítico no que tange a essas questões. (ZANELLO, 2017, p. 7)

O lugar de poder e de supremacia patriarcal dado a alguns homens, os brancos, captura a todos em um processo em que constantemente se faz necessário pensar e repensar a fim de não multiplicar os modos de opressão e submissão aprendidos. Lembro-me da escritora africana Adichie que nos diz que:

O problema da questão de gênero é que ela prescreve como devemos ser em vez de reconhecer como somos. Seríamos bem mais felizes, mais livres para sermos quem realmente somos, se não tivéssemos o peso das expectativas do gênero (ADICHIE, 2015, p. 36-37).

Esse peso traz consequências para todos os corpos limitando e enquadrando naquilo que é o funcionamento esperado dentro dessa sociedade capitalista. Os homens são capturados pelo lugar narcísico de suposto saber, ficando como diz Kilomba no seu vídeo *Illusions* (2016), presos em suas próprias imagens enquanto as

mulheres são as que não sabem, as que estão constantemente enganadas, silenciadas e enquadradas. Solnit (2017) traz claramente o que pretendo elucidar

Quando um homem diz para uma mulher, categoricamente, que ele sabe do que está falando e ela não, mesmo que isso seja uma parte mínima de uma conversa, perpetua a feiura deste mundo e tira dele a sua luz. Depois que meu livro *Wanderlust* [Sede de viajar] foi publicado em 2000, eu me senti mais capaz de resistir a intimidações desse tipo – a ser intimidada a ponto de abandonar minhas próprias conclusões e interpretações. Naquela época, em duas ocasiões fiz objeções ao comportamento de um homem, sendo então informada que os incidentes não haviam acontecido tal como eu relatei, de modo algum, que eu estava sendo subjetiva, delirante, exagerada, desonesta – **em suma, sendo mulher** (SOLNIT, 2017, p. 10).

Solnit (2017) faz uma importante colocação sobre a subalternização do corpo “feminino”, contudo, ao afirmar que está apenas sendo mulher, também é capturada por esse lugar do socialmente construído do “ser mulher”. O corpo mulher é construído por características que são determinadas, treinadas, incutidas e reproduzidas cotidianamente como naturais, garantindo moldes e performances de uma forma de ser e estar no mundo, que não abarcam a pluralidade das várias mulheres existentes no mundo.

O lugar de privilégio do “macho” branco garante, de acordo com Kilomba o benefício de não saber do seu lugar de exercício do poder, seu lugar de opressor, o lugar de não precisar saber, não por falta de conhecimento, mas por garantia desse privilégio. Para as mulheres restaria tudo aquilo que diz respeito ao ignorar e, por isso ter que se submeter a uma ordem superior, a fim de não ser tida como louca ou exagerada como Solnit relata acima.

Assim, o Compêndio de Psiquiatria Kaplan e Sadock (2017, p. 349) ao referir-se ao sexo predominantemente acometido pela depressão destaca que

Uma observação quase universal, independentemente de país ou cultura, **é a prevalência duas vezes maior de transtorno depressivo maior em mulheres do que em homens**. As hipóteses das razões para essa disparidade envolvem diferenças hormonais, os efeitos do parto, estressores psicossociais diferentes para mulheres e para homens e modelos comportamentais de impotência aprendida.

Note-se que as diferenças abordadas entre mulheres e homens, apesar de destacar os diferentes estressores psicossociais, nos remetem a um instigador questionamento desses “modelos comportamentais de impotência aprendida”. A que

mulheres esse Compêndio nos remete? Que mulheres são essas que tiveram esse modelo comportamental de impotência aprendida?

Ao considerar o sofrimento psíquico como sintoma cultural, entendemos que devemos levar em conta os inúmeros campos de força que atuam como uma importante engrenagem desse sofrimento. Uma delas é o patriarcado, o qual destaca um determinado lugar para determinadas mulheres, e para o grupo de mulheres em geral, compreendendo todas em um único espectro, valorizando umas em detrimento de outras, demarcando claramente o lugar esperado e determinado para elas na sociedade.

Já a descrição de observação “quase universal”, nos traz uma outra linha de escape na análise, visto o “quase universal” desconsiderar as inúmeras diferenças e especificidades culturais/territoriais e, este é ainda complementado pelo “modelo comportamental de impotência aprendida”, note-se o quanto da estrutura patriarcal se apresenta nesse discurso. A variável comum, gênero, é evidenciada de forma reducionista, sem aprofundamento sobre a questão e a sua devida repercussão no campo da saúde mental, relacionando, banalizando e minimizando a imagem do ser mulher com depressão a um comportamento impotente frente a vida.

Um outro destaque é a que mulheres esse Compêndio de Psiquiatria se refere? Destacamos que um importante incremento ao gênero é a cor, pois que a realidade das mulheres negras difere substancialmente da realidade das mulheres brancas. O “gênero submissa” e “o modelo comportamental de impotência aprendida” “supostamente” permitido às últimas nunca foi garantido ao primeiro grupo de mulheres, já elucidava Carneiro (2003).

Como destaca Seyferth, “a desigualdade concedida como beneplácito é a própria essência do racismo” (SEYFERTH, 2002, p. 41). As condições históricas e socioeconômicas, oriundas dos efeitos do racismo estrutural, assim como do patriarcado, puseram-nas sob o enredamento simultâneo de estruturas, em que assumir o “posto” de chefes de família, em decorrência da violência, da baixa remuneração e da morte de seus companheiros, passou a ser lugar quase sempre comum, mantendo-as em sua maioria, associadas a funções que eram desempenhadas na sociedade logo após a abolição e que permanecem até os dias de hoje (CARNEIRO, 2003).

A associação e a diferenciação fazem-se, portanto, necessários para que haja uma avaliação e compreensão do trinômio: cor-gênero-sofrimento psíquico, que permita-nos apreender a conjugação biopolítica do totalitarismo presente no mesmo, o qual como destaca Rauter nos “(...) obriga a consumir não só mercadorias, mas modos de viver e de sentir”, colocando-nos cada vez mais na “(...) posição de reféns capturados nas malhas dos dispositivos do saber/poder, cuja violência nos traumatiza (...)” (RAUTER, 2009, p. 72).

2.2 Mulheres negras da base ao centro: centralizando a resistência como ponto fundante da subjetividade

Afirmo que, quando uma criança nasce de mãe e pai negros, o fator de maior importância é a cor da pele, depois o gênero, porque a raça e o gênero irão determinar o destino dessa criança. Atentar para a inter-relação entre gênero, raça e classe social foi a perspectiva que mudou a orientação do pensamento feminista (hooks, 2019, p. 17).

A citação trazida por hooks é de grande importância para compreensão da contextualização do ser mulher negra. Gonzalez (1988;2019) corrobora com o exposto ao elucidar que o primeiro passo para conscientização da mulher negra está ligado à luta contra o racismo, visto que no reconhecimento de sua negritude é que se compreenderá a malha interseccional que atinge as mulheres negras, apontando para o quanto a análise exclusiva de gênero é insuficiente para abarcar como o racismo será responsável por desempenhar um papel fundamental na colonização mental de internalização de uma imagem desqualificada de si e da suposta superioridade do colonizador, assim como, pelo entendimento da presença do racismo na exploração e na opressão econômica que objetifica e subalterniza nossos corpos.

A relação de gênero terá um ponto de diferenciação significativo no que tange a vida das mulheres negras, pois que para elas nunca foi permitido, como retrata Sueli Carneiro (2003, p. 50), o mito da fragilidade feminina

Nós mulheres negras, fazemos parte de um contingente de mulheres, provavelmente majoritário, que nunca reconheceram em si mesmas esse mito (se referindo ao mito da fragilidade feminina), porque nunca fomos tratadas como frágeis. Fazemos parte de um contingente de mulheres que trabalharam durante séculos como escravas nas lavouras ou nas ruas, como vendedoras, quituteiras, prostitutas [...] Mulheres que não entenderam nada quando as

feministas disseram que as mulheres deveriam ganhar as ruas e trabalhar! Fazemos parte de um contingente de mulheres com identidade de objeto.

A vivência da mulher negra remeterá ao paradoxo de que apesar de serem elos fortes para a sua família e o seu grupo, ela sobreviverá na base da prestação de serviços, cuidando da sua família praticamente sozinha, uma vez que seus filhos, maridos e irmão estarão/estão na mira da perseguição policial do país (Gonzalez, 2020). São essas mesmas mulheres que aparecem ocupando os piores estratos da sociedade, como apresentam os dados do “Gênero e Raça com base em séries históricas de 1995 a 2015”¹², em que em 2015, elas encontravam-se no score de alta vulnerabilidade social na dimensão Capital Humano – que diz respeito as condições de saúde e acesso à educação, ao passo que as mulheres brancas estavam na faixa de média vulnerabilidade.

É importante destacar o quanto que esse paradoxo racializante é relacional, mantendo-se na interdependência que se passa não só na relação de dissonância com as mulheres brancas, mas também com a impressão perversa na vida dos homens negros. Nas escalas de desigualdade o homem negro não é salvo pelo poder do “macho” presente na sociedade patriarcal. O homem negro acompanha a mulher negra em todos os indicadores que dizem respeito às desigualdades, violências, extermínios, dentre outros, marcando de forma significativa o que Carneiro afirma ao assegurar que raça antecede todos os outros marcadores.

Carneiro continua afirmando que

Quando falamos em romper com o mito da rainha do lar, da musa idolatrada dos poetas, de que mulheres estamos falando? As mulheres negras fazem parte de um contingente de mulheres que não são rainhas de nada, que são retratadas como antimusas da sociedade brasileira, porque o modelo estético de mulher é a mulher branca. Quando falamos em garantir as mesmas oportunidades para homens e mulheres no mercado de trabalho, estamos garantindo emprego para que tipo de mulher? Fazemos parte de um contingente de mulheres para as quais os anúncios de emprego destacam a frase: “Exige-se boa aparência.” (CARNEIRO, 2003, p. 50).

Segundo Werneck (2001) a vulnerabilidade tem de ser compreendida no caso das mulheres negras como o somatório de fatores histórico-sociais, político-institucionais e comportamentais. Segundo essa autora, tal situação funcionará como

¹²Disponível em:

<http://www.ipea.gov.br/portal/index.php?option=com_content&view=article&id=29526, acessado em 31/03/2019>.

um fator determinante de violência estrutural, em que há a vivência simultânea do sexismo, do racismo e dos preconceitos de classe social.

Contudo, ao adentrarmos a sociedade brasileira percebemos o peso do racismo e do sexismo somando-se a naturalização do processo de atribuição do espaço doméstico à mulher, acreditando-se, mesmo atualmente, que a responsabilidade pelo cuidado dos filhos e maridos pode até ser auxiliada, e já ocorre uma ampliação para os homens, mas ainda é tarefa da mulher. Esse comportamento de “naturalização” mascara a realidade da ideologia dominante e constitui o caminho mais fácil para legitimar a “superioridade dos homens, assim como a dos heterossexuais, a dos ricos” (Saffioti, 1987, p. 11).

Para Saffioti (1987), o patriarcado não se resume unicamente à dominação que é modelada pela ideologia machista, mas é também um sistema de exploração, pois a dominação atuará nos campos políticos e ideológicos, enquanto a exploração agirá no campo econômico. O patriarcado associado ao racismo e às classes sociais faz com que a mulher negra saia de uma dupla discriminação, a saber, mulher e negra, e adentre em uma tripla discriminação: mulher, negra e miserável.

A autora destaca ainda a importância de ressaltar que o patriarcado e o racismo não foram criados pelo capitalismo, mas, com a sua emergência, houve uma fusão entre esses três sistemas de dominação-exploração, tornando-os inseparáveis, por terem se transformado em um processo simbólico que deu lugar a um único sistema que, por sua amplitude, é praticamente impossível afirmar o que age primeiro.

As discriminações que são legitimadas por essa ideologia contra mulheres brancas, homens negros e mulheres negras, tendem a ser interpretadas de modo natural, beneficiando os que detêm o poder político-econômico. Com isso, a supremacia masculina branca perpassa as classes sociais e faz com que as mulheres negras e pobres ocupem a última posição, corroborando com os dados supracitados.

Essa realidade dominadora tem cada vez mais interesse na existência de categorias sociais discriminadas, pois “quanto mais discriminada uma categoria social, tanto mais facilmente ela se sujeitará a trabalhar em más condições e por baixos salários” (SAFFIOTI, 1987, p. 23).

Corroborando ao exposto Carneiro afirma que

Em geral, a unidade na luta das mulheres em nossas sociedades não depende apenas da nossa capacidade de superar as desigualdades geradas pela histórica hegemonia masculina, mas exige, também, a superação de ideologias complementares desse sistema de opressão, como é o caso do racismo. O racismo estabelece a inferioridade social dos segmentos negros da população em geral e das mulheres negras em particular, operando ademais como fator de divisão na luta das mulheres pelos privilégios que se instituem para as mulheres brancas. Nessa perspectiva, a luta das mulheres negras contra a opressão de gênero e de raça vem desenhando novos contornos para a ação política feminista e antirracista, enriquecendo tanto a discussão da questão racial, como a questão de gênero na sociedade brasileira (CARNEIRO, 2003, p. 52).

Dizem, portanto, que falar sobre mulheres negras é falar da base da sociedade. Sim, várias pesquisas apontam para essa realidade racista, sexista e excludente de nosso país, em que a maior parte da população carrega uma ínfima parte em suas costas. Mulheres que saem diariamente, ou que passam a semana em seus trabalhos, retornam apenas nos fins de semana para verem seus rebentos, familiares e viverem um pouco de suas próprias vidas.

Acredito que essa ancestralidade teimosa é a principal responsável pela surpreendente sobrevivência do povo negro diante de tantas iniquidades e planos mortais por parte de uma realidade que aceita e banaliza a marca de uma taxa de mortalidade 65,8% superior para mulheres negras em comparação a não negras e o fato de pessoas negras serem 77% das vítimas de homicídios no ano de 2019¹³.

Corroborando com o exposto, acrescento que a escrita sobre a saúde mental da mulher negra inicia-se na resistência. Para melhor elucidá-la recorro a história das bonecas *Abayomis* – palavra em iorubá que significa encontro precioso. Relatos orais nos dizem terem elas sido criadas pelas negras africanas sequestradas do seu continente, que em seu momento trágico e dolorido de travessia rumo ao desconhecido faziam bonecas a partir de um pedaço de pano arrancado de suas roupas para oferecer aos seus filhos, e aos inúmeros órfãos ali presentes como um consolo, um objeto para elaboração das dores.

O amor, o cuidado daquelas mulheres para cuidar da dor, do trauma, do desconhecido invasivo, para aplacar a dor dos rebentos, um pequeno consolo, um acolhimento. Angústia impensável, inimaginável, como diz Winnicott, a sensação de

¹³ Atlas da Violência, IPEA11, 2021.

cair para sempre, sem se saber onde vai parar. Daí se dá um dos inícios do processo de resistência do povo negro.

Começar pelo passado diaspórico e escravocrata infelizmente é uma realidade que não se pode negar, as subjetividades são criadas pela história, pelas memórias, pelas marcas corpóreas, pelos vividos e principalmente pelos sentidos. A saúde mental da população negra não pode ser compreendida apenas pela história familiar, individual, edípica ou sexual, como nos afirma (FANON, 2008). O processo colonial escravocrata se perpetua na modernidade através de uma colonialidade do poder e do saber, que estrutura a sociedade demarcando lugares cuja marca do racismo, do gênero e da cisheteronormatividade ditam a supremacia do patriarcado branco presente na introdução de uma “classificação universal” criadora da ideia de “raça” e de “identidades geoculturais” que ultrapassaram o lugar de uma “simples” classificação para dar lugar a uma demarcação de corpos, a qual reorganiza e hierarquiza as relações imputando marcas biológicas e corporais nas estruturas de dominação e de poder, garantindo assim centralidade do corpo negro no capitalismo global (LUGONES, 2020).

A produção das subjetividades encontra, portanto, na história sociopolítica de um povo fortes bases de sustentação para sua construção. A colonialidade do poder e do saber atravessa todos os aspectos da vida dos povos garantindo lugares especiais para uns e de subalternidade para outros. Lugones (2020, p. 80) afirma que nossa sociedade tem seus tentáculos fincados no “sistema moderno-colonial de gênero” produtor de controle e construtor de subjetividades que tenta reduzir ao lugar do sexo e do biológico poderosos campos de opressão, garantindo, segundo essa autora que “a raça não é nem mais mítica nem mais fictícia que o gênero – ambos são ficções poderosas” de sujeição e dominação. Ficções que garantem marcas em nossa mente e corpo e que também dão espaço a depressão.

No entanto, para nós mulheres pretas, apesar do grande campo de forças existente na sujeição e na dominação de nossos corpos, as estratégias foram grandes companheiras. O resistir se fez presente como alta tecnologia de eficácia das negras de ganho, das mães de santo, das rezadeiras e benzedadeiras, das mães comuns. Deste modo para escrever sobre RESISTIR, precisamos acessar o seu significado literal,1.

transitivo indireto e intransitivo – conservar-se firme; não sucumbir, não ceder. 2. *transitivo indireto* não ceder ao choque de outro corpo.

Não ceder nesse caso foi e é literalmente sobreviver. A resistência era, mas sobretudo é um ato de luta. Pessoas que eram separadas de suas famílias, obrigadas a trabalhar horas a fio, a passar por situações atroz, mas lutando, resistindo. Ao pensarmos atualmente, lidamos com lutas diferentes, mais ainda resistimos diariamente, cotidianamente. Toda mulher negra, homem negro carrega em si um quilombo, por mais que não perceba.

Essa compreensão pode ser aprofundada com as inúmeras formas de resistência destacada por Lélia Gonzalez, uma delas foi o estímulo dos companheiros à revolta, à fuga e à formação de quilombos e aquela que ela denominou de resistência passiva da “mãe preta”, ela nos diz: “Conscientemente ou não, ela passou para o brasileiro branco as categorias das culturas negro-africanas de que era representante. Foi por aí que ela africanizou o português falado no Brasil (transformando-o em ‘pretuguês’).” (GONZALEZ, 2020, p. 180).

Resistimos para poder estudar, criar nossos filhos, lidar com as iniquidades e ainda assim sobreviver e continuar lutando. Esse *modus operandi* muitas vezes inconsciente se trata de uma aprendizagem visceral e de transmissão intergeracional. A capacidade de resistir foi passada intergeracionalmente e funciona quase como uma impressão em nosso DNA, são os nossos ancestrais e os avós os grandes responsáveis por essa transmissão, mantendo a coesão, as estratégias familiares, as identificações através das histórias, da oralidade, da repetição e do hábito, guardando e transmitindo as memórias e culturas familiares. A força dessa transmissão depende dessa dinâmica dentro, fora, passado, presente, continuidade e diferença. (KAES; FAIMBERG, 2001; CHAGAS, 2014) Ao pensarmos em famílias pretas ainda precisamos evocar a força da intergeracionalidade potencializada pela formação dos pequenos aquilombamentos muitas vezes criados nessa estratégia de sobrevivência e suporte a amigos, a familiares, nas casas que vez por outra contavam e contam com novos integrantes, além dos da família nuclear que precisam de suporte.

Werneck cita Pedrina de Deus, publicitária, professora universitária, consultora de marketing e importante ativista, em seu *Livro da saúde das mulheres negras: nossos passos vêm de longe*, ao assegurar que a mulher negra reivindica o direito de

ter seus filhos, criá-los e vê-los vivos até a velhice e que a nossa luta não tem por finalidade a nossa transformação em mulheres brilhantes, seguras e capazes, mas sim em sermos veículos para transformações na vida dos nossos.

Contudo, hooks (2006) destaca em seu texto "Vivendo de amor", que para resistir e sobreviver também aprendemos a reprimir as emoções. Não que não as tenhamos, mas aprendemos a reprimi-las, recalca-las, pois para resistir foi necessário aprendermos também que precisamos ser superfortes e para ela – ser superforte faz com que a nossa intimidade esteja sempre relacionada com o prático.

Destaco a fala de uma mulher negra defensora de direitos humanos que perdeu seu filho assassinado dizer: "Agradeço a ele, pois a morte dele fez nascer uma lutadora." São essas mulheres que, conscientemente ou não, estão sempre tramando um plano de sobrevivência. Esse plano construído com tanta maestria vai desde tomar conta da filha da vizinha até planejar a formatura das filhas e dos filhos. São elas que, segundo o Instituto Marielle Franco, compõem a maior parte das defensoras de direitos humanos e que lotaram as ruas nas várias Marchas de Mulheres Negras que tivemos pelo país lutando por direitos, contra o racismo, o sexismo, a xenofobia, a LGBTQIA+ fobia e pelo combate à fome

Muitas mulheres negras não sabem que já são lutadoras pelo simples fato de estarem vivas, mas essa constatação traz em si muitas dores, dores que precisaram ser suprimidas para fortalecerem a luta e o resistir transgeracional.

Contudo, pensar sobre nós nos ajuda a compreender o conceito de indivíduo em Spinoza, na multiplicidade que cada um de nós carrega, "pois o corpo humano é composto de um grande número de indivíduos de natureza diferentes e, pode, portanto, ser afetado de muitas maneiras por um só e mesmo corpo" (SPINOZA, 2019, p. 111). Essa multidão presente em cada um de nós é potencializada pelos encontros com outros corpos aumentando ou diminuindo a potência de agir de cada corpo. Cada vez que se dá a complexificação e a multiplicação dos encontros, maiores são as redes de conexão entre esses corpos. Claro que esses encontros nem sempre são para potencializar, como destacamos acima, muitos pretendem destruir, causando diminuição da potência e aí está a potência e a resistência que trago dessas mulheres.

Enquanto grande parte do sistema emite o eco da morte, somos nós que sustentamos o eco da vida perseverando em nosso ser e perseverando na nossa

coletividade, contra tudo aquilo que diz não, lá seguimos, driblando, nos esquivando, transgredindo e continuando, assim como retrata Spinoza, que “cada coisa se esforça, tanto quanto está em si, por perseverar em seu ser” (SPINOZA, 2019, p. 105).

Não por acaso, somos a maioria das defensoras de direitos humanos. Muitas seguindo esse caminho não por opção, mas por indignação, por resposta ao sistema que insiste em matar e dizer não, lá nos encontramos para evidenciar e dizer sim. Muitas das vezes, com muito custo de sua saúde, noites de sono e até da própria vida. Ao falar do eco da vida, não tento me eximir dos outros afetos e muito menos romantizar esse lugar, mas sim pensar nesse encontro múltiplo como a principal mola propulsora da sociedade.

Mulheres negras carregam todo um país em suas costas, não só ao reivindicarem, mas ao teimarem cotidianamente nos trens, nas cozinhas, nas universidades, na vida. Compreendendo que:

(...) a potência de uma coisa qualquer, ou seja, o esforço pelo qual, quer sozinha, quer em conjunto com outras, ela age ou esforça-se por agir, isto é, a potência ou esforço pelo qual se esforça por perseverar em seu ser, nada mais é do que sua essência dada ou atual (Idem).

Esse ecoesforço reinventa a base, reconstruindo estratégias e resistências políticas em que mulheres que vieram do planeta fome como nos disse Elza Soares ou então o lixo que chegou para falar numa boa, como disse Lélia Gonzalez, reclamam o lugar de importância da compreensão da especificidade de ser mulher negra e o jogo de opressões existente entre raça, gênero e classe.

Contudo, Kilomba aponta que essa imagem de "supermulher de pele escura" nos aprisiona numa imagem idealizada que não nos permite manifestar as profundas feridas do racismo". Lembrando que ao falar de racismo, não estamos limitando a vivência da injúria racial, discriminação racial, a qual muitas pessoas negras afirmam não terem vivido, mas estamos apontando para esse poderoso sistema, econômico, político, social em que a norma é "a superioridade euro-cristã", com a normatização dos privilégios para esses, em detrimento dos outros – nós.

A imagem de mulher negra poderosa, foi uma imagem importante de luta, reivindicando uma forte identidade, mas também age paradoxalmente como um importante campo de enfraquecimento emocional, pois ao ser forte e super-heroínas, não há espaço para parar, as opressões não permitem o descanso ou o relaxamento.

A alta rotação das tensões mantém altos níveis ansiogênicos, escamoteando as dificuldades mais íntimas. Ao pensarmos em mulheres negras, a memória sempre nos leva a grandes matriarcas, mães de santo, mulheres da irmandade da boa morte, grandes feministas negras, mães em seu cotidiano, mas onde está a mulher? Onde se esconde a menina negra?

Na luta diária pela sobrevivência, luta pelo material, o suprimento das necessidades materiais muitas vezes é compreendido como expressão do amor. Nessa luta em que a mulher negra sai sempre para a "guerrilha", umas inconscientes e outras superconscientes de sua própria sobrevivência e de seus filhos, de suas/seus companheiras/os, a dor é escamoteada, se apresentando muitas vezes na forma de sintomas como a hipertensão, como evidenciado em pesquisa realizada por mim anteriormente (SAMPAIO, 2009; 2012), a agressividade, o diabetes, o alcoolismo, "a depressão velada". Adisa diz que a imagem de força associada à mulher negra pode levá-la à loucura, pois "o stress não cura, ele infecciona; ele só se satisfaz quando mata. O stress é o veneno que contamina o sangue, intumescendo e explodindo nossos corpos, exterminando nossas vidas" (ADISA, 2006, p. 113).

Adisa continua:

Sabemos que a imagem de mulher negra forte é uma máscara que contribui para nos levar à loucura (...) O stress conduz de tal forma as mulheres negras à loucura que nos tornamos especialistas em camuflar nossa angústia (...) O stress vem dos sonhos adiados, de sonhos reprimidos; vem de promessas não cumpridas, de falsas promessas; vem de sempre estarmos por baixo, de nunca sermos consideradas bonitas, de não nos valorizarem, de tirarem vantagem de nós; vem de sermos mulheres negras da América branca (...) Nós nos matamos quando paramos de sorrir, quando tomamos drogas para abafar a dor de ser negra; quando, no desespero de ter "alguém", permitimos que nosso companheiro ou companheira nos violente física e mentalmente; quando permitimos que privilégios de classe, renda, cor, aparência ou preferência sexual nos dividam; quando mês após mês choramos sozinhas sem ter com quem desabafar. Estamos estressadas (ADISA, 2006, p. 113-114).

Ao trazer essa realidade não estou em nada desvalorizando a importância da resistência, até porque se não fosse ela não estaríamos aqui, mas quero que possamos pensar no que belamente hooks (2006) nos traz ao afirmar que nós mulheres negras nos esforçamos para esconder nossas fragilidades e vulnerabilidades. Ela destaca a importância do cuidado com a vida interior, com o campo das emoções, dos

sentimentos, é através da afirmação da vulnerabilidade que cultivaremos nosso amor interior. Vejo a importância disso no atendimento clínico a mulheres negras. Mulheres fortes, potentes, mas muitas vezes com a autoestima dilacerada, com muitos medos, inseguras sobre a própria imagem e sobre suas capacidades.

Poderíamos dizer facilmente que isso acomete as mulheres em geral e eu até afirmo que sim, mas quando falamos de mulheres negras estamos tratando de meninas que muitas vezes não tiveram suas belezas incentivadas, cuidadas e tratadas no sentido amplo da palavra. São meninas mulheres que não se viam na mídia, que possuem questões básicas relacionadas a autoaceitação, não por acaso uma tática importante para mulher negra é a aceitação de seu cabelo. Para mulheres brancas isso também existe, ok. Mas toda mulher negra sabe o que significa a luta interna para aceitação de algo que poderia ser tão natural como lidar com seus próprios cabelos.

Tema constante em vídeos de YouTube, rodas de conversa, conversa no bar, no celular e muito presente em consultas terapêuticas. Falar do cabelo, por exemplo, é também falar de si, da autoaceitação, do frio na barriga que uma mulher negra conhece muito bem quando algo acontece com esse campo do sagrado que é a cabeça – o ori para nossos ancestrais.

A dificuldade da autoaceitação carrega também outras dores muitas vezes silenciadas, escamoteadas. Dificuldades familiares que também falam da força, mas de situações que em muito falam do amor, do desenvolvimento dado pelo autoamor, pela compreensão da importância da valorização não só do exterior, mas desse campo sagrado que é a vida emocional, tratar das emoções, é tratar desse corpo sagrado que somos, cada um de nós, grandes corpos universos, carregando o espetacular que é ser único, e o valor que isso traz.

O racismo impacta a vida de mulheres negras em uma rede em que a transposição vem pela resistência. Mas esse lugar de resistir também precisa ser espaço para existência, para a possibilidade de acolhimento do EU, dando-lhe amor, e um lugar de fala que possa carregar a abertura para as narrativas de dor, de acolhimento e de cura.

É importante destacar que quando falo da mulher negra não excluo o importante papel do homem negro. Infelizmente a realidade que temos faz com que eles fiquem para trás ao terem seus corpos cotidianamente exterminados. Triste e mortífera

realidade que Evaristo nos leva a refletir na linda passagem de seu livro *Becos da memória* (2006. p. 103) no diálogo entre Maria-Nova e Tio Tatão

– Menina, o mundo, a vida, tudo está aí! Nossa gente não tem conseguido quase nada. Todos aqueles que morreram sem se realizar, todos os negros escravizados de ontem, os supostamente livres de hoje, libertam-se na vida de cada um de nós que consegue viver, que consegue se realizar. A sua vida, menina, não pode ser. só sua. Muitos vão se libertar, vão se realizar por meio de você. Os gemidos são sempre presentes. É preciso ter os ouvidos, os olhos e o coração abertos.

Quando ele evidencia que a liberdade, a vida e a realização de uma pessoa negra é a vitória de muitos, ele destaca esse modo de subjetivação necessário para resistir a um projeto necropolítico de exploração e de dominação. A multidão que resiste e habita dentro de mim é composta também pela que habitou a minha ancestralidade. Estamos interligados e seguimos entendendo que “tudo, tudo, tudo que nós tem é nós” como nos ensinou Emicida em Amarelo e Tio Tatão para Maria Nova.

2.3 A interseccionalidade e os processos de subjetivação

Em que pese a resistência e a utilização para si de algo que conserve a si mesmo e ao grupo, nós mulheres negras estamos tratando de uma conservação assentada no conceito de “trança perversa” desenvolvido por mim em estudos anteriores (SAMPAIO, 2011). Esse conceito aponta para a vivência de fenômenos advindos de um complexo e firme sistema de entrelaçamento entre situações contínuas e históricas, da falta de atendimento às necessidades básicas dessa população, em que o não cumprimento real dos direitos humanos e civis, assim como a perversa e histórica banalização, silenciamento e naturalização desse processo repercute em impactos deletérios a população negra. A trança perversa, na vida de mulheres negras estará assentada nas opressões interseccionais.

A interseccionalidade destacada por Crenshaw (2002) traz uma importante contribuição para a subjetividade, sendo a discriminação racial frequentemente marcada pelo gênero, conduzindo as diferenças de raça e de orientação sexual geradoras de problemas exclusivos a grupos específicos de mulheres afetando de modo desproporcional umas em detrimento de outras.

Segundo a autora, as consequências da subordinação interseccional não precisam ser intencionalmente produzidas, pois que certas políticas de ajuste estrutural deflagram certas dinâmicas que acabam afetando essas mulheres de diferentes maneiras. Mesmo que não sejam intencionalmente discriminatórias, elas fluem através de estruturas de subordinação justapostas e atingem a base, gerando certos estrangulamentos econômicos e sociais para mulheres menos capazes de redistribuir as consequências dessas políticas de austeridade impostas de cima para baixo. “O ônus desse processo não atinge o topo da pirâmide, mas sua base, um lugar geralmente ocupado pela raça, pela classe e pelo gênero.” (CRENSHAW, 2002, p. 181)

Corroborando com essa compreensão, Kilomba retrata que a experiência raça e gênero são inseparáveis, sendo difícil determinar analiticamente “o impacto específico tanto de raça quanto de gênero, porque ambos estão sempre entrelaçados” (KILOMBA, 2019, p. 94). Ela afirma que não há distinção entre o racismo e outras ideologias e estruturas de dominação sendo, portanto, útil falar em racismo genderizado, visto que toda relação em que há discriminação, seja de raça ou de gênero, é uma relação de poder.

O conceito de interseccionalidade destacará essa dinâmica de desempoderamento, esses eixos de poder distintos e mutuamente excludentes que se sobrepõem permitindo o distanciamento desse projeto econômico-político e dessa epistemologia “acompanhada de expedientes ideológicos da cosmovisão ocidental, essa patologia histórica” acostuada “(...) a usar apenas os olhos (...) e esses olhos nos dizem que somos pessoas de cor, que somos Outros” (AKOTIRENE, 2019, p. 16).

O olhar é um ponto importante de observação, hooks (2019) destaca que desde a infância a criança negra aprende a desviar o olhar no caso de situações que podem expô-la. Nessa análise ela traz a questão do poder, passando pela proibição de olhar dada aos africanos escravizados e em seguida as pessoas negras, no pós-abolição, em situações diversas. Essa proibição se presentificava na interdição imputada a uma pessoa negra escravizada ou não em ter o direito de sustentar o olhar, de manifestar incômodos, da mesma forma como o silêncio imposto pelo olhar racista em tantas outras situações.

Contudo, ao voltar ao que Akotirene destaca, essa visão limitada opressora não propicia a inteireza dos fatos, não dá direito à fala e muito menos à humanidade, somente a tentativa de dominação. Buscamos justamente esse direito à quebra da visão colonial, à não aceitação deste corpo mutilado e sem autodefinição imposto aos corpos e histórias negras. Buscamos a quebra com os silêncios da escravização, o olhar limitado e sem conexão com os outros sentidos e com o organismo, como os segredos do colonialismo e do racismo.

A interseccionalidade é a encruzilhada de opressões em que a vida da mulher negra irá se estruturar. Pois que o racismo, o patriarcalismo, a opressão de classe dentre outros sistemas discriminatórios serão responsáveis por criar desigualdades básicas que estruturam essas mulheres e as opressões por elas vividas, impactando significativamente e negativamente na redução de danos, expondo-as e vulnerabilizando-as.

A trança perversa – interseccional presente na vida de mulheres negras, deflagrará a vivência de estar imbricado em uma estrutura racista, além de patriarcal e opressora. O racismo é entendido aqui como importante mola propulsora da sociedade brasileira, engrenagem a partir da qual serão pautadas realidades políticas, econômicas e ideológicas, estruturando não só o modo de ser, estar, viver e pensar, mas também o modo de adoecer, incidindo na relação saúde-doença.

Inúmeros são os relatos clínicos entremeados a realidades construídas a partir dessa inserção em um mundo produtor de demandas, de modos de pensar, de estar, de ser e de agir, de adoecer, e, conseqüentemente de viver ou morrer. O sofrimento psíquico trazido nos relatos de mulheres e homens negros, apresentam as diversas roupagens da trança perversa a qual encontram-se inseridos e, como aponta Rauter (2009):

Os sintomas podem ser vistos como tentativas, ainda que precárias, de denúncia ou de resistência contra a violência dos imperativos aos quais estamos submetidos, o que implica conceber a prática clínica como um espaço político de acolhimento e gestação de subjetividades que pedem passagem, catalisando a construção de outros territórios existenciais para além dos dispositivos de captura. Para isso será necessário ouvir a narrativa do paciente não apenas como uma enunciação individual, mas como um modo singular de dizer uma história que é necessariamente coletiva (RAUTER, 2009, p. 72).

Pretendendo ouvir essa enunciação individual como esse “*modo singular de dizer uma história que é necessariamente coletiva*” é que destacamos a importância de aprofundar a análise da narrativa de mulheres negras com depressão. Collins e Bilge afirmam que

A interseccionalidade como *práxis* críticas requer o uso do conhecimento adquirido por meio da prática para orientar ações subsequentes **na vida cotidiana**. A solução de problemas está no cerne da *práxis* da interseccionalidade, e os tipos de problemas sociais gerados pelos sistemas interseccionais de poder prestam-se ao conhecimento desenvolvido pela *práxis*. A *práxis* entende que o pensar e o fazer, ou a teoria e a ação, estão intimamente ligados e moldam um ao outro. Rejeita concepções binárias que veem os estudos acadêmicos como fonte de teorias e estruturas e relega a prática às pessoas que aplicam essas ideias em contextos da vida real ou a problemas da vida real. O conhecimento baseado na *práxis* – por exemplo, a prática profissional de uma equipe médica treinada ou a habilidade de organizar movimentos sociais – considera que teoria e prática são interconectadas (COLLINS; BILGE, 2021, p. 64).

Portanto, a interseccionalidade como *práxis* crítica é uma imersão que demandará uma subversão, um rompimento com uma psicologia que ao elaborar teoria e técnicas se dispõe a falar “sobre” o ser humano e não “com”, adotando uma prática hegemônica baseada em uma epistemologia eurocêntrica, universalista e muitas vezes binária, em que os padrões de normalidade privilegiam as características da população branca, tomando-a como norma universal, interpretando as demais realidades e diferenças como desvios ou psicopatologias que devem ser adaptadas a esse padrão (PRESTES, 2013). Inúmeras ações e publicações do Conselho Federal de Psicologia vão a esse encontro, abordando a importância de não mais perpetuarmos essa forma de violência que é pautar uma prática psicológica baseada em uma objetividade, racionalidade e neutralidade científica majoritariamente composta por preceitos heteronormativos e brancos.

Por conseguinte, a opressão advinda dessa ação simultânea e interseccional ditará o estar no mundo e o vir a ser de mulheres negras. Será nessa ação interseccional que mulheres negras serão capturadas pela trança perversa de iniquidades que não dizem respeito apenas a desigualdades político-econômicas. Refiro-me também, a perversidade que é o viver baseado na tensão emocional, no estresse cumulativo, no cansaço da constante necessidade de reagir e se proteger do mundo. No entanto, é importante destacar que não temos a intenção de universalizar

o sofrimento dessa vivência e cair na repetição da criação de uma nova definição nosológica específica e universal para as pessoas negras, a fim de ditar regras e desconsiderar a multiplicidade do ser negra no Brasil.

Podemos perceber uma proximidade entre as noções de interseccionalidade e transdisciplinaridade. Fazer ressonâncias, é dar potência ao entendimento, com saberes e origens diferentes. É assumir que útil é aquilo que potencializa a vida, tanto no sentido individual quanto no plural. A transdisciplinaridade fortalece essa roda de transaberes e de compreensão de que são múltiplos os componentes de um agenciamento e dos processos de subjetivação. Rauter destaca que na perspectiva transdisciplinar a prática clínica será “referida a um campo de dispersão do saber, por oposição a um saber que se pretenda universal e ordenado” (RAUTER, 2012, p. 11), em que serão feitos “empréstimos e estabeleceremos parentescos "não autorizados" entre diferentes campos do saber” (Idem). Entende-se que a complexidade e a multiplicidade das narrativas a serem pesquisadas encontrarão amparo e potência nessa perspectiva apresentada, pois

A perspectiva transdisciplinar é uma perspectiva da multiplicidade. Quanto mais encontros fizermos, tanto no que diz respeito ao atributo pensamento quanto ao atributo extensão, mais potentes seremos. Quanto mais pudermos entrar em contato com o novo e o diferente, melhor pensaremos e agiremos. Amar é retirar do plano da multidão no qual ele está inserido o objeto amado, numa operação de redução e individualização, para depois redescobrir nele a multiplicidade que o compõe. Não é “identificar-se” com o parceiro o que nos faz amá-lo. São os pequenos mundos desconhecidos que o objeto amado encerra que constituem a vertigem que ele nos provoca e que nos leva para uma viagem fora de nós mesmos (RAUTER, 2015, p. 45).

De acordo com Spinoza os inúmeros encontros potencializam o corpo e o pensamento. Esse filósofo afirma que cada ser carrega uma multidão em si, sendo cada indivíduo composto por vários corpos, corpos estes que afetam e são afetados de múltiplas maneiras pelos corpos exteriores, sendo todas essas afecções percebidas pela mente. A memória espinosana consistirá em “(...) uma certa concatenação de ideias, as quais envolvem a natureza das coisas exteriores ao corpo humano, e que se fazem, na mente, segundo a ordem e a concatenação das afecções do corpo humano”. (SPINOZA, 2009, escólio, prop.18, Ética). Assim, a apreensão do mundo se dará a partir das afecções desse corpo, com outros corpos, pois “todas as maneiras pelas quais um corpo é afetado seguem-se (...) da natureza do corpo afetado e, ao mesmo

tempo, da natureza do corpo que o afeta(...) (SPINOZA, 2019, demonstração prop.16, parte 2, Ética).

Mbembe complementa-nos a afirmando que o universal é o lugar do múltiplo, do encontro da multiplicidade de diferenças e singularidades, em que cada uma pode ser apenas aquilo que é, com as características que nos ligam ou nos separam, de tal modo que o universal só pode existir enquanto “comunidade das singularidades e das diferenças, repartição que é a um só tempo partilha e separação.” (MBEMBE, 2018, p.274)

Nesse sentido, a perspectiva transdisciplinar compreenderá o indivíduo e sua subjetividade a partir desses encontros múltiplos entre as inúmeras linhas que constroem e constituem a tessitura deste vasto campo. Os fenômenos ditos individuais passam assim a nos apresentar importantes pistas para uma compreensão de mundo, o corpo multidão da mulher negra, por exemplo, é atravessado por histórias de luta, exploração e subordinação, afecções geradoras de tentativas de submissão, mas também de estratégicas práticas de transposição da ideologia racial dominante. Nesse sentido, podemos recorrer a metáfora da encruzilhada para melhor apreender esses encontros e desencontros, pois que a subjetividade é uma

Encruzilhada de linhas que se encontram, distorcem-se em uma composição de formas e forças que não é possível de captar uma apreensão unilinear estruturada, mas apreender seus movimentos de entradas e saídas, dos pontos de inter cruzamento entre linhas mais duras e estáveis e movimentos menos variáveis (...) Compreender a subjetividade enquanto Encruzilhada é saber que não há universais, linhas gerais, mas que se constituem em uma singularidade e que tem como componentes de constituição de si, uma relação de desdobramentos entre linhas do fora e um dentro temporário que se entrelaçam em uma superfície modular feita de caminhos e descaminhos (MIRANDA, 2020).

As subjetividades enquanto encruzilhadas são o fortalecimento da importância de uma atuação da psicologia que privilegie a transdisciplinaridade e que compreenda que as subjetividades são grandes campos de corpos-afetos que transbordam em enunciação dos agenciamentos coletivos, políticos, culturais, mas também das criações, das assimetrias, das linhas de fuga. Apesar da trança perversa interseccional que insiste em capturar, grandes agenciamentos estratégicos de sobrevivência também insistem em recriar. É nesse campo estratégico e potente que a transdisciplinaridade fortalece a nossa reflexão, permitindo a busca por ferramentas

de vida frente a adversidades tão complexas quanto a malha interseccional que captura nossos corpos de mulheres negras, “pois é da natureza de todo corpo se esforçar não somente para se conservar, mas também para amplificar seu ser o máximo que ele pode” (BOVE, 2023, p. 46).

CAPÍTULO 3

O MUNDO E O TRAUMA: CONSIDERAÇÕES SOBRE RACISMO, SUBJETIVIDADE E DEPRESSÃO

Elevador é quase um templo
Exemplo pra minar teu sono
Sai desse compromisso
Não vai no de serviço
Se o social tem dono, não vai
Quem cede a vez não quer vitória
Somos herança da memória
Temos a cor da noite
Filhos de todo açoite
Fato real de nossa história
Se preto de alma branca pra você
É o exemplo da dignidade
Não nos ajuda, só nos faz sofrer
Nem resgata nossa identidade
Se preto de alma branca pra você
É o exemplo da dignidade
Não nos ajuda, só nos faz sofrer
Nem resgata nossa identidade
Elevador é quase um templo
Exemplo pra minar teu sono
Sai desse compromisso
Não vai no de serviço
Se o social tem dono, não vai
Quem cede a vez não quer vitória
Somos herança da memória
Temos a cor da noite
Filhos de todo açoite
Fato real de nossa história
Se o preto de alma branca pra você
É o exemplo da dignidade
Não nos ajuda, só nos faz sofrer
Nem resgata nossa identidade
Se preto de alma branca pra você
É o exemplo da dignidade
Não nos ajuda, só nos faz sofrer
Nem resgata nossa identidade
Elevador é quase um templo
Exemplo pra minar teu sono
Sai desse compromisso
Não vai no de serviço
Se o social tem dono, não vai
Quem cede a vez não quer vitória
Somos herança da memória
Temos a cor da noite
Filhos de todo açoite
Fato real de nossa história
Jorge Aragão

3.1 Racismo nosso de cada dia: compreensões sobre cor, trauma e subjetividade

Escolho iniciar a exposição desse capítulo com a letra da música do sambista e compositor Jorge Aragão após uma conversa com uma mulher preta, de classe média, de aproximadamente 60 anos, proprietária de um apartamento no qual é residente há quase 20 anos de um edifício da zona sul do Rio de Janeiro. Ao ouvi-lo falar numa entrevista sobre a letra da música que abre o presente capítulo, percebeu que durante anos não se permitia ficar na parte central do elevador do prédio. Relatara que a parte central deste possui uma janela vazada em que é possível verificar quem está dentro e ao assistir a entrevista, foi tomada de sobressalto ao perceber que por anos se mantivera no canto para não ser vista e não sofrer nenhum tipo de “depreciação” (sic).

A exposição contínua ao racismo pode ser vista como uma quebra na linha de subjetividade do ser, uma cisão psíquica advinda de uma pressão multifatorial e não apenas de vivências discriminatórias, mas de uma constante sobrevivência emocional aos tentáculos das suas variadas formas de manifestação.

Recorremos a noção de trauma para explicitar o ponto de compreensão da violência do racismo. O “Vocabulário da Psicanálise” (LAPLANCHE & PONTALLIS, 2004, p. 522) aponta o traumatismo como um afluxo excessivo de excitações em relação ao que o sujeito tem capacidade de dominar ou elaborar psiquicamente. Anna Freud (1971, p. 262) em seu texto intitulado: “Comentarios sobre el trauma” nos diz

(...) también hemos observado alteraciones em los niveles de tolerancia debidas a la naturaliza del individuo o a diferencias de edad, pero relacionadas com las características de la situación externa (frecuentemente públicas). Uma adaptación del individuo a estas circunstancias ambientales incluye, por supuesto, uma adaptaci3n a las tensiones y peligros inherentes a aquéllas (...).

As alterações nos níveis de tolerância citadas por Anna Freud, repercutem em adaptações que são desenvolvidas pelos indivíduos, defesas adaptativas a vivências de tensões externas. É claro que constantes adaptações ao mundo externo precisam ser realizadas ao longo da vida, a fim de encontrarmos caminhos para existência, e

para compreensão do limite entre o desejo e a realidade, contudo, compreendemos, a vivência do racismo como um erigir constante de defesas.

Afirmo anteriormente que o caráter perverso do racismo brasileiro está justamente em sua invisibilidade, esse sentimento que faz com que essas pessoas que são bombardeadas cotidianamente por esse estigma mantenham uma dor profunda em um lugar bem guardado, e que, apesar de reatualizado com novas vivências, se mantém como algo que não é falado, não ecoado, silenciado, muitas vezes incompreendido, no entanto, sentido e com marcas bem profundas (SAMPAIO, 2012, p. 248)

A linguagem do trauma evidencia as experiências cotidianas do racismo como um impacto corporal, um colapso traumático, em que o indivíduo é violentamente cindido, privado da conexão ampla com o seu si mesmo e com os outros, assim, “a irracionalidade do racismo é o trauma” (KILOMBA, 2019, p. 40). É importante destacar que a vivência cotidiana do racismo não diz respeito exclusivamente à injúria racial, mas a irracionalidade que se inscreve na vida, nos acessos, nos olhares, nas proibições, nas dificuldades e nas limitações encontradas por esses corpos.

Kilomba destaca o racismo como discursivo sendo o seu funcionamento operado através “de uma cadeia de palavras e imagens que se tornam associativamente equivalentes, mantendo identidades em seu lugar” (KILOMBA, 2019, p. 157). Ela nos lembra que a palavra “negro(a)” surgiu a partir da colonização, associada aos termos primitividade, animalidade, ignorância e preguiça. Ao ser chamado de “negro(a)” incorporamos todos esses termos e analogias que definem essa palavra, privando o ser da própria ligação com a sociedade, levando a um choque violento que ela afirma ser o primeiro elemento do trauma.

A imprevisibilidade como primeiro elemento do trauma clássico aparece em todos os episódios do racismo cotidiano por trazer uma experiência inesperada ou a recriação do elemento surpresa que a subjetividade é incapaz de assimilar. Ela nos diz que

(...) infelizmente ele é esperado – mas a violência e a intensidade são tamanhas que, apesar de esperadas, elas sempre recriam o elemento de surpresa e choque. (...) o racismo cotidiano não é um evento isolado, mas sim um acumular de episódios que reproduzem o trauma de uma história colonial coletiva. O choque violento, portanto, resulta não somente da agressão

racista, mas também da agressão de ser colocada (de volta) no cenário colonial (KILOMBA, 2019, p. 218).

A ruptura ou separação de uma realidade que se apresenta fragmentada privando a conexão com a própria história individual e coletiva, é um outro ponto importante na compreensão do trauma colonial. Recorro ao conceito de “catástrofe humanitária” utilizado por Chagas (2014, p. 29) ao pesquisar famílias negras para elucidar o exposto por Kilomba. A catástrofe humanitária é o significado da realidade diaspórica calcada na violência, causadora de desunião, de separação de isolamento, e da necessidade constante de reagrupamento. Essa característica não permite uma conexão com a própria história, negres acessam muito pouco a sua linha ascendente, esbarramos quer queiramos ou não no máximo no processo de escravização.

Lima (2020) evidencia que a noção de sujeito/subjetividade será sustentada pela violência do pensamento moderno e da subjugação racial, sendo o mundo o ponto de onde emerge a violência traumática, uma colonialidade colapsante, em que as práticas sociais produtoras de feridas coloniais não param de sangrar, reatualizando um passado sempre presente, apontado por Kilomba como o elemento da atemporalidade.

A atemporalidade mantém a presença da ferida, revivendo no presente um evento que ocorreu no passado ou vice-versa. Assim, “a escravização e o colonialismo podem ser vistos como coisas do passado, mas estão intimamente ligados ao presente” (KILOMBA, 2019, p. 223).

Destarte, a cena colonial é recolocada continuamente reafirmando a relação entre negras/es/os e brancas/es/os, reatualizando o lugar de humilhação, vulnerabilidade, subordinação e o de poder, honra e orgulho. Nessa cena se apresenta a temporalidade do trauma, e o colonialismo é materializado e vivido como real. Experimenta-se, portanto, o presente como o passado (KILOMBA, 2019, p. 158).

Essa cena colonial enquadra e reduz a fisicalidade do corpo negro ao enquadramento do olhar branco, nessa redução a referência é exclusiva ao corpo, corpo este que é ao mesmo tempo desejado sexualmente e destruído fisicamente. Para exemplificar, Kilomba cita os estupros e os linchamentos, nos quais “o sujeito negro torna-se objeto de desejo que deve ser simultaneamente atacado e destruído”

(Ibid., p. 159). Tal fato evoca o desejo e a inveja brancos projetados, expulsando tudo aquilo que a sociedade branca entende como perigoso, ameaçador e proibido.

O trauma colonial, portanto, difere do trauma freudiano, pois, o trauma e o esquecimento estão intimamente relacionados, e apesar das memórias registradas, elas ficam indisponíveis conscientemente com o intuito de preservação do eu e da diminuição da ansiedade. Contudo,

a história coletiva de opressão racial, insultos, humilhação e dor, uma história que é animada através do que chamo de episódios de racismo cotidiano. A ideia de “esquecer” o passado torna-se de fato, inatingível, pois cotidiana e abruptamente, com um choque alarmante, ficamos presas/os a cenas que evocam o passado, mas que, na verdade, são parte de um presente irracional (KILOMBA, 2019, p. 213).

A compreensão de racismo cotidiano, é, portanto, um ato de restabelecimento de “uma ordem colonial perdida”, a qual é restabelecida quando a pessoa negra é colocada novamente “em seu lugar”. Essa ordem encarcera as/os negras/es/os em fantasias brancas, enquadrando-as/os, forçando-as/os a existir apenas a partir de uma lógica alienante da branquitude, criando uma manobra colonial em que simbolicamente volta a ser colonizada/e/o e mantida/e/o em uma relação invasiva e violenta de dependência, evidenciando a patologia invasora, exploradora e controladora da branquitude.

Logo, o racismo cotidiano, não é um ato de desconhecimento de informação, mas um jogo perverso de possuir e controlar como um “ritual branco de conquista colonial” (KILOMBA, 2019, p. 225), em que os corpos negros podem ser explorados e submetidos e “explicar é alimentar uma ordem colonial” (Ibid., p. 230). Ela destaca que se trata de um luto colonial dos brancos, visto a incredulidade e indignação com o fato dos “Outros” se tornarem iguais a eles.

O desfazer proposto por Grada refere-se ao dar voz, estabelecer limites e não dar explicações e assim atuar ativamente no processo de descolonização ao sair “da fantasia de ter de se explicar ao mundo branco” (Idem).

Sair do silenciamento pactuado pelo racismo cotidiano é abrir-se a perguntar: “O que o racismo fez com você?” Esse questionamento torna a/o sujeita/o falante da própria realidade e, segundo ela esse é um ato real de descolonização e resistência política, pois permite ao sujeito negro se ocupar de si mesmo (KILOMBA, 2019, p. 227).

Kilomba destaca ainda, um aspecto muito importante do racismo cotidiano, que é o seu caráter triangular. Segundo a autora existem três elementos importantes na trama: o sujeito negro (sozinho), o branco agressor e o público branco observador, silencioso. Nessa tríade a explicação está na fantasia/busca por ser compreendida por esse público. Recordo-me das inúmeras cenas de racismo apresentadas em nosso cotidiano, variando desde homicídios dolosos, transformados em homicídios culposos, até os ataques brutais a pessoas negres em diversas situações. Geralmente o que encontramos é exatamente a cena, das pessoas agredidas, do agressor e do expectador, e o perverso conluio na naturalização e na aceitação das diversas justificativas de supostos adoecimentos emocionais ou outras justificativas banais para os agressores. Vale destacar que ao buscar ser compreendido o sujeito negro esbarra no pacto narcísico da branquitude e se perde em si mesmo por não encontrar eco em sua busca.

O cotidiano repetitivo característico dessa realidade encontra no corpo o palco de sensações e ataques. Essas situações elucidativas do trauma não podem ser apreendidas sem trazermos o corpo preto para cena. Nele estão inscritas as resistências e as sobrevivências aos ataques. Fanon explica o que quero dizer:

O mundo verdadeiro invadia nosso pedaço. No mundo branco o homem de cor encontra dificuldades na elaboração de seu esquema corporal. O conhecimento do corpo é unicamente uma atividade de negação. É um conhecimento em terceira pessoa. Em torno do corpo reina uma atmosfera densa de incertezas (...) lenta construção de meu eu enquanto corpo, no seio de um mundo espacial e temporal, tal parece ser o esquema. Este não se impõe a mim, é mais uma estruturação definitiva do eu e do mundo – definitiva, pois entre meu corpo e o mundo se estabelece uma dialética efetiva (FANON, 2008, p. 104).

A dificuldade de elaboração no esquema corporal está em precisar primeiro dar conta do colapso indizível do trauma e depois de si mesmo. O fluir natural da vida é atravessado pelo colapso, estamos falando de um ataque à continuidade de ser. Podemos usar como metáfora o bombardeio, alguns mais fortes, outros mais fracos, mas sempre invasivos. O conceito de “trauma cumulativo” desenvolvido por Khan (1984) facilita a compreensão do fato. Apesar desse autor utilizar o conceito para fatos ligados a relação cuidador/a/e bebê, convido-os a ampliarmos o mesmo. O fortalecimento emocional oferecido inicialmente pelo núcleo cuidador se expande e se

mantém ao longo de nossa existência com as interações em sociedade. Esta “deveria” garantir a todos os seres a manutenção e a continuidade desse cuidado, a partir da recepção da diversidade inerente a cada ser humano como algo importante ao seu desenvolvimento como um todo e não como algo a ser rechaçado. É importante destacar o simples fato de que uma mãe negra já não vivencia a tranquilidade de uma mãe branca. As vivências inconscientes de medo da gestação, no caso de mães negras, perpassam questões reais do ser negro no mundo.

Daí podemos citar desde as questões de receios do que pode vir a ser da vida de sua/seu rebenta/o, até situações mais complexas, por exemplo, a gradação de cor da filha/filho. Partimos dessa compreensão para pensarmos, por exemplo, os desafios escolares de uma criança negra. Desde muito pequenina, uma criança negra é impactada pelo mundo racista resultante de invasões dilacerantes ao gesto espontâneo da verdadeira integração do ego, invasões cotidianas e cumulativas na sua expressão infundável a esse organismo, formadoras de núcleos de reações patogênicas e criadoras de pontos de tensão emocional e de defesas psíquicas. A cumulatividade se inscreve nas invasões cotidianas, em que o principal campo de mácula é o corpo.

Claro que não podemos desconsiderar a importância da família como escudo protetor ante os fracassos da sociedade, mas muitas expressões não terão em sua maioria clareza racional; são invasões à verdadeira integração do ego, invasões cotidianas e cumulativas a esse organismo, formadoras de núcleos de reações patogênicas, criadoras de pontos de tensão emocional e de defesas psíquicas que podem se manifestar, por exemplo, numa irritabilidade ou noutras reações muitas vezes somáticas. Vale lembrar que nem sempre a criança contará com rede de apoio, visto que situações ocorridas em ambientes institucionais como as escolas, muitas vezes são sustentados em pactos de silêncio, mantendo e perpetuando o trauma.

A psicanalista Virginia Bicudo destaca em sua pesquisa “Atitudes dos alunos dos grupos escolares em relação com a cor dos seus colegas” publicada em 1955 que crianças negras e “mulatas” tiveram maior percentual de rejeição do que de preferência, sendo interessante destacar que apesar da maior preferência por brancos eles também tinham alto percentual de rejeição, contudo ela destaca “concluimos que, de modo geral, os escolares brancos se restringiram a fazer as suas escolhas de

preferência e de rejeição dentro do grupo de brancos, demonstrando-se identificados com os elementos do próprio grupo e recalcados em relação aos de cor” (BICUDO, 1955, p. 239). Ela segue sua análise observando que o que foi recalcado em termos de cor se apresentou-se como qualidades ou defeitos, tais como: bondoso, bem-educados, prestativos, quieto, comportado, amigo, mau, ruim, briguento. Os adjetivos de maior qualidade estavam associados aos colegas brancos, sendo interessante destacar que as mais exclusivistas e que baseavam suas escolhas em características morais, “bondoso”, por exemplo, foram as meninas brancas, enquanto as meninas negras foram mais rejeitadas que os meninos negros.

Falamos, portanto, de uma multiplicidade traumática, não temos um privilégio de um único evento, mas uma rede, uma trança perversa e cumulativa de eventos que não podem nem ser quantificados durante toda uma história de vida negra. A esse respeito, Guimarães e Podkameni afirmam que o racismo é gerador de uma situação conflitual traumatizante que “(...) se torna traumatizante e se inicia na infância, mantém-se durante toda a vida do indivíduo de descendência negra, de forma constante e cumulativa – está relacionada aos dispositivos criados e mantidos pelo racismo, pela discriminação e pela intolerância” (GUIMARÃES; PODKAMENI, 2008, p. 121).

Rauter aborda o papel do medo nessa engrenagem na qual recebemos diariamente pílulas de medo, dispositivos geradores de receio e submissão, perpetuadas por um regime político que se sustenta no valor do medo para manter uma sociedade submetida e ignorante. O racismo terá um importante papel nessa perpetuação, contando principalmente com os meios midiáticos. Ela afirma que

Policiais brasileiros, capazes de exterminar jovens apenas por estarem sem documentos e que **“olham” para os pretos e pobres e detectam neles características criminosas que os autoriza a praticar essas ações** são também brasileiros perfeitamente comuns que não diferem tanto dos valores do brasileiro mediano. Práticas autoritárias os querem insensíveis e burros e produzem suas subjetividades para que sejam assim (...) (RAUTER, 2017, p. 52).

O medo é, segundo Spinoza (2019) um dos afetos tristes que mais retiram a potência e a possibilidade de estar sob autonomia. Componho essa reflexão com o medo, pois temos, como afirmado acima, o medo como uma prática político-econômica-ideológica, produtora de subjetividades ignorantes, submissas e violentas,

que projetam na população negra, como afirma Kilomba (2019) tudo o que há de negativo na sociedade. Fanon (2008) destaca que existe uma imago preta que se tornou responsável por dar conta de todos os conflitos que podem surgir em uma sociedade colonizada. É importante ressaltar que se trouxermos para cena a cor da polícia militar do nosso Estado, por exemplo, estamos nos referindo a uma massa preta ratificada por uma suposta “autoridade” exterminando jovens pretos/as/es, lançando luz para essa irracionalidade que é pretos matando pretos a partir de uma orientação branca. O medo, contudo, é uma impotência temporária, pois só dura enquanto esse afeto se mantiver.

No entanto, nessa composição, aponto ainda, para o papel do medo no não reconhecimento de si, a constante necessidade imposta de dar conta de um ideal de ego regido por cobranças, críticas, polarizado e causador de um não reconhecimento, de uma constante busca por poder revelar-se. O racismo impõe um medo de ser, nessa sociedade violenta com os não brancos. Ser preta/o/e tem um alto custo. Santos (2021) afirma que há uma identidade renunciada em prol de uma tentativa de aceitação. Nossa pretitude é como um farol luminoso que nos mantém em um constante destaque, alvo de ataques, de olhares, de desejo, de excentricidade, nessa sociedade binária cujos corpos pretos são grandes alvos dos desejos, ódios, medos, ataques.

O meio ambiente sociocultural brasileiro não permite descanso ao corpo negro. Impõe invariavelmente situações racistas que provocam vividos afetivos diversos, os quais ao se processarem internamente correm o risco de perda da sua visibilidade. Essas condições adversas são provocadoras de uma dor psíquica, que por ter sido historicamente silenciada, negada, banalizada e naturalizada, tem o seu risco social, psíquico, psicossomático e até físico esvaziado. A exposição do povo de descendência negra a esse meio ambiente provoca uma “situação de vulnerabilidade subjetiva” que se estabelece em função de uma falta de identificação, da sociedade brasileira, no que tange ao sentir, perceber e acolher os traços do ser e o viver do negro, inculcando a marca biopolítica da desigualdade (GUIMARÃES, 2000; GUIMARÃES & PODKAMENI, 2004; 2008; 2012).

Guimarães e Podkameni (2004; 2008; 2012) tomam como base o conceito de “espaço potencial” desenvolvido por Winnicott (1975), que postula que o indivíduo

necessita não só no início, mas ao longo de sua vida de um campo imaginário e de mediação psíquica que facilitará a administração e o escoamento da tensão psíquica que naturalmente se estabelece entre o princípio do prazer e o princípio da realidade. Segundo Winnicott (1982) o indivíduo ao nascer parte de um estado de não integração, onde não há a capacidade de compreender o que é “eu” e “não eu”. Ou seja, não existe uma diferenciação entre o que é próprio dele e o que faz parte do mundo externo.

Neste momento de “não integração”, o ego do bebê é muito frágil, rudimentar e existe um estado de total dependência, em que é indispensável a presença de alguém que atenda às suas necessidades. Inicialmente, esse alguém é a mãe ou qualquer outra pessoa que exerça esse cuidado. Ele chama de mãe “boa o bastante” e a define como a mulher/pessoa “comum”, que se tiver o suporte ambiental necessário, aprende a desenvolver um processo de profunda identificação com o bebê, criando as condições necessárias para que ele lide e compreenda gradativamente a realidade externa.

Para esse autor, a presença de um meio ambiente bom o bastante é essencial para o desenvolvimento de um campo imaginário chamado por ele de “área de ilusão” e “espaço potencial”, que funciona como campo de “mediação, de transição, entre aquilo que o indivíduo necessita, deseja e aquilo que pode obter em função das possibilidades e limites que a vida e a cultura apresentam” (GUIMARÃES, 1998).

Este campo imaginário iniciando-se na relação com a mãe ou pessoa que exercer essa função, continuaria importante como elemento de mediação psíquica, encontrando nos processos da cultura a continuidade do acolhimento oferecido inicialmente pela mãe e em seguida pela mãe e pelo pai, ou por quem ocupar esse lugar. Esse estudioso considera que a sociocultural terá papel fundamental para continuidade na manutenção e retroalimentação desse campo.

Contudo, Guimarães (1998) evidencia que o afrodescendente ao sair de seu núcleo familiar primário, constituinte e alimentador do espaço potencial e se defrontar com o ambiente sociocultural, tem o processo de desenvolvimento, manutenção e amadurecimento deste campo atravessado, impedido de realizar seus reais potenciais em função da discriminação, do racismo e do ataque a suas características fenotípicas. Esse impedimento ao processo de manutenção e amadurecimento provoca, segundo

Guimarães, processos defensivos, um duplo esforço psíquico para o afrodescendente em formação, mas também para sua família.

O exposto pelos psicanalistas Guimarães e Podkameni (GUIMARÃES, 2000; GUIMARÃES & PODKAMENI, 2004; 2008; 2012), pode ser sintetizado de forma bem clara na frase de Fanon (2008, p. 129): “Uma criança negra, normal, tendo crescido no seio de uma família, normal, ficará anormal ao menor contacto com o mundo branco.” Nesse sentido, Fanon é contundente ao afirmar que não se trata de uma ontogenia ou filogenia, e sim, uma patologia social que atravessa a linha de vida das pessoas negras na mais tenra idade. Por conseguinte, refere-se a um atravessamento que é coletivo e que, amplia a compreensão sobre o ser, o estar, o viver e o adoecer das pessoas negras. Fanon ao desenvolver suas pesquisas cunhou o conceito sociogenia, destacando que é “pelo homem que a sociedade chega ao ser” (FANON, 2008, p. 28). No entanto, a sociedade oferece ao ser negro uma opressão estruturante e sistemática pautada na não aceitação respaldada pelos olhares, pela linguagem, pelas desigualdades psicológicas, políticas, jurídicas, econômicas e educacionais. Renato Nogueira na apresentação do livro *Alienação e liberdade* de Fanon retrata que

Segundo a perspectiva sociogênica, o racismo integra um complexo sócio-histórico que está na base da formação da subjetividade, no núcleo da cisão colonial que determina quem está fora e quem está dentro. A colonização divide o mundo em duas partes: em uma, vive o colonizador, a régua, o cânone, a imagem da humanidade, o branco; em outra, o inverso, o negativo NOGUERA apud FANON, 2020, p. 15).

A sociogênese refere-se a “uma tensão diante do drama provocado pela colonialidade em que a luta social é fundamental, mas também é necessária a “desintoxicação” do ser, anunciando um sentido de identidade” (SANTOS; OLIVEIRA, 2023, p. 3).

A existência do mundo branco antinegro impõe distúrbios à população negra em estado de colonização. Numa atmosfera racista, o auto-ódio passa a ser a única oportunidade de se tornar um ser humano. Pensando em termos de psicopatologia, a colonização, mais que um envenenamento político, é, sobretudo, **uma intoxicação psíquica** (NOGUERA apud FANON, 2020, p. 14).

Fanon destaca que essa intoxicação psíquica catalisa um caráter específico, visto que as doenças emocionais de pretas/os/es não estão baseadas apenas em fatores orgânicos ou psíquicos, mas nas inúmeras formas de expressão do racismo

que agem como uma malha traumática cumulativa constantemente atualizada e reatualizada, pelo peso da melanina, fator altamente deletério e estressante o qual desaguará caudalosamente no viver e adoecer de pessoas negras. Mais adiante teceremos o fio condutor dessa compreensão com o caso específico da depressão em mulheres negras.

3.2 Depressão e sociedade: a depressão em Winnicott

Estudos sobre a depressão trazem o desafio da forma de compreensão dessa patologia. Apesar de longamente estudada, diferentes foram as explicitações acerca da sua manifestação nos compêndios de psiquiatria e até mesmo nas múltiplas psicologias.

Ferreira (2014) elucida essa questão ao examinar as edições de I a IV-R do DSM e observar a mudança ocorrida a partir do DSM III até a quarta versão, cuja pretensa posição ateórica é tomada em contraponto à utilização de termos oriundos da psicanálise fortemente utilizada nas versões anteriores. A autora destaca que a visão psicanalítica freudiana das primeiras edições da DSM, caminhava *pari passu* com o momento histórico de Segunda Guerra Mundial, devido às “neuroses de guerra” e com as ditas “vertentes morais” da psiquiatria embasada na psicanálise e na visão de “psiquiatria democrática” de Basaglia com a “inserção do louco na sociedade”, tendo em seu seguimento o rompimento com esse olhar para adentrar a um paradigma cada vez mais fisicalista e psicofarmacológico dos transtornos mentais (FERREIRA, 2011).

É importante ressaltar que nesse período histórico da primeira edição do DSM, por volta de 1952, a própria psicanálise passava, já por algumas décadas, por inúmeras transformações em um vasto campo de competitividade entre as “várias psicanálises”. A Sociedade Britânica de Psicanálise borbilhava com a disputa acirrada entre os seguidores de Anna Freud, os de Melaine Klein e o grupo dissidente – o Middle Group composto por Bowlby, Winnicott, Fairbain, dentre outros. Esse cenário evocava questões importantes sobre a diversidade sempre presente nesse campo, fato que de certa forma acompanhou a psicanálise ao longo dos tempos. A grande disputa em torno do problema conceitual central das relações objetais estava em preservar o modelo estrutural pulsional original e a compreensão da personalidade e da

psicopatologia como um derivado das pulsões e do lugar central do complexo de Édipo, considerando o conflito emocional assentado nas fantasias inconscientes da luta entre os objetos internos e externos ou tirar da cena principal essa questão e observar atentamente a relações iniciais valorizando a relação mãe-bebê. (GREENBERG; MITCHELL, 1994, MORAES, 2008; PHILLIPS, 2006).

Essa contextualização é importante, pois neste trabalho buscamos compreender a subjetividade e o adoecimento inicialmente a partir da visão winnicottiana. O problema clínico que deflagrou a pesquisa de Winnicott foram as perturbações que pertenciam ao suposto campo de aplicação do paradigma freudiano, mas que simplesmente não se encaixavam nele, dentre eles podem ser exemplificados os distúrbios psicossomáticos, psicóticos etc.

A mudança da compreensão winnicottiana aconteceu no período da Segunda Guerra, quando ele observou que tanto as crianças quanto os adultos não carregavam apenas sua vida pulsional, mas também o assentamento do ambiente primordial dentro de si, que o acompanharia e se recriaria em novas situações (PHILLIPS, 2006).

Loparic (2001) mostra que para encontrar uma resposta às suas indagações, Winnicott procurou outros estudiosos que também estavam se deparando com situações semelhantes àquelas que lhe causavam dúvidas, mas não encontrou nestes a profundidade que o interessava, pois para ele não era possível tratar os distúrbios precoces como problemas mentais internos e não como problemas do relacionamento real entre o bebê e a mãe (ou cuidador).

Partindo dessa constatação, um elemento importante da solução encontrada por Winnicott veio do estudo do ambiente, pois para ele havia uma relação entre este e a doença psíquica. E qual a importância dessa compreensão para a depressão? Moraes (2005) destaca que é a partir das inquietações acerca da posição depressiva proposta por Klein que Winnicott rompe em parte com a compreensão clássica da psicanálise, visto que ao aprofundar seus estudos e observações acerca do tema percebeu que as dificuldades relacionadas a essa patologia poderiam estar associadas a problemas anteriores ao do complexo de Édipo. Moraes retrata algo importante que é o fato de Winnicott ter conservado

(...) parte da estrutura da teoria freudiana do luto no desenvolvimento de sua teoria; mas é dado, também, que ele foi mais longe ao propor que a capacidade para o luto normal é uma conquista de um amadurecimento sem

grandes distorções. Esse é o ponto definitivo para compreender todos os outros tipos de reação à perda e, em especial, todos os tipos de depressão. Quando associou a capacidade para o luto e para a depressão ao amadurecimento e, conseqüentemente, a condição de suportar a integração, Winnicott resolveu o problema encontrado por Freud para explicar a “economia da dor” no luto e na melancolia. A “economia da dor” da depressão, numa linguagem winnicottiana, está ligada ao estado de integração da pessoa (força do ego) que tolera, pelo tempo necessário, conter em seu interior o que há de ruim e persecutório. E o estado de integração que suporta isso só é conquistado mediante cuidado ambiental que facilita que a personalidade da pessoa se estruture sem distorções. Nesse cenário, tanto a afeição como o ódio, afetos relacionados à depressão, precisam ser compreendidos como uma capacidade a ser alcançada (MORAES, 2005, p. 268).

Assim, Winnicott considera que a capacidade de deprimir diz respeito a um crescimento emocional individual, trazendo em si um germe para recuperação e a busca para saúde, estando a depressão intimamente ligada ao conceito de força do ego, abarcando a ideia de valor e uma crença no não rompimento do ego individual, tendo a capacidade de manter sua fortaleza “mesmo que na realidade não chegue a nenhum tipo de resolução da guerra interna” (WINNICOTT, 2005, p. 62)

Essa compreensão da depressão a coloca em uma condição comum a todos os seres integrados, ou seja, todos aqueles que puderam passar pela fase do desmame de forma bem-sucedida e que trazem consigo os sentimentos de perda, culpa e capacidade de preocupar-se. A depressão “saudável” seria a mais próxima da tristeza, associada à culpa e à capacidade de aceitar a própria monstruosidade e responsabilidade pelos elementos agressivos e destrutivos de sua natureza. (WINNICOTT, 2005)

No entanto, para melhor explicitar a questão, Winnicott lança luz para o humor deprimido. Para ele,

O ódio, naturalmente, está trancado em algum lugar nisso tudo. Talvez a dificuldade esteja em aceitar tal ódio, mesmo que o humor depressivo implique que o ódio está sob controle. É o esforço clínico para obter o controle que devemos considerar (WINNICOTT, 2005, p. 62).

E continua esclarecendo que

(...) o humor depressivo e sua resolução é uma questão de arranjo de elementos internos bons e maus, a estruturação de uma guerra. (...) A causa principal do humor deprimido é uma nova experiência de destrutividade e de ideias destrutivas que desaparecem com o amor. As novas experiências precisam de uma reavaliação interna, e é essa reavaliação que encaramos como depressão. (Ibid., p. 64-65).

O amor capaz de fazer o humor deprimido desaparecer, não está relacionado ao contato afetivo, mas à reunião dos impulsos instintivos biológicos e o relacionamento entre o bebê e aquele que foi sua/seu cuidadora/cuidador e as ideias de destruição, seguidas pelas de culpa e o impulso de dar e receber que cultivará a maneira mais adulta de amar (WINNICOTT, 2005 [1993]).

No entanto, o humor deprimido pode apresentar algumas “impurezas”. Tais “impurezas” destacariam o suposto aspecto “negativo”, lembrando que negativo aqui não se relaciona a uma compreensão de valor, mas sim ao grau de complexidade de algumas depressões, podendo trazer maiores complicações, tais como:

a) a depressão esquizoide, em que uma certa organização do ego é mantida, apesar da ameaça esquizoide, que se manifesta com delírios persecutórios, desviando o sentimento de culpa. O paciente está “usando a memória dos traumas para obter alívio dos embates das perseguições internas, cujo acobertamento resulta em humor deprimido” (WINNICOTT, 2005 [1989], p. 66);

b) a hipocondria, cujo alívio das tensões internas se dá na permissão da expressão em termos hipocondríacos, seja na presença de doenças somáticas imaginadas ou produzidas;

c) a hipomania ou defesa maníaca, em que há uma negação da depressão suplantada pelo seu imediato oposto;

d) a oscilação maníaco-depressiva em que a característica principal é a dissociação e a ativação de uma grande tensão interna sem contato nem com nenhuma das condições. Diz ele, “em cada oscilação de humor, o paciente não está em contato com a relativa à oscilação contrária” (Ibid., p. 67);

e) medo dos mecanismos de cisão psíquica que produzem como defesa o desenvolvimento de uma personalidade “padrão” depressiva que pode ser incorporada à personalidade, e;

f) a melancolia ou mau humor que é caracterizada por um humor antissocial e destrutivo sem a presença do ódio, visto a ambivalência agressão e destrutividade ter sido profundamente reprimida, tornando-se inacessível à consciência o “agente maligno que se manifesta no sentimento de culpa” (WINNICOTT, 2005 [1993], p. 88).

O vasto campo da depressão traz-nos um ponto comum que é uma dinâmica no sentido da cura, em que uma vez afastado o bloqueio ao desenvolvimento, o

impulso à integração que existe no ser humano segue o fluxo de crescimento. É importante lembrar que a cura para Winnicott não está relacionada a atuação ou ajuda ativa da/o psicanalista, mas sim ao entendimento de que

A condição dessa **ajuda é uma aceitação da depressão, e não a ânsia de curá-la**. Nossa oportunidade de proporcionar uma ajuda indireta situa-se naquele ponto em que o indivíduo nos deixa entrever uma situação em que possamos colaborar, e devemos sempre lembrar-nos que nosso papel é de uma enfermeira da mente acompanhando e cuidando de um caso de depressão (WINNICOTT, 2005 [1993], p. 88).

Por isso, na clínica de base winnicottiana, o tempo do paciente será extremamente importante, pois a interpretação dependendo do estágio de amadurecimento emocional em que este se encontra “congelado”, em vez de proporcionar um *insight* promissor, pode ser vivida como uma invasão ao si mesmo. Assim, a ênfase da técnica será sobre o “manejo”, ou seja, aqui o que está no centro é a necessidade e não os desejos reprimidos. Nessa concepção a interpretação dá lugar para o *holding*, que junto à confiabilidade formam a base do *setting* winnicottiano.

Toda essa compreensão acerca do sintoma depressivo, de seu manejo técnico e de sua busca por cura é tomada aqui como um dos pontos de assentamento para a presente pesquisa. A ideia de força destacada por Winnicott para o entendimento da depressão é de suma importância, visto que um sintoma em si de nada vale se não for compreendido em sua complexidade e multiplicidade. Características como a tristeza, a irritabilidade, a sonolência, entre outras trazidas pelos compêndios não dizem nada sobre as pessoas por trás do sintoma e tudo aquilo que estas pretendem nos ensinar.

Contudo, como já destacamos anteriormente, apesar de Winnicott ressaltar a importância da sociocultura para manutenção e continuidade do suporte emocional ele não traz para cena a temática racial. Ao falar de feminismo, por exemplo, em seu livro *Tudo começa em casa*, discorre sobre a subjetividade ainda de um modo muito internalizado e sem valorizar a importância da luta das mulheres por direitos. Acredito que sua obra se depara com o limite do seu próprio corpo de homem branco inglês, sem que desconsideremos toda potência que a mesma obra possui.

O mais importante na concepção de Winnicott, do nosso ponto de vista, é o adoecer não ser remetido a ausência de potência. Esse será nosso ponto de sustentação! A potência com que mulheres negras nos trazem o sintoma ao se

permitirem buscar por cuidado, considerando que a dor é muito grande, mas a chegada e o se permitir chegar será nosso principal ponto de apoio para o manejo e o suporte aqui necessários. Se permitir chegar é a quebra com a opressão racista impositora de uma compreensão de corpo ultra resistente, cujo cuidado não é necessário. Ao procurar por cuidado inicia-se o encontro com a autonomia, que valoriza o cuidado de si, conjugada com a necessidade do outro. A autonomia para esse autor desenvolve-se a partir de uma maturação da linha de continuidade de ser, iniciando em uma dependência absoluta inicial presente em todos seres humanos, que ao terem suas necessidades básicas atendidas expandem-se em relação para uma dependência relativa com o mundo e seguem rumo a independência. Contudo, na independência há sempre a interdependência tão necessária para o nosso desenvolvimento. Nesse sentido, a autonomia não está relacionada ao individualismo capitalístico e sim a uma capacidade de seguir seu próprio caminho, reconhecendo potencialidades e limites, assim como a compreensão de que não é necessário seguir só nessa jornada muitas vezes criadora e perpetuadora de uma subjetividade objetificada, causadora de uma segregação interna ou uma falsa força ligada a exigência forçada ou a uma falsa imagem calcada em um falso *self* patológico de super força.

3.3 Contratrabalho, teimosia e depressão: do trauma a luta pela vida

O artigo da J. Mombaça “O mundo é o meu trauma” (2017) e o conceito de “teimosa insistência” de Guimarães e Podkameni ao referirem-se à subjetividade afro-brasileira aguçam as inúmeras linhas de escape encontradas nesse mundo traumatizante, tais como a literatura, a religiosidade, a musicalidade, as resistências entremeadas de transgressões, o escape para o direito a sobreviver, mas sobretudo à vida.

A teimosa insistência refere-se a “teimosia de ter o direito de ser que constitui o cerne da resiliência negra, dinamismo aglutinador e propulsor de sua identidade” (GUIMARÃES; PODKAMENI, 2008, p. 127). Interessante notar que para os autores esse seria o dinamismo propulsor da identidade negra. Reflito como é necessária muita

teimosia para seguir diante de um mundo historicamente violento com os nossos corpos, seguir sem cessar, seguindo para garantir e manter a nosso direito a ser.

Mombaça (2017, p. 22) afirma que “(...) se o mundo, que é o meu trauma nunca para de fazer o seu trabalho, então ser maior que o mundo é meu contratrabalho”. Acredito que o contratrabalho é a estratégia da teimosia, ou seja, se teimam em nos matar física e subjetivamente, teimamos em não morrer. De tal modo, as reflexões sobre a depressão em mulheres negras trazem-nos mais uma reflexão, e a teimosia?

DEPRIMIR-TEIMAR-RESISTIR-EXISTIR-LUTAR-CHORAR-DEPRIMIR- SEGUIR...

Realizar cotidianamente o contratrabalho é não ter espaço para o relaxamento, é chorar, é sofrer e, ainda assim precisar resistir. A depressão entendida como parte desse processo, reivindica o direito a existência e não a resistência. Resistir ainda é precisar fazer força, resistir ainda é não é fluir. O corpo negro busca o direito de fluir, de poder existir sem precisar fazer força.

Dessa reflexão emerge a constatação de que a depressão não poderá ser pensada sem a capacidade de luta e de resistência que para mulheres negras é, como dito em capítulo anterior, o simples fato de “tentar” viver em nossa sociedade. Mulheres negras deprimem, mas não deixam de lutar. Luta aqui não se refere a “brigar” ou fazer parte de algum movimento social. O sentido da luta é um pouco mais amplo, pois que a luta está na vivência diária. O contratrabalho é também a militância, a luta por direitos humanos, mas sobretudo o direito mais básico que é o de existir.

Nesse contratrabalho Mombaça questiona

(...) e quando a gente quebra, que infraestruturas se precipitam, as do cuidado ou do descarte? Quanto tempo leva para sermos apagadas, depois que as palavras, linguagens e os gestos deixam de fazer qualquer sentido? O que sobra de um corpo negro, quando ele próprio consente perder a batalha contra o mundo? (MOMBAÇA, 2017, p. 25).

Ao pensar o contratrabalho subjetivo, duas palavras surgem imediatamente nessa batalha contra o mundo – cansaço e força. O cansaço de muitas vezes precisar imprimir ritmos acelerados quando se necessita parar e passos lentos quando se necessita seguir.

Recorro ao conceito de necessidade por entendê-lo como aquilo que representa o mais genuíno do ser, algo que antecede o desejo, algo que representa

aquilo que é necessário para alimentação mais íntima do *self*. O cansaço refere-se ao receio de ruir de não criar mais estratégias ou ter forças para seguir. A criação será um elemento de suma importância para compreensão dessa subjetividade, que em muitos momentos, apesar de todo cansaço, sente a mente borbulhar, numa tentativa de não quebrar, de não deixar o mundo vencer, forma de resistir e seguir contra o rio insidioso.

A depressão nessas mulheres também terá a sua forma de agir, de lutar pelo direito ao cuidado e à vida. Sabemos que os sintomas são fortes políticas de enunciação. Assim perguntamos: o que a depressão em mulheres negras nos denuncia? O que esse sintoma quer nos dizer?

O encontro com o ambiente racista e hostil se dá desde muito cedo para a pessoa negra. A linha subjetiva de continuidade do ser é atravessada e colapsada pela não aceitação e estranhamento imposto ao corpo. A potência daquilo que Winnicott conceituou como “gesto espontâneo”, é energia inesgotável, sempre trabalhando para preservar e perseverar no ser, em nosso si mesmo, mas também potência à procura do encontro, da vida. O gesto espontâneo se inicia em nossa busca por atendimento de necessidades básicas como alimentação. Essa busca nunca se dá quando estamos sozinhos. Spinoza nos lembra que um ser humano se potencializa com outro ser humano e assim é desde a nossa chegada ao mundo.

Ao compreender o encontro colapsante dessa potência com esse mundo, entende-se que o contratrabalho se transforma em algo que ditará a própria existência. Contratrabalho e teimosia tornam-se amigos inseparáveis do direito a ser, assim como a resistência citada anteriormente. O ambiente hostil não se dá apenas através das violações de direitos, mas das violências físicas e subjetivas a que são expostos esses corpos, assim como por toda comunicação midiática, gestual, visual, que atravessa essa subjetividade-corpo, elucidando quais corpos têm direito à vida e ratificando a trança perversa de opressões.

Contudo, ao percebermos a força da teimosia, identificamos a força intergeracional de precisar resistir passada de forma visceral por nossa ancestralidade com a resistência pela fé, pela música, pela literatura, pela arte. Recorro novamente a força da criação, destacada por Winnicott. Para ele, o bebê em seu gesto espontâneo, ao se movimentar e encontrar, recebe o mundo em pequenas doses, doses paulatinas

que associam cuidado e apresentação do mundo de forma protetiva dos excessos do mundo externo, estabelecendo sua linha de continuidade de ser, de confiabilidade para encontrar o que necessita. Essa continuidade fortalece a tessitura do que arrisco chamar de subjetividade *ubuntu*. *O sou porque somos* é a nossa natureza, um ser só pode vir a ser a partir do encontro com o outro, esse outro não é somente com um ser humano, peça fundamental para a recepção dessa nova vida, mas é também tudo o que achamos ser outro, mas que também nos compõe por sermos individualidades que compomos o todo. Essa subjetividade do encontro se inicia com quem cuida, que pode ser a mãe comum ou qualquer outra pessoa que se disponha a cuidar, nesse embalo de necessidade e encontro com aquilo que se necessita, quase como uma dança. E, ao seguir pouco a pouco o seu desenvolvimento.

Assim, gradativamente a criança se torna capaz de abranger quase que qualquer evento exterior, a percepção se tornando quase sinônimo de criação. (...) a criança se torna gradativamente capaz de se defrontar com o mundo e todas as suas complexidades (...). Em círculos cada vez mais abrangentes da vida social a criança se identifica com a sociedade, porque a sociedade local é um exemplo de seu próprio mundo pessoal (...) (WINNICOTT, 1983, p. 86-87).

Para ampliarmos a compreensão acerca da teimosia, a criatividade precisa compô-la, tendo em vista que toda criação que se presentifica na ancestral resistência negra, corpo e criação são um só. Se resiste pela religião, se resiste pela música, pela expressão, pela constante criação. Esse criar que muitas vezes sangra, como nos lembra Conceição Evaristo, mas ao sangrar enuncia algo para o mundo sobre o direito a ser.

A teimosia tenta criar uma solução a esse mundo traumatizante-colapsante, como que uma resposta à não aceitação da realidade imposta. Uma realidade que enquadra os seres no “cubo branco”, como nos diz Kilomba (2019). Esse cubo, em que tudo e todos são vistos a partir do olhar heteronormativo branco, sem a abertura para multiplicidade que somos. A teimosia é água a desaguar, a infiltrar as estruturas da sociedade calcada em um colonialismo reducionista e limitante. Teimar é responder à constante inquietação, é tentativa da criação de um novo mundo, um mundo em que o mundo pessoal do ser negro possa ser aceito. Teimar é rebelar-se contra a não aceitação imposta pela sociedade, a qual cria uma quebra na linha de continuidade

desse ser, que ao não encontrar conforto na ampliação dos seus círculos, é arrebatado pela incompreensão.

Os círculos e o poder da circularidade, da força vinda da multiplicidade é trincado ao ser enquadrado no cubo branco, local de tentativa de impossibilidade e de irracionalidade. Destarte, a *práxis* psicológica necessita se ancorar no entendimento de que o clínico e o político são lugares psíquicos por excelência, em que a fala trará a conexão com o corpo e a linguagem, assim, as narrativas que encontramos em nossos diferentes campos de atuação apontam para uma *práxis* revolucionária como antídoto, ou seja, uma atuação clínica-política que promova a destituição do poder racista colonial expresso pela cena da branquitude e a fixação da negritude, para um processo de descolonização mental, capaz de expulsar a característica e o submetimento de mentes e corpos da opressão colonizadora onipresentes nas relações e nas estruturas do poder.

Mas esqueceram a constância do meu amor. Eu me defino como tensão absoluta de abertura. Tomo esta negritude, com lágrimas nos olhos, reconstituo o seu mecanismo. Aquilo que foi despedaçado é pelas minhas mãos, lianas intuitivas, reconstruído, edificado (FANON, 2008, p. 124).

CAPÍTULO 4 – A RODA DAS FÊNIX

4.1 Sobre a coleta de dados

Entrevistamos mulheres negras que tivessem recebido o diagnóstico de depressão. As mulheres que desejaram participar da pesquisa preencheram um *google forms* com perguntas sociodemográficas: idade, renda, escolaridade, situação de trabalho, religião, estado civil, identidade de gênero e, informações sobre o diagnóstico: idade em que o recebeu, se fazia uso de medicamentos, se realizava atendimentos psicológico e psiquiátrico.

A presente pesquisa pretendeu compreender a expressão da depressão em mulheres negras adultas em diferentes momentos da vida. Entendendo que o campo denominado de “espaço potencial”, que é um campo imaginário e de mediação psíquica, facilitará ao longo da vida a administração e o escoamento da tensão psíquica que naturalmente se estabelece entre o princípio do prazer e o princípio da realidade, e que esse campo se mantém durante a sua existência, sendo de suma importância para a saúde emocional nos diferentes momentos dos ciclos de vida. Desejou-se ter grupos que contemplassem as seguintes faixas etárias (PAPÁLIA; FELDMAN, 2013): a) 18-40 anos (jovem adulto); b) 41-65 (meia idade); c) 65 anos e diante (terceira idade).

O recrutamento das mulheres negras a serem pesquisadas foi realizado a partir de um convite feito às pessoas que se enquadravam nos seguintes quesitos: ser mulher, negra, adulta e com diagnóstico de depressão. Sendo um projeto em psicologia clínica derivado da prática clínica diária desenvolvida pela pesquisadora, pretendia-se divulgar em redes de movimentos sociais de mulheres negras, a fim de convidar aquelas que se enquadrassem neste o perfil, mas sobretudo as que desejassem participar e contribuir para pesquisa.

No recrutamento considerou-se o estado emocional atual de cada convidada, a partir da realização de uma triagem inicial de inteira responsabilidade desta pesquisadora, e teve como objetivo a identificação da possibilidade emocional de participação, o esclarecimento das informações da pesquisa, assim como o período

de realização e término deste. Optou-se pelos casos com menor vulnerabilidade atual, a fim de dirimir riscos, por compreender o risco subjetivo que foi cuidado pelo próprio manejo clínico oferecido no atendimento grupal realizado no decorrer da pesquisa.

Essa pesquisa contou com o apoio do Serviço de Psicologia Aplicada da UFF para o recrutamento, o fornecimento dos contatos telefônicos e o suporte institucional necessário para a coleta de dados através dos grupos a serem realizados, contudo pelo fato da pesquisa ter iniciado em período da pandemia do COVID-19, optou-se pela realização do grupo via plataforma digital. As mulheres que aceitaram participar dessa pesquisa receberam uma carta convite.

Ao final do recrutamento o grupo foi composto por 5 mulheres e que tinha o objetivo de dialogar sobre o ser mulher negra com depressão tendo as seguintes perguntas como fio condutor: O que despertou o seu interesse em participar dessa coleta? Como e em que momento o diagnóstico de depressão foi recebido? Como é ser mulher negra com depressão? Como é estar com outras mulheres negras com depressão? Como foi a experiência de estar em grupo?

4.2 A potência dos encontros e dos desencontros com o campo de pesquisa: a ativação do comum e o surgimento da Roda das Fênix

O desenvolvimento da pesquisa de campo deu-se após um longo processo de idas e vindas das solicitações feitas pelo CEP UFF. É interessante refletir o quanto certas demandas da vida e suas exigências burocráticas de certa forma compõem esse caminho que é enveredar no campo da pesquisa, no campo do desconhecido. Contudo, quando se está no mar revolto, somente a tensão, o estresse e a fadiga é que habitam o ser, mas ao conjeturar e escrever acerca desse caminhar é que ratifico que realmente só se caminha caminhando.

Enfim, em um primeiro momento as entrevistas a serem realizadas para essa coleta seriam individuais, contudo, identifiquei um desejo muito presente de que as mulheres dessa pesquisa pudessem se conhecer. Para que isso fosse possível cogitei perguntar se elas também tinham o mesmo interesse.

Entretanto, na caminhada e entre um ajuste e outro ao Comitê, surgiu a ideia da potência da realização de um grupo para alcançar o que buscava com a pesquisa.

O interesse não se debruçava apenas em perguntar como e quando da depressão, mas havia algo além que ainda não entendia muito bem, mas que tinha certeza de que o grupo me ajudaria a responder.

O pré-determinado para o grupo foi que haveria uma quantidade de encontros, alguns tópicos a serem questionados e debatidos, e uma devolutiva para as participantes após a coleta. Ao receber a liberação do CEP foi realizado o contato com algumas redes de mulheres para o envio de um convite tímido e com pouca divulgação, devido ao número limite para a composição daquilo que seria esse grupo de mulheres negras com depressão.

O interesse inicial era conseguir pelo menos uma mulher de cada grande região de nosso país, já que a coleta seria realizada via plataforma digital. No primeiro encontro estávamos com três mulheres, duas do Nordeste e uma do Norte. Do terceiro encontro em diante seguimos com mais duas mulheres, ambas do Sudeste. Assim se iniciou esse encontro de mulheres negras com depressão, com cinco mulheres.

O contato com essas mulheres permitiu-me perceber que o interesse desta tese estava naquilo que Lancetti (2008) denominou de “ativação do comum” e não apenas em reproduzir relatos sobre o “diagnóstico”, mas sim, em entendê-lo profundamente, apreendendo o que narra o suposto diagnóstico e, acima de tudo ativar um campo de encontro, ativar uma troca do “comum”, para além da depressão.

Essa ativação do comum, é a ativação da potência e da construção de uma maneira cooperativa de reconhecimento desse comum em nós. Lancetti certamente bebeu na fonte spinozista ao pensar na ativação do comum, pois como nos explana Aurélio na introdução do Tratado Político (2009)

(...) potência diz-se comum, repare-se, não porque tenha na origem uma unanimidade das vontades individuais, ou sequer da sua maior parte, mas por congregar em si força bastante para se impor comumente a todos e a cada um daqueles (...). A potência comum é sempre a soma de toda esta multiplicidade de potências e impotências individuais. Por isso, quanto mais livre for cada um dos indivíduos que se congregam na potência comum, mais potente esta será (AURÉLIO, 2009, p. XXII).

Apostamos na realização da coleta em grupo com o intuito de funcionar como um potencializador de trocas e ativar uma estratégia metodológica visando a saída do campo do individualizante, valorizando o coletivo e o intuito de ativar a potência dessas mulheres no encontro do “comum”. Em nosso grupo, o comum não estava somente

no ser mulher negra com depressão, mas sim nas vivências, no sentir, no estar no mundo, para além das barreiras geográficas, culturais e religiosas, e, acima de tudo pela soma das potências e impotências encontradas a cada encontro umas nas outras e validadas ao se convergir em comum.

Nossos encontros passaram a se dar às quintas-feiras e, por solicitação delas, o grupo que agora era Roda (assim elas chamavam) passou a ter um tempo de duração não mais determinado por mim e sim por nós. Lembro-me da importante pontuação realizada por Winnicott ao escrever sobre o exercício da técnica psicoterápica. Ele pontua que

A análise não consiste apenas no exercício de uma técnica. É algo que nos tornamos capazes de fazer quando alcançamos um certo estágio na aquisição da técnica básica. Aquilo que passamos a poder fazer é cooperar com o paciente no seguimento de um processo, processo este em que cada paciente possui o seu próprio ritmo e caminha no seu próprio rumo. Todos os aspectos importantes originam-se no paciente, e não em nós enquanto analistas. (WINNICOTT, 2000, p. 374)

Esse destaque feito por Winnicott garantiu-me o apaziguamento do prenúncio de ansiedade que se presentificava no processo. Ansiedade essa que por se conectar com todas as demandas do caminho, não percebia o caminhar e, muito menos o processo. Processo que acontece conforme o ritmo da pesquisa, do encontro com o campo e, aqui com a construção do *setting*. Isso foi o que destaquei acima ao pontuar que a duração não era mais determinada por mim e sim, por nós, pelo encontro, pelo ritmo do grupo-roda.

Para elas a Roda passou a ser um espaço de encontro esperado durante a semana, um lugar de respiro diante dos desafios cotidianos. O conceito de Roda, remete-me a potência da circularidade, da palavra e da escuta que pode rodar, em que todas estão equiparadas e, que apesar de seus tempos diferentes, de suas características e de suas experiências singulares, mas ao mesmo tempo comuns, estão tecendo esse *setting-roda* paradoxal, em que as memórias do fora se presentificam dentro e do dentro se presentificam fora. Daquilo que antes parecia incomum, singular, e que agora pode encontrar eco, poder se fazer encontro, troca e reverberação do comum em nós. Kilomba (2019b) faz uma importante consideração ao destacar que a potência da circularidade está na garantia de um olhar múltiplo para realidade, e por conseguinte, na descolonização e na desobediência.

Lancetti (2008, p. 20) nos diz que “o *setting* é a montagem, o cenário ou a situação, o espaço dentro-fora facilitador da comunhão inconsciente-consciente, relação na qual o psicanalista opera”. Nesse caso, nossa montagem passou a ser a Roda, a qual inclusive passou a ter um nome escolhido por elas – a “Roda das Fênix”.

Quando da escolha do nome, tratávamos a questão do ressurgir frente as dores profundas vividas e ali compartilhadas por elas. Para elas o nome Fênix era o mais apropriado justo por essa figura mitológica ser baseada no pássaro egípcio Benu que representa uma das formas primitivas do Deus Supremo, sendo a sua primeira e mais profunda manifestação, associada à criação do mundo, simbolizando o renascimento e o recomeçar a partir de si mesmo, trazendo como elemento o Sol, o fogo, as cinzas da sua autodestruição e o renascer a partir de suas próprias cinzas. Ventura (2018, p. 24; 26) que utilizou o mito da fênix em sua tese de doutorado na área da educação retrata que:

Provavelmente o mito da fênix está ligado ao culto do Sol entre as civilizações que brotaram no norte da África e na Assíria, sendo incorporado à mitologia egípcia e transmitido ao ocidente pelos gregos (...) A combustão desse pássaro depende de novos arcanos que colheu na sua travessia de transmutação. (...) folhas e unguentos para tessitura de seu ninho, projetando com e a partir deles sua morte e renovação; desta forma, transmuta sua identidade num movimento ao mesmo tempo diaspórico e cíclico que cura toda ruptura, repara cada fenda através desse retorno.

É dessa alquimia evidenciada por Ventura que se remete a nomenclatura escolhida por essas mulheres para Roda. Ressurgir nesse caso é uma tecnologia de vida, um movimento que restaura a teimosia e faz retornar apesar de tudo, não significa ser resiliente, todavia algo mais profundo e que remete a uma recomposição após o arrebatamento e a sensação de destruição frente as dificuldades que serão aqui retratadas.

4.3 Encontrando e desenhando a Roda: análise das narrativas, diálogos, reflexões e escrituras da coleta de dados

O encontro com essa roda de mulheres apresenta a potência do olhar para a expressão dos processos de subjetivação e enunciação de uma coletividade. Um fenômeno ao ser olhado de fora não expressa da mesma forma, a multiplicidade de

seus agenciamentos vistos de dentro. Um enunciado possui a capacidade de trazer à tona toda uma produção existencial, sendo sempre coletivo, pois que remete a um modo de existência, sendo o sujeito inseparável de suas marcas e inscrições coletivas. Estar com essas mulheres e entre essas mulheres me permitiu pela força do encontro e dos desencontros das narrativas, acessar a multidão que carregamos em nós.

Pensar esse grupo como roda, além de evocar a potência da circularidade, intentou-se compreender esse dispositivo com toda a sua capacidade de transformação, de desterritorialização, de rupturas e de aberturas de novas possibilidades, de novos processos de singularização, como nos aponta Benevides (1993). A roda evoca esse lugar da circularidade em que em alguns momentos nos aproximamos e depois nos distanciamos, as vidas individuais alheias às vezes vista, sentida e identificada como a própria vida lembrando como carregamos mais de comum do que essa vida individualista que o neoliberalismo teima em nos entubar goela abaixo.

Spinoza (2019) afirma que nossa potência de agir será “estimulada ou refreada pela potência de outra coisa singular que tem algo em **comum** conosco” (Ética IV, proposição 29, p. 88). Comum e coletivo caminham juntos, não perdemos em nada de nossa essência enquanto sujeitos, claro que esse coletivo não pode e não deve ser romantizado, mas a questão que aqui se destaca é a força do comum, justo por partimos de um coletivo. Martins (2021, p. 203) afirma que

Princípio *mater* relacional, interliga tudo o que no cosmos existe e tudo recobre em ondas de radiação e de transmissão da energia vital que garante ao mesmo tempo a existência do comum e diferenciada de todos os seres, nos quais se inclui a pessoa e seus entornos, na variedade e diversidade de sua natureza. Canal da força vital, a concepção ancestral, como um novelo, inclui, no mesmo circuito fenomenológico, as divindades, a natureza cósmica, a fauna, a flora, os elementos físicos, os mortos, os vivos e os que ainda vão nascer, concebidos como anéis de uma complementariedade necessária, em contínuo processo de transformação e devir. No seu âmbito tudo se estabelece em relações interdependentes e mutuamente constitutivas.

Apreendendo o significado dessas relações interdependentes e mutuamente constitutivas, nosso comum é fazer parte desse todo interligado, por isso é que considero que as mulheres negras que protagonizam nessa tese evocam essa força, ao se encontrarem, ao se verem, mesmo trazendo suas peculiaridades pessoais e suas

características culturais, visto que tivemos mulheres de diferentes regiões do Brasil, como citado anteriormente, mas perceberemos a seguir como se dá o encontro dessas águas-mulheres pelo comum. Me aventuro a criar o termo “águas-mulheres”, a fim de elucidar que a transformação vem pela combustão, pela força da Fênix, mas o fluir vem das águas, o girar da roda está na força desse elemento, que é doce ou salgado, tranquilo ou agitado, mas sempre movimento. As narrativas são fluidas ou truncadas quando carregadas de grandes tensões, mas elucidam o fluxo, pois como afirma Evaristo “(...)do nosso sangue-mulher - de nosso líquido lembradiço - em cada gota que jorra- um fio invisível e tônico pacientemente cose a rede” (EVARISTO, 1998, p.42;43). O tônico líquido que pacientemente cose a rede potencializa o comum ativado pelo encontro, pela troca, pelos olhares, pela força da sustentação emocional da roda, pelos conselhos, pela similaridade e pelas diferenças.

A força vital garantida pela roda e pela sua continuidade, sustentou e acolheu as vozes-mulheres presentes nesta tese. Essa força de sustentação se deu pela continuidade estabelecida e solicitada por elas, uma vez que a princípio teríamos apenas oito encontros e finalizamos com aproximadamente nove meses de encontros inicialmente semanais e após seis meses quinzenais, 28 encontros. A roda estabeleceu seu próprio movimento apontando a esta pesquisadora os limites reais de controle que uma pesquisa com seres humanos se depara. A força da multidão é sempre mais potente do que a do indivíduo e essa força se presentificou no encaminhamento do grupo. As perguntas apresentadas no capítulo 5 desta tese seguiram como fios condutores, mas não como pontos principais de explanação. O método cartográfico, nos ensina que o campo de pesquisa tem seus próprios meios e caminhos, o campo é que leva as(os) pesquisadoras(es) pela mão e precisamos estar abertos para esse caminho que só se faz caminhando. Veremos nos núcleos de análise apresentados abaixo, como as narrativas foram ditando seu próprio curso, por isso, utilizo a água para me referenciar a essas mulheres, suas energias seguiram como águas-mulheres ditando o ritmo, o caminho e o ciclo de cada encontro.

A sustentação se deu tal como um campo de firmeza a partir da expectativa pelo encontro, a presença nos encontros, os limites estabelecidos de cuidado e a ética entre a pesquisadora e as participantes. Recordo-me das sessões umbandistas quando é solicitado que as pessoas que aguardam pelo atendimento “firmem o ponto”,

a firmeza do ponto garantida pela força da coletividade que se encontra ali com uma finalidade comum, apesar de suas singularidades, a firmeza está nas palmas, nos cantos e no toque dos atabaques, que garantem a energia, a força vital, a presença das entidades que realizarão o atendimento espiritual. A firmeza da Roda das Fênix estava na preocupação estabelecida, na felicidade e na tristeza compartilhada, no encontro aguardado e encontrado.

Recorro a Guimarães e Podkameni (2008) que propuseram uma prática de intervenção denominada de “Rede de Sustentação Coletiva” cujo objetivo é a manutenção e a realimentação do campo subjetivo – o espaço potencial, para lidar com a situação conflitual traumatizante do racismo. Eles ilustram a partir do caso de Dina, uma menina negra de 17 anos que tem uma gravidez supostamente imprevista e inesperada, desconfiada e retraída nos momentos iniciais dos encontros grupais, mas que com o decorrer do grupo e com o recebimento de acolhimento e sustentação, passa a expressar mais alegria, expressão, troca ativa. Eles destacam

(...) chamamos de Rede de Sustentação Coletiva, junto com **construção de uma vivência de continuidade de existir no tempo** (o tempo dos encontros do grupo), **vivências compartilhadas de cuidados**, e **conjugação de vivências de limites adequados, como um fluido condutor e conector**, pôde ser introjetada e passar a fazer parte da memória grupal. Entendemos que o **amálgama** dessas vivências foi fazendo, ao longo dos encontros, com que Dina se sentisse acolhida e pudesse realimentar e manter a “liga”, a integração de sua subjetividade, não deixando que a situação conflitual, apesar de todo o impacto, se transformasse em situação conflitual traumatizante.

A sustentação encontrada nas vozes de compreensão, entendimento e desacordos criaram esse fluido condutor e conector justo por estarem ligadas pelo comum inicial – ser mulher negra com depressão – o qual se expandiu para um comum além do diagnóstico, um comum grupal construído alquimicamente pelos seis corpos presentes, ora com presença de todas, ora com a ausência de algumas, mas na garantia da continuidade, da firmeza do ponto, da continuidade das vivências compartilhadas e do cuidado recebido. É importante destacar que os encontros se deram remotamente por plataforma Zoom, mas a energia da roda estava lá, com as mulheres, suas casas, suas crianças. Cenários repetidos, cenários diferentes, mas lá estavam elas para compartilhar suas histórias.

4.4 As características das mulheres presentes na Roda

As cinco mulheres presentes na pesquisa, são mulheres cisgêneras, heterossexuais, três se consideravam pretas e duas se consideravam pardas. Três eram divorciadas, uma casada e uma solteira. No que tange a maternidade, três tinham apenas um filho, uma tinha dois filhos e uma nenhum. Essa mulher que mencionou não ter nenhum filho, teve seu filho adotivo tragicamente assassinado com 1 ano e meio. No quesito escolaridade, duas delas tinham mestrado, uma graduação e uma ensino médio. No que diz respeito às condições de trabalho, três eram autônomas, uma estava desempregada e uma com trabalho celetista. A renda média variou entre R\$ 2 mil – R\$ 3 mil. Uma mulher tinha renda entre R\$ 3 mil – R\$ 4 mil e uma entre R\$ 5 mil e R\$10 mil. Quatro delas faziam tratamento medicamentoso para depressão e três contavam também com acompanhamento psicoterapêutico. O diagnóstico de depressão foi recebido entre 15 e 39 anos e todas tinham interesse em compartilhar suas histórias com outras mulheres.

Observemos que as mulheres desta pesquisa variaram entre as classes sociais consideradas D e E até a base da classe B¹⁴. Segundo o site Infomoney “Os brasileiros mais pobres (classes D e E) continuarão a ser mais da metade da população até 2024 e a retomada da economia tende a favorecer inicialmente as classes sociais mais altas”. As classes sociais podem ser divididas atualmente da seguinte forma: Classe A: **2,8%** (renda mensal domiciliar superior a R\$ 22 mil); Classe B: **13,2%** (renda mensal domiciliar entre R\$ 7,1 mil e R\$ 22 mil); Classe C: **33,3%** (renda mensal domiciliar entre R\$ 2,9 mil e R\$ 7,1 mil), e Classes D/E: **50,7%** (renda mensal domiciliar até R\$ 2,9 mil).

A realidade econômica das mulheres pesquisadas evidenciou que mesmo com um nível de escolaridade superior, em sua maioria, o título não se apresentou como uma garantia de boas condições de trabalho, visto a renda média apresentada. Notemos que três das cinco mulheres são autônomas, apontando para estratégias

¹⁴ Classes D e E continuarão a ser mais da metade da população até 2024 [Classes D e E continuarão a ser mais da metade da população até 2024, projeta consultoria \(infomoney.com.br\)](https://www.infomoney.com.br/projecao-da-populacao-até-2024). acessado em 01 de junho de 2023.

implementadas para encontro de saídas diante das dificuldades trabalhistas e econômicas impostas. Gonzalez (2020) destaca essa desigualdade imposta a mulheres negras, suas pesquisas realizadas em 1980 ainda se apresentam como atuais. Gonzalez diz que a discriminação interseccional de sexo, raça e classe faz das mulheres negras o segmento mais explorado e oprimido da sociedade brasileira trazendo importantes limitações para sua ascensão, no entanto, “apesar da situação de extrema inferiorização, a mulher negra exerceu um importante papel no âmbito da estrutura familiar ao unir a comunidade negra para resistir aos efeitos do capitalismo e aos valores de uma cultura ocidental burguesa” (MOORE, 2007, p. 283). A resistência se dá pela manutenção do núcleo familiar, pelas linhas de fuga encontradas para driblar a dura realidade e pela teimosia.

Outro importante destaque é que o grupo é majoritariamente cisgênero e heterossexual apontando para importância de atentarmos para como as cobranças socio-heteronormativas recaem sobre essas mulheres. Sá e Szylił (2021, p. 52) destacam que

Na lógica heteronormativa, homens se relacionam instintiva e naturalmente com mulheres enquanto gêneros opostos que se atraem mutuamente. Entretanto, essa lógica pressupõe, antes, a cisgeneridade, uma vez que a classificação homem/mulher está socialmente condicionada à anatomia do corpo. Esta é a cisnorma, que caracteriza como padrão de referência da normalidade a cisgeneridade.

Na cisgeneridade está incluído padrões, formas de ser, estar e agir, tanto dos corpos mulheres, quanto dos corpos homens. No entanto, em uma sociedade patriarcal a cobrança sobre o corpo mulher se faz de forma diferente, ainda mais quando destacamos o corpo mulher preta objetificado, criado e imaginado pela sociedade racista para ser usado e sobrecarregado por homens e por mulheres brancas. Davis (2016, p. 24) destaca:

Proporcionalmente, as mulheres negras sempre trabalharam mais fora de casa do que suas irmãs brancas. O enorme espaço que o trabalho ocupa hoje na vida das mulheres negras reproduz um padrão estabelecido durante os primeiros anos da escravidão. Como escravas, essas mulheres tinham todos os outros aspectos de sua existência ofuscados pelo trabalho compulsório. Aparentemente, portanto, o ponto de partida de qualquer exploração da vida das mulheres negras na escravidão seria uma avaliação de seu papel como trabalhadoras. O sistema escravista definia o povo negro como propriedade. Já que as mulheres eram vistas, não menos do que os homens, como unidades de trabalho lucrativas, para os proprietários de escravos elas poderiam ser desprovidas de gênero. Nas palavras de um acadêmico, “a

mulher escrava era, antes de tudo, uma trabalhadora em tempo integral para seu proprietário, e apenas ocasionalmente esposa, mãe e dona de casa”. A julgar pela crescente ideologia da feminilidade do século XIX, que enfatizava o papel das mulheres como mães protetoras, parceiras e donas de casa amáveis para seus maridos, **as mulheres negras eram praticamente anomalias.**

Note-se que a vivência do racismo não está restrita a discriminação racial, o preconceito é a ponta do iceberg de uma realidade histórica-política-econômica, estruturada no poder e na dominação concreta de uma raça em benefício de outra, assim o racismo beneficia, mantém e garante os interesses da classe dominante, vantagens concretas, como acesso às oportunidades de emprego, à educação, ao lazer, ao capital, ao direito. Moore (2007, p. 285) diz que na contemporaneidade o racismo está arraigado ao modo de funcionamento do mundo nas instâncias econômicas, culturais, políticas e militares ditando a manutenção de redes de privilégio, de acesso, de garantia “de um conjunto de comportamentos agressivos, violentos e egoístas cuja finalidade é a estruturação e a sustentação de sistemas de gestão dos recursos em termos racialmente monopolistas”.

Como destaca Davis (2016) e Gonzalez (2020) a mulher negra terá um papel nessa rede de opressões por ter sua imagem de corpo objetificada e intimamente ligada à “mãe preta”, que Davis denomina “Nanny” ou a mulata tipo “exportação”. Ou seja, para servir, cuidar e limpar, com todas as suas variações (faxineira, doméstica, serviços gerais, cozinheira, merendeira) ou para ter o corpo utilizado sexualmente ou para entretenimento.

Malgrado o deslocamento intelectual, não há a garantia de uma boa colocação no mercado de trabalho, acesso em minha memória a fala racista de uma professora da minha faculdade de psicologia que em certa feita me questionou o porquê da escolha pelo curso de psicologia, uma vez que segundo ela, nós alunas/es/os pretas/es/os bolsistas da universidade, iríamos nos formar para sermos caixa de supermercado. A inserção no mercado não será atravessada apenas pela capacidade, mas também por esse lugar abordado por Moore de redes de privilégio na qual o deslocamento social de uma mulher negra é capturado pela trança perversa interseccional raça-gênero-classe-cisheteronormatividade, exigindo esforços sobre humanos que encontram respaldo na crença de que pretas/es/os para alcançarem

algo precisam ser as(os) melhores, estarem super arrumadas(os), falarem extremamente bem, dentre outros atributos que nada mais são do que o outro lado da mesma moeda racista.

A sobrecarga encontra eco no fato da maioria das mulheres dessa pesquisa serem mães solo, ou seja, mães que cuidam ou cuidaram de seus filhos sem cônjuge e com praticamente nenhuma rede de apoio, mulheres que enfrentam no dia a dia a responsabilidade exclusiva ou quase exclusiva para cuidar de seus filhos e sustentar suas casas. Corroborando com dados de pesquisa realizada pela Fundação Getúlio Vargas (2023) recentemente, que apontou que “a dinâmica recente de mães solo tem sido explicada predominantemente (90%) pela ascensão do quantitativo de mães solo negras (pretas e pardas), que passou de 5,4 milhões para 6,9 milhões no período”.¹⁵

Observemos também, que o diagnóstico dessas mulheres surgiu entre 15 e 39 anos. Esses são anos de maior expansão de vida, de encontros de produtividade laboral dos sujeitos, formação familiares, chegada de filhos, mas também período de maiores desafios frente a cobranças sociais, responsabilidades e expectativas. Em 2022 a OMS destacou que na América Latina, o Brasil é o país com maior prevalência de depressão, além de ser o segundo país com maior prevalência nas Américas.¹⁶ Esses dados preocupantes retratam nosso país como um lugar insalubre para saúde mental. A insalubridade se presentifica nas condições de vida, no racismo, no machismo, nas desigualdades, na homofobia. Viver em ambientes insalubres exige o desenvolvimento de técnicas de sobrevivência, visto que os seres vivos estão sempre pulsantes, buscadores de estratégias para perseverar em si e na coletividade. O esforço por perseverar denominado por Spinoza de *conatus*, se expressa nessa força vital, na potência de perseverar na vida, na potência de agir. Spinoza (2019) afirma que a tristeza é o ato pelo qual temos nossa a potência de agir diminuída ou refreada, quando os afetos tristes se fazem presentes as ideias são inadequadas, temos nossa capacidade de raciocinar atravessada, e conseqüentemente nosso ser e estar no mundo carregará essa variação. Pensar e cuidar da tristeza é importante, pois em

¹⁵ Mães solo no mercado de trabalho crescem 1,7 milhão em dez anos | Portal FGV.

¹⁶ Disponível em: <<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2022/setembro/na-america-latina-brasil-e-o-pais-com-maior-prevalencia-de-depressao>>.

algumas circunstâncias essas forças externas podem levar o ser a um estrangulamento, instaurando-se a melancolia, a qual passa a subtrair a força de viver e causar a inversão do *conatus*, gerando paralisia e uma invasão letal pela tristeza e desesperança.

4.5 Condução da Roda: estratégia metodológica de coleta de dados e organização de sentidos

Como estratégia de compreensão dos caminhos percorridos nos encontros, as falas foram separadas em grupos de sentido trazidos por essas mulheres da forma como elas conduziram as falas para abordar as grandes temáticas propostas por essa pesquisadora: como se deu o diagnóstico de depressão? Ser mulher e depressão? Ser mulher preta com depressão? Um importante item que não havia sido abordado por mim e que eclodiu na roda foi a questão da maternidade.

As perguntas disparadoras foram feitas em encontros distintos. Essas perguntas eram realizadas após a abertura dos encontros com trocas espontâneas sobre a semana. O grupo iniciava com a seguinte pergunta: Como vocês estão chegando hoje? Essa pergunta de abertura foi utilizada como estratégia metodológica de acolhimento. A partir desta pergunta, em muitos momentos o grupo seguiu caminhos próprios. Caminhos que foram importantes para o estabelecimento de confiança, trocas, alianças e abertura. Entendi que elas precisavam receber algo da troca e que esse algo estava no fortalecimento da energia grupal. A fim da pesquisa não seguir o propósito da presente pesquisa, as perguntas disparadoras voltavam em momentos considerados adequados e de maior abertura.

Dar a livre palavra para essas mulheres foi uma estratégia clínica-política antirracista de direito a saída do silenciamento secularmente imposto a corpos negros. Em muitos momentos elas conduziram a caminhada do encontro e o meu papel era apenas de pequenas pontuações ou abertura para outras reflexões. Percebi que esse manejo terapêutico garantia sustentação, contorno e confiabilidade entre o grupo, tornando-se assim um espaço, sobretudo de cuidado e não apenas de pesquisa.

A Roda das Fênix era inicialmente pesquisa e coleta, mas gradualmente tornou-se espaço de sustentação e cuidado, seguindo seu próprio caminho e me conduzindo

de forma muito cuidadosa pela mão. Me deixei levar e confesso que me embalei, me emocionei e aprendi com relatos tão potentes quanto as mulheres negras ali presente. Eu era parte da Roda e a Roda passou a ser parte de mim. Meu corpo pesquisadora preta encontrava eco nas narrativas de outras mulheres negras desses inúmeros brasis. Lá estávamos nós aprendendo profundamente umas com as outras.

Desses encontros de vasto conteúdo segui o caminho da escolha por relatos que apontassem para a especificidade do ser mulher e negra, por identificar a importância da consideração da trança perversa interseccional na produção da subjetividade dessas mulheres, no adoecer emocional e, por conseguinte na depressão. A partir do exposto, foram destacados os seguintes grupos de sentido:

- De onde partimos? Fio disparador da roda - Depressão e seu início: o porquê de tudo.
- Rejeição e submissão: a letalidade do encontro do cristianismo e do racismo.
- Rejeição e Submissão: o agradar o outro como estratégia de sobrevivência.
- Submissão e a transmissão transgeracional: do “parecer forte” como estratégia de sobrevivência ao direito de não receber a herança.
- Racismo transgeracional, o mito da mulher preta superforte e suas consequências: a sobrecarga e a autocobrança.
- Ser mulher e depressão: o enquadramento do gênero no processo de adoecimento. De quê mulher estamos falando?
- A trança perversa interseccional do adoecer: racismo nosso de cada dia, corpo e gênero.
- O colapso: o suicídio como última tentativa.

Os grupos de sentido supracitados serão desenvolvidos no capítulo a seguir e seguirão a ordem exposta, pretendendo possibilitar a construção de um campo de compreensão acerca do papel da conjugação dos inúmeros campos de opressão e de subjugação presentes na vida das mulheres negras pesquisadas.

Um outro ponto importante é que os nomes escolhidos para essa pesquisa serão para homenagear mulheres negras importantes para a construção da sociedade brasileira. Os nomes escolhidos e os motivos seguem listados abaixo:

- Aqualtune – foi uma princesa africana escravizada no Brasil e líder quilombola à frente de um dos 11 mocambos do Quilombo dos Palmares, que resistiu ao regime colonial por cerca de 130 anos. Liderou, em 1665, uma força de dez mil homens na Batalha de Mbwila (cidade localizada na atual Angola), entre o Reino do Congo e Portugal, e foi capturada com a derrota congoleza. Com seus conhecimentos políticos, organizacionais e de estratégia de guerra, foi fundamental para a consolidação do Estado Negro, a República de Palmares. Ela foi, segundo a tradição, a mãe de Ganga Zumba e avó materna de Zumbi dos Palmares.

- Beatriz – em homenagem a Maria Beatriz Nascimento historiadora, professora, roteirista, poeta e ativista pelos direitos humanos de negros e mulheres brasileira. Em 1995, Maria Beatriz foi assassinada pelo companheiro de uma amiga que ela tinha aconselhado a largar o companheiro, após várias reclamações de violência doméstica. Ele assassinou Beatriz com cinco tiros, por entender que ela interferia em sua vida privada o teria ofendido em frente a seus amigos.

- Jurema – em homenagem a Jurema Pinto Werneck que é uma importante ativista feminista, médica, comunicóloga, escritora, co-fundadora da ONG Crioula e atualmente diretora executiva da Anistia Internacional no Brasil.

- Nilma – em homenagem a Nilma Lino Gomes que é uma pedagoga e foi a primeira mulher negra do Brasil a dirigir uma universidade pública federal, ao ser nomeada reitora da Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira (UNILAB), em 2013. Tem se posicionado, frequentemente, na luta contra o racismo no Brasil. Em 2 de outubro de 2015 foi nomeada pela presidente Dilma Rousseff para ocupar o novo Ministério das Mulheres, da Igualdade Racial e dos Direitos Humanos, que uniu as secretarias de Políticas para Mulheres, Igualdade Racial, Direitos Humanos e parte das atribuições da Secretária-geral.

- Sueli – em homenagem a Aparecida Sueli Carneiro, nascida em São Paulo, em 24 de junho de 1950. É filósofa, escritora e ativista antirracismo do movimento social negro brasileiro. Sueli

Carneiro é fundadora e atual diretora do Geledés — Instituto da Mulher Negra e considerada uma das principais autoras do feminismo negro no Brasil.

CAPÍTULO 5

ANALISANDO OS DADOS: A POTÊNCIA DO FLUXO DA NARRATIVA DAS ÁGUAS-MULHERES

5.1 A importância de estar em grupo – construindo a Roda

Ao iniciarmos os encontros o primeiro questionamento realizado foi como era para elas estar em grupo e as seguintes colocações foram feitas:

(...) na verdade eu acho bom conversar em grupo, eu acho uma coisa bacana porque às vezes a gente pensa que só a gente passa pelas coisas, né, ninguém sofre do jeito que eu sofro e na verdade dá um certo alívio saber que outras pessoas também passam pelo que a gente passa, vê que tem esperança, que eu não sou doída, que só eu penso algumas coisas pra mim, na verdade é bem bacana. (Sueli)

Pra mim é uma honra tá aqui, é perfeito, é bom compartilhar com outras pessoas e que foi o que eu falei pra ela o que eu relatei de quando eu tava internada que eu tava com pessoas que é o caso de Jurema, estar aqui mais do nunca é uma pessoa que também passa por depressão que também pensou em suicídio, ninguém mais do que nunca entende. Então, tá compartilhando essa vivência só vai enriquecer. (Aqaltune)

Eu fui convidada por Aqaltune (risos). Uma pessoa que eu conheci no meu pior momento, né... tipo, né, ela conheceu a Jurema de verdade, né, cheia de traumas, medos. e quando ela me falou sobre o que era eu fiquei tipo assim “nossa” (risos). Mas porque, tipo assim, pra mim é difícil falar sobre o assunto, ela mesma sabe o quão difícil é pra mim falar sobre isso, mas eu achei que seria bom até mesmo pra eu conseguir quebrar algumas barreiras minhas, então, eu falei “vai ser bom, vai me ajudar muito isso!”. (Jurema)

Uma pista interessante que é trazida com essas falas diz respeito a saída da solidão, do sentimento de exclusividade e de singularidade do sintoma, Rauter (2012) aponta para o grupo como importante ferramenta de ação do que ela denomina de “clínico do esquecimento” justo por privilegiar a saída e desconstrução dessa clínica individualizada, a qual em muitos momentos potencializa o sintoma, ao invés de aliviá-lo. Ela nos diz

Para o clínico do esquecimento ou da superfície também é importante avaliar o modo como seu cliente se coloca na vida coletiva. A solidão é um dos temas clínicos da maior importância: ela é tomada preferencialmente não como consequência da depressão, mas como causa. E diante da solidão o terapeuta não apenas escuta, mas “empresta seu corpo” como ponto de partida para que o cliente faça novos agenciamentos. O terapeuta sabe que se move na

transferência. Sabe que nas sintonias afetivas que estabelece com seu cliente estão emergindo movimentos importantes para a recriação de mundos. O clínico do esquecimento acredita no trabalho terapêutico com grupos como uma estratégia privilegiada para a desconstrução da subjetividade individualizada contemporânea. Os grupos apontam para a dimensão do coletivo como plano virtual ou, como poderíamos dizer, para o plano do intempestivo (RAUTER, 2012, p. 196-7).

Nesse sentido, Aqualtune e Jurema destacam a importância do compartilhar a realidade vivida por ambas desde o momento da internação prévio ao início do grupo. Aqualtune afirma que “(...) é bom compartilhar com outras pessoas (...) e quando eu tava internada com outras pessoas, como é o caso de J., que está aqui, mais do nunca é uma pessoa que também passa por depressão (...)”. Mais uma pessoa que passa pela depressão destaca esse contato com um cotidiano e um encontro com iguais, “o *mais uma*” é a instantânea retirada do plano de solidão. Sueli expõe

(...) eu acho bom conversar em grupo, eu acho uma coisa bacana porque as vezes a gente pensa que só a gente passa pelas coisas, né? Ninguém sofre do jeito que eu sofro e na verdade dá um certo alívio saber que outras pessoas também passam pelo que a gente passa, vê que tem esperança, que eu não sou doída.

Esse alívio sentido por Sueli exprime a saída do sofrimento de se sentir diferente e sozinha frente a um diagnóstico. A esperança destacada por ela aponta o quanto que a grupalidade ativa a potência da multiplicidade, do encontro que consente a afirmação de não ser doída, por se encontrar com um comum, um portador de sentido para sua dor.

5.1.2 De onde partimos? Fio disparador da Roda – Depressão e seu início: o porquê de tudo.

Por partir do interesse em apreender a depressão no universo das mulheres negras, a presente tese debruçou-se na vivência e não no sintoma. Essa consideração é importante por entender que um sintoma não pode ser mais importante do que a pessoa que o vivencia. Desejo compartilhar o seu sentido, assim como a própria vida para além do sintoma e com o sintoma. Em que pese toda dinâmica e formas encontradas para lidar com este, assim como tudo o que ele enuncia. É interessante pensar no sintoma como uma política de enunciação, que carrega em si força,

multiplicidade, complexidade, características comuns e individuais. Queremos, portanto, aprender e apreender com essas mulheres, seguindo pelo desconhecido. Para adentrar esse caminho disparamos após a compreensão do estar em grupo, com a seguinte pergunta: Como se deu a depressão? Como foi o início de tudo? Nesse ponto de partida nos deparamos com três eixos: rejeição, desamparo e perdas. Esses eixos se entrelaçam com outros aspectos que serão ressaltados a fim de aprofundar o campo de compreensão.

5.2 Rejeição e submissão: a letalidade do encontro do cristianismo e do racismo

Ao serem questionadas sobre o início da depressão Sueli recorda do seu sentimento de rejeição vivido inicialmente em sua família. Ela nos diz

Eu acho que no meu caso a palavra que me vem à cabeça é **rejeição**, eu tive vários problemas com a minha família. Os **meus pais são pastores**, então, quando eu tinha 18, eu decidi falar pra eles que eu cria em algumas coisas diferentes do que eles creem em algumas coisas que eles acreditam que eu não acredito, que eu não acho correto, coisas que a igreja faz que eu não concordo. E eu precisei sair de casa, de uma segunda pra uma quarta eu tive que achar outro lugar, aí eu me mudei pra outra cidade, a mesma cidade que o meu noivo morava na época, e a cidade era terrível era uma cidade de maioria de pessoas alemães e **aí me chamavam de negra e eu nem sou negra na minha família eu sou “desbotada” que todo mundo é negro e eu não**. Então, **essa rejeição de achar que ninguém gostava de mim, ninguém queria tá perto de mim, que eu era tipo uma doença que ninguém queria ter, foi o que pesou muito pra mim, foi o que desencadeou [sic] tudo**.

O relato de Sueli aponta para questões importantes sobre a temática religiosa e seu atravessamento na vida íntima. As religiões inserem na vida cotidiana uma marca de ação e de ser e estar no mundo, são as práticas, os ritos, o que é permitido, o que é negado, enfim, toda uma inscrição que ditará a ação, o pensamento, as decisões. No caso de Sueli, sua família está inserida em uma Igreja Batista, com seus pais ocupando lugar de destaque por serem pastores. Sua família é multirracial, sua mãe é uma mulher branca e seu pai um homem negro. Seu enfrentamento e a sua colocação sobre a sua forma de compreender o mundo, a fez vivenciar sua primeira sensação de rejeição. O trauma experimentado no enfrentamento aos pais e, por consequência a não aceitação por parte deles a inseriu em um campo de desamparo, vivido como o

protótipo da situação traumática, uma vez que as perdas, as separações provocam um aumento progressivo das tensões e muitas vezes uma incapacidade de dominar todo esse campo de batalha das tensões e excitações presentes nas situações traumáticas. Sueli teve que sair de casa em dois dias e ao seguir seu caminho de emancipação e liberdade forçada, é retraumatizada ao sofrer racismo. O racismo vivenciado por Sueli na cidade de maioria alemã é sentido com estranhamento, visto que Sueli já havia morado na Alemanha por anos, sem se recordar de nenhum ataque racial. No entanto, a vivência na cidade brasileira composta por descendentes de alemães, a fez acessar a dor de ter seu corpo e características atacadas pela sua cor. Note-se que Sueli é uma mulher preta de pele bem clara, e que não se via como negra, como ela nos diz “nem sou negra na minha família eu sou ‘desbotada’ que todo mundo é negro e eu não”. Kilomba (2019) afirma que as pessoas negras vivem um trauma colonial, como abordado no capítulo 3, que se assemelha a um choque violento que não diz respeito apenas a um evento individual, mas a um acúmulo de eventos violentos que também remetem a um padrão histórico. Apesar de Sueli acreditar que ela nunca havia sofrido algo tão direcionado como vivenciou na região sul do país, ela se refere a injúria racial, sem considerar a relação de outros aspectos de sua vida com o racismo.

O paradoxo da sensação sentida e a retraumatização se acoplaram a sensação descrita “essa rejeição de achar que ninguém gostava de mim, ninguém queria tá perto de mim, que eu era tipo uma doença que ninguém queria ter, foi o que pesou muito pra mim, foi o que desencadeou tudo”. O tudo destacado por Sueli é a depressão, seu corpo passa a ser palco de incompreensão o trauma se torna cumulativo, a cadeia ligada a vivência de rejeição segue até a sensação de ser alguém não gostável, uma pessoa indesejada. Veremos abaixo como que o entrelaçamento familiar evangélico com a vivência de racismo potencializa o conflito emocional potencializando a cumulatividade traumática.

5.2.1 Rejeição e Submissão: o agradar o outro como estratégia de sobrevivência

Pai, tira minha ansiedade
Eu não quero impedir a ação do Teu Espírito
Aquieta meus impulsos
Dá-me a grande virtude de esperar o Teu agir
Quero me submeter à Tua vontade

Pai, sonda o meu coração
Eu não quero mais tentar
Apressar minha vitória
Com as minhas próprias mãos
Nem por meu entendimento
Eu preciso confiar
Aprender a esperar o Teu tempo
Eu me submeto ao Teu querer
A resposta vem da oração
Minha vitória tem data marcada
É o tempo de Deus, a vontade de Deus
Submisso ao tempo de Deus
Submisso à vontade de Deus
Abro mão de mim, diante do altar
Minha ansiedade vou renunciar
Submisso ao tempo de Deus
Submisso à vontade de Deus
Prefiro confiar, me submeter
Nego a mim mesmo pra Te obedecer
Música: Submisso
Cantora evangélica Cassiane

Ao continuar pontuando sobre a sua vida, Sueli resgata a compreensão de sempre ter se sentido submetida a vontade alheia e a relação disso com a vida evangélica. A experiência de Sueli dentro da Igreja Batista traçou uma modulação para sua vida e a vida de sua família. A família de Sueli passou a se moldar e a se submeter as determinações impostas pela unidade Batista que seus pais iriam comandar.

A lógica da submissão é cultivada e naturalizada nas instituições de denominação evangélica. A música trazida acima ilustra o quanto o se submeter a vontade do “pai”, esse ente patriarcalizado, entidade binária masculinizada de Deus, garante a esse todo poderoso macho o poder. A fé passa, portanto, a ser sinalizada e efetivada com o respeito, a confiança e, sobretudo a submissão ao grande Deus apartado e punitivo. A Igreja Batista acredita também no criacionismo, defendendo que os seres humanos são oriundos de Adão e Eva. Faz-se importante destacar que esse mito criacionista se ancora mais uma vez nesse poder do macho e nesse corpo mulher que é responsável pelo mal, sendo necessário uma tutela masculina consciente para orientar o rebanho. Esse Deus é representado na figura da igreja e humanizado na figura do pastor. Essa submissão religiosa ditará e garantirá o enquadramento corporal, comportamental, o seguimento de regras e a imagem a ser seguida para fazer parte desse coletivo. Binkowski, Debieux Rosa e Baubet (2020, p. 262) afirmam que

Os movimentos religiosos atuais, e isso parece-nos particularmente acurado para falar sobre o tipo de gestão do ser e do sofrimento que é proposto por esses movimentos neocristãos atuais (seja os evangélicos pentecostais, neopentecostais, carismáticos, os diferentes tipos de cristãos messiânicos) passam por um excesso de sentido e por uma experiência de **adequação a uma massa, grudando a experiência do sujeito a um tipo de gestão do corpo, da moral, da relação com o outro**. Temos aí muitas consequências políticas e sociais, algo que se agrava em países como o Brasil, onde a fraqueza do Estado deixa muitas aberturas para que esse tipo de discurso seja evocado por grupos que chegam ao poder.

A citação acima exemplifica de forma contundente o exposto por Sueli, sua experiência enquanto sujeito passou a ser moldada a partir da relação e da demanda com o grande Outro: A Igreja – O Pai pastor-Deus. Ela nos diz

Essa vida de agradar os irmãos se não eles iam colocar a gente pra fora da igreja, a gente sempre tinha que fazer as regras daquela igreja, o meu pai a cada 3 anos trocava de igreja... em uma igreja podia usar calça jeans em outra igreja não podia (...) e aquilo me confundia muito porque eu era pequena e eu sempre fui muito questionadora pra mim as coisas têm que ter um porquê. (Sueli)

A punição direcionada a não submissão está evidente na afirmativa “essa vida de agradar os irmãos se não eles iam colocar a gente pra fora da igreja”, destacando como o peso recai inclusive para os que se encontram hierarquicamente superiores na instituição, como é o caso dos seus pais pastores. A hierarquia não protege, pelo contrário cristaliza e perpetua a exigência de um modo de agir, se não é colocado para fora. Junior e Santos (2019) ao pesquisarem a Igreja Batista ressaltaram o dever dos cristãos na contribuição para a evangelização e missões, sejam elas Missões Locais, Missões Estaduais, Missões Nacionais e Mundiais, pois, segundo eles, trata-se da expansão do Reino de Deus e é através dessas que o homem obtém a reconciliação de sua alma, e assim, a Igreja Batista se expandiu por todo o mundo. Percebamos como a justificativa dos atos encontram respaldo na expansão do Reino de Deus escamoteando todos os interesses pessoais e institucionais de propagação da fé e a necessidade do angariamento de seguidores.

Sueli aos 5 anos foi enviada para outro país a fim de ajudar uma família que viria para o Brasil, ensinando o português para a criança daquela família. Castro (2019) em seu artigo “Hegemonia cristã – o neopentecostalismo e sua relação com as religiões de matrizes africanas” traz uma afirmação a esse respeito ratificando que os pastores

e líderes evangélicos ficam mais próximos do povo, por se presentificarem onde o Estado não atende as necessidades. A aproximação e essa forma de cuidado é uma ferramenta estratégica de aproximação dos sujeitos para religião. Para dar conta das demandas institucionais evangélicas, seus pais visavam e cumpriam apenas com as exigências da Igreja, a submissão emocional distanciou Sueli de suas necessidades, da compreensão sobre si mesma, gerando uma espécie de alienação de si. O que podemos identificar na fala “Não sei por que eu sempre tive que adequar com que os outros gostam pra poder os outros aceitarem a gente”. A aceitação alheia estava ligada a uma forma de sobrevivência naquela estrutura, ao se diferenciar Sueli precisou sair de casa para poder afirmar a sua veia questionadora, mas se deparou com a triste realidade

Eu saí de casa e eu não sabia o que eu gostava, eu não sabia o que eu queria (risos) eu não sabia nada, fiz um monte de cagada depois disso... deu várias coisas erradas e eu acho que esse é o meu maior gatilho, acho que foi algo que eu não percebia e até hoje eu tenho essa necessidade de que as pessoas gostem de mim. (Sueli)

A necessidade de ser “gostável” passa a suplantando a sua real necessidade ainda desconhecida, mais uma vez ela está presa ao paradoxo de precisar ser aceita para poder fluir naturalmente em seu suposto jeito de ser no mundo. Ter a necessidade de que as pessoas gostem dela é a sua estratégia para lidar com a sensação angustiante de não ter valor, de não saber o que precisa ou gosta. A adaptação forçada às necessidades institucionais criou esse campo de submissão trazendo para nossa reflexão a temática do falso *self* desenvolvido por Winnicott. Winnicott afirma que algum nível de falso *self* é utilizado para viver em sociedade, medidas protetoras de intrusões ao verdadeiro *self*, e favorecedoras da adaptação às exigências da realidade compartilhada, tais como etiquetas sociais, polidez, dentre outras, mas aqui não há a perda da espontaneidade, existe um grau de adaptação em que o espontâneo não se esvai. Todavia, toda família de Sueli precisou submeter-se a uma norma institucional evangélica que no caso de Sueli criou uma desconexão, um desconhecimento sobre si, conforme ela nos diz “eu saí de casa e eu não sabia o que eu gostava, eu não sabia o que eu queria (risos) eu não sabia nada” (Sueli). Campos (2019, p. 228) salienta que

A submissão consiste, portanto, numa solução encontrada pelo indivíduo para **estabelecer um modo de vida suficientemente integrado desde o ponto**

de vista da realidade externa, ainda que prevaleça uma sensação de que suas relações com os outros não têm uma intensidade afetiva suficiente para que o sentimento de vazio possa ser apaziguado. Embora uma vida secreta possa ser mantida, existe a sensação de que o viver se perde a cada instante, seguindo à sombra de possibilidades que jamais se concretizam.

Essa passagem de Campos aponta para essa necessidade de proteção da vida, o movimento de submissão é uma tentativa de apaziguamento da angústia do sentimento de vazio experimentado. Sueli continua o seu relato

Eu me mudei pro Sul, passei em vários locais e o pessoal lá dizia que eu falava muito e aí hoje eu já não falo mais tanto, com ninguém, aí... na Alemanha disseram que eu ria muito alto. **Hoje eu já não rio mais tanto. E a gente nem percebe, eu não tinha percebido. Eu parei pra perceber isso nessa semana que eu recebi amigos da minha infância, que eu ia pro acampamento com eles e eles vieram aqui e vieram me visitar e eles “você tá muito diferente, você era muito divertida”.**

A mudança gradativa em seu comportamento retrata o que pontuei sobre um desconhecimento de si. A relação de Sueli com o mundo é atravessada pela dúvida. Tal como uma camaleoa ela segue para se preservar, mas sem perceber as suas partes que estão ficando para trás, como na seguinte afirmação “Hoje eu já não rio mais tanto. E a gente nem percebe, eu não tinha percebido”. (Sueli). Campos (2019, p. 228) continua sua explanação afirmando que

Nos casos em que o indivíduo se encontra totalmente dominado por um falso *self* submisso, vivendo num estado de adaptabilidade e racionalidade constantes, o verdadeiro *self* não encontra, de modo algum, condições para emergir, permanecendo isolado e inacessível.

5.2.2 Submissão e a transmissão transgeracional: do “parecer forte” como estratégia de sobrevivência ao direito de não receber a herança

Jurema traz à tona a mesma sensação de que Sueli e nos diz: “Hoje eu tento... ser quem as pessoas querem que eu seja.” E ela continua

(...) a questão do tentar agradar todo mundo e me colocar em última posição, eu sempre tô muito preocupada ainda mesmo com terapia com muita conversa, mas ainda assim não consigo colocar na minha cabeça que eu tenho que estar em primeiro lugar, que eu tenho que fazer algo que me agrade de fato e **não que agrade o outro primeiro pra eu me sentir bem.** E se eu primeiro me sentir bem pra depois pensar no que o outro acha como o outro vai enxergar aquela situação então é bem complicado pra mim ainda assim

lidar com isso, o me priorizar, **o não me preocupar tanto com o julgamento do outro pra mim é muito difícil.** (Jurema)

Agradar o outro, assim como a capacidade de se adaptar, conciliar se transforma em uma necessidade, tudo isso às custas de um verdadeiro *self* atrofiado, protegido pelo falso *self*. Mello Filho (2003) ressalta que as adaptações sem sempre acontecem por uma falha ambiental em um momento precoce como abordado majoritariamente na obra winnicottiana. Mello Filho destaca que em sua prática clínica constatou a necessidade da super adaptação em circunstâncias ambientais posteriores tais como: educação rígida, educação religiosa severa, educação militar, educação calcada na idealização ou superatenção à criança. Jurema narra a cobrança vinda de sua mãe para se apresentar “arrumada” mesmo estando deprimida e após a tentativa de suicídio.

(...) minha mãe fica tipo “Ave Maria, mulher... **pode não, você é minha filha, minha filha não pode andar desse jeito... e tal...** “Nossa, mas **tem tempo que você não faz sua unha...** aí eu “ah, é mesmo... a menina que eu vou lá fazer eu vou e tal. “**Ai tem tempo que você não sai pra comprar roupa, que você não se arruma**”, aí eu, “É verdade”, aí eu vou lá e faço.

Jurema funciona com base na resposta a demanda materna, podemos compreender a preocupação de sua mãe com o seu quadro, visto Jurema ter sido internada após tentativa de suicídio. No entanto, a mãe não consegue se aproximar para apreender qual seria a necessidade de sua filha, o excesso de demanda é relacionado a uma suposta imagem que precisa ser cumprida frente a sociedade como a mãe diz “Ave maria, mulher... pode não, você é minha filha, minha filha não pode andar desse jeito... e tal”. Não podemos afirmar que a mãe sempre age dessa forma com Jurema, mas nessa cena o que identificamos é a reprodução da cobrança de uma imagem que precisa ser garantida. É importante ressaltar que a mãe de Jurema também é uma mulher negra com depressão, fato que veremos mais detalhadamente em outro item, mas o que precisa “aparecer” para o mundo, é maior do que é verdadeiro, o mundo não pode vê-la em sua fragilidade, sua aparência não pode retratar seu sofrimento.

Kilomba (2019) afirma que a imagem da mulher preta superforte aprisiona mulheres negras em uma imagem idealizada que não permite manifestar as profundas feridas e danos psicológicos do racismo cotidiano. hooks (2006) corrobora chamando

a atenção para como nossa capacidade de sentir é afetada, ela retrata um sentir que não se relaciona ao outro, mas sim ao contato com nosso próprio mundo interno.

A nossa dificuldade em acessar nossas sensações mais íntimas, reconhecê-las, afirmá-las e assim, cuidar, a mulher negra superforte é especialista na capacidade de reprimir emoções e garantir a sobrevivência material. Nessa passagem, a mãe de Jurema está transmitindo essa informação de que ela precisa ser forte, a cobrança com a “aparência” aponta para essa herança de “fortaleza” exigida, a transmissão transgeracional da exigência de força também é citado por Nilma que nos diz

Eu tive depressão a primeira vez, né... fui diagnosticada com 39 anos, pra mim foi muito difícil que eu era uma pessoa que não acreditava em depressão, aquela coisa, né... **principalmente da mulher preta que tem a necessidade de passar por cima das suas dores, pela sobrevivência, então assim, eu tinha aquela fala, eu reproduzia a fala que as mulheres da minha família reproduziam também, né?! Que depressão é coisa de quem não trabalha de quem não tem nada pra fazer, que se arrumar um trabalho isso passa.**
(Nilma)

A fala de Nilma evidencia essa transmissão da mulher negra precisar ser superforte e a contradição que essa herança causa. A transmissão transgeracional está intimamente relacionada a vivências de gerações passadas que carregam elementos violentos que não puderam ser transformados e muito menos elaborados, caracterizam-se pela transmissão traumática em cadeia, invadindo o psiquismo de forma alienante, ou melhor dizendo, como ideias inadequadas, passando o sujeito a ser um depositário desse legado, dos lutos e não ditos. A transmissão transgeracional é trazida para compor essa tese por ser um elemento importante para compreensão da repetição do aspecto da submissão e do precisar ser forte. A força para mulheres negras está ligada a fatores extremamente traumáticos, a força não foi uma escolha e sim uma necessidade para sobreviver.

Destacamos que muitas mulheres negras carregam uma herança calcada na matripotência, visto a força do matriarcado independente da religiosidade professada. Contudo, a força transgeracional é uma defesa que muitas mulheres pretas precisaram e precisam desenvolver para garantir a sobrevivência de toda uma linhagem, o que em muitos momentos faz com que a frase dita para homens “engole o choro” seja muito comum na vida dessas mulheres. Aqui estamos lidando com uma faceta da

herança do racismo em nossa vida mais íntima, o grande paradoxo que é a herança dessa estratégia que garantiu a vida de muitas e muitos, mas que perpetua de forma insidiosa uma faceta do racismo mutante e transgeracional que ditam não só a nossa forma de nascer, de viver e de morrer, mas também a forma com que lidamos com as nossas emoções. A população negra só resistiu e resiste a esse racismo que se transforma transgeracionalmente por ter vivido e se protegido em coletivos e pela força de nossa herança, contudo a máquina destrutiva do racismo nos fez acreditar no mito da “mulher preta superforte” para lidar com nossas emoções, claro que precisa ser forte para lidar com as iniquidades, para lidar com a naturalização do esforço em nossa vida, mas como podemos investir na vivência e não na sobrevivência? O paradoxo se faz ao perpetuar inconscientemente o racismo imposto pela objetificação dos nossos corpos, ficamos presas no paradoxo que é fugir da objetificação e ser capturada por ela ao não poder fragilizar. Sigamos com as narrativas.

Às vezes eu tento, só que assim... pra mim é um pouco complicado porque assim, **minha mãe foi diagnosticada também com depressão, só que assim, é como eu costumo falar pra ela “mãe, a gente tem o mesmo diagnóstico, porém, cada uma vive em um mundo totalmente diferente.** A senhora lida de uma forma eu lido de outra. São sintomas diferentes e a **senhora tem que entender isso**”. (...) Porque assim, **ela mesmo quando ela ta num momento dela de pico, ela continua animada, ela dá risada, ou então, ela fica muito grossa com as pessoas e eu só tento me fechar no meu mundo.** (Jurema)

Jurema reivindica para mãe o seu direito ao adoecimento e reflete para sua mãe o que ela tenta camuflar na animação, nas risadas ou na grosseria. Estamos adentrando a um campo muito delicado do adoecimento emocional em mulheres negras que é o direito de fragilizar-se. Não poder fragilizar significa não ter o direito de adoecer nessa sociedade que cobra desse corpo sem cessar. Para fragilizar é preciso ter confiança e a confiança nos foi a muito tirado. Contudo, a depressão será como expurgo, um vir à tona dos traumas passados, feridas não fechadas relacionadas à rejeição e à submissão, como uma inflamação escondida na alma que de tanto ser represada pela necessidade de adequação e de submissão, desenvolve esses mecanismos protetores do *self*, que de repente desaguam pedindo passagem tal como uma represa d’água que depois de longos períodos de infiltração, arrebenta o concreto, o muro de contenção, sem que nada mais possa conter.

É, eu me reconheço na sua mãe, Jurema. É incrível, né? Eu me reconheço em vocês eu me reconheço na sua mãe. É... então, a gente **é uma casca que a gente cria pra poder viver e essa casca não faz nada bem porque não permite que a gente sinta as nossas dores que é preciso sentir pra poder entender e pra poder sair delas, né?** Porque a dor existe, a gente sente mesmo, tem que sentir, então assim, eu me reconheço muito na sua mãe, (...) é muito igual. Muito mesmo. Ela precisa do acolhimento ela precisa de ajuda, assim como todas nós. Entendeu? Certeza. É muito é tudo muito igual, né?! (Nilma)

A colocação de Nilma sobre a casca remete ao que abordamos anteriormente sobre a sobrevivência, essa casca poderia ser entendida como um escudo para uma tentativa de sobrevivência, no entanto, em um determinado momento essa casca se mostra ineficiente por não garantir acesso ao “sentir”. Nilma se reconhece, se vê na mãe de Jurema, não por acaso, o que ela vê é essa repetição transgeracional, a herança da sobrecarga que ecoa historicamente em nossos corpos. Aqui entra a importância do *setting* como espaço de garantia de que é seguro vulnerabilizar-se. Espaço em que é permitido fraquejar e quebrar com a linhagem de passar por cima das próprias dores. É seguro não aceitar a herança, sem quebrar com a força da nossa ancestralidade. Nilma nos diz

Eu acho que é a coisa mais importante foi que **eu não preciso ser forte a vida inteira, toda hora, né... que eu posso sim fraquejar ou, o termo nem é fraquejar, mas eu posso chorar, eu posso acolher minhas dores e isso assim, pra mim foi fundamental, que eu passava por cima de mim o tempo todo, de todos os meus sentimentos eu passava por cima, hoje eu sou uma mulher que presto atenção em mim, eu sei identificar tudo em mim e isso não tem preço, por intermédio de uma... da terapia, eu consegui isso.** (Nilma)

5.2.3 Racismo transgeracional, o mito da mulher preta superforte e suas consequências: a sobrecarga e a autocobrança

Amplio o conceito transmissão transgeracional apontando para os efeitos do racismo transgeracional, essa mácula transmitida, com todos os seus privilégios escamoteados e deixando marcas indelévels na construção das pessoas negras. As marcas deixadas pelo racismo transgeracional operam interna e externamente. Não se trata de apenas de silêncios familiares ou luto familiares, os efeitos da herança do

racismo transgeracional está na construção e repetição na necessidade de proteção e de sobrevivência, a qual está na iminência de ser interrompida diuturnamente. O trauma colonial trazido por Kilomba e a expressão traumática dessa opressão vivida no cotidiano. Como organização psíquica de proteção individual e grupal segue a herança da imagem assumida e consumida de “mulher preta superforte”, trago um trecho da peça teatral *Lótus*, concepção e atuação de Danielle Anatolio (2018). A protagonista narra o seguinte texto:

A mulher negra guerreira está morta... (Tradução Kátia Santos)

Há poucas horas, enquanto lutava com a realidade de ser humana e não um mito, a mulher negra guerreira faleceu.

Fontes médicas afirmam que ela morreu de causas naturais, mas os que a conheceram **sabem que ela morreu por ficar em silêncio quando deveria ter gritado; por sorrir quando deveria ter liberado sua fúria; e por esconder sua doença para não incomodar a ninguém com sua dor.**

Ela morreu de overdose de gente em suas costas quando não tinha energia nem para si mesma.

Ela morreu de tanto amar homens que não amavam a eles próprios e que a única coisa que lhe davam em troca era um reflexo distorcido.

Ela morreu por criar filhos sozinha e por não poder fazer todo o serviço.

Ela morreu por causa das mentiras sobre a vida, os homens e racismos **que sua avó contou à sua mãe e sua mãe lhe contou.**

Ela morreu por ser sexualmente molestada quando criança e por ter que carregar a verdade consigo pelo resto da vida, trocando sempre a humilhação por culpa.

Ela morreu de tanto ser espancada por alguém que dizia amá-la, e ela permitia que o espancamento continuasse para mostrar que também amava esse alguém.

Ela morreu de asfixia, cuspiendo sangue **por causa dos segredos que guardava tentando abafá-los em vez de se permitir a crise de nervos que lhe era de direito** – mas que só as mulheres brancas podem se dar ao luxo de ter.

Ela morreu de tanto ser responsável, porque **ela era o último degrau de uma escada sem apoios** e não havia ninguém que pudesse ampará-la.

A mulher negra guerreira está morta. Morreu por causa dos tantos partos de crianças que ela na verdade nunca quis, mas que a moral estranguladora dos que a cercam obrigou-a a ter.

Ela morreu por ter sido mãe aos 15, avó aos 30 e um antepassado aos 45.

Ela morreu por ter sido derrubada e tiranizada por mulheres não evoluídas que se diziam *sisters*, companheiras.

Ela morreu por fingir que a vida que levava no século XXI era um momento Kodak e não um pesadelo pós-escravidão.

Ela morreu por tolerar qualquer zé mané só para ter um homem em casa.

Ela morreu por falta de orgasmos, porque nunca soube de suas reais capacidades.

Ela morreu por causa dos joelhos dolorosamente comprimidos um contra o outro, porque respeito nunca fez parte das preliminares sexuais que lhe eram impostas.

Ela morreu por causa da solidão nas salas de parto e abandono nas clínicas de aborto.

Ela morreu por causa da comoção nos tribunais onde sentava-se, sozinha, vendo seus filhos serem legalmente linchados.

Ela morreu nos banheiros com as veias irreversivelmente abertas pelo descaso geral e pelo ódio que sentia por si mesma.

Ela teve morte cerebral combatendo a vida, o racismo, os homens, enquanto seu corpo era arrastado para um matadouro humano para ser espiritualmente mutilado.

E algumas vezes quando se recusou a morrer, quando apenas se recusou a entregar os pontos, ela foi assassinada pelas imagens fatais de cabelos loiros, olhos azuis e bundas chapadas, quando foi rejeitada pelos Pelés, Djavans e Ronaldinhos da vida.

Às vezes, ela era arrastada para a morte pelo racismo e pelo sexismo, executada pela ignorância *hi-tech* enquanto carregava a família na barriga, a comunidade na cabeça, e a raça nas costas.

A escandalosa mulher guerreira sem voz está morta!!!!!! Ou Ela Está Viva, E Se Mexendo?????? Eu sei que eu ainda estou aqui. E você? Está se sentindo viva? Companheira. Cuide-se!

(tradução do texto “The Strong Black Woman is Dead”, de autora desconhecida)

Esse texto é lido enquanto a protagonista de *Lótus* encontra-se caída no chão de exaustão após fazer a pergunta disparadora: “O que você vê quando olha para uma mulher negra?” Um dos lugares que o corpo da mulher negra ocupa é o da “superforte” como citado anteriormente, esse lugar camufla e deixa escondido todas as violências implícitas, as marcas da vida e os saltos aterrorizados dados para sobrepujar essa sensação tão intimamente sentida de medo, cansaço e solidão. O texto de *Lótus* elucida a morte iminente nesse processo de suportar demais. Como corroboraremos com as narrativas das mulheres dessa tese

É justamente isso. Tipo... **todo mundo quer tirar o corpo fora, a verdade é essa.** Todo mundo acha assim “ah, você que é da área da saúde você tem que saber de tudo, você tem que resolver tudo”. Sabe? Você passa por problemas parecidos então você entende melhor, **você vai saber lidar melhor, e aí tipo eu acabo me sentindo sobrecarregada (...)**

Só que tipo, eu sinto cansaço físico e psicológico e a questão de eu me sentir sozinha pra mim é o pior, porque tipo... **eu não tenho com quem conversar, eu não tenho com quem conversar sem ouvir um julgamento.** Tipo assim “ah, mas você tem que ser forte, sua mãe precisa de você”. Ontem eu tava, bem tipo... eu passei praticamente o dia todo trancada no quarto. Eu só saía do quarto pra ver minha mãe. Só saía do quarto pra tomar banho, por muito minhas irmãs ficarem batendo na porta do quarto “você tem que sair, você tem que tomar banho, você tem que reagir e tal” e pra ver minha mãe.

(Jurema)

Cheguei ao pânico, à depressão e à ansiedade por conta de passar por cima, né... das violências sofridas de senti-las e não falar, não precisava

ser revidada da mesma forma mas, é... eu tinha que ter sentido e falado, falado o mal que me fazia então por guardar. **Por passar por cima é que eu cheguei em todas essas crises de depressão, ansiedade, pânico**, então assim, realmente é importante não ter esse revide dessa forma que fazem, mas é importante sim a gente falar, se posicionar, falar como a gente se sente, isso é fundamental. (Nilma)

A fuga para o quarto trazida por Jurema é uma tentativa de espaço que possui a característica de aprisionamento, já que lá ela também reforça o sentimento de solidão. A família tira o “corpo fora” e Jurema se vê na sobrecarga insuportável. Adentramos a uma seara importante que é a opressão repetida nos núcleos familiares. Essa opressão dentro-fora, fora-dentro que dificulta e por vezes impossibilita a expansão. Veremos mais a frente como essa realidade é potencializada com a educação patriarcal recebida, em que as meninas são exigidas no lugar de cuidadoras e a opressão racial que exige que muitas filhas pretas mais velhas passem a ser as mães substitutas de suas casas.

Já Nilma relaciona o “passar por cima” e o silenciamento como os pontos que a levaram ao adoecimento. Passar por cima das próprias necessidades e precisar silenciar é uma outra forma de amordaçamento, como aqueles físicos impostos às negras e aos negros escravizados. O silêncio é uma imposição mantida e garantida pelo racismo transgeracional, muitas mulheres negras precisaram ficar quietinhas em seus quartos de empregada subumanos por não poderem reagir as violências várias sofridas. Romper com o silêncio é um ato de potência e vida não só nos processos terapêuticos, mas nas lutas pelos direitos negados historicamente. Audre Lorde (2019, p. 51) em seu artigo “A transformação do silêncio em linguagem de ação” diz que “a transformação do silêncio em linguagem e ação é um ato de revelação individual, algo que parece estar sempre carregado de perigo”. O perigo são as inúmeras opressões vividas, rechaçadas e retaliadas ao sair do silêncio, os medos da censura, do julgamento, do reconhecimento, do desafio, da aniquilação.

(...) não espere eu chegar pra você e falar assim “poxa, hoje eu não **to bem, eu to me sentindo cansada, eu to me sentindo com raiva ou algo do tipo**”, **mas você tem que entender que não pode ficar com sua armadura** o tempo todo, não pode ficar o tempo todo sorrindo pro mundo, sendo que você tá machucada, que você não tá bem, que é o seu pior dia, você não pode ficar só sorrindo dizendo que tá tudo bem, mostrando pro mundo que a vida é maravilhosa, porque ela não é e eu fiz assim, **não tem como, isso não acontece comigo, isso pode acontecer com você, mas comigo geralmente não acontece, nem minha mãe... consegue ver essa outra**

versão minha, porque geralmente eu me tranco no meu mundo, e tipo, o problema é meu e eu vou ter que resolver sozinha, eu não consigo compartilhar. (Jurema)

Jurema compartilhando uma conversa dela com a psicoterapeuta destaca a dificuldade em se colocar até com a sua mãe, o lugar de sobrecarga também atuou causando um retraimento, ela sabe o que sente, mas não consegue expor, evocar, não se permite colocar. Importante ela ter colocado a questão em seu espaço terapêutico. A fala aponta para um pedido de socorro, falar sobre a sua dificuldade apresenta a abertura incipiente da possibilidade de o assunto ser cuidado e trabalhado. É importante ressaltar que estar em psicoterapia não é um processo simples e que o *setting* precisa ser um espaço de garantia de confiabilidade para que os medos sentidos e a sensação de perigo trazida por eles possam ser trabalhados, mas acima de tudo cuidados.

Lorde (2019) afirma que precisamos compartilhar, verbalizar e que essa será nossa principal estratégia de sobrevivência, é essa saída que liberta como Nilma afirma “é importante sim a gente falar, se posicionar, falar como a gente se sente, isso é fundamental (...)”. Foi a saída do silêncio, a transformação da raiva em ação que coloca as mulheres negras no lugar de defensoras de direitos da humanidade. Mulheres negras compõem ativamente a luta por direitos, pela igualdade, pela diversidade, direito à saúde, à educação, à menos mortes, pelo bem viver. Lá estamos nós saindo e quebrando com o silêncio.

(...) penso que temos a visibilidade sem a qual não vivemos verdadeiramente. Neste país, onde diferenças raciais criaram uma constante, ainda que velada, distorção de visões por um lado sempre foram altamente visíveis, assim como, por outro lado, foram invisibilizadas pela despersonalização do racismo (LORDE, 2018, p. 51).

A despersonalização do racismo traz também o elemento da autocobrança, uma exigência de superperformance exigida e ensinada para dar conta do racismo transgeracional, essa performance se apresenta na exigência de estar muito bem arrumada, ser melhor para alcançar algo na vida, ser forte sempre diante das adversidades.

É porque eu me cobro muito. Sempre foi assim, a minha vida toda foi assim, tanto que um dos pontos quando eu fui internada e a psicóloga da clínica percebeu, ela falou assim “Jurema, mas você tenta controlar tudo”. Porque

eu tava internada, mas eu queria ter a sensação de que todo mundo aqui de fora tava bem. Eu não tava bem e tanto que uma pessoa virou pra mim e falou assim “Jurema, você tem que entender que nem sempre você vai conseguir controlar tudo. Hoje o que te deixa feliz?”. Me perguntaram isso, eu disse... sim... “Não, minha família tá feliz, eu tô feliz também”. Ela disse “Não, Jurema, você tem que ter algo seu, algo teu que lhe deixa feliz, não é o outro tá feliz pra você tá feliz, pra refletir em você”. (Jurema)

O controle associado à autocobrança destacada por Jurema retrata os tentáculos do aprendizado de superforça. Jurema estava sendo internada por tentativa de suicídio e estava preocupada com a sua família. Ela diz “(...) Porque eu tava internada, mas eu queria ter a sensação de que todo mundo aqui de fora tava bem”. Vamos refletir sobre o tamanho do sofrimento presente nessa fala, em um momento de extrema fragilidade Jurema estava preocupada com a sua família apontando para a dificuldade de encontro com algum tipo de vulnerabilidade e relaxamento. O lugar de comando familiar, de força, ruindo aos seus pés e mesmo assim a tentativa de se agarrar com afinco na imagem de ser forte, de dar conta, reverberando na cobrança incutida a si mesma de responsabilidade.

Não essa dificuldade que vai matando a gente de pressão alta, de desespero, de pânico. Ah, eu to bem cansada, sabe? De ficar sentindo essas coisas e ficar quieta. Eu, quando eu entendi que tudo isso que eu tava sentindo tinha a ver com essa minha opressão de mim mesma, eu comecei a aprender a me soltar e comecei a me soltar cuidando do meu corpo que é fazendo Yoga, cuidando da minha saúde, da minha coluna e aí eu fui, venho, aliás, nem fui, to indo ainda, cuidando dessas arestas que a gente vai deixando pra trás, não pode, fico vendo um monte de amiga minha com pressão alta, com trombose, nova, mais nova que eu, mas com problema que não consegue falar, que não consegue soltar... e isso é muito difícil porque às vezes a gente do lado da gente, a gente não consegue soltar com amiga, né, conversar, só de você poder dizer, eu me sinto assim... já dá aquele respiro logo depois que você termina de falar, tipo realmente, ah eu me sinto assim, me sinto chateada, ok? Então a palavra onde eu me sinto é chateada, olha é um curso, pra mim é um curso, eu só sabia chorar, não sabia falar, então eu aprendo hoje em dia até nas minhas rezas, nas minhas orações, a falar pro universo o que que eu realmente preciso, sabe? Porque eu vejo que o poder da palavra é muito forte, mas as vezes a gente não sabe o que falar e nem como falar, é o que a gente fica engasgada, né e aí não fala. (Beatriz)

Beatriz traz a importância de soltar, o soltar é o se permitir o encontro pouco a pouco com o confiar. Para se soltar precisa haver confiança, algo que para mulheres e homens negras/es/os é quase impossível, contudo, o encontro com práticas que

permitem a entrega, o respiro, assim como a fala, a expressão e o retorno para si enquanto pessoa inteira. É interessante pensar no poder da fala para essas mulheres, a saída do silenciamento e o verdadeiro encontro com o *talking cure*. A cura pela fala e pelo encontro é potente e verdadeira, visto destravar amarras seculares de opressão.

5.3. Ser mulher e depressão: o enquadramento do gênero no processo de adoecimento. De quê mulher estamos falando?

A temática do gênero atravessa não só as estruturas sociais das sociedades, mas também os processos de subjetivação concernentes a compreensão do si mesmo e do ser “mulher” ou “homem”. Essa nomenclatura binária vem tentando sobreviver, ruindo precipício abaixo em um mundo criador de suas próprias demandas e propositor de reflexões cada vez mais pungentes acerca das temáticas lgbtquiap+ e da oposição à lógica machista e heteronormativa.

Nós, mulheres brasileiras, estamos inseridas em uma realidade social que nos últimos tempos contou, por exemplo, com um Ministério da Mulher, da Família e dos Direitos Humanos (2019-2022) assentado em uma retórica ultraconservadora do que é ser mulher, cujo mote principal era que “*menina veste rosa e menino veste azul*”. Esse tipo limitante de referência destaca a tamanha confusão acerca do que é ser, seja lá o que for ou que se queira ser.

Oyèwùmí (2021) nos leva a refletir sobre o masculino como um signo de neutralidade, assim como a branquitude. O ponto importante aqui é que se a mulher veio da costela de Adão, tudo aquilo que diz respeito ao ser mulher está intimamente ligado a esse ser neutro e núcleo principal, o homem. Destarte, a autora aponta para nossa chaga ocidental dizendo que a questão da mulher está assentada em “uma herança da velha somatocentralidade do pensamento ocidental” (OYÈWÙMÍ, 2021, p. 15), sendo o corpo biológico (físico) encarcerado em uma lógica de corpo social.

Ela afirma que

A lógica cultural das categorias sociais ocidentais é, na realidade baseada em uma ideologia do determinismo biológico: a concepção de que biologia fornece a base lógica para a organização do mundo social. Assim, essa lógica cultural é, na realidade, uma “bio-lógica”. Categorias sociais como “mulher” são baseadas em um tipo de corpo e são elaboradas em relação, e em oposição, a outra categoria: homem (OYÈWÙMÍ, 2021, p. 16).

O determinismo “bio-lógico” garante a esse “corpo-mulher” uma construção carregada da intervenção institucional sufocante de como se deve ser, estar e agir, a fim de se cumprir todas as normativas esperadas para manutenção de uma sociedade que insiste em impor força sobre os corpos para garantir a manutenção da “matrix”. Em muitos momentos o corpo de uma “mulher” fica reduzido a atender às expectativas de um “homem”, a ser um corpo magro, a geração de outro ser e a maternagem. Fortes malhas de captura que tremem, estilhaçam e, por vezes, geram agravos à saúde a cada rompimento de expectativa. Ser mulher para elas foi intimamente relacionado a essa “bio-lógica” do corpo.

É essa questão, você mulher, você tem que casar e você tem que ter filhos, se você não casar e não tiver filhos você não pode tá na igreja porque não tá cumprindo o que Deus mandou. E a Igreja é muito contra. Eu sou engenheira mecânica e eles dizem que isso é coisa de homem. Meus pais também, eles não aceitam, mas pra mim não tem profissão de homem nem de mulher, é profissão (...) então, eu adoro avião. Eu bagunçava com a minha irmã “Se eu errar consertando um carro só vai matar 4 pessoas, é pouca responsabilidade. Se o avião é logo 100 assim”. Mas pra mim trabalho é trabalho, mas a minha família não aceita, a Igreja também não aceita porque é “coisa de homem” e o meu cabelo porque é “coisa de lésbica”. (Sueli)

Vejam o que Jurema nos diz sobre o dia em que se preparava para sua festa de aniversário.

A roupa que eu ia vestir... eu disse “não, vai ficar legal a roupa que eu tinha em mente” e aí na hora que eu vesti... “meu deus” eu caí no choro eu disse “minha mãe **cadê o meu corpo**” (...) **sempre briguei muito com a balança... uma época distante da minha vida... na adolescência que eu não aceitava, cheguei ao ponto de não aceitar o meu corpo que eu forçava vômito, eu deixava de me alimentar... passava 2, 3 dias sem me alimentar porque eu não queria engordar de forma alguma** (...). (Jurema.)

Quando Jurema pergunta “cadê o meu corpo?”, é porque com a depressão ela nos diz engordou alguns quilos, não muitos, mas ao seguir colocando seu incômodo percebemos o quanto a “briga com a balança” e toda a sua repercussão vem de tempos antigos. É importante destacar que os transtornos alimentares, como compulsão alimentar, bulimia e anorexia afetam cerca de 4,7% da população em geral, mas podem chegar a 10% entre a população mais jovem, segundo o Ministério da Saúde, sendo as meninas-mulheres as mais acometidas por esses distúrbios. Se avaliarmos que os casos de anorexia e bulimia acometem jovens mulheres entre 12-

17 anos, podemos perceber a perversidade dessa herança adoecedora e somatocentrada.

O não reconhecimento trazido pelo estado emocional só encontra eco nos quilos adquiridos, sem a percepção da amplitude do sofrimento existente, o cair no choro ligado apenas ao corpo não padronizado não a permitiu a verdadeira compreensão de suas lágrimas. O que mais aquele aniversário representava? Como é aniversariar imersa em uma depressão e ainda assim sair para comemorar com a família? Quais outros anseios e sentimentos estavam presentes ao se ver no espelho e não se reconhecer?

A transmissão dessa herança segue com perdas e ganhos de força, com o rompimento e a negação do recebimento desta por parte de muitas, mas também com a aceitação e fortalecimento por outras. É interessante notar o quanto esse corpo segue como repositório de muitas exigências, ataques e expectativas, ainda mais quando se trata de um corpo preto. O Brasil, por exemplo, segundo pesquisa realizada pela UFRGS em fevereiro de 2023, ocupa 2º lugar entre os países que mais realizaram cirurgia plástica no mundo, perdendo apenas para os EUA, sendo a lipoaspiração a número 1 do ranking.

Essa herança produtora de demandas recai violentamente sobre as mulheres, dentre tantas outras, sendo propulsionada com o aumento insidioso dos procedimentos estéticos e dermatológicos, cujo campo sempre foi direcionado para as mulheres. Importante destacar que essa beleza está pautada em uma imagem da brancura, ou seja, o perfil de beleza está assentado em uma mulher branca, loira, cabelo longo e liso, trazendo um grande desafio para o alcance do ideal. Destaca-se também o papel fundamental das mídias sociais, como campo importante na divulgação de profissionais e da imagem a ser seguida sendo o Instagram o líder entre as mídias de maior importância. Podemos pensar como esse corpo-mulher vem sendo utilizado como massa de manobra e para estímulo do capital. Sueli nos dá o seguinte exemplo

A questão, por exemplo, eu ainda não perdi todo o peso do segundo filho, eu já ganhei quase nada, mas ficou aqui, mas todo mundo “**nossa, já vai fazer 5 meses e você ainda não perdeu... que é isso. Tem que se cuidar, você é mulher, não pode ficar assim**” tipo eu não posso vestir 42? Qual é o problema? Não sou mulher por que eu tô um número a mais na roupa? Mas

essa cobrança também eterna, você tem que perder peso, tem que entrar numa medida, tem que ser de um jeito só... não dá... (Sueli)

Essa fala destaca o exposto, “já vai fazer 5 meses e você ainda não perdeu... que é isso. Tem que se cuidar, você é mulher”. Aqui observamos o apontamento para como esse corpo deve ou não estar, além de reduzir o “cuidado” a manter um corpo magro. Expressando cobrança e falta de cuidado comunitário a essa mulher em um momento de grande dedicação a outro ser que era esse bebê com apenas 5 meses de idade. O não poder ficar assim porque é mulher exige a rapidez e a pressa presente e naturalizada em nossos tempos, tudo precisa ser rápido como um *download* ou um pedido do Ifood, daí o sucesso da indústria dos corpos perfeitos, nunca tivemos tantos profissionais especializados em parte estética, falamos das cirurgias, mas também precisamos lembrar das bocas com botox, harmonização fácil, garantindo rostos com uma única expressão, dentes branquíssimos, mas também suplementos vitamínicos e proteicos de toda sorte. Mulheres que precisam ter a pele, corpos e ser jovens como suas filhas a qualquer custo, potencializando o discurso etarista/idadista. Aqualtune retrata a fuga do espelho

Na semana passada eu refleti muito (...) a S. falou de só ter um espelhinho na casa dela e eu comecei a perceber que assim, por mais que **tenha um espelho grande no meu banheiro, mas ou eu passo sem lente sem óculos, ou eu passo com o olho fechado, ou eu passo sem lente, eu tava sem me ver realmente** e eu levei isso pra terapia e é difícil, eu to sem noção de como ta meu corpo. Sem noção alguma, **eu to me rejeitando enquanto mulher**, me veio muito isso, tenho refletido muito isso (...) O quanto a depressão acabou com... o quanto eu to bloqueando, né? **O quanto a depressão acabou com o fato de eu me sentir mulher, eu vejo fotos antigas minhas e eu assim sempre tive essa baixa autoestima, né?! Uma baixa autoestima e hoje eu me vejo como eu era bonita e hoje eu me sinto... nem sei o que “um bicho”. Já me cobrava muito... e engraçado o quanto eu me cobrava e quanto hoje eu vi que... nossa... eu era bonita e eu me achava feia e hoje eu sou um bicho, feia, e... não valorizava.**

O espelho tem um papel de grande importância, visto ser ele o responsável por refletir e dar conta da imagem cobrada, contudo Aqualtune retrata “quanto a depressão acabou com o fato de eu me sentir mulher, eu vejo fotos antigas minhas e eu assim sempre tive essa baixa autoestima, né?!”. A depressão ruiu a suposta imagem do ser mulher, não permitindo a sustentação do “falso”, o adoecimento rompe com o instituído e essa dor é muito grande, visto não saber como se reconstruir a partir daí.

Na minha cabeça sim, pra mim quando eu penso em mulher é aquela mulher arrumada. Maquiagem ou cabelo bonito, (...) na minha casa não tem espelho (...) o único lugar que tem um espelho que é bem pequenininho é no banheiro, é o único espelho que tem na minha casa porque eu não aguento me olhar no espelho (...). Eu tinha um cabelo que cobria as costas inteiras e agora o meu cabelo esse é o mais comprido que vai ver porque parece **que eu não sou uma pessoa inteira, está faltando alguma coisa que algo** (...) (Sueli)

A compreensão trazida aqui do espelho é muito significativa, o que elas veem quando se olham no espelho? O espelho nos traz várias especulações psicanalíticas, por exemplo, a mãe ou quem cuida seria nosso primeiro grande espelho, mas a coletividade também o é. O espelho reproduzido pelo olhar de quem cuida tem como objetivo espelhar cuidado, valor e sustentação. Esse valor que garante ao ser visto o encontro, a sustentação relacional que garante um lugar de assentamento no mundo. Em sociedade estamos todo tempo com nossos olhares expandindo ou cerceando o outro, o olhar que enquadra dentro de certo padrão limita, e ao não encontrar mais os símbolos daquele padrão há um desconhecimento e descontentamento. Aqui o espelho deixa de ter a função de compreensão, constituição e acolhimento do “eu” e passa a ser um espelho restrito a imagem corporal, que em um país racista cujo padrão “ouro” feminino é a mulher branca, arrumada de maquiagem e cabelo longo, liso e, logo bonito, instaura a criação de um ideal de ego branco, encontro perverso e contraditório que incute negação no que deveria ser afirmação. Inicia-se assim, o peso da vida comprimida no cubo branco, como elucidado por Kilomba (2019), mas também todo campo de negação ou dúvida sobre o valor do ideal de ego negro.

Como eu falei, os meus pais são pastores e tudo mais e assim o meu pai não suporta meu curto, então todo mundo tem cabelo longo, na minha família, você não pode cortar o cabelo. Foram anos com o meu cabelo enorme. (...) É porque não é mulher com o cabelo curto. (Sueli)

A primeira coisa que Sueli fez ao deprimir foi cortar o cabelo, será que ela estava cortando com ela ou com o padrão? O adoecer, o sofrimento se faz presente porque como ela mesma apontou, nada mais se encaixava, é uma ótima afirmação. Estamos o tempo todo encaixados, submetidos em modelos de homens e mulheres, modelos binários que cada vez mais vem ruindo diante da multiplicidade da vida. Contudo, não se encaixar é extremamente difícil, porque se faz presente o não lugar, a sensação tanto escondida, o não lugar sentido por ser questionadora, por não querer se submeter, mas ao mesmo tempo o lugar da rejeição e do não amor.

Gosto de pensar no espelho como o abebê de Oxum, espelho da profundidade e da inteireza, espelho que aponta para as potencialidades e os desafios presentes em cada um de nós, espelho que não está preso as demandas sociais, espelho que rejeita a limitação. Oxum compreendida de forma equivocada pelo nosso olhar ocidentalizado e catequizado encontra um limite. Essa energia cósmica não se limita a beleza e a sedução e trazer a compreensão dessa orixá para o feminino é ampliar a compreensão dos elementos masculinos e femininos presentes em todos nós.

5.4 A trança perversa interseccional do adoecer: racismo nosso de cada dia, corpo e gênero.

Ao trazer que sempre teve baixa autoestima, Aqualtune lembra que precisamos evocar esse espelho fundante do eu, do si mesmo suportado inicialmente pelo olhar de quem cuida, mas que precisaria seguir com o acolhimento da sociedade e aí iniciamos a intersecção subjetiva do ser mulher e negra, como Aqualtune nos apresenta

Eu vejo fotos antigas minhas e eu assim sempre tive essa baixa autoestima, né?! Uma baixa autoestima e hoje eu me vejo com como eu era bonita e hoje eu me sinto... nem sei o que “um bicho”. Já me cobrava muito... e engraçado o quanto eu me cobrava e quanto hoje eu vi que... nossa... eu era bonita e eu me achava feia e hoje eu sou um bicho, feia, e... não valorizava.

A baixa autoestima e a cobrança sempre foram companheiras de Aqualtune, assim como a não aceitação trazida por Jurema ao lembrar de sua adolescência com transtorno alimentar. Aqualtune ao falar de si reflete sobre como foi bonita, mas ainda fala de si de forma pejorativa – ao se chamar de “bicho”. O autoataque que também coloca o “corpo magro” como ponto central da sua relação consigo, mas também explicitando todo auto-ódio enviado para esse corpo. Vamos perceber o quanto a “baixa autoestima” na verdade está alicerçada nos paradoxos causados pela irracionalidade da trama racista. Fanon (2008) nos diz:

O carrasco é o homem negro, Satã é negro, fala-se de trevas, quando se é sujo, se é negro – tanto faz que isso se refira à sujeira física ou à sujeira moral. Ficaríamos surpresos se nos déssemos ao trabalho de reunir um grande número de expressões que fazem do negro o pecado. Na Europa, o preto, seja concreta, seja simbolicamente, representa o lado ruim da personalidade. [...] O negro, o obscuro, a sombra, as trevas, a noite, os labirintos da terra, as profundezas abissais, enegrecer a reputação de alguém; e, do outro lado: o

olhar claro da inocência, a pomba branca da paz, a luz feérica, paradisíaca. Uma magnífica criança loura, quanta paz nessa expressão, quanta alegria e, principalmente, quanta esperança! Nada de comparável com uma magnífica criança negra, algo absolutamente insólito (...) (FANON, 2008, p. 160).

Toda negatividade está associada à negritude, temos na questão da baixa autoestima a incompreensão em habitar um corpo com pele clara, cabelos crespos e experimentar um constante estranhamento, um não lugar. Faustino e Santos Oliveira (2020) destacam que “a alienação do negro se coloca de tal forma na realidade concretamente vivida [...] que não há possibilidade de encontrar outras maneiras de ser reconhecido humano que não seja sendo branco” (FAUSTINO; SANTOS OLIVEIRA, 2020; 2018a, p. 55).

Aqualtune explicita o que intento expor

Assim, antes não me incomodava eu criança, assim, eu estudava em escola particular, uma das escolas mais caras aqui de Salvador, então eu **era a parda**. Faculdade eu estudei em uma escola, uma faculdade particular. Naquela época a psicologia tinha em poucas faculdades, então eu **era a parda**, quando eu venho me tornando adulta, eu fico nesse... **nessa interrogação** e eu fico preocupada por minha filha, porque, **quando olham ela e quando olha a mãe**. A mãe fica assim... (gesticulando). Ela já me perguntou ela disse “**mãe você é o que?**” e eu “**não sei, filha, você é a cor que você quiser**” e ela fala que eu sou azul e ela é laranja e o pai é roxo porque virou essa esculhambação (...)

A primeira colocação de Aqualtune é que ela foi estudante de umas das escolas mais caras de Salvador, assim como cursou uma faculdade elitista de Psicologia na mesma cidade. Nesses espaços ela era “a parda”, ou seja, na cidade considerada a mais negra do Brasil por concentrar a maior comunidade de negras e negros fora do continente africano, por possuir uma pele preta clara – parda, ela já carregava uma marca, a pele clara de Aqualtune não era o bastante para protegê-la, ela tinha um lugar ela era “a parda”.

Em seguida ela diz passar por um processo de dúvida, uma interrogação, um “não lugar”, sem aprofundar-se no reflexo do racismo estruturante do nosso país em sua vida de mulher preta de pele clara. A dúvida explicitada por ela, o se tornar adulta, mas ficar “nessa interrogação” é um exemplo do que Guimarães e Podkameni (2008) denominaram de paradoxos patogênicos do racismo, que são situações traumáticas vividas criadoras de bloqueios impeditivos da possibilidade de uma elaboração harmoniosa, visto serem situações de ruptura causadoras de incompreensões que

prendem e criam uma armadilha para o *self*. Kilomba afirma que a irracionalidade do racismo cotidiano é o trauma. Aqualtune sabe que ela era “a parda”, mas sente-se perdida, não encontrando uma explicação racional para a não aceitação de sua diferença.

Ao ser questionada pela filha sobre a sua cor, ela se torna um ser sem cor, confusa sobre si mesmo, ter se tornado mãe de uma menina branca fruto de uma relação interracial, a deixa presa em um núcleo contraditório, e apesar da percepção dos olhares de estranheza emitidos pela comunidade de classe média alta a qual ela está inserida ela responde para filha, por ser uma menina lida como branca que ela poder ser da cor que ela quiser, mas não encontramos na lista exposta para filha a cor preta. Na verdade, a filha traz à tona a cena traumática reatualizando, sem saber o trauma do não lugar que a pele preta clara confere a mãe. Aqualtune nos diz: “Quando eu era pequena ela era chamada ‘moreninha cor de disco’ (risos), poderia botar isso na minha certidão, né? Cor ‘moreninha cor de disco’ é melhor do que ter um traço eu tenho um traço na minha cor (risos).”

A perversidade do racismo infiltra nas cotidianidades e impõe um autonegativismo, um autoataque, vivido muitas vezes de forma naturalizada e banalizada até no círculo intrafamiliar. Nesse sentido, perceberemos muitas famílias ou pessoas negras perpetuando práticas racistas. Esse tipo de atitude revela a eficácia do racismo na produção das subjetividades com sua capacidade de instaurar irracionalidades e a manutenção de violências psicológicas.

Infelizmente dentro da minha família eu já escutei aquela história de “barriga suja e barriga limpa. **Barriga suja é quando você tem um filho que é mais escuro e o cabelo é o cabelo ruim, ou seja, o cabelo crespo. Barriga limpa é quando você tem um filho com a pele clara e o cabelo é chamado cabelo liso. Então, eu já ouvi falar que eu tive a barriga limpa porque a minha filha tem o cabelo claro e o meu cabelo é considerado bom.** Eu disse, gente, hoje em dia não existe cabelo bom não hoje, tem tanto processo químico...

O discurso de Aqualtune vai encontrando cada vez mais outros elementos perversos do racismo, ataques que antecedem a chegada da criança negra ao mundo, como o nascer de uma “barriga limpa” ou de uma “barriga suja” – o símbolo da sujeira, da impureza, do ser responsável pelo que é projetado pela sociedade de negativo encontra outro ponto de assentamento no corpo, agora esse corpo fragmentado em

uma barriga que pode carregar o “positivo” ou o “negativo”, assim como a fragmentação da criança em seu cabelo. O retorno para lógica binária, destaca essa infiltração racista como herança transmitida até no discurso de famílias pretas. A família de Aqualtune é composta em sua maioria por mulheres pretas de pele clara – “pardas”, mas umas com a barriga “limpa” e outras com a barriga “suja”, aquilo que não for “cabelo bom” será tratado pelos processos químicos que garantirão um corpo mais aceito para essa sociedade.

Essa mesma lógica foi trazida no relato de Sueli ao relatar que ouvia a frase: “Tomou banho de água suja”. “Se usar uma bucha vai ficar mais clara” – O banho de água suja está na mesma lógica da barriga suja, e na lógica utilizada pela palavra “denegrir”, a expressão “a coisa tá preta”, ou “samba do crioulo doido” e, tantas outras formas e adjetivos relacionados à negritude com o intuito de carregar a noção do sujo, do sem valor, da negatividade, da sexualidade, projetando, como afirma Kilomba, toda negatividade da sociedade na negritude e tudo que é “bom”, “alvo”, “claro”, ligado a branquitude. Kilomba afirma que a branquitude projetou nas pessoas negras toda negatividade que não deseja dar conta em si, assim passa a ser imposta para a negritude o fardo de carregar a parte negativa da gangorra binária de projeção de uma sociedade enquadrada na branquitude.

Nogueira (1998), afirma que “o corpo funciona como marca dos valores sociais, nele a sociedade fixa seus sentidos e valores. Socialmente, o corpo é um signo” (NOGUEIRA, 1998, p. 41). Esse signo trazido por Nogueira (1998, 2017) engendra um signo “negro” que remete não só a posições sociais inferiores, mas também a características biológicas supostamente aquém do valor das propriedades biológicas atribuídas aos brancos. A posição social inferior não diz respeito apenas à classe social em que a pessoa negra se encontra, mas destaca o lugar em que a sociedade acredita que aquele corpo precisa estar. Aqualtune traz em sua narrativa um exemplo do exposto

Eu fui com o meu marido entregar comida de uma minha cunhada, que ela tinha esquecido. Aí uma menina da recepção... falou “Ah, fale pra Dona E. que a **empregadinha** veio trazer a comida”. (...) Então no interior eu sempre vou ser **a pretinha que pode ser a doméstica**. Categorizada como doméstica pela minha cor, independentemente de como eu me vista. (Aqualtune)

Ser a “empregadinha” significa ser capturada para o suposto lugar em que esse signo negro – o corpo preto precisa e deve estar. Não importa a vestimenta ou a realidade socioeconômica de Aqualtune ou de outras mulheres e homens negros. Aqui temos ainda uma particularidade que é o lugar de subserviência do corpo da mulher negra. Esse corpo que foi forjado para ser um corpo servil. Vale o destaque de que Aqualtune é casada com um homem branco e sua cunhada é uma mulher branca. Nessa relação não caberia aos olhos da recepcionista o fato da existência de outra relação a não ser a de serviço e submissão.

Essa realidade gera o que Izildinha denominou de “*apartheid* psíquico”, uma segregação silenciosa que segundo a autora causa uma sensação persecutória cuja marca está inscrita na psique e no corpo, visto ser esse o alvo principal. Ela nos diz

(...) o negro, a despeito de sua condição econômica, social e intelectual, quase sempre vive um processo de destituição do seu lugar ou de suas conquistas, pois o olhar do branco nunca o vê como merecedor e não reconhece como legítimas suas possibilidades e conquistas (NOGUEIRA, 2017, p. 125).

Não ser merecedor de suas possibilidades e conquistas elucida a constante captura de corpos e mentes causada pelo racismo e pela branquitude. Com essa captura o olhar e o pensamento encontram-se condicionados, perpetuando imagéticas automatizadas que enquadram corpos em lugares estáticos, rompendo com a própria lógica de movimento presente na vida. Não é simplesmente sobre só perceber um determinado corpo em uma função ou lugar, o “*apartheid* psíquico” gera uma cisão disfuncional de enquadre de corpos e mentes perpetuadora de violências ilógicas.

A cena trazida por Aqualtune destaca ainda, que estamos falando de uma estrutura social, hierarquizada de tal forma que a luta por privilégios mínimos evidencia a desconexão da compreensão de potência do comum. No roldão de luta por ínfimos lugares ao sol, percebemos pessoas que ocupam o mesmo lugar social, escalonando um suposto lugar de privilégio pela desqualificação de um corpo supostamente abaixo, ação muito utilizada pela branquitude. Na passagem acima, esse fato se dá com a pessoa da recepção, qualificação subalterna inferiorizando uma mulher negra colocando-a abaixo da sua qualificação, e, assim se sentindo por um momento superior, temos um jogo racial, cuja dinâmica não é só a cor da pele, mas também a hierarquia social, estamos com uma sutileza que aponta não só para racismo, pela

faceta da discriminação ou injúria, mas para uma tentativa de deslocamento da subalternização quando tem alguém abaixo, aqui “a empregadinha”.

Aquiltune poderia ser a empregada, mas não era. Mas o que mais o termo “empregadinha” sinaliza? O Brasil é aprisionado nessa lógica, uma conjugação perversa entre raça, hierarquia, desigualdade e privilégio, calcada em nossos moldes de colonização e asseverada diuturnamente pela branquitude. A pergunta “você sabe com quem está falando?”, é um exemplo vivo disso. O que tivemos nessa cena foi uma mulher supostamente branca, um pouco mais “qualificada”, por ser recepcionista, do que a “empregadinha”, desqualificando uma mulher preta e de pele clara. Trago o destaque preta de pele clara, porque apesar de preta seu tom carrega uma “certa” passabilidade, ou seja, tem o corpo um pouco menos atacado do que outro mais escuro, contudo, essa passabilidade logo cairá por terra se puder ser utilizada como ferramenta de subalternização e discriminação.

Carneiro afirma que

O negro chega antes da pessoa, o negro chega antes do indivíduo, o negro chega antes do profissional, o negro chega antes do gênero, o negro chega antes do título universitário, o negro chega antes da riqueza. Todas essas outras dimensões do indivíduo negro têm que ser resgatadas *a posteriori*. Depois da averiguação, como convém aos suspeitos *a priori*. E como esse negro se recusa a sair desse lugar hegemônico, mesmo após a averiguação ele será submetido a diferentes testes para provar que seja algo além do que um negro. Por isso dirá Frenette que ser negro é não ter descanso. O negro “representado”, construído pelas práticas discursivas congela os “eus” latentes no interior do corpo negro, torna-os dormentes, anêmicos, pulsões irrealizáveis pela tirania do “negro” anexado. Quando chega um branco, contudo, não sabemos diante de quem estamos. (CARNEIRO, 2005, p. 132)

Nilma, por exemplo, relata um fato que destaca o exposto acima. Ela conheceu um homem pelo aplicativo Tinder¹⁷, e havia combinado com ele que eles conversariam por chamada telefônica antes de um encontro que tinham marcado, como ele não cumpriu o combinado da ligação, ela desmarcou o encontro. Ao avisar para o pretendente que o encontro estava cancelado, o homem branco que nunca havia realizado uma chamada telefônica, ligou aos berros chamando Nilma de “macaca”. Não ter descanso é ser arrebatada por situações como a citada por Nilma. O suposto

¹⁷ “O Tinder foi introduzido em um campus universitário em 2012 e é o aplicativo mais popular do mundo para conhecer pessoas novas. O Tinder abre portas para um mundo de possibilidades. A possibilidade de formar conexões que podem levar a muito mais.” (Trecho retirado da plataforma Tinder no link – Visão geral do Tinder – Tinder, acessado em 15 de out de 2023.)

pretendente nunca ligara a não ser para xingá-la após o cancelamento de um encontro. A situação vivida por ela exemplifica o exposto na citação acima de Carneiro (2005), ao destacar que “negro chega antes do indivíduo”. O xingamento abusivo e desqualificante jogou Nilma em um buraco sem fundo, verdadeiro campo de arrebatamento emocional, um colapso subjetivo, um deslocamento corporal, cuja marca da melanina, a racialidade chegou antes de sua individualidade, visto o rebaixamento de sua humanidade ao ser animalizada e violentada. O “negro” antecede qualquer atributo, inclusive o gênero. Ele desloca e reduz a humanidade, não permitindo uma construção de “eu” sem ser pautada em uma muralha defensiva, “negro” é o campo anexado que não permite a liberdade, a quebra com esse anexo representativo é o grande passo para a autonomia, é a descolonização do eu proposta por Fanon (2008). É importante destacar a facilidade com que o homem branco acessa a narrativa violenta e racista ao ser minimamente contrariado, adentramos novamente na malha colonial em que uma mulher preta não pode colocar suas condições, só sendo permitido a aceitação e o lugar de objetificação.

Nilma ainda nos diz “pra mim aquilo foi uma coisa horrível porque eu nunca tinha passado por uma situação dessa tão direta, né? Sofrer ter uma atitude racista tão direta, né? Por que a gente sofre aí todos os dias, né? Mas dessa forma não, e eu... aquilo me abalou muito”. O sofrimento diário retratado por Nilma elucida novamente a impossibilidade de um campo de relaxamento emocional, a ausência de descanso. A vivência cotidiana da racialidade engendrada pelo racismo reforça o campo das defesas emocionais que necessitam operar como grandes sistemas de proteção, Nilma ainda nos diz “você vê, você sente e aquela ferida é assim... você cria casca e vão lá e mexem, você cria casca e vão lá e mexem”. A tentativa da criação de uma “casca” gera verdadeiros *bunkers* subjetivos que se propõem escamotear e camuflar sensações de vulnerabilidade.

As expressões ansiogênicas são a grande manifestação dessa vivência defensiva, tentativa de proteção enraizada em constante estado de alerta. As crises de ansiedade e suas manifestações corporais lançam luz a presença do medo, da suspensão, da insegurança, mas nenhum corpo suporta viver diuturnamente em estado de alerta. Estar vigilante é estar insone, é sobrecarregar toda uma estrutura

corporal que passa a ser caracterizada pela naturalização e banalização desse estado. E como afirma Evaristo (1998, p. 42)

A noite não adormece
nos olhos das mulheres
a lua fêmea, semelhante nossa,
em vigília atenta vigia
a nossa memória.
A noite não adormece
nos olhos das mulheres
há mais olhos que sono
onde lágrimas suspensas
virgulam o lapso
de nossas molhadas lembranças. (...)

Jurema corrobora com o apresentado ao relatar como perdeu “amizades” ao assumir ser do candomblé, ouvindo falas em tom jocoso, tais como, “claro, você tem que tá lá mesmo, o lugar de negro é na senzala”. Ela afirma o grande impacto de tais brincadeiras que inclusive chegaram a gerar o seu afastamento por três anos da religião cultuada por toda sua família. O mesmo aconteceu em seu ambiente de trabalho após colega de trabalho ver na rede social sua foto em um terreiro. Jurema sofreu perseguição até ser demitida injustamente. Estar alerta é uma tentativa inócua de tentar dar conta de ataques inesperados, mantendo a necessidade de estar sempre em alerta, sem ter a possibilidade de viver livremente suas expressões de vida. Com isso, como já mencionado em outras publicações, temos as manifestações somáticas, mas também as depressões e suas variáveis. A depressão lança luz a esse lugar, parar pelo adoecimento é o ponto de paralisação dessa estrutura frente a submissão causada pela “negritude anexada” e os constantes ataques vividos pela branquitude. A depressão paralisa, mas é ela quem aponta, ao buscar por cuidado, para o fato de que não mais seguirá naquela rota de submetimento. O corpo entristece, perde a força, mesmo tentando sobrepujar e resistir, já não pode mais deixar de lidar com que está dado, anseia pelo encontro com a liberdade.

5.5 O colapso: o suicídio como última tentativa

Das mulheres participantes dessa pesquisa duas tentaram suicídio por mais de duas vezes, Aqualtune e Jurema. Ambas chegaram a ser internadas. Foi no processo

de internação que se conheceram e construíram uma importante amizade. Foi essa amizade que fez Aqualtune indicar Jurema para participar da Roda das Fênix. Aqualtune em um de nossos encontros relatou que o momento de internação foi o que a fez se sentir mais livre apesar de todo sofrimento. Afirmou ainda que no Hospital Psiquiátrico ela podia ser quem realmente era, podia xingar, ficar irritada, manifestar sua agressividade, porque durante a internação “a loucura” lhe trazia uma espécie de liberação, temos aqui o grande paradoxo, morte e vida coabitando uma mesma situação.

A tentativa de autoaniquilamento apontara para todo fracasso ambiental que mulheres negras vivem em nossa sociedade, visto a sua primeira tentativa de suicídio ter acontecido meses depois de Aqualtune ter sido demitida do seu cargo de professora universitária exercido em uma universidade particular, e não conseguir se colocar mais no mercado com o salário compatível ao recebido nos últimos anos que antecederam sua demissão. Com isso, ela teve uma redução de mais de 40% do seu salário médio devido às baixas de valores pagos imputada pela máquina capitalística presente em alguns grupos universitários, que baixaram o valor da hora/aula.

Após um tempo conseguiu uma colocação como professora e mesmo exercendo todas as demandas de captação de alunos, aulas ministradas para aproximadamente 100 alunos, seguiu com a promessa de recebimento de novas turmas e promoção, sem a devida efetivação. Aqualtune começou a adoecer, inicialmente com um sintoma indicativo de ansiedade, uso abusivo de medicação e álcool até a eclosão do quadro depressivo maior, e em sua primeira tentativa de suicídio evocava repetidamente a frase “não entendo o que fiz de errado”.

Dados da OMS apontam que mais de 700 mil pessoas morrem anualmente por suicídio e nas Américas, ao contrário do restante do mundo, as taxas vêm aumentando. “Entre 2000 e 2019, a taxa global diminuiu 36%. No mesmo período, nas Américas, as taxas aumentaram 17%. Entre os jovens de 15 a 29 anos, o suicídio aparece como a quarta causa de morte mais recorrente”. No ano de 2018 o Ministério da Saúde publicou o documento “Óbitos por suicídio entre adolescentes e jovens negros de 2012 a 2016”, apresentando índices assustadores no que tange a proporção de suicídios entre pessoas negras em comparação aos demais grupos raciais. O documento revela a ocorrência de um aumento de 53,3% em 2012 para 55,4% em

2016 do percentual de suicídio entre jovens negros. Nesse sentido, em 2016, “a cada 10 suicídios em adolescentes e jovens seis ocorreram em negros” (p. 28) “Sendo o risco de suicídio 45% maior em adolescentes e jovens negros comparados aos jovens brancos” (p. 30).

Por conseguinte, o suicídio deve ser pensado também como um sintoma da fragilidade das estruturas sociais o qual é revertido erroneamente e paradoxalmente como um erro pessoal e individual. Bove (2023, p. 40) afirma que

A tendência ao suicídio deve ser explicada pelo quase total regime de heteronomia das associações individuantes a que conduz a queda contínua da potência de agir: associações na grande maioria das vezes negativas (associações individuantes se tornam incompatíveis com a perseverança do próprio indivíduo atual) precipitam a queda, ela própria favorecendo associações ainda mais nocivas... Até a morte. A morte insinuaria assim em nós pelos mesmos caminhos de que vale a vida para se perpetuar... A queda dessa potência de agir pode, por outro lado, trazer consigo, no limite, o bloqueio do processo de associação que é, em si mesmo, uma potência. Nesse caso, a mente de um corpo esgotado, esmagado pelas forças exteriores, impotente para realizar novas contrações, contempla no processo de dissolução do corpo a imagem fixa do seu desespero, ou seja, de sua tristeza definitiva.

Aqualtune estava com sua mente e corpo esgotados, não suportava mais tentar agir da forma considerada correta e não ter o devido retorno, não percebia que não havia um erro na sua *performance*, mas sim uma captura social capitalística cuja massa de manobra principal são os corpos negros. É importante destacar que ela possui não só a titulação adequada, mas longa experiência em docência, produção intelectual, contudo, a máquina neoliberal foi e é muito maior que tudo isso. Carneiro (2005, p. 75) afirma que “a definição dos corpos adequados para suportar esse processo de desenvolvimento capitalista num processo de industrialização nascente irá determinar no Brasil os estoques raciais adequados para essa tarefa. As predisposições raciais definidas para cada grupo humano irão suportar essas escolhas”.

A frase repetida inúmeras vezes “o que fiz de errado” é o reflexo dessas ações individuantes que responsabilizam o indivíduo por uma ação socioeconômica racista, opressora e dilacerante de corpos e mentes. A dissolução do corpo passa a ser uma forma de encontrar liberação desse processo extenuante e, sobretudo, mortificante. Bove (2023, p. 40) afirma que na filosofia espinosana o ser humano jamais deseja

morrer ou estar triste, sempre havendo resistência, mesmo que esse esforço seja vencido, assim, “É preciso tomar o suicídio como um desmoronamento do desejo e não como uma das formas que este, enquanto tal mesmo quando pervertido no mais alto grau, poderia assumir: **a morte não é jamais desejada por si mesma**”.

Essa afirmação destaca que ser suicidada(o) não é uma escolha, mas sim um ato de desespero frente a situações externas, Rauter afirma que, estamos sempre lutando e perseverando em nosso ser, procurando afastar ou repelir aquilo que cause tristeza e, que

(...) deixamos de estar “sob a jurisdição de nós mesmos” ou quando descuidamos da **conservação do nosso ser**, sobrevém a impotência em suas várias figuras, como o vício, a apatia, o suicídio... Várias situações em que buscamos nossa própria destruição, mas só o fazemos por estarmos dominados por causas exteriores (RAUTER, 2017, p. 76).

No caso de Jurema a tentativa de suicídio advém das seguintes causas exteriores, morte do sobrinho, considerado por ela como um filho e de sua separação conjugal. O sobrinho-filho de Jurema tinha apenas 3 anos, foi violentado e encontrado morto após semanas de busca. Já a separação deveu-se pela impossibilidade de Jurema de engravidar. Ela compartilhou “(...)o virar da chave foi quando eu perdi meu casamento, na verdade eu não consigo lidar com perdas, no modo geral, eu não consigo lidar com perda, por que pra mim eu **fiz algo de errado** pra aquilo tá acontecendo, eu **sempre me julgo muito** (...)”. No mesmo período, Jurema perdeu o emprego por racismo e intolerância religiosa, perdeu o sobrinho-filho e o casamento por não poder gerar um filho. As perdas sucessivas de Jurema retratam vivências de racismo, opressão de gênero na expectativa do corpo feminino ter que ter a garantia de procriar, além de outras violências oriundas das fragilidades sociais, ressaltando o excesso e a impossibilidade de encontrar um campo adequado de elaboração dos seus lutos e indignações. Novamente percebemos a busca em si mesma como uma tentativa plausível de explicação de uma situação minimamente inaceitável e inexplicável. A busca por resposta se transforma em mais uma perda, visto o autojulgamento e a afirmação “fiz algo de errado”, carregada de uma herança colonial judaico cristã em que o lugar da culpa é central, potencializando o sentimento de ser insuficiente de forma individualizante e aniquilante. Acreditamos que existem inúmeros fatores exteriores e opressões que despontencializam os encontros diminuindo, por

consequência, a nossa potência de agir, mas ainda assim é potência. Martins (2018) destaca que

O impulso suicida parte do *conatus* que se sente impotente ao não ser si mesmo; porém é justamente por não estar sendo si mesmo que o *conatus* se sente impotente (...) O que vale para o suicídio vale também para a depressão, (...) é inevitavelmente porque não está conseguindo desejar o que lhe aumenta a potência, porque provavelmente está desejando o que não expressa sua potência (...) ou porque tem, por algum motivo imaginário, medo de expressar sua potência. O falso *self* mata o verdadeiro *self* que não está conseguindo se expressar; mas o verdadeiro *self* não se expressa porque precisamente o *self* está sendo vivenciado como falso, por submissão às exigências do ambiente (MARTINS, 2018, p. 125).

Um meio ambiente altamente patogênico como a nossa sociedade imputa inúmeras circunstâncias que podem vir a submeter corpos negros incutindo-lhes repetidamente exigências nunca alcançadas. Para se proteger todo um campo de defesa psíquica é erigido, a fim de garantir a sua “sobre-vivência”, uso o traço, a fim de elucidar a ruptura no processo de vivência, quebras geradoras de angústias impensáveis e impossibilidade de uma vida vivida sem sobressaltos. A exposição continuada pode deixar as pessoas perdidas no falso *self* protetor. Uma das expressões de falso *self* é a sensação de “impostor” tão presente nas narrativas negras que adentram o *setting* analítico. Sentir-se “impostor”, a dúvida sobre o quem se é, é uma das expressões desse falso *self* defensor atroz do verdadeiro *self* que aguarda por um ambiente favorável para se apresentar. Entretanto, a sociedade é estruturada diuturnamente em práticas racistas conflitantes, exigentes e não suportantes, que dificultam a “baixa da guarda” e encontro com caminhos de vida sem sustos, medos e sobressaltos.

A compreensão do medo é importante, pois para apresentar o nosso verdadeiro ser precisamos de campos de confiabilidade e suporte. Lembremos que como citado anteriormente, o medo é um dos afetos mais tristes e, por consequência, o mais despotencializante. Vibrar e viver no medo é perder autonomia, é submetimento, não poder carregar um fenótipo, cultivar uma fé, ser julgado de forma parcial é estar submetido a um fosso emocional, uma agonia impensável, um colapso.

Para Winnicott (1994) o colapso refere-se a um fracasso de uma organização defensiva descritora do impensável estado de coisas que antecede a construção possível de uma defesa psíquica. Notemos, contudo que a invasão gerada pelo

ambiente racista é continuada e possui inúmeras formas de expressão, trazendo em si a irracionalidade e o tormento. Nesse sentido, a falha ambiental não está, necessariamente, sendo imputada pelo meio ambiente inicial, como destaca Winnicott, daí a importância do conceito de sociogenia proposto por Fanon. O racismo não atravessa a vida das pessoas negras apenas pelas discriminações ou injúrias raciais, apesar de todos os males causados por esse ataque direto, contudo, lembremos que a neurose cultural do Brasil é um racismo por denegação como destacava, Gonzalez, assim, os males advindos dessas estruturas racializadas, atravessa também, as próprias configurações do campo íntimo familiar, a quantidade de mães pretas solas em nosso país, o alto índice de mortalidade da população negra em idade produtiva, morte por doenças evitáveis, uso abusivo de álcool e outras drogas, dentre outros, é uma confirmação do que destaquei.

As teorias psicológicas ao se basearem no ambiente íntimo e intrafamiliar para justificar determinados traumas, não consideram o ambiente em que esse grupo está se constituindo. Não considerar o ambiente social brasileiro como produtor de fragilidades psíquicas colapsantes e infiltrantes dos campos íntimos e mais amplos é falhar em nossas ações de suporte e cuidado. Por isso, a implementação de ações em saúde mental urge pela ampliação das lógicas psicológicas que tentam sustentar cuidado ratificando uma internalização e individualização sem contexto. É claro, que não pretendemos ser capturados pela outra moeda da lógica binária, afirmando que tudo é social, mas sim compreendendo a conjugação ativa e viva entre indivíduo e sociedade, considerando como afirma Spinoza, que os fenômenos individuais e os sociais são indissociáveis há entre essas instâncias uma coextensividade e uma constante conexão apesar das características específicas de cada uma.

É nessa lógica que os seres também buscam por aquilo que pode potencializar. A filosofia espinosana afirma que sempre há potência, mesmo que mínima, nesse sentido, apostamos que as práticas de cuidado para os casos de suicídio necessitam validar e potencializar o lugar da possibilidade do vir a ser e os bons encontros. Uma estratégia de cuidado é trazer à tona uma reflexão crítica para o sintoma, abrindo espaço para a compreensão dessas fragilidades político-opressoras.

CAPÍTULO 6

EKUNDAYO: PISTAS PARA UM DISPOSITIVO DE CUIDADO EM SAÚDE MENTAL PARA MULHERES NEGRAS

Dor caminho para cura
Descoberta por poder tornar dizível, visível
O indizível e o inviabilizado
Encontro com a dor, caminho para reparação
Possibilidade de encontro, sinergia e comunhão
Posso ser eu mesma? Como garantir?
Como saber, para onde seguir?
Encontro, dor, reparação
Encontro, sinergia, comunhão
Poder ser eu mesma
Finalmente encontro e união.
(SAMPAIO, 2021)

Ao longo da construção dessa tese percebeu-se a complexidade existente no deprimir de mulheres negras. Os eixos temáticos abordados no Capítulo 5 elucidaram o firme entrelaçamento entre cor e gênero apontando para a importância desse fio condutor, tal qual uma espinha dorsal de grande relevância na produção das subjetividades e no adoecer. Vale ressaltar também a passagem sorradeira das questões ligadas ao econômico na vida de mulheres negras de classe dita “média”. Chauí (2018) destaca a grande falácia da nova classe média brasileira, a qual segundo a autora é a criação de uma nova classe trabalhadora oriunda de uma fragmentação e precarização dos serviços, assim como pela desarticulação de luas, garantindo o potencializando a ideologia capitalista do individualismo, da competição, do isolamento, do consumo e do sucesso a qualquer preço. Sabemos, que ainda existem discussões que pautam a questão econômica como o principal eixo de reflexões sobre as desigualdades vivenciadas pelo povo negro, compreendemos que esse é um ponto importante, mas sem valor ao não ser interseccionado com as questões raciais e de gênero. Lima e a Gaudenzi (2023, p. 2), abordam o papel da colonialidade e asseguram que “Esse processo fez visível e dizível um Brasil evidentemente assimétrico, marcado

por uma desigualdade étnico-racial perpassada pela classe social, pelas relações de gênero e sexualidades, pelos territórios (...)”. Portanto, pesquisar e escrever sobre saúde mental da população negra requer a inclusão da importância desses eixos de compreensão que constituem as iniquidades raciais na produção de práticas eficazes de atendimento e cuidado a ser oferecido para esse grupo em qualquer classe econômica que se encontre. Prestes aponta a armadilha do arquétipo que relaciona mulheres negras como lutadoras e cuidadoras pois que

(...) não necessariamente cuidadoras de si mesmas, mas certamente dos seus. Em contexto de vulnerabilidades diversas, esse simbolismo pode também atrapalhar a conquista da saúde, por associar o sentido de que não precisam ser cuidadas. Ressignificar arquétipos, referenciais e práticas é um dos desafios da promoção de saúde de mulheres negras. Desafio que nos chama atenção para pensar a saúde a partir da interconexão de eixos de opressão e discriminação, de uma encruzilhada de técnicas, para que se possa produzir uma perspectiva interseccional de processos que, conjugados, promovem saúde (PRESTES, 2018, p. 169).

Portanto, as reflexões acerca de um dispositivo de cuidado para mulheres negras precisam ser atravessadas pela compreensão supracitada, visto que não será a partir de uma psicologia dita universal e branca que encontraremos as ferramentas necessárias para uma prática de cuidado que valorize a interseccionalidade. Podemos perceber o *valor* da conjugação de saberes permitida pela transdisciplinaridade diante da complexidade exigida pelo tema. Acreditamos que um único campo de saber é insuficiente para a análise do significado do ser negra em nosso país, por isso uma estratégia metodológica de cuidado precisa garantir a presença de múltiplos saberes, inclusive aqueles presentes nas próprias integrantes do grupo.

Gostaríamos neste momento de centralizar o lugar do corpo, valorizando a corporeidade. O corpo da mulher negra, assim como o corpo do homem negro, são alvos de ataques, expectativas, desde a mais tenra idade, como abordado anteriormente. O olhar debruçado sobre essa corporeidade, coloca o mesmo em uma cena de foco constante. Corpos alvos de morte, de desejo, de olhares, de projeções, corpos que carregam o mundo em suas costas, e a cobrança da sobrevivência em uma sociedade que carrega um ideal de branquidão, como afirma Nogueira (1998). Trata-se do descarte de corpos enquanto mecanismo econômico através do qual o capitalismo massacra os corpos negros descartando-os diuturnamente, ao mesmo tempo dependendo deles para sua sobrevivência e subsistência. Isso posto, a

corporeidade negra é, sobretudo psíquica, visto que é através do corpo e no corpo que todas as inscrições coloniais e racistas se presentificam. É nesse corpo que o trauma colonial e o ideal de brancura ditador da suposta norma universal se inscrevem, conduzindo à vivência das amarguras e armadilhas. Esse sistema colonial e escravagista “representa o repositório amargo da democracia”, corrompendo a liberdade e levando os corpos a decomposição (MBEMBE, 2017, p. 38).

No entanto, ressaltamos que é nesse corpo que se dão os processos de difusão da potência e de resistência a esse mundo, é através dos segredos transmitidos pela oralidade, pelas crenças e pelos ritos, que verdadeiras estratégias de sustentação e de vida são perpetuadas. Partindo da importância do lugar do corpo, surgem as seguintes pistas: como criar estratégias clínicas para abrir os corações traumatizados e atacados pelo racismo? Como abrir o corpo em meio à luta pela sobrevivência? Como fazer emergir outras expressões do direito de afirmação desse corpo?

Bove afirma que nossos corpos são caracterizados por uma adaptação repetida de comportamentos que nos faz suportar certas condições exteriores, sob o risco de sermos destruídos. A sensação de existência é anterior a qualquer afeto, seja ele de alegria ou de tristeza. Essa sensação de existência é a força de nosso *conatus*, pura força de conservação que é mantida pelo hábito, ou seja, pela repetição. “(...) este hábito se reforça na sua repetição mesma, e isso indefinidamente, à medida que os corpos exteriores nocivos não venham atrapalhar esse belo dinamismo(...)” (BOVE, 2023, p. 48). No entanto, nossa memória se dá na persistência dos traços corporais percebidos fazendo com que lutemos pela conservação daquilo que nos parece útil e conveniente à nossa essência, fazendo-nos reinvestir no que nos propiciou satisfação. É esse esforço que definirá a nossa memória.

Assim, resistimos diuturnamente à tristeza, por desejarmos ativar e reativar a sensação de satisfação, de alegria. Nesse sentido, nossa espera se dá pelo hábito, sendo o corpo uma memória carregada de toda a sua essência que é pura potência, força e ação pela autonomia. Podemos exemplificar o exposto por Bove no eixo sobre suicídio, em que, após colapsar, Aqualtune passou a se sentir viva na internação, livre, podendo ser ela mesma. Essa passagem elucida a força do *conatus*, pois essa mulher que enfrenta uma situação de extrema vulnerabilidade emocional, encontra consigo o poder expressar raiva, de agir como quiser, de fazer amizades, mesmo após ser

colapsada e quase suicidada. Esse exemplo destaca a força vital, a força do axé enquanto há vida. Miranda destaca que o axé

Além de ser atributo dotado de força ativa capaz de permear formas de relacionamento entre grupos e composição de suas identidades, também é produtor e receptáculo de um ciclo energético **alimentado pelas relações de troca entre aqueles que pertencem a determinado território** (MIRANDA, 2022, p. 29).

Essa força que está sempre aguardando por uma oportunidade para presentificar-se, mesmo diante das afecções maiores que podem nos destruir. Demanda movimento, saída da estagnação e faz com que tudo o que há seja profundamente interligado e interdependente (Flor do Nascimento, 2016).

Contudo, retomemos a essa pista – Como abrir o corpo em meio a luta para sobrevivência? Início as reflexões por essa pista, visto que no hábito apreendido por nós mulheres negras, a sobrevivência é tomada como uma estratégia de vida. Contudo, sobreviver não é viver. Não me refiro apenas aos casos de sobrevivência a uma situação de poucos recursos, mas a uma vida que é atravessada pela necessidade de força, por dinâmicas garantidoras de “existência” e de “vida” frente a constantes processos angustiantes e estressores. hooks (2023) destaca que

O estresse que causa riscos à vida se tornou um estado psicológico de muitas mulheres negras (e homens negros). Muito do estresse experimentado pelas pessoas negras se relaciona diretamente à forma como os sistemas de dominação – o racismo, o sexismo, e o capitalismo em particular – perturbam as nossas capacidades de exercermos plenamente autonomia. É uma trágica ironia que tantas pessoas negras sofram de ansiedade e de estresse excessivos como resultado da integração racial (hooks, 2023, p. 70).

A autonomia ao ser atravessada por estados de estresse constante, e ultrapassagem de limites pessoais saudáveis, coloca em destaque o desafio da saída do estado de alerta tão presente nesses corpos mulheres. Para garantir que um corpo se abra é necessário a confirmação e a construção de um espaço de confiança e de sustentação. Não é seguro para o corpo de uma mulher negra sair do estado de alerta, visto que esse estado passou a garantir sua sobrevivência. Entretanto, é na vivência que precisamos apostar, no desenvolvimento de espaços de confiabilidade, de suporte, de aprendizagem sobre a importância dos limites e sobre a possibilidade de outros modos de vida mesmo em meio a uma sociedade destrutiva e invasora.

Prezamos por um modelo de intervenção contra-colonial, visto que

(...) a matriz colonial de poder dá visibilidade para determinadas formas de existência e saberes pela invisibilidade de outros, que passam a ser considerados inferiores e não científicos. Essa estética colonial nos impossibilita ver, sentir e pensar o que não tenha a percepção moderno/colonial como ponto de referência (TONIAL; GARCIA, 2017, p. 18).

Declara-se acima o quanto os saberes científicos desvalorizam as epistemes não brancas e femininas, mantendo, perpetuando, garantindo e naturalizando as relações de poder instituídas nas práticas metodológicas, no desenvolvimento epistemológico, e conseqüentemente nas práxis de cuidado. O lugar de valor às epistemes afro-indígenas é negligenciado pelas ciências, e nela podemos inserir a psicologia, a despeito de toda produção que já possuímos. O Brasil tem se apresentado de forma contundente no aumento de produções elucidativas sobre racismo e subjetividade, garantindo assim uma caminhada na qual podemos ancorar nossas fundamentações e práticas. Faz-se necessário a devida efetivação de uma abertura de caminho que valorize esses saberes.

Trazemos, assim, a roda para o centro, pois acreditamos em rodas de cura em que a força motriz possa ser o valor do cuidado e a troca de saberes entre mulheres. A lógica colonial incita comparações e disputas entre o que foi preconizado como “mulher”, lógicas assentadas na disputa de corpos, cabelos, unhas, cônjuges, falta de confiança, medo de perder para outra mulher. Precisamos evocar a lógica da circularidade no cuidado, acionando planos de fuga dessa estrutura que é constantemente reativada. Necessitamos de mais encontros e trocas entre mulheres. Mulheres negras precisaram desenvolver técnicas de sobrevivência, como afirmamos anteriormente. O que podemos aprender com essa experiência, analisando conjuntamente aquilo que potencializa e o que captura, repetindo a objetificação?

Quando proponho a roda enquanto ferramenta, evoco a força da circularidade, força do estar com, coabitando trocas, conflitos, o direito de enlouquecer, conhecimento, apontamentos, giro, tal como percebemos nas capoeiras, nas umbigadas, no jongo, nos xirês. A roda faz emergir a força da circulação de saberes, não é estática e muito menos fálica. É força-mulher com ciclos, mudanças, energia, constância, sustentação e continência permitida e propiciada por estar em grupo. A roda estimula a troca de força vital, do axé, da existência, do *conatus*. A potência de

uma roda se dá no fortalecimento e no giro da força vital dos integrantes, que vivificam a roda e se retroalimentam da força do comum, nesse sentido, nosso investimento nessa tecnologia é por acreditarmos que

(...) a morte, as doenças, as desgraças, o aborrecimento, o cansaço, todo sofrimento é consequência da diminuição da força vital, causada por um agente externo dotado de força vital superior. O remédio contra a morte e os sofrimentos é, portanto, **reforçar a energia vital, para resistir às forças nocivas externas e afirmar a alegria de vida** (LOPES; SIMAS, 2021, p. 27).

A citação acima pode ser potencializada com a compreensão espinosana de que “o desejo é a própria essência do homem, isto é, o esforço pelo qual o homem se esforça por perseverar em seu ser. Por isso, o desejo que surge da alegria é estimulado ou aumentado pelo próprio afeto de alegria (SPINOZA, 2019, prop .18, demonstração, p. 168). Por conseguinte, a troca de força vital é potencializada pelos encontros, já que como afirma Spinoza nada é mais útil para um ser humano do que outro ser humano. Lancetti (1994, p. 161) nos diz “o homem se tornou homem (diria a humanidade – grifo meu) em grupo e a produção de subjetividade não se pode entender sem os processos coletivos serem considerados como componentes da subjetivação”. Rauter recorre a Spinoza e a Winnicott para afirmar que

O afeto ativo, ou ainda, a alegria ativa, é sempre, em Spinoza, uma criação que se explica por nossa própria potência, na interação com o ambiente, nas relações com as coisas singulares que nos marcam. Assim, a realidade externa é sempre compartilhada, relacional e toda ação está ligada à criação, sendo a própria dimensão do brincar o que constrói o ambiente e a vida coletiva” (RAUTER, 2023, p. 46)

Assim, os encontros podem garantir a multiplicidade na afirmação da vida, do desejo e, mesmo diante de narrativas de sofrimento. O respiro, as ressonâncias, o encontro, os olhares, as escutas, os afetos, os vínculos, as transformações, prenunciam a possibilidade de encontrar, aumentar a potência e afirmar a alegria. Destacamos ainda a importância da roda como espaço reivindicatório, cuja saída do silêncio aponta para a possibilidade de um caminho frente as indignações vividas, assim como um espaço de transformação da fala “cortante” carregada de auto destrutividade, incrustada de uma raiva cumulativa, de ódio, utilizada muitas vezes para ferir a si e a outras pessoas (hooks, 2023) em para uma fala efetiva, que pode ser

ouvida, compartilhada e cuidada. Um uso efetivo da raiva, sem que ela seja ignorada, silenciada, carregada de medo, sem que precisemos nos alimentarmos dela a ponto de se transformar em um campo denso e calcificado do próprio ser. A roda enquanto espaço de resistência permite a expressão da raiva e a sua tradução em ação em favor dos nossos ideais; ação libertaria e de força para construção do nosso futuro, como assegura Lorde (2019).

Não estamos com isso afirmando que a terapêutica grupal é sempre melhor que a individual, mas ela traz o suporte da grupalidade como retrata Lancetti (1994), na compreensão de que grupo ultrapassa narrativas, pois que as subjetividades são muito mais que linguagem, as subjetividades se dão no encontro e, é nesse encontro que está a amálgama da grupalidade, que propicia imitações, expressões produtoras de invenções criativas, que contagiam possibilitando constantes transformações. O tratamento em coletividade nos permite compreender a roda como espaço de aquilombamento de construção, que segundo Emiliano David é a possibilidade da construção de um dispositivo em que haja a aceitação dos diferentes, trazendo nessa proposição política presente na potência do comum que emerge dessas diferenças, uma possibilidade de existir em busca libertaria, abolicionista e antirracista, desvinculada da lógica manicomial tão presente em nossa sociedade do “criolo doido” e da “negra maluca”.

Evocamos assim por uma intervenção contra-colonial e não epistemicida, pois como afirma Carneiro

(...) o epistemicídio é, para além da anulação e desqualificação do conhecimento dos povos subjugados, um processo persistente de produção da indigência cultural: pela negação ao acesso a educação, sobretudo de qualidade; pela produção da inferiorização intelectual; pelos diferentes mecanismos de deslegitimação do negro como portador e produtor de conhecimento e de rebaixamento da capacidade cognitiva pela carência material e/ou pelo comprometimento da autoestima pelos processos de discriminação correntes no processo educativo. Isto porque não é possível desqualificar as formas de conhecimento dos povos dominados sem desqualificá-los também, individual e coletivamente, como sujeitos cognoscentes. E, ao fazê-lo, destitui-lhe a razão, a condição para alcançar o conhecimento “legítimo” ou legitimado (CARNEIRO, 2005, p. 97).

Requisitar uma intervenção contra-colonial e não epistemicida é buscar uma possibilidade de fazer emergir outras expressões do direito de afirmação desse corpo mulher negra, lançando luz no valor dos saberes não brancos existentes e dos saberes

que essas mulheres também carregam. É valorizar práticas de cuidado afroindígenas, cujo valor da troca, da gira, da presença do corpo, da oralidade, não é hierarquizado e desvalorizado. Ser o que se deseja ser, dando espaço de respiro e acolhimento para esse corpo e um lugar de ser integral, não capturado pela objetificação e pela simplificação na força.

Pensar um dispositivo de cuidado com o sentido *Ekundayo*, é evocar a possibilidade de uma tecnologia ancestral que evoque e centralize o cuidado. O cuidado foi extirpado de nossa existência por um sistema escravocrata e por sua herança criadora de divisões raciais que propiciaram e propiciam condições difíceis de existência. Para hooks, essa herança mantém uma ferida emocional que afeta nossa capacidade de autocuidado, de sentir e de expansão do amor, lembrando que não nos referimos aqui a amor romântico e sim a expansão do sentimento de cuidado, confiança, entrega. Ela destaca que a capacidade de sentir é que não se relaciona ao outro, mas sim ao contato com nosso próprio mundo interno, que foi e é afetada, dificultando o acesso as nossas sensações mais íntimas, ao reconhecimento dessas sensações, a sua afirmação e, conseqüentemente ao autocuidado. Acessar essas feridas possibilita uma conexão consigo mesmas e, por conseqüência com o outro. Nesse sentido, amar passa a ser um ato de resistência e de ação, amor enquanto expansão, direito de sentir, quebrando com a lógica de repressão dos sentimentos para ser forte, amor que permite o cuidado de si e a lógica do bem viver.

Destarte, *Ekundayo* é uma tecnologia que coabita tristeza e alegria ao mesmo tempo, a tecnologia está nessa transformação presente na força da expressão, nem tristeza nem alegria, **é a tristeza que se transforma em alegria**, ou seja, a tristeza possui um papel fundamental nessa transformação, ela é que será a mola propulsora da alegria, não é simplesmente a passagem de um estado para outro, mas sim a vivência de um estado para que outro possa existir. Desse modo, é que o deprimir se manifestou nesta tese com toda a sua potência de transformação, foi experimentando efetivamente a tristeza oriunda da indignação, das fragilidades sociais, das opressões interseccionais que esse corpo de mulher negra pôde reivindicar a sua autonomia. Corpos negros não tiveram e não têm o direito de adoecer, dados revelam as inúmeras iniquidades em saúde e as constantes violências que colocam esse corpo na cena colonial da objetificação, poder parar é exercer a quebra, o direito de parar, o direito

de enlouquecer, é não mais aceitar, é quebrar as amarras, é o direito a desaguar, a garantia de cuidado e de sustentação da fragilidade para a possibilidade de abertura para o encontro consigo.

ANEXO I

CARTA CONVITE

“A Sra. está sendo convidada a participar da pesquisa – “A dimensão política da depressão em mulheres negras” que tem como principal objetivo apreender a vivência de mulheres negras com depressão a partir de suas narrativas, a fim de justificar, validar e evidenciar a importância da construção de dispositivos clínicos-políticos que visem e garantam um atendimento psicológico adequado a essa especificidade. Para esse estudo adotaremos os seguintes procedimentos metodológicos: pesquisa bibliográfica, busca por levantamento de dados sobre depressão nas plataformas de saúde brasileiras e entrevistas semiestruturadas. Esta tese de doutorado pretende beneficiar o grupo participante, assumindo o compromisso científico que pretende destacar. O motivo deste convite é que a Sra. se enquadra nos seguintes critérios de inclusão: ser mulher negra, ter sido diagnosticada com depressão, e ter interesse em participar desta pesquisa por meio da entrevista.

A Sra. será esclarecida sobre o estudo em qualquer aspecto que desejar e estará livre para participar ou recusar-se a participar, retirando seu consentimento ou interrompendo sua participação a qualquer momento. A sua participação é voluntária e a recusa em participar não acarretará qualquer penalidade ou modificação na forma em que é atendido pela pesquisadora.

RISCOS:

Embora compreendamos a existência de um contrato de sigilo sobre o que for relatado durante a experiência, estamos atentos para os riscos, mesmo que sejam mínimos. Para dirimir os riscos a garantia do sigilo entre a pesquisadora e as participantes do grupo entrevistada, a realização da coleta foi feita em ambiente seguro e, com a presença apenas das participantes.

1. Desconforto causado pelo relato da experiência dolorosa vivida ou assistida.
2. Desestabilização emocional, ansiedade, dificuldades de expressão verbal. Situações que podiam ocorrer, para manejo adequado a situação houve o

cuidado na construção de um ambiente acolhedor para que cada participante se sentisse amparada e segura.

BENEFÍCIOS:

A abertura para falar das experiências e percepção do ser mulher negra com depressão; alívio pela oportunidade de partilhar vivências dolorosas em ambiente de confiança e respeito, melhoria da autoestima, visto a possibilidade de não estar só frente a afetação constante da vivência do ser mulher e negra em uma sociedade estruturada pelo sexismo e o racismo. Reconhecimento dos próprios sentimentos vividos e sentidos sobre sua realidade e seu adoecimento, possibilidade de refletir sobre suas atitudes e as da sociedade em que vive, pensar sobre a situação de adoecimento vivida e ter respostas mais eficazes; discutir sobre as questões raciais. Construção de um saber sobre si mesmo e sobre a sociedade em que vive.

A partir do resultado positivo desta pesquisa pretende-se contribuir para construção de um dispositivo-clínico político de atendimento a essas mulheres. Ou seja, um recurso, um método de trabalho a ser utilizado por profissionais e estudantes de psicologia.

ANEXO II

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE ESCLARECIDO

Título do projeto: “A dimensão política da depressão em mulheres negras”

Pesquisadora responsável: Adriana Soares Sampaio

Instituição de Vínculo do Pesquisador (A): PPG Psicologia UFF

Endereço: Rua João Barbalho, 395. Casa 10 – Quintino Bocaiúva.

Cidade: Rio de Janeiro. Estado: Rio de Janeiro.

Fone: (21) 3351-8006/98474-8006

E-mail: asoaressampaio@gmail.com

A Sra. está sendo convidada como participante da pesquisa “A dimensão política da depressão em mulheres negras” que tem como principal objetivo apreender a vivência de mulheres negras com depressão a partir de suas narrativas, a fim de justificar, validar e evidenciar a importância da construção de dispositivos clínicos-políticos que visem e garantam o princípio da equidade preconizado pelo SUS. Este estudo encontra a sua justificativa no alto índice de suicídio na população negra, o qual de acordo com o Ministério da Saúde alcançou em 2016 um risco 20% maior para jovens negras do que para as brancas. Para esse estudo adotaremos os seguintes procedimentos metodológicos: pesquisa bibliográfica, busca por levantamento de dados sobre depressão nas plataformas de saúde brasileiras e entrevista. Esta tese de doutorado pretende beneficiar o grupo participante, assumindo o compromisso científico que pretende destacar. Os possíveis riscos que esta pesquisa pode gerar ao grupo envolvido, certamente estão no desconforto causado pelo relato da experiência dolorosa vivida ou assistida e, por consequência, uma possível desestabilização emocional, ansiedade, dificuldades de expressão verbal. Situações que podem ocorrer, apesar de entender que haverá um cuidado na construção de um ambiente acolhedor para que cada participante se sinta amparada e segura. Há também o risco no limiar da exposição das falas das entrevistadas, situações que serão evidenciadas no texto desta tese de doutorado, e publicações nos meios científicos. Para tanto,

preservaremos o sigilo das entrevistadas, tratando os conteúdos das falas e as observações do campo sempre a partir do diálogo com as pessoas envolvidas, assumindo os compromissos éticos da pesquisa para não expor conteúdos que não são permitidos em respeito à confiança gerada nesta parceria. O motivo deste convite é que a Sra. se enquadra nos seguintes critérios de inclusão: ser mulher negra, ter sido diagnosticada com depressão, e ter interesse em participar desta pesquisa por meio da entrevista. Para participar deste estudo a Sra. não terá nenhum custo, nem receberá qualquer vantagem financeira, mas será garantido, se necessário, o ressarcimento de suas despesas, e de seu acompanhante, como transporte e alimentação.

A Sra. será esclarecida sobre o estudo em qualquer aspecto que desejar e estará livre para participar ou recusar-se a participar, retirando seu consentimento ou interrompendo sua participação a qualquer momento. A sua participação é voluntária e a recusa em participar não acarretará qualquer penalidade ou modificação na forma em que é atendido pela pesquisadora. A pesquisadora irá tratar a sua identidade com padrões profissionais de sigilo e privacidade na tese ou posteriores publicações científicas, os materiais ficarão sob a propriedade da pesquisadora responsável. Seu nome ou o material que indique sua participação não será liberado sem a sua permissão. Os resultados da pesquisa estarão à sua disposição quando finalizada. Este termo de consentimento encontra-se impresso em duas vias, sendo que uma será arquivada pela pesquisadora responsável, na Pós-Graduação da Psicologia na Universidade Federal Fluminense e a outra será fornecida a Sra. Caso haja danos decorrentes dos riscos desta pesquisa, a pesquisadora assumirá a responsabilidade pelo ressarcimento e pela indenização.

Eu, _____, declaro ter sido informado e concordo em ser participante, do projeto de pesquisa acima descrito.

_____, ____ de _____ de _____.

Assinatura da participante

Assinatura da pesquisadora

ANEXO III

ROTEIRO DE QUESTIONÁRIO SÓCIODEMOGRÁFICO (*google forms*)

1. NOME: IDADE: NATURALIDADE: COR: () PRETA () PARDA () BRANCA () AMARELA
2. VOCÊ É UMA MULHER: () CISGÊNERO () TRANSGÊNERO
3. ESTADO CIVIL:
4. COM QUEM MORA:
5. FILHOS: () NÃO () SIM QUANTOS: _____
6. RELIGIÃO PRATICANTE: Sim () Não ()
7. GRAU DE ESCOLARIDADE:
8. SITUAÇÃO DE TRABALHO:
9. PROFISSÃO: RENDA MENSAL (aproximado): RENDA FAMILIAR MENSAL (aproximado):
10. COM QUE IDADE RECEBEU O DIAGNÓSTICO DE DEPRESSÃO?
11. FAZ TRATAMENTO COM ANTI-DEPRESSIVOS? () Sim () Não
12. FAZ ACOMPANHAMENTO PSICOLÓGICO E PSIQUIÁTRICO () Sim () Não

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ADICHIE, C.N. **Sejamos todos feministas**. Tradução de Christina Baum. São Paulo: Companhia das Letras, 2015, p. 63.

ADISA, O.P. Balançando sob a luz do sol: stress e mulher negra. In: WERNECK, J.; MENDONÇA, M.; WHYTE, E.C. **O livro da saúde das mulheres negras**: nossos passos vêm de longe. 2. ed. Rio de Janeiro: Pallas/Criola, 2006, p. 111-115.

AKOTIRENE, C. **O que é interseccionalidade**. Djamila Ribeiro (Coord.). Belo Horizonte: Letramento, 2012.

ANATOLIO, Danielle Cristina dos Santos. **Corpo negro feminino**: ressignificação em performances de mulheres negras. 2018. Dissertação (Mestrado em Música) UniRio – Rio de Janeiro, 2018.

_____. **Lótus**. Disponível em:
<www.youtube.com/live/9V4llmuUy68?feature=share>.

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE PSIQUIATRIA. **Suicídio: informando para prevenir**. Brasília: Conselho Federal de Medicina, 2014.

ASHOKA EMPREENDEDORES SOCIAL TAKANO CIDADANIA. **Racismos contemporâneos**. Rio de Janeiro: Takano, 2003.

ATLAS DA VIOLÊNCIA 2021 / Daniel Cerqueira et al., — São Paulo: FBSP, 2021.

BENEVIDES, R.D.B. Grupos e produção. **Saúde Loucura 4 – Grupos e Coletivos**. São Paulo: HUCITEC, 1994, p.145-154.

BENTO, C. **O pacto da branquitude**. 1. ed. São Paulo: Companhia das Letras, 2022.

BENTO, M.A.S.B. Branqueamento e branquitude no Brasil. In: IRAY C.; BENTO, M.A.S.B. (orgs). **Psicologia social do racismo**: estudos sobre branquitude e branqueamento no Brasil. Petrópolis: Vozes, 2002, p. 25-57.

BENTO, M.A.S.B. Notas sobre a branquitude nas instituições. In: SILVA, Maria Lucia et al. (orgs.). **Violência e sociedade**: o racismo como estruturante da sociedade e da subjetividade do povo brasileiro. São Paulo: Escuta, 2018, p. 115-136.

BINKOWSKI, G.I.; DEBIEUX ROSA, M.; BAUBET, T. A discursividade evangélica e alguns de seus efeitos: laço social, psicopatologia e impasses teóricos e transferenciais. **Rev. latinoam. psicopatol. fundam**, v. 23, n. 2, apr-jun 2020.

BOVE, L. Spinoza e a questão ético-Social do desejo: estudos comparativos com Epicuro-Lucrécio e Maquiavel. Tradução: Leon Farhi Neto Fractal. **Rev. Psicol.**, v. 24, n. 3, p. 443-472, set-dez 2012.

BOVE, L. **Espinosa e a psicologia social: ensaio de ontologia política e antropogênese**. Belo Horizonte: Autêntica Editora,

BOVE, L. **A estratégia do conatus**: afirmação e resistência em Espinosa. São Paulo: Editora Filosófica Politeia, 2022, p. 368.

CAMPOS, M.R.B. Uma vida que não vale a pena ser vivida. Relações entre submissão e suicídio segundo o pensamento de D. W. Winnicott. In: **Revista Brasileira de Psicanálise**, v. 53, n. 4, p. 225-238, 2019.

CARNEIRO, S. Enegrecer o feminismo: A situação da mulher negra na América Latina a partir de uma perspectiva de gênero. In: ASHOKA EMPREENDEDORES SOCIAIS E TAKANO CIDADANIA (org.). **Racismos contemporâneos**. Rio de Janeiro: Takano, 2003, p. 49-58.

CARNEIRO, A.S. **A construção do outro como não-ser como fundamento do ser**. 2005. Tese (Doutorado). Universidade de São Paulo, São Paulo, 2005.

CASTRO, L. Hegemonia cristã – o Neopentecostalismo e sua relação com as religiões de matrizes africanas. **Revista da ABPN**, v. 11, n. 28, p. 34-54, mar-mai 2019.

CÉSAIRE, A. Discurso sobre o colonialismo. São Paulo: Veneta, 2020.

CHAGAS, R.S. **A união faz a força**: expressões do mito familiar em famílias negras das camadas médias. São Paulo: século XXI, 2009.

CHAUÍ, M. **Eu odeio a classe média** (2014). Disponível em: <youtu.be/fdDCBC4DwDg?si=i0cWvLSrnlcXNpKi>.

COIMBRA, C.; NASCIMENTO, M.L. Sobreimplicação: práticas de esvaziamento político? In: ARANTES, E.M.M; NASCIMENTO, M.L.; FONSECA, T.M.G. (Orgs.) **Práticas PSI tentando a vida**. Niterói: EdUFF, 2007.

CRENSHAW, K. Documento para o encontro de especialistas em aspectos da discriminação racial relativos ao gênero. **Rev. Estud. Fem.**, Florianópolis, v. 10, n. 1, p. 171-188, jan. 2002. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104026X2002000100011&lng=en&nrm=iso>.

DANTAS, G.C.S. **Depressão e Gênero: análise da produção bibliográfica brasileira e das vivências de mulheres do Distrito Federal**. 2016. Brasília, dissertação (Mestrado em Psicologia Clínica e Cultura), Brasília, UNB, 2016.

DAVIS, A. **Mulheres, raça e classe** [recurso eletrônico]. Tradução Heci Regina Candiani. São Paulo: Boitempo, 2016.

DUARTE, C.L.; NUNES, I.R. (org.). **Escrevivência: a escrita de nós: reflexões sobre a obra de Conceição Evaristo**. 1. ed. Rio de Janeiro: Mina Comunicação e Arte, 2020.

EVARISTO, C. **Becos da Memória**. Belo Horizonte: Mazza Edições, 2006.

_____. A escrevivência e seus subtextos. In: DUARTE, C.L.; NUNES, I.R. (org.). Ilustrações Goya Lopes. **Escrevivência: a escrita de nós: reflexões sobre a obra de Conceição Evaristo**. Rio de Janeiro: Mina Comunicação e Arte, 2020, p. 27-46.

FANON, F. **Pele negra, máscaras brancas**. Salvador: UFBA, 2008.

_____. **Alienação e liberdade** – Escritos psiquiátricos. São Paulo: UBU, 2020.

FAUSTINO, D.M.; OLIVEIRA, M.C.S. Frantz Fanon e as máscaras brancas da saúde mental: subsídios para uma abordagem psicossocial. **Revista da ABPN**, v. 12, n. Ed. especial, Caderno Temático: “III ANPSINEP - Articulação Nacional de Psicólogas/os Negras/os e Pesquisadoras/es”, p. 6-26, out 2020.

FLOR DO NASCIMENTO, W. Olojá: Entre encontros - Exu, o senhor do mercado. **Das Questões**, [s.l.], v. 4, n. 1, 2016. DOI: 10.26512/dasquestoes.v4i1.16208. Disponível em: <https://periodicos.unb.br/index.php/dasquestoes/article/view/16208>.

FOUCAULT, M. (1999) - A verdade e as formas jurídicas. Rio de Janeiro: NAU
GONÇALVES, Angela Maria Corrêa et al. Prevalência de depressão e fatores associados em mulheres atendidas pela Estratégia de Saúde da Família. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria** [online], 2018, v. 67, n. 2, p. 101-109, 2018. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/0047-2085000000192>>. ISSN 1982-0208. <<https://doi.org/10.1590/0047-2085000000192>>. Acessado em 24 outubro 2022.

GONZALEZ, L. A mulher negra na sociedade brasileira: Uma abordagem político-econômica”. In: RIOS, F.; LIMA, M. (org). **Por um feminismo afro-latino-americano: ensaios, intervenções e diálogos**. São Paulo: Zahar, 2020.

_____. Mulher negra, esse quilombola. In: RIOS, F.; LIMA, M. (orgs). **Por um feminismo afro-latino-americano: ensaios, intervenções e diálogos**. São Paulo: Zahar, 2020.

GUATTARI, Felix. **Caosmose: um novo paradigma estético**. São Paulo: Editora 34, 1992.

GUATTARI, F.; ROLNIK, S. **Micropolíticas: cartografias do desejo**. Petrópolis: Vozes, 2005.

GUIMARÃES, M.A.C. **A rede de sustentação: um modelo winnicottiano de intervenção na saúde coletiva**. 2000. Tese (doutorado em Psicologia Clínica), PUC-Rio, Rio de Janeiro, 2000.

_____. A área de ilusão e a subjetividade afrodescendente do Brasil. In: **Boletim Arayê Especial**. II Seminário Nacional: A comunidade afro-brasileira e a epidemia de HIV/AIDS, Rio de Janeiro, ABIA, p. 18, 1998.

GUIMARÃES, M.A.C.; PODKAMENI, A.B. A rede de sustentação coletiva, espaço potencial e resgate identitário: projeto mãe-criadeira. **Revista Saúde e Sociedade**, v. 17, n. 1, p. 117-30, 2008.

GREENBERG, J.; MITCHELL, S. A. **Relações objetais na teoria psicanalítica**. Tradução de Emilia de Oliveira Diehl. Porto Alegre: Artes Médicas, 1994.

hooks, b. **Teoria feminista: da margem ao centro**. São Paulo: Perspectiva, 2019.

_____. **Olhares negros: raça e representação**. São Paulo: Elefante, 2019.

_____. **Tudo sobre o amor: novas perspectivas**. Tradução Stephanie Borges. São Paulo: Elefante, 2021.

JUNIOR, P.J.S.; SANTOS, V.S. A história da Igreja Batista no Brasil: liturgia, preceitos e doutrinas. **Tear Online**. São Leopoldo: v. 8, n. 2, p. 157-167, jul-dez 2019.

KAËS, R.; FAIMBERG, H. **Transmissão da vida psíquica entre gerações**. Tradução C. Berliner. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2001.

KHAN, M. **Psicanálise: teoria, técnica e casos clínicos**. Rio de Janeiro: Livraria Francisco Alves, 1984.

KILOMBA, G. **Ilussions**. 2017. Disponível em: <https://youtu.be/1bm8hI9xtf0?si=o-mfEv3g4k91ygOO>. Acessado em agosto de 2020.

_____. **Memórias da plantação: episódios de racismo cotidiano**. Rio de Janeiro: Cobogó, 2019.

_____. **Roda de conversa Grada Kilomba e Djamila Ribeiro**. Disponível em: <<https://youtu.be/ovSKrDLs9Ro>>. Acessado em 06/07/2020.

LANCETTI, A. **Clínica peripatética**. São Paulo: Hucitec, 2008.

_____. Clínica grupal com psicóticos: a grupalidade que os especialistas não entendem. In: **Saúde Loucura 4 – Grupos e Coletivos**. São Paulo: HUCITEC, 1994, p.155-172.

LEÃO, R. In: Ryane Leão – **Pensador**. Disponível em: <https://www.pensador.com/autor/ryane_leao/>. Acessado em 05/08/2022.

LAPLANCHE, J.; PONTALLIS, J. B. **Vocabulário de psicanálise**. 4. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2001.

LIMA, Fatima. Trauma, colonialidade e a sociogenia em Frantz Fanon: os estudos da subjetividade na encruzilhada. **Arq. bras. psicol.**, Rio de Janeiro, v. 72, n. spe, p. 80-93, 2020. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-52672020000300007&lng=pt&nrm=iso>. <<http://dx.doi.org/10.36482/1809-5267.arbp2020v72s1p.80-93>>. Acessos em 25/09/2022.

LIMA, F.; GAUDENZI, P. Racismo, iniquidades raciais e subjetividade – ver, dizer e fazer. **Saúde e Sociedade**, v. 32, n. 2, p. e230313pt, 2023.

LOPARIC, Z. Esboço do paradigma winnicottiano. **Cadernos de História e Filosofia da Ciência**, v. 11, n. 2, p. 7-58, 2001.

LOPES, F. **Seminário Nacional de Saúde da População Negra**. Caderno de textos básicos. Brasília: SEPPIR, 2004, p. 41.

LOPES, N.; SIMAS, L.A. **Filosofias Africanas: uma introdução**. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2021.

LORDE, A. **Irmã Outsider**. 1. ed. Belo Horizonte: Autêntica Editora, 2019.

MACHADO, M.R.; VASCONCELOS, N.P. Uma conjuntura crítica perdida: a COVID-19 nas prisões brasileiras. In: ALMEIDA, Bruno Rotta; PIMENTEL, Elaine; CACICEDO, Patrick. (org.). **Saúde e mortalidade no sistema penal**. Volume 1 [livro eletrônico]. São Paulo: Tirant lo Blanch, 2023, p. 82-101.

MALOMALO, B. Filosofia africana do ntu e a defesa de direitos biocósmicos. In: **R. Intern. Fil.**, ISSN 2236-8612, v. 10, n. 2, p. 76-92, 2019.

MARTINS, A. A grande identidade Spinoza-Winnicott ou a força vital da imanência. In: **3**, Rio de Janeiro, v. 11, n. 1, p. 109-139, 2018.

MARTINS, L.M. **Performances do tempo espiralar, poéticas do corpo-tela**. Rio de Janeiro: Cobogó, 2021.

MBEMBE, A. **Políticas da inimizade**. Lisboa: Antígona, 2017.

_____. **Crítica da razão negra**. São Paulo: n-1 edições, 2018.

_____. **Necropolítica: biopoder, soberania, estado de exceção, política da morte**. São Paulo: N-1 edições, 2018.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Na América Latina, Brasil é o país com maior prevalência de depressão – Ministério da Saúde (www.gov.br), 2022. Acesso em 07/11/23.

_____. Óbitos por suicídio entre adolescentes e jovens negros de 2012 a 2016. <<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2022/setembro/anualmente-mais-de-700-mil-pessoas-cometem-suicidio-segundo-oms>>. Acessado em 28 de nov 2023.

MIRANDA, A.V.F. **A minha terra é preta: a importância do território como produtor de existências e resistências negras**. 2022. Dissertação (Mestrado a em Psicologia) Niteróii, Universidade Federal Fluminense, 2022.

MIRANDA, D. As fissuras de Fanon na constituição de uma Clínica da Diferença nas Encruzilhadas da Subjetividade. 2020. Disponível em: <<https://esquizografias.medium.com>>.

MONCEAU, G. Implicação, sobreimplicação e implicação profissional. Fractal: Revista de Psicologia [online], v. 20, n. 1 p. 19-26, 2008. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S1984-02922008000100007>>. Epub 21 Jul 2009. ISSN 1984-0292. <<https://doi.org/10.1590/S1984-02922008000100007>>. Acessado em 2/03/2022.

MOORE, C. **Racismo e sociedade: novas bases epistemológicas para entender o racismo**. Belo Horizonte: Mazza Editora, 2007.

MORAES, A.A.R.E. **A contribuição winnicottiana para a teoria e a clínica da depressão**. 2005. Tese (Doutorado em Psicologia Clínica), Pontifícia Universidade Católica, São Paulo, 2005.

MUNANGA, K. Negritude afro-brasileira: perspectivas e dificuldades. **Revista de Antropologia USP**, v. 33, 1990.

_____. As ambiguidades do racismo à brasileira. In: KON, N.M.; CURI, A.; SILVA, M.L. (orgs.). **O racismo e o negro no Brasil: questões para psicanálise**. 10. ed. São Paulo: Perspectiva, 2017.

NASCIMENTO, M.C. **Considerações sobre racismo e subjetividade: problematizando práticas/desnaturalizando sujeitos e lugares**. 2005. Dissertação (Mestrado em Psicologia), UFF, Niterói, 2005.

NOGUEIRA, I.B. **Significações do corpo negro**. 1998. Tese (Doutorado) – Universidade de São Paulo, São Paulo, 1998.

OBSERVATÓRIO DE SEGURANÇA. Operações policiais no RJ durante a pandemia: frequentes e ainda mais letais. Disponível em: Operações-policiais-no-RJ-durante-a-pandemia.pdf (observatorioseguranca.com.br). Acessado em 07/11/2023.

OGDEN, THOMAS. **Conversations at the Frontier of Dreaming**. Northvale: Jason Aronson, 2001.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE. Pandemia de COVID-19 desencadeia aumento de 25% na prevalência de ansiedade e depressão em todo o mundo – OPAS/OMS | Organização Pan-Americana da Saúde (paho.org). Acesso em 07/11/2023.

PAIXÃO, T.O. **A comunidade como elo restaurador dos efeitos do racismo: reflexões a partir da vivência de uma mulher negra no bairro de Oswaldo Cruz na cidade do Rio de Janeiro**. 2022. Dissertação (Mestrado) UFF-Niterói, 2022.

PAPALIA, D. E.; FELDMAN, R.F **Desenvolvimento humano** [recurso eletrônico]. Tradução Carla Filomena Marques Pinto Vercesi et al. 12. ed. Porto Alegre: AMGH, 2013.

PIEDADE, V. **Dororidade**. São Paulo: Editora Nós, 2017.

PODKAMENI, A.; GUIMARÃES, M. **Winnicott, 100 anos de um analista criativo**. Rio de Janeiro: NAU/ PUC-Rio, 1997.

_____. Afrodescendência, família e prevenção. In: MELLO FILHO, J; BURD, M. **Doença e família**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2004.

POZZANA, L. A formação do cartógrafo é o mundo: corporificação e afetabilidade. In: Passos, E.; Kastrup, V.; **Tedesco, S. Editorial**, v. 25, n. 2, Dossiê Cartografia: Pistas do Método da Cartografia – Vol. II, p. 42-65, 2013.

PRADO, G.A.S.; LIMA, C.F. de; XAVIER, M.P. A clínica política: experimentação e produção de vida. **Mnemosine**, v. 15, n. 2, 2019. Recuperado de <<https://www.e-publicacoes.uerj.br/mnemosine/article/view/48314>>.

PRESTES, C.R.S. **Feridas até o coração, erguem-se negras guerreiras: resiliência em mulheres negras: transmissão psíquica e pertencimentos**. 2013. Dissertação (Mestrado em Psicologia Social) – Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo, São Paulo, 2013.

PRESTES, C.R.S. **Estratégias de promoção da saúde de mulheres negras: interseccionalidade e bem viver**. 2018. Tese (Doutorado em Psicologia – Programa de Pós-Graduação em Psicologia Social), Universidade de São Paulo, São Paulo, 2018.

RAUTER, C. Clínica e violência: construções e problematizações para uma clínica do contemporâneo. In: TEDESCO, S.; NASCIMENTO, M. L.; **Ética e subjetividade: novos impasses no contemporâneo**. Porto Alegre: Sulina, 2009.

_____. **Clínica do esquecimento**. Niterói: EdUFF, 2012.

_____. **Clínica transdisciplinar: Afirmção da multiplicidade em Deleuze/Spinoza**. Revista Trágica: estudos de filosofia da imanência, v. 8, n.1, p. 45-56, 1º quadrimestre de 2015.

_____. **O medo do crime no Brasil: controle social e rebelião**. 1. ed. Rio de Janeiro: E-papers, 2017.

REDE DE OBSERVATÓRIOS DE SEGURANÇA. Operações policiais no RJ durante a pandemia: frequentes e ainda mais letais. Disponível em: Operações-policiais-no-RJ-durante-a-pandemia.pdf (observatorioseguranca.com.br).

RIBEIRO, D. **O que é lugar de fala?** Coleção Feminismos Plurais. Belo Horizonte: Letramento: Justificando, 2017.

SANTOS, A. V **Encontro Kitembo – Oralidades: Jeitos de cuidar das comunidades: construindo uma agenda de pesquisa**, realizado de 04 a 07 de julho de 2022. Disponível em: <<https://youtu.be/ETZJakyaZBE>>.

SANTOS, A. de O.; OLIVEIRA, L. R. de. A metodologia do espelho de Oxum na psicologia. **Revista da Associação Brasileira de Pesquisadores/as Negros/as (ABPN)**, [S. l.], v. 16, n. Edição Especial, 2023. Disponível em: <<https://abpnrevista.org.br/site/article/view/1625>>. Acesso em: 2/11/2023.

SADOCK, B. J. **Compêndio de psiquiatria: ciência do comportamento e psiquiatria clínica** [recurso eletrônico]. In: SADOCK, B.J.; SADOCK, V.A.; RUIZ, P. Tradução: Marcelo de Abreu Almeida et al. Revisão técnica: Gustavo Schestatsky et al. 11. ed. Porto Alegre: Artmed, 2017.

SAFFIOTI, H.I.B. **O poder do macho**. São Paulo: Editora Moderna, 1987.

SAMPAIO, A.S. **Ecos da hipertensão: vivências de mulheres negras no Rio de Janeiro**. 2009. Dissertação (Mestrado) – Pontifícia Universidade Católica de São Paulo – PUC-SP, 2009.

_____. Ecos da hipertensão: vivências de mulheres negras. In: SILVÉRIO, R.; PINTO, R.P.; ROSEMBERG, F. (Orgs.). **Relações raciais no Brasil: pesquisas contemporâneas**. São Paulo: Contexto, 2011, p. 117-131.

_____. Ecos do silêncio: reflexões sobre uma vivência de racismo. In: BATISTA, L.E.; WERNECK, J.; LOPES, F. (Orgs.). **Saúde da população negra**. Brasília: Associação Brasileira de Pesquisadores Negros, 2012, p. 262-273.

SÁ, N.N.; SZYLIT, R. Cisheteronormatividade e luto na experiência familiar da pessoa não-cisgênero. **Pathos: Revista brasileira de práticas públicas e psicopatologia**, v. 7, n. 1, jun 2021.

SAYÃO, L. Prefácio. In: LOPES, N.; SIMAS, L.A. **Filosofias africanas: uma introdução**. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2020.

SEYFERTH, G. O beneplácito da desigualdade: breve digressão sobre racismo. In: **Racismo no Brasil**. São Paulo: Peirópolis, ABONG, 20

SPINOZA, B. **Tratado político**. São Paulo: Martins Fontes, 2009.

_____. **Ética**. 2. ed. Belo Horizonte: Autêntica, 2019.

SPIVAK, G.C. **Pode o subalterno falar?** Belo Horizonte: UFMG, 2010 [1985].

SODRÉ, Muniz. **O terreiro e a cidade, a forma social negro-brasileira**. Rio de Janeiro: Vozes, 1988.

SOLNIT, R. **Os homens explicam tudo para mim imagens**. São Paulo: Cultrix, 2017.

SOUZA, N.S. **Tornar-se negro ou as vicissitudes da identidade do negro brasileiro em ascensão social**. Rio de Janeiro: Zahar, 2021, p. 171.

TEDESCO, S. **O método cartográfico**. Mini-curso ministrado na disciplina de Spinoza, organizada pela professora Cristina Mair Rauter, Pós-graduação em Psicologia-UFF, Niterói, em 08/04/2021.

TEDESCO, S. H.; SADE, C.; CALIMAN, L.V. Uma entrevista na pesquisa cartográfica: a experiência do dizer. **Fractal, Rev. Psicol.**, Rio de Janeiro, v. 25, n. 2, p. 299-322, agosto de 2013. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S19840292201300020006&lng=en&nrm=iso>.

TONIAL, F.A.L.; MAHEIRIE, K.; GARCIA JR, C.A.S. A resistência à colonialidade: definições e fronteiras. **Rev. Psicol. UNESP**, v. 16, n. 1, p. 18-26, jun. 2017. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1984-90442017000100002&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 8 dez. 2023.

VENTURA, L. **O voo da Fênix: narrativas de travessias de identidade de egressas da educação a distância**. 2018 Tese (Doutorado em Educação), Centro das Ciências da Educação: programa de Pós-graduação em Educação, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2018.

ZANELLO, V. Mulheres e loucura: questões para a psicologia clínica. In: STEVENS, C.; BRASIL, K.; ALMEIDA, T.; ZANELLO, V. (orgs). **Gênero e feminismos. Convergências (in)disciplinares**. Brasília: ExLibris, 2010, p. 307-20.

_____. **Saúde mental e gênero**. Comunicação apresentada no 13º Encontro Mundo de Mulheres e Fazendo Gênero 11, em 2017.

ZANELLO, V.; BUKOWITZ. Loucura e cultura. Labrys, **Estudos femininos**, v. 20-21, 2011. Disponível em: <http://www.tanianavarroswwain.com.br/labrys/labrys20/bresil/valeska.htm>>. Acesso em 09/03/2019.

_____. AIDS: A vulnerabilidade das mulheres negras. **Rede Saúde**, n. 23, p. 53-58, 2001.

_____. **CARTILHA SOBRE A SAÚDE DA POPULAÇÃO NEGRA**, v. 1, Secretaria de estado do Rio de Janeiro, 2003.

_____. (2004). **CARTILHA SOBRE A SAÚDE DA POPULAÇÃO NEGRA**, v. 2, Secretaria de estado do Rio de Janeiro, 2004.

ZANELLO, V.; GOMES, T. Xingamentos: sintoma e reprodução da sociedade patriarcal. In: MAGALHÃES, Maria et al. (org.). **Quem tem medo dos feminismos?** Vol II. Lisboa: Nova Delphi, 2010.

WERNECK J.; MENDONÇA, M.; WHITE, E.C (orgs.). **O livro da saúde das mulheres negras: nossos passos vêm de longe**. 2. ed. Rio de Janeiro Pallas/Criola, 2006.

WINNICOTT, D.W. **O brincar e a realidade**. Rio de Janeiro: Imago, 1975.

_____. **O ambiente e os processos de maturação**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1982.

_____. **Os bebês e suas mães**. São Paulo: Martins Fontes, 1988.

_____. **Natureza humana**. Rio de Janeiro: Imago, 1990.

_____. **Explorações psicanalíticas**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1994.

_____. **Tudo começa em casa**. São Paulo: Martins Fontes, 1999.

_____. **Da Pediatria à Psicanálise**. Rio de Janeiro: Imago, 2000.