



## Dossiê V Colóquio Luso-Brasileiro de Ética e Filosofia Política – Caminhos da Justiça: Diálogos Contemporâneos

### Indicações para uma “atitude decolonial” na psicoterapia fenomenológico-hermenêutica

### Indications for a “Decolonial Attitude” in Phenomenological-Hermeneutic Psychotherapy

 Thamiris Magalhães Iorio

**Resumo:** O presente texto tem por objetivo elucidar alguns dos principais aspectos que constituem uma “Atitude Decolonial” em Psicoterapia de base Fenomenológico-Hermenêutica. Dentre eles, estão a análise interseccional sobre o horizonte histórico de ambos, terapeuta e paciente; a realização de uma ética amorosa que vise ao crescimento espiritual, tal como descrito por Bell Hooks; a facilitação da narrativa em primeira pessoa; como destacado por Grada Kilomba e, por fim, a sustentação do pensamento meditante sobre o sentido da existência como recurso na lida com a angústia originária, como indicado por Martin Heidegger.

**Palavras-chave:** psicoterapia; fenomenologia hermenêutica; atitude decolonial; análise interseccional e pensamento meditante.

#### Abstract

This text aims to elucidate some of the key aspects that constitute a "Decolonial Attitude" in Phenomenological-Hermeneutic-based Psychotherapy. Among them are the intersectional analysis of the historical horizon of both the therapist and the patient; the practice of a loving ethics aimed at spiritual growth, as described by Bell Hooks; the facilitation of first-person narrative, as highlighted by Grada Kilomba; and, finally, the support of meditative thinking on the meaning of existence as a resource in dealing with original anguish, as indicated by Martin Heidegger.

**Keywords:** psychotherapy; phenomenology-hermeneutics; decolonial attitude; intersectional analysis; meditative thinking.

Aos que se dedicam à pesquisa em Psicologia Clínica, em especial na abordagem Fenomenológica Hermenêutica, coloca-se a seguinte questão: a quem, ou a quê, o trabalho psicoterapêutico serviria? Mesmo considerando a tradição de diálogo teórico ao longo das últimas três décadas, a questão permanece sem resposta conclusiva - o que, sem dúvidas, aponta para a sua pertinência. Serviria às instituições disciplinares, como à família e às empresas? Serviria ao projeto singular do próprio indivíduo que busca a terapia? Ou à promoção de saúde e de liberdade<sup>1</sup>?

Como prática profissional regulamentada pelo Código de Ética, a psicologia clínica tem certa autonomia em sua prática na medida em que o profissional orienta-se entre os princípios éticos e inegociáveis de sua atuação e a contínua capacitação técnica e teórica para o aprimoramento do exercício profissional (Conselho Federal de Psicologia, 2005). Nesse sentido, discussões em círculos acadêmicos na área da psicologia fenomenológico-hermenêutica situam o problema do sentido da psicoterapia na necessidade de aprofundamento na compreensão do contexto hermenêutico e cultural em que tanto o psicólogo quanto o paciente estão inseridos. Essa investigação, que remonta à história do próprio território, é chamada correntemente de atitude decolonial ou de pensamento decolonial.

Trata-se de um modo distinto de fazer fenomenologia inspirado no pensamento de autores clássicos como Martin Heidegger mas também de autores questionadores da tradição metafísica, como Simone de Beauvoir, Judith Butler, Grada Kilomba e Bell Hooks. Por mais que não se identifiquem como fenomenólogas, são autoras que fornecem subsídios teóricos baseados sobretudo na experiência de vida marcada pela subjetividade para a compreensão e resolução de problemas específicos do contemporâneo, como aqueles gerados pelos preconceitos de gênero, raça e classe. Nesse sentido, suas contribuições pertencem ao paradigma emergente<sup>2</sup> e questionador de alguns dos fundamentos da psicologia fenomenológica tradicional. Dentre eles, os limites na utilização das suas principais noções (como o ser-aí heideggeriano) para a compreensão de realidades específicas das minorias sociais brasileiras, muitas vezes invisibilizadas diante da cultura do eurocentrismo.

Práticas psicoterápicas apoiadas no paradigma emergente têm como objetivo, portanto, revelar a fenomenalidade dos fenômenos (Cabral, 2022) que se manifestam no *setting* clínico. Muitas vezes, o caráter essencial do fenômeno é encoberto pela artificialidade que naturaliza alguns hábitos cotidianos, como já abordado por Butler (2018) acerca da questão de gênero, por exemplo. Ao se ter em vista o caráter arbitrariedade que compõe as práticas discursivas que sustentam a hegemonia de

---

<sup>1</sup> Liberdade como diálogo estabelecido entre o existente e a dinâmica do impessoal, nos termos de Martin Heidegger.

<sup>2</sup> Para aprofundamento na noção de paradigma emergente, ver Boaventura de Souza Santos, em “Um discurso sobre as Ciências”.

alguns discursos em detrimento de outros (Butler, 2018), tem-se a possibilidade de uma escuta facilitadora da atitude decolonial em psicoterapia.

Assim, considerando as reivindicações daqueles que chegam à psicoterapia em busca de uma compreensão que se aproxime tanto quanto possível do fundamento de seu sofrimento existencial, propomos delimitar os principais aspectos que constituem uma atitude decolonial no *setting* psicoterapêutico, ainda que de modo introdutório. Aqueles familiarizados com a área da psicologia clínica poderão notar que não se trata exatamente de aspectos inéditos numa prática psicoterápica, mas de aspectos tradicionais que aqui são transformados e interpretados à luz do pensamento decolonial e de suas especificidades. Para isso, pretendemos elucidar como a atitude decolonial nos revela possibilidades de manejo clínico sem abrir mão do aspecto hermenêutico de uma prática clínica em psicologia fenomenológica (Sá, 2017).

Segundo o dicionário Michaelis, *colonial* é um termo derivado do latim, que significa terra ocupada por gente. Poder-se-ia colocar a questão de por quem a terra seria ocupada antes de ser colonizada: não seria por gente, também? Ou também é gente, mas desconsiderada por alguns (ou muitos) como tal? Nesse sentido, quais os efeitos da influência de colonizadores para a constituição identitária dos indivíduos cuja história é enraizada em um território de realidades tão diversas, como no Brasil? Entende-se que a colonização é um processo histórico datado, mas isso não exclui o fato de que a permanência de processos coloniais no contemporâneo ainda persiste (Cabral, 2022). A colonialidade sobrevive à colonização, atuando micro e macropoliticamente<sup>3</sup> e impondo uma dinâmica que é violenta do ponto de vista cultural, político, epistemológico, etc.

Segundo Cabral (2022, p. 20), “a colonialidade entendida como lógica implementada historicamente pela dinâmica expansiva da Europa [...] promove a subtração da fenomenalidade de alteridades específicas”. No caso do Brasil, o processo de colonização constitui a história desse país. Por isso, no presente trabalho, utiliza-se o termo colonial também para se referir à existência oriunda desse território: não seria ela mesma constantemente colonizada por processos normativos que o próprio sujeito por vezes não tem a chance de eleger, pelo menos conscientemente, para si?

E daí a questão de qual seria o lugar da psicoterapia como prática profissional regulamentada e fundamentada na ética do cuidado com a saúde e a quem caberia a autoridade sobre o processo terapêutico: ao psicoterapeuta, detentor do suposto saber, ou ao paciente, principal agente na transformação de si mesmo. Em caso afirmativo para o psicoterapeuta, coloca-se a questão de não seria a psicoterapia mais um dispositivo a reforçar a colonização do paciente pelo saber do terapeuta,

---

<sup>3</sup> Para aprofundamento nos conceitos de micro e macropolítica, ver *Mil Platôs*, de Gilles Deleuze e Félix Guattari.

por mais que se trate de um saber fundamentado teórica e eticamente. Em caso afirmativo para o paciente, coloca-se a questão de se ele sempre está em condições de exercer a responsabilidade por si mesmo e livre de arcar com prejuízos desnecessários. Para sair dessa dicotomia propomos um caminho do meio (Jullien, 2000). O paciente que chega à terapia não encontrou nas ofertas normativas da sociedade a solução para o seu problema, pois trata-se sempre de um problema que só pode ser resolvido com uma solução que é da ordem individual (Jung, 2000). Ao terapeuta caberia facilitar esse processo, não entregá-lo pronto ao paciente, pois isso é o que já fazem a família, a sociedade e a cultura. Assim, a atitude decolonial em psicoterapia começa quando ao paciente é facilitada a ocupação de si mesmo e por ele mesmo, o que requer do terapeuta uma disponibilidade diferenciada. Na prática, como isso acontece? Em primeiro lugar, é condição que o terapeuta seja capaz de realizar uma experiência hermenêutica de si mesmo (Sá, 2017) para, finalmente, se aproximar da perspectiva psicológica do paciente e da história que fundamenta o seu sofrimento.

Quem chega à clínica? Dentre toda a diversidade que perpassa pelos recortes de gênero, classe, faixa etária e etc., um traço comum pode ser identificado naqueles que espontaneamente procuram pelo tratamento psicológico é: todos, em alguma medida, se percebem excluídos da configuração social hegemônica (Figueiredo, 1995). À psicoterapia cabe, portanto, a escuta desses excluídos. Trata-se de um diferencial da psicoterapia em relação às demais áreas da psicologia, como a psicologia escolar, a do trabalho e a do esporte, uma vez que desde início tais nichos estavam comprometidos com o aspecto disciplinar.

Então, chegam à psicoterapia pessoas que foram constrangidas em seu modo de ser, muitas vezes por terem atitude destoante dos modelos historicamente estabelecidos da heteronormatividade compulsória, das cristalizações que enrijecem as identidades de gênero e da pressuposição gratuita de grupos sociais serem superiores em relação a outros em razão de sua classe ou faixa etária. Trata-se de indivíduos que percebem, próximo ao que a daseinsanalista suíça Alice Holzhey-Kunz (2021) nomeia como “escuta particularmente aguçada”, que muitos limites estão duramente colocados desde antes de seu nascimento, e que tais limites podem ser experienciados como violência ao próprio modo de ser.

São pessoas, portanto, excluídas e marcadas pelo que Rebelo (2015) chama de maldade. O que está em questão na maldade são os seres humanos enquanto sujeitos de responsabilidade muitas vezes não assumida, encoberta, dissimulada, e traduzida nas ações geradoras de sofrimento de uns perante os outros, conforme Rebello. A “maldade” aqui não tem um sentido moral, mas um sentido de geração de sofrimento. O mal, por não ter uma natureza, significa a mera destruição das naturezas

finitas. Onde há maldade há sofrimento, mas nem sempre onde há sofrimento há maldade. A maldade não é uma característica exclusiva de um existente ou de grupo de existentes: é constituinte das relações humanas e mesmo cotidianas. Ocorre quando há pouca ou nenhuma responsabilização nas relações consigo e/ou com os demais. A prática da maldade pode ser reforçada pelo horizonte histórico do existente através das relações de poder naturalizadas em instituições, como a família, a escola, os hospitais e as empresas. A causa do mal deriva da injustiça (Cabral, 2022). São relações historicamente marcadas pela iniquidade, indispensáveis na manutenção das classes privilegiadas que invisibilizam as alteridades e que encobrem o fenômeno. Por isso, nas palavras de Cabral (2022, p. 21), “a desarticulação da iniquidade, sua desconstrução, é uma das condições de possibilidades do deixar ver e fazer ver a fenomenalidade das alteridades subtraídas”. Mas, como é próprio do ser humano ser originariamente desabrigo, isto é, abertura de sentido ao que lhe vem ao encontro (Heidegger, 1989), este pode estabelecer relações mais livres com o horizonte histórico em que vive. Nesse sentido, a psicoterapia pode promover uma resistência às iniquidades quando, facilitada por uma atitude decolonial por parte do terapeuta na medida em que ele compreenda as sedimentações históricas que estruturam a sociedade na qual tanto ele quanto o paciente habitam.

Segundo Judith Butler (2018), a relação que o existente estabelece com sua cultura pode ser comparada ao funcionamento de um teatro: há atores, roteiro, performance, papel e interpretação. Como no teatro, o ator tem algum grau de liberdade na encenação de um roteiro e na construção do seu personagem. Porém, o espaço que o ator tem para variar a sua interpretação é relativamente restrito, uma vez que o texto da peça já está pronto antes mesmo que ele entre em cena. Por um lado, assim como o ator não pode modificar pela sua vontade um roteiro que já estava pronto, um existente não poderia, pela sua vontade, modificar toda uma cultura onde vive.

Por outro lado, o existente não é meramente um objeto passivo sobre o qual é inscrita a cultura. Isso significa que não se pode reduzir a relação com a cultura a uma escolha voluntária, no sentido de um projeto que reflita uma escolha individual, mas também não se pode dizer que a cultura é imposta ao existente e que esse a reproduz passivamente. Do ponto de vista da psicoterapia, o existente pode ser autônomo na elaboração de seu próprio projeto existencial.

Coloca-se a questão: como mensurar o grau de liberdade que pode um existente? Situamos a resposta dessa questão na possibilidade de exercer a narrativa da própria história. Exerce-se mais liberdade na medida em que o olhar sobre a própria história, que é o pano de fundo do sofrimento (Jung, 2000), torna-se mais amplo e menos identificado a uma perspectiva em particular. Trata-se, portanto, não de uma liberdade de escolha, entre isso ou aquilo, mas da liberdade de compreensão da

sua história, gerando, conseqüentemente, liberdade na relação consigo e com os demais. No caso das minorias sociais brasileiras, trata-se de uma história necessariamente atravessada pela exclusão social e pela discriminação em função do racismo, do preconceito de gênero e do abismo social que separa as classes privilegiadas das desamparadas ético-politicamente (Trzan, 2022). Assim, a história de quem chega à clínica possui um pano de fundo que é também social, e que, por isso, será tão mais bem aprofundada ao longo do processo de análise quanto mais o psicoterapeuta atentar-se para sua própria compreensão do horizonte histórico de sentido em que tanto ele quanto o paciente estão inseridos, como visto anteriormente. Na atitude decolonial em psicoterapia trata-se, sobretudo, de um resgate das alteridades que foram invisibilizadas pela lógica colonial (Cabral, 2022).

Para tanto, é imperativo o rompimento com uma suposta neutralidade por parte do psicoterapeuta: suposta porque todo saber é, irremediavelmente, localizado, ainda que não explicita suas origens e se pretenda universal. Na dinâmica psicoterapêutica de supervalorização da técnica e da neutralidade, o paciente torna-se aos olhos do terapeuta tudo aquilo que o terapeuta não reconhece em si mesmo: um objeto imperfeito, composto por características indesejáveis e que deve ser submetido ao aperfeiçoamento. O terapeuta, dessa maneira, coloca-se em posição de superioridade em relação ao paciente, destituindo-o do saber sobre a própria experiência em detrimento de saberes científicos que se pretendem detentores da verdade sobre o sofrimento psíquico humano.

Desse modo, para uma compreensão que se aproxime ao máximo da experiência de sofrimento do existente no contemporâneo, é fundamental a realização de uma análise não apenas do sofrimento do paciente, mas também do contexto que o circunda, isto é, uma análise interseccional. Trata-se do olhar crítico capaz de visualizar o fundo social que constitui uma dada experiência (Collins; Bilges). Através dessa análise, leva-se em conta os marcadores sociais de gênero, classe, idade, etnia e o fenômeno do racismo que estruturam o modo como uma pessoa experiencia uma dada realidade.

Um ponto destacado pelas análises interseccionais é que um único fator, como a diferença de gênero, nem sempre é suficiente para gerar a experiência de opressão e de sofrimento, uma vez que as relações de poder que a constituem ocorrem a partir de um entrecruzamento de categorias identitárias. Isso significa que, no caso das mulheres negras que chegam à psicoterapia, por exemplo, observa-se que elas não são oprimidas apenas por serem negras, mas por serem mulheres e, ainda, por serem negras, como colocado por Kilomba (2019). O significativo na análise interseccional é revelar com mais clareza o grau de justiça social (ou de sua falta) em determinado contexto do que uma análise feita sobre apenas uma categoria (como o gênero) revelaria. Dessa forma, torna-se possível distinguir com clareza o que pode ser trabalhado com o paciente como sendo de sua

responsabilidade e o que pode ser devolvido para ele em termos de compreensão da própria opressão sofrida, de modo que lhe seja possível construir o lugar de sujeito da própria existência (Beauvoir, 2009) na medida que seu modo de ser é afirmado, em vez de culpabilizado. Nesse sentido, um recorde das demandas endereçadas ao psicoterapeuta atento às especificidades de seu horizonte histórico marcado pela colonialidade é o desafio de lidar com as práticas racistas. Kilomba fornece indicações, através da própria experiência, de como compreender essa prática de iniquidade e de violência.

Grada Kilomba é uma mulher negra que deixou sua casa, em Portugal, para realizar o doutorado na Alemanha, na Universidade Livre de Berlim. Lá, ela atuou também como professora de filosofia. Como a autora coloca, grande parte das reflexões desenvolvidas em sua tese de doutorado é fruto das experiências pessoais que viveu enquanto mulher preta numa cidade majoritariamente branca e colonial. Nesse sentido, Kilomba afirma a importância da explicitação da própria experiência para a localização do seu pensamento e desconstrução do estatuto de universalidade. No caso de Kilomba, trata-se de uma experiência profissional que é marcada tanto pelo preconceito de gênero quanto pelo racismo. Mas, como definir o racismo? Para Kilomba, o principal problema do racismo é que ele é estrutural e está impregnado nas relações cotidianas. Nas palavras dela:

O racismo cotidiano refere-se a todo vocabulário, discursos, imagens, gestos, ações e olhares que colocam o sujeito negro e as Pessoas de Cor não só como “Outra/o” - a diferença contra a qual o sujeito branco é medido - mas também como Outridade, isto é, como a personificação dos aspectos reprimidos na sociedade branca; Toda vez que sou colocado como ‘outra’ [...] estou inevitavelmente experienciando o racismo, pois estou sendo forçada a me tornar personificação daquilo com o que o sujeito branco não quer ser reconhecido. Eu me torno a/o ‘Outra/o’ da branquitude, não o eu - e, portanto, a mim é negado o desejo de existir como igual. (Kilomba, 2019, p. 78)

De acordo com Kilomba, o dualismo eu-outro é experienciado como violência na realidade das pessoas negras em decorrência do racismo. Na medida em que as características indesejáveis da pessoa branca não são reconhecidas por ela em si mesma, elas passam a ser projetadas na pessoa negra de maneira a desqualificá-la, a fim de assegurar ao branco um sentimento honroso em relação a si mesmo. A própria concepção histórica da pessoa preta enquanto selvagem e da branca enquanto civilizada permitiu ao sujeito branco se esquivar de ver a sua prática como opressora, ao mesmo tempo em que o protegeu da sobrecarga de sentimentos como a culpa e a vergonha. Dessa forma, “O sujeito negro torna-se então a tela de projeção daquilo que o sujeito branco teme reconhecer sobre si mesmo” (Kilomba, 2019, p. 37).

Kilomba ilustra sua teoria com uma situação pessoal de racismo cotidiano. Em seu primeiro dia na biblioteca da universidade alemã, enquanto tentava se localizar no ambiente recém-descoberto, uma funcionária a interpelou, informando-a de que a biblioteca era um espaço destinado apenas para os universitários de Berlim. A esse informe, a funcionária inclui a observação de que Kilomba aparentava não pertencer àquele lugar. Foi preciso que Kilomba apresentasse a carta escrita pela orientadora autorizando-a a frequentar a biblioteca, enquanto seu cartão de identificação não ficava pronto, para que a funcionária lhe desse a permissão de utilizar o espaço.

Na atitude da funcionária, Kilomba é vista como a outra, uma estrangeira, e é precisamente nessa condição que ela vê sua história ser contada discursivamente: não a partir dela mesma, mas do discurso branco: “Toda vez que sou colocada como ‘Outra’, estou experienciando o racismo, porque eu não sou a ‘outra’. Eu sou eu mesma” (Kilomba, 2019, p. 80).

Mais sutil, e nem por isso menos violenta, é a prática racista por parte da funcionária: “Discursos me colocam como ‘Outra’ quando dizem que não posso ser daqui porque sou *negra*” (Kilomba, 2019, p. 80). Ou seja, Kilomba é tratada, duplamente, como a outra em relação ao sujeito universal, o branco: primeiro em decorrência do gênero e, segundo, pela prática racista. Ao reivindicar que o lugar de sujeito independe das condições materiais, Kilomba aponta os meios de comunicação que se autorizam a narrar a história das pessoas pretas sem reconhecerem o direito delas de falar por si sobre si, isto é, de enunciar sua própria verdade: “não são nossas palavras nem nossas vozes subjetivas impressas nas páginas da revista, mas sim o que representamos fantasmagoricamente para a nação *branca* e seus *verdadeiros* nacionais” (Kilomba, 2019, p. 73, *itálicos da autora*).

Na medida em que a mulher preta perde o direito de contar sua própria história e, conseqüentemente, de poder se colocar como protagonista de sua vida, ela é impedida de se responsabilizar pela sua existência, uma vez que estará subordinada ao discurso e ao poder exercido pelo outro. Nesse sentido, a psicoterapia pode promover a enunciação da verdade de si mesmo, sempre provisória. Quando atenta às relações de poder oriundas dos processos coloniais, a prática clínica em psicoterapia pode fornecer um cuidado mais compreensivo com a violência e a maldade constitutivos da realidade de muitos, no sentido de lhes fornecer em termos de compreensão apenas aquilo que pode ser, de fato, de sua responsabilidade, facilitando a construção do lugar de sujeito da própria história (Beauvoir, 2009).

Há um conto escrito por Conceição Evaristo (2016) que ilustra como a impossibilidade de contar a própria história impede que mulheres negras ocupem o lugar de sujeito da própria existência. O conto se chama “Maria do Rosário Imaculada dos Santos” (Evaristo, 2016). Nele, Evaristo

demonstra as consequências graves que a destituição de Maria do Rosário do lugar de sujeito da própria história tiveram para a sua vida. Maria do Rosário tinha cerca de sete anos quando brincava na porta de casa, no interior de uma cidade brasileira. Um carro para e um casal branco convida Maria do Rosário e o irmão para passear nas redondezas, o que é autorizado pela família. Após algumas voltas de carro, eles deixam o menino numa beira de estrada e seguem em frente com a menina. Maria do Rosário nunca se esqueceu desse dia que mudou drasticamente a sua vida:

E foi preciso que passassem muitos dias e muitas noites de viagem, nas estradas, para que eu entendesse que a moça e o moço estrangeiros tinham me tomado de meus pais. E, quando alcancei a gravidade da situação, por muito tempo pensei que fosse acontecer comigo, o que, muitas vezes, escutei os mais velhos contar. As histórias de escravidão de minha gente. Eu ia ser vendida como uma menina escrava. (Evaristo, 2016, p. 46)

Embora Evaristo nomeie o conto como “Maria do Rosário”, a história que ele conta não é de forma alguma a história de uma só pessoa. Trata-se da história de uma opressão secular que acometeu e acomete meninas e mulheres negras. Como Evaristo (2016) desenvolve adiante, são mulheres que experimentam, ainda hoje, os efeitos dessa opressão. Assim, numa viagem que durou um sem número de dias, Maria do Rosário foi levada para uma fazenda onde passou a realizar trabalhos domésticos. Certo dia, ao escutar uma estação de rádio local, descobriu que a fazenda estava localizada no sul do país. Como chegou à casa no mês de maio, foi chamada de Maria. Como presente de aniversário, lhe deram alguns papéis, lápis e um cachorro. Porém, Maria jamais ouviu novamente qualquer coisa sobre sua família de origem. Com o passar do tempo, a sua história ia sendo apagada das suas lembranças e da realidade dos fatos, uma vez que não havia objetos, pessoas e nada que pudesse atestar a concretude de seu passado.

Eu tinha um desejo enorme de falar de minha terra, de minha casa primeira, de meus pais, de minha família, de minha vida e nunca pude. Para eles, era como se eu tivesse nascido a partir dali. Todas as noites, antes do sono me pegar, eu mesma me contava as minhas histórias, as histórias de minha gente. Mas, com o passar do tempo, com desespero eu via a minha gente como um desenho distante, em que eu não alcançava os detalhes. Época houve em que tudo se tornou apenas um esboço. Por isso, tantos remendos em minha fala. A deslembração de vários fatos me dói. Confesso, a minha história é feita mais de inventos do que de verdades... (Evaristo, 2016, p. 48)

Se, como colocado por Kilomba, o racismo cotidiano expõe duplamente a mulher à violência do discurso do outro, ao destituí-la do direito sobre a própria história e ao projetar na mulher negra todo o desgosto que o branco tem de si mesmo ainda que não o assuma, Evaristo demonstra a

profundidade que as marcas da submissão têm na história de uma menina, cuja consciência de si em relação ao outro ainda está em desenvolvimento quando suas referências lhe são tiradas.

Conforme Kilomba, o racismo cotidiano diz respeito a eventos recorrentes, uma “constelação de experiências de vida”, uma ‘exposição constante ao perigo’, um ‘padrão’ contínuo de abuso’ que se repete incessantemente ao longo da biografia de alguém” (Evaristo, 2016, p. 80). Nesse sentido, a identidade de Maria é construída a partir do vazio de tudo que lhe foi tirado, assim como do que lhe foi imposto na nova existência.

Porém, ao escrever sua vivência, passa a ser possível para Maria o desenvolvimento de algum senso de unidade de si mesma, embora, como ela mesma coloca, com dificuldades de discernimento entre o que é inventado e o que é verdade.

A libertação, ou, nas palavras de Beauvoir, a utilização do corpo feminino enquanto instrumento de liberdade (Beauvoir, 2009), acontece para Maria justamente no encontro com outra mulher. Ao participar de um ciclo de palestras sobre “Crianças desaparecidas”, Maria sente profunda identificação ao ouvir uma mulher contar a sua história de vida, cuja irmã também tinha sido roubada da família de origem.

Pela primeira vez desde que fora roubada da casa dos pais, Maria experimenta o sentimento de pertencimento. Nutrida pelo vínculo afetivo na relação de identificação com a mulher, Maria se autoriza a existir e a poder contar sua história nos termos que lhe são possíveis:

Uma força maior me comandava, entretanto. A força do desejo dos perdidos em busca do caminho de casa. Fui para escutar, eu não sabia nem dizer da minha perda. Nunca tinha relatado minha história para ninguém. Inventava sempre uma história sobre as minhas origens. Uma espécie de vergonha me consumia. Vergonha e culpa por ter me apartado dos meus. Nesse dia, cheguei no local da palestra, no momento em que algumas pessoas começaram a contar casos de desaparecimentos, sequestros, sumiços e fugas de crianças. Mais angustiada fui ficando com tudo que ouvia. Parecia que estavam contando a minha história, em cada acontecimento da vida de outras pessoas. Eu não estava suportando mais, o ar me faltava, tinha a sensação que ia morrer. Foi então que resolvi sair da sala, mas, quando levantei, ouvi uma voz que me pareceu familiar. De chofre, reconheci. Era o tom da voz de minha mãe, a síntese de todos os sons de uma curta infância, junto aos meus. Ri da minha perturbação. O que estaria a minha mãe fazendo ali no colégio? Mais resoluta fiquei na minha determinação de sair. Precisava ir embora. Eu estava fazendo uma brincadeira de mau gosto comigo mesma? E me pus de pé. Lá na frente, o corpo que imitava a voz de minha mãe, acintosamente, contava uma história acontecida na família dela. A história de uma irmã, que ela nem conhecera, pois tinha sido roubada ainda menina e nunca mais a família dela soubera qualquer notícia. Não consegui sair e, entretanto, não fiquei. Não me assentei também, apesar dos pedidos. Depois, eu soube que soavam à minha volta. Fui ajuntando os pedaços do relato que eu pude escutar, em meio a uma profunda tontura. Porém, não era o relato de minha irmã que eu ouvia. Não era a fala dela que me prendia. E sim o jipe. Lá estava o jipe ganhando distância, distância, distância... Lá estava meu irmão chorando no meio da estrada e eu indo, indo, indo... Quando acordei do desmaio, a moça do relato segurava a minha mão; não foi preciso dizer mais nada. A nossa

voz irmanada do sofrimento e no real parentesco falou por nós. Reconhecemo-nos. Eu não era mais a desaparecida. E Flor de Mim estava em mim, apesar de tudo. Sobrevivemos, eu e os meus. Desde sempre. (Evaristo, 2016, pp. 53-54)

Através do conto sobre Maria do Rosário, Evaristo revela, através da escrita, a história verdadeira vivida por mulheres negras. Evaristo conta a história não somente através dos fatos narrados, mas principalmente através do olhar subjetivo da personagem Maria, capaz de enxergar o acontecimento e, além dele, as marcas da opressão e da maldade na pele das mulheres que a sofreram. Embora o conto intitulado Maria seja do gênero literário, sua apropriação pode conduzir a manejos clínicos eficazes, considerando a arte como via privilegiada de acesso à experiência (Nietzsche, 2004).

É, portanto, uma linguagem que expressa o sofrimento existencial do modo mais autêntico possível e que, por isso, possibilita o aprofundamento do contexto decolonial e da consequente iniquidade, muitas vezes sofrida pelos pacientes. Assim, ao se sentir compreendido e acolhido, o paciente torna-se mais autônomo na construção da própria narrativa acerca de sua vida, refletindo na prática aquilo que é elaborado na consciência.

Para isso, a qualidade da relação terapêutica estabelecida é fator decisivo. O que configura a relação terapêutica, entretanto, nem sempre é óbvio e frequentemente uma temática de tensão entre psicoterapeutas. A relação terapêutica deve ser desenvolvida em condições especiais, de modo a possibilitar um entrelaçamento entre a conexão emocional íntima e o profissionalismo. Através do vínculo terapêutico, o paciente pode se sentir seguro e confiante para entrar em contato com seu próprio mundo emocional, estabelecendo um diálogo autêntico consigo mesmo e com seus conflitos. Para isso, utiliza-se como técnica fundamental a sustentação do pensamento meditante, tal como elaborado por Heidegger (1959). É na ausência do pensamento que medita, segundo o autor, que reside o perigo do indivíduo se perder de si mesmo. Por isso, no caso da clínica psicoterápica de abordagem fenomenológica existencial, a atitude decolonial do terapeuta deve considerar, além da análise interseccional, o pensamento meditante sobre a existência, caracterizada pelo nada originário e pela possibilidade de sua manifestação através da angústia.

Nesse sentido, a fenomenologia fornece caminhos de manejo clínico pela via da apropriação da experiência, o que requer tanto uma disponibilidade afetiva para a construção do vínculo terapêutico, fundamentada na fenomenologia dos afetos. No afeto, o que aparece é a afeição ao ser-se afetado. Há uma importante distinção entre emoção e afeto, ambos recorrentes na tradução e interpretação da conferência de Heidegger, ainda que o segundo tenha preferência ao traduzir o que

encontramos nos sentimentos como manifestações da *Befindlichkeit*. A emoção, como indica o prefixo *ex-*, é a exteriorização ou expressão, normalmente corporal, de um sentimento interior. Já o afeto implica uma tonalidade afetiva, compreendida aqui como porosidade que reverbera no “dentro” e “fora”. Quanto ao termo *Befindlichkeit*, é importante notar que o “keit” indica a substantivação do verbo *sich befinden*, o encontra-se, que consiste na disposição do humor situacional, relativo ao que procuramos saber ao perguntar “como você está?”.

Ao utilizar-se a fenomenologia dos afetos como método (no sentido metódico), tem-se a novidade heideggeriana em relação a Husserl: a *Befindlichkeit*, ou afetividade. “Daí a “relevância ontológica das ‘*Stimmungen*’, tonalidades afetivas, enquanto via de acesso — primordial porque pré-conceptual — ao ser” (Borges-Duarte, 2021, p. 136), sendo a angústia a tonalidade afetiva privilegiada no encontro do existente consigo ante o nada.

Na angústia, o existente encontra-se ante o nada (*sich befinden*). Por isso, o encontro com o nada marca uma diferença entre o conhecimento meramente cognitivo e a própria experiência de “sentir-se no meio de”. Quando o existente encontra-se imerso na tonalidade afetiva da angústia, ele não sabe dizer o que o angustia: a angústia não possui um objeto específico: “O caráter de indeterminação daquilo diante de e pelo que nos angustiamos, contudo, não é apenas uma mera falta de determinação, mas a essencial impossibilidade da determinabilidade” (Heidegger, 1989, p. 121).

Indeterminabilidade indica que o existente não pode saber o que lhe gera angústia. Não se pode dizer diante de quê o existente se sente estranho, uma vez que se sente totalmente assim, quando em meio à inquietante estranheza (*Unheimlichkeit*). Ressalta-se que, na estranheza da angústia, a linguagem disponível não abarca a experiência e o aí ser do existente é suspenso no nada, numa “quietude fascinada”. Por isso, o fato de nós “buscarmos romper o silêncio vazio com palavras sem nexos é apenas o testemunho da presença do nada” (Heidegger, 1989, p. 122). Na angústia o existente atravessa uma calma particular, na qual torna-se manifesto o nada enquanto experiência fundamental.

Heidegger desenvolveu a noção de pensamento mediante na conferência intitulada Serenidade (1959), no período pós-guerra. Trata-se de um pensamento reflexivo que não atribui às coisas o estatuto de subsistirem por si mesmas, mas, em vez disso, emergem na relação com o existente a partir da atribuição de sentido, sempre em jogo. Uma clínica que facilite o pensamento meditante só se torna possível através da Ética Amorosa, tal como nomeado por Bell Hooks (2018 e 2021). A autora indica a ética amorosa como um dos caminhos possíveis de resistência às relações de poder (que provocam adoecimento) estabelecidas na sociedade racista, patriarcal e elitista. O desafio seria: como incluir uma ética que seja amorosa consigo mesmo e, conseqüentemente, com os demais?

Inicialmente, a partir de um compromisso com a responsabilidade, com o cuidado e com o crescimento pessoal e coletivo, de modo que a vida de todos seja melhorada. Nessa ética, é pressuposto que todos têm direito de ser livres e de viver bem.

Pode parecer algo óbvio de ser observado, mas colocar em prática é, muitas vezes, difícil. Uma vez que a ética amorosa abre caminho para a transformação de si, se faz necessário o investimento de tempo e de compromisso consigo e com os demais, o que destoa das exigências cotidianas de produtividade. A busca por uma ética amorosa como caminho de resistência não significa que não acontecerão coisas ruins, mas que elas poderão ser enfrentadas de maneira que a vida seja elevada e não amaldiçoada.

Assim, caberia a sustentação da pergunta: como produzir uma emancipação a partir do vínculo afetivo estabelecido em psicoterapia? Do ponto de vista da atuação do psicoterapeuta, a análise interseccional, combinada a uma ética amorosa e à compreensão da angústia originária como fundamento da existência, fornece caminhos possíveis, que se fazem a cada vez e no caminhar. Nesse sentido, Kilomba marca a importância da enunciação da própria história, gesto que devolve ao existente o lugar de sujeito da própria existência, ainda que este tenha sofrido com as marcas do constrangimento, da maldade e da iniquidade. O ponto de partida para uma atitude decolonial em psicoterapia seria, sobretudo, um fazer ouvir dos excluídos e das alteridades invisibilizadas pela maldade e pela iniquidade colonial.

## Referências

- Beauvoir, S. (2009). *O Segundo sexo*. Rio de Janeiro: Nova Fronteira.
- Borges-Duarte, I. (2021). Angústia e tédio como fenômenos ontológicos. In I. Borges-Duarte, *Cuidado e afetividade em Heidegger e na Análise Existencial Fenomenológica* (pp. 127-140). Lisboa; Rio de Janeiro: Documenta; Nau; PUC-Rio.
- Butler, J. (2018). Os atos performativos e a constituição do gênero: um ensaio sobre fenomenologia e teoria feminista. *Caderno de Leituras*, 78, 1-16.
- Cabral, A. (2022). Para além da iniquidade: por uma ecofenomenologia decolonial. In C. Mattar, A. Trazan (Orgs.), *Psicologia, fenomenologia e questões decoloniais*. Rio de Janeiro: Via Verita.
- Conselho Federal de Psicologia (2005). *Resolução CFP nº 010/2005. Código de Ética Profissional do Psicólogo*. XIII Plenário. Brasília: CFP.
- Evaristo, C. (2011). *Insubmissas lágrimas de mulheres*. Belo Horizonte: Nandyala.

- Heidegger, M. (1959). *Serenidade*. Tradução de Maria Madalena Andrade e Olga Santos. Lisboa: Instituto Piaget.
- Heidegger, M. (1989). *Ser e Tempo (Parte I)*. Petrópolis: Vozes.
- Holzhey-Kunz, A. (2021). *Verdade emocional. O conteúdo filosófico das experiências emocionais*. Rio de Janeiro: Via Verita.
- Hooks, B. (2018). *O feminismo é para todo mundo*. Rio de Janeiro: Rosa dos tempos.
- Hooks, B. (2021). *Tudo sobre o amor*. São Paulo: Elefante.
- Jullien, F. (2000). *Um sábio não tem idéia*. São Paulo: Martins Fontes.
- Jung, C. (2000). *A Natureza da Psique*. Petrópolis: Editora Vozes.
- Kilomba, G. (2019). *Memórias da plantação: episódios de racismo cotidiano*. Rio de Janeiro: Cobogá.
- Figueiredo, L. C. (1995). *Revisitando as Psicologias: Da Epistemologia à Ética nas práticas e discursos psicológicos*. São Paulo: EDUC; Petrópolis: Vozes.
- Rebelo, A. J. (2015). *A maldade no cinema de Ingmar Bergman*. Lisboa: Edições Colibri.
- Sá, R. N. (2017). *Para além da técnica: ensaios fenomenológicos sobre psicoterapia, atenção e cuidado*. Rio de Janeiro: Via Verita.
- Trzan, A. (2022). Pele colonial, máscaras fenomenológicas: quando a colonialidade nos impede de ver os fenômenos. In C. Mattar, A. Trzan (Orgs.). *Psicologia, fenomenologia e questões decoloniais*. Rio de Janeiro: Via Verita.