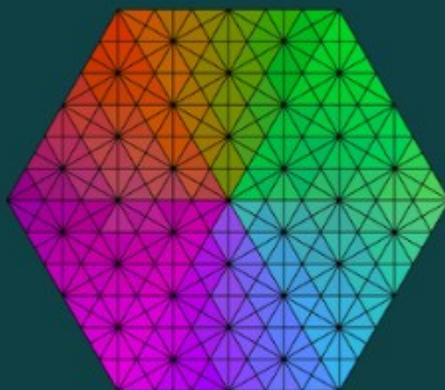




Ateliê de Empatia

André Renê Barboni
Suzi de Almeida Vasconcelos Barboni
(Orgs.)



Núcleo de Pesquisa e Extensão em Filosofia, Saúde, Educação e Espiritualidade

Ficha catalográfica – Biblioteca Central Julieta Carteado – UEFS

Ateliê de Empatia. [recurso eletrônico]/André Renê Barboni,
A885 Suzi de Almeida Vasconcelos Barboni (organizadores). -
Feira de Santana: NFSEE. 2021.
129 p.: il.

Ebook
Formato: pdf
ISBN 978-65-00-28713-4

1. Experiências acadêmicas. 2. Ensino remoto. 3. Ensino superior. 4. Covid-19. I. Barboni, André Renê, org. II. Barboni, Suzi de Almeida Vasconcelos, org. III. Núcleo de Pesquisa e Extensão em Filosofia, Saúde, Educação e Espiritualidade. IV. Universidade Estadual de Feira de Santana.

CDU: 37.018.43:378.4(814.22)

Rejane Maria Ribeiro – Bibliotecária – CRB 5/695

Núcleo de Pesquisa e Extensão em Filosofia, Saúde, Educação e Espiritualidade da UEFS
Av. Transnordestina, S/N – CRIS – Anexo do MT6
Novo Horizonte – CEP: 44.360-900
Feira de Santana – BA
Tel.: (75) 3161-8380 | E-mail: barboni@uefs.br
<http://fsee.uefs.br/>

André Renê Barboni
Suzi de Almeida Vasconcelos Barboni
(Organizadores)

Ateliê de Empatia

Núcleo de Pesquisa e Extensão em Filosofia, Saúde,
Educação e Espiritualidade da UEFS

Núcleo de Pesquisa e Extensão em Filosofia, Saúde, Educação e Espiritualidade da UEFS
(NFSEE-UEFS)

1ª Edição – Copyright©2021 livre

Direitos de Edição Reservados ao Núcleo de Filosofia, Saúde, Educação e Espiritualidade da UEFS.

Nenhuma parte desta obra poderá ser utilizada indevidamente, sem estar de acordo com a Lei no 9.610/98. Se incorreções forem encontradas, serão de exclusiva responsabilidade de seus organizadores. Foi realizado o Depósito Legal na Fundação Biblioteca Nacional, de acordo com as Leis nos 10.994, de 14/12/2004, e 12.192, de 14/01/2010.

FICHA TÉCNICA

REITOR	Evandro do Nascimento Silva
VICE-REITORA	Amali de Angelis Mussi
PRÓ-REITORA DE EXTENSÃO	Rita de Cássia Brêda Mascarenhas Lima
PRÓ-REITORA DE GRADUAÇÃO	Fabiana Cristina Bertoni
DIRETORA DO DSAU	Sílvia da Silva Santos Passos
COORDENADOR DO NFSEE-UEFS	André Renê Barboni
PRODUÇÃO EDITORIAL	André Renê Barboni
REVISÃO	André Renê Barboni
	Maria Aparecida de Almeida Vasconcelos
	Suzi de Almeida Vasconcelos Barboni
DIAGRAMAÇÃO	André Renê Barboni
CAPA	André Renê Barboni
PREFÁCIO	Jorge Luiz Nery de Santana

Dedicatória

Para

Castro Alves

e

Maria Lucia Silva Servo

“Os jovens estão famintos de sinceridade, honestidade, justiça, estão desiludidos do passado, que muitas vezes lhes soa a engano, pelo mau uso que foi feito de tantas verdades. E se eles estão revoltados, não é por maldade sua, mas porque encontram falta de bondade. Eles, que agora aparecem no palco da vida, vão observando o que há de verdade por detrás das aparências, e ficam tristes e desnorteados pela falta de uma orientação sadia, coerente, convincente, que os ajude a navegar no oceano desconhecido da vida, dando a esta um significado e uma finalidade a atingir, que justifique e valorize tantos esforços, luta e sofrimentos”.

Pietro Ubaldi

Apresentação

“Tudo no mundo existe a fim de terminar como um livro”

Stéphane Mellarmé

Por que um “Ateliê de Empatia”?

Porque é preciso ver o outro no olhar sensível, sentir o outro, ainda que num exercício primário, pedagógico, momentâneo, teórico, imaginário, e depois poder voltar à realidade com o outro em si mesmo, acolhido no coração, vê-lo e incluí-lo. Porque é preciso, nestes tempos duros, difíceis, de luto e dor, sermos mais do que somos e irmos mais além do que não se é, no “cuidado com o mundo, sobre o qual temos parcela de responsabilidade”. Porque mais do que nunca temos a consciência da fragilidade da vida, ao enterrar nossos mortos na pandemia, e buscamos loucamente os afetos, a amorosidade e o diálogo. Porque somos humanos, somos gente, e todos e todas queremos ser aceitos de verdade, sem julgamentos, nesta nossa condição humana. Porque queremos fazer algo, ainda que num esforço pequeno, vencer a tal “cultura do ódio” infiltrada em parte de nossa gente.

Achamos que estas respostas bastam.

Sigamos com nossas apresentações pessoais. Somos professores universitários há anos, “dinossauros”, à frente de disciplinas remotas durante a pandemia de covid-19 e uma vacinação lenta, que mantém as salas de aula virtuais.

Por dever de ofício vivemos em meio a livros, o que já seria uma alegria, somada ao fato que amamos livros. Livros físicos. Em tempos de livros digitais que não empoeiram, não ocupam espaço em prateleiras, desafiamos a moda e temos uma pequena biblioteca em casa, de várias áreas do saber, aos quais devotamos cuidado e por que não dizer, orgulho. Alguns de nossos livros são muito antigos e além disso foram pelos antigos donos mal preservados. Chegaram a nós por “doação”, porque iriam para o lixo mesmo... verdadeiras preciosidades acabadas pelas traças e cupins famintos, amarelados, destruídos parcialmente vítimas do desprezo de seus ex-donos. Temos também alguns livros com dedicatórias, outros nunca lidos. Mas todos amados, um apego afetoso por eles.

Além da biblioteca, a oportunidade sublime de construir livros também nos apareceu em meio a dimensão comunicativa de nossa profissão, da curricularização da Extensão, oriunda de nossas atividades pedagógicas e da âncora do Núcleo de Pesquisa e Extensão em Filosofia, Saúde, Educação e Espiritualidade (NPEFSEE-UEFS) durante os anos de 2020-2021 no Ensino Remoto Especial (ERE) da Universidade Estadual de Feira de Santana, Bahia.

No Período Letivo Extraordinário (PLE) produzimos um livro¹ com cerca de 40 capítulos, onde as experiências pessoais compartilhadas pelos grupos de alunos produziram os textos. Um experimento de metodologia ativa que contemplou a avaliação

1 BARBONI, A. R.; BARBONI, S. A. V. **Bricolagem com experiências acadêmicas remotas em tempos de covid-19**. Feira de Santana, BA: Núcleo de Pesquisa e Extensão em Filosofia, Saúde, Educação e Espiritualidade da UEFS, 2021. 352 p.

processual e participativa além de ter suscitado intercâmbios muito fecundos e profundos no campo da Educação, da Saúde e da Espiritualidade. Foram vários textos escritos pelos alunos, dentro das possibilidades intelectuais, emocionais e mundivivência de cada um e valorizando a riqueza das trocas de experiências da alteridade.

Agora no Ensino Remoto Especial (ERE) a experiência se repete com outra nuance desafiadora. O projeto nasceu a partir de nossas observações da dificuldade de entendermos o outro, em especial nestes tempos pandêmicos. Como desenvolver a empatia como valor de Espiritualidade? Assim, a proposta de construir um *avatar*, sê-lo, animá-lo e viver sua vida pareceu viável. Novamente os textos produzidos foram colecionados em forma de livro.

Voltemos aos livros.

Para que um livro exista ele tem que ter algo de físico, mesmo que digitalizado, passar por catalogação com instâncias referendadas.

O atual momento pandêmico colocou em questão a nossa vida educacional, econômica, social, cultural, religiosa, trabalhista, assim como o modo de se fazer algumas coisas trazendo mudanças e nos colocando no que foi chamado “novo normal” – expressão que se desgastou na pandemia. Que se entenda, esse novo normal foi muito mais que uma necessidade de biossegurança, mas proporcionou uma verdadeira “engenharia de função” em especial para nós, a velha guarda dos professores universitários. Tivemos que experimentar o novo, rever práticas que pareciam consolidadas, usar a criatividade para sobrevivermos.

Nesta reviravolta, os livros físicos, assim como aulas, eventos científicos, etc foram sendo gradualmente substituídos pelo formato digital, deixando os aspectos ideológicos do presencial, do físico – aparentemente – em segundo plano.

E assim, este livro surge. Como seu anterior², é entendido como campo experimental dentro das metodologias ativas, com dinamismo próprio, e foi construído dentro de um plano pedagógico que objetiva registrar nossas atividades acadêmicas durante a turbulência pandêmica.

A retomada das atividades pós-PLE poderia ser surpreendente, mas não foi pois o Brasil não tinha um plano de vacinação e mesmo com a pandemia controlada em vários países, tivemos que enfrentar períodos mais agudos da expansão da covid-19, e manter as atividades escolares e acadêmicas no formato remoto.

Olhando entorno e vendo a maior parte dos trabalhadores saindo de casa para trabalhar e não perder seus empregos, sacrificando a própria vida e se expondo a situação de risco frente a doença que não diminuía seus números, buscamos trabalhar a *empatia*. Esta foi a grande motivação para escrita: experimentar ver a vida de outros ângulos, a vida que vive e ecoa nas ruas e bairros de Feira de Santana, na UEFS. Estamos falando de vidas.

De forma artesanal (sim, porque é esta a ideia do ateliê) os alunos protagonizando escritas, exercitar a *empatia* e serem capazes de lidar e aceitar as diferenças sejam quais forem promovendo, cada um, encontro de saberes, olhares,

2 Vide nota anterior.

gerando essa riqueza expressa nestas páginas. Além disso tudo, nos livramos de não sermos repetitivos em relação ao livro anterior com relatos de experiências pessoais. A preocupação foi em firmar um compromisso com o outro, com o próximo, bem no sentido Hellinguiano do “eu vejo você”.

Para tanto, uma lista com os *avatares* foram apresentados aos alunos logo na segunda semana de aulas, sem aprofundamento do que seriam aqueles personagens. A densidade e a problematização seria o trabalho criativo dos alunos que resultaria na *empatia*, no olhar para com outro ser humano, igual a ele – mas ao mesmo tempo diferente, singular – por viver sob estas mesmas condições pandêmicas de sobrevivência. O vaqueiro, a menina da roça, o aluno da UEFS, o feirante... estes foram alguns *avatares* sugeridos.

Com as restrições sanitárias para distanciamento, os alunos foram estimulados a pesquisarem perfis, notícias, lerem livros para melhor construção da personagem, que ganhou contornos escolhidos pelo escritor, com suas imagens traduzidas em linguagem escrita. Logo, cada capítulo é independente, com sinais que fazem parte de um todo mas que não sofrerá perda de contexto caso seja publicado em outro veículo separada deste livro. Os autores estão cientes disso e são livres para fazê-lo se desejarem. Esta foi nossa trajetória de construção.

Agora, é hora de publicar. Sabemos que há aqueles e aquelas julgadores, dogmáticos, com seus argumentos tóxicos e autoritários, que querem “mandar” e defendem produções acadêmicas dentro de uma única lógica de escrita, e assim criam regras, métodos, normas para amordaçar, restringir e limitar a liberdade criadora e espontânea. Comunicar *empatia*, afetos, não vale? Perguntamos.

Além desses, existem os que exigem uma utilidade prática para os escritos. De nossa parte, não pretendemos aqui fazer literatura, intelectualidade, enciclopedismo, nem erudição. Trata-se apenas de uma pequena forma de contribuir com a documentação, com os estudos pedagógicos sobre o ensino remoto. Trata-se também do registro das falas dos alunos e de nossas atividades pedagógicas num cenário complexo e assustador. Esse é nosso recorte.

Reafirmamos dessa forma nosso compromisso com uma pedagogia dialógica, onde instalamos “a fala do aluno”, para que se expresse livremente, sem hostilidade. Por isso, mesmo com a heterogeneidade de estilos, todos os escritos têm o mesmo ponto de partida: pessoas comuns vivendo no cenário da pandemia em Feira de Santana. É nessa perspectiva que se privilegia aqui a criatividade.

Trabalhamos dentro de uma visão sistêmica e num esforço coletivo para um diálogo franco e *não-dogmático*. Os alunos foram incentivados a não tomar nossas falas como verdade, mas investigar cada afirmação/conhecimento que trazíamos, num trabalho de autoconhecimento tão profundo quanto a coragem que cada um tenha para esse mergulho individual e singular. Nossa sintonia de base era com a potência de valores humanos, com a espiritualidade, com o SUS, com o conhecimento.

Uma atitude *não-dogmática* é fundamental para a evolução do conhecimento e ousar saber por si mesmo, inspirado no lema Kantiano: *Sapere aude*, são as chaves para a abertura das portas que nos possibilitam sair da “bolha social” que nos encontramos, ou, pelo menos, olhar para fora dela e suspeitar, talvez, que estejamos no caminho errado,

pois quando não pensamos por nós mesmos, não somos livres. Nossa autonomia é guiada por outro que regula os nossos passos.

O Iluminismo foi um movimento que inspirava os homens a: assumirem a sua maioria; sair verdadeiramente de baixo da asa dos pais e ir para o mundo; serem livres; tornando-se senhores do seu destino de forma consciente e responsável. Um movimento que visava produzir livres pensadores, cidadãos responsáveis e comprometidos com o progresso da humanidade. Algo sempre necessário, ainda mais em tempos como esse em que estamos vivendo.

Ideais totalmente compatíveis com os princípios do Sistema Único de Saúde (SUS), tão bem pensado, tão bem vivido por aqueles que acreditam e lutam por eles, mas tão desprezados e ignorados por aqueles que criticam o SUS sem ao menos procurar saber o que ele é. Quando o conhecem, talvez por terem assumido um cargo estratégico na frente do Sistema de Saúde, ficam admirados com a sua grandeza e percebem que pensavam pequeno e não tinham ideia de quanto trabalho sério foi feito para se concretizar esse sonho.

Soluções simplistas e equivocadas para problemas complexos podem servir para eleger representantes despreparados e com viés preconceituoso para cargos estratégicos que requerem competência e ética. Num mundo *egoísta* onde a *força* e a *astúcia* imperam, esse é o biótipo que se mostra vencedor. Mas, trouxemos à nossa discussão *não-dogmática* outras ideias visando, quem sabe, inspirar esta e as futuras gerações de líderes desse país, a adotar o referencial do *justo*, o biótipo *altruísta* identificado pelo filósofo evolucionário italiano Pietro Ubaldi que viveu e escreveu boa parte de sua obra no Brasil.

Segundo esse autor, os tipos *forte* e *astuto* agem de forma *egoísta* e, embora, o segundo esteja num grau evolutivo maior do que o primeiro, ambos se encontram num mesmo patamar e no seu modo de ser e agir é permitido a alguém ter sucesso na vida em detrimento da morte e infelicidade dos demais, mas para quem se pauta pelo caminho e ideal do *justo* não é lícito prejudicar quem quer que seja.

Entendemos que a sociedade *justa* e feliz que todos almejam não pode se basear na exclusão social e isso é coerente, também, com o pensamento sistêmico das constelações familiares que o trabalho de Bert Hellinger nos legou. Uma prática terapêutica breve desenvolvida por metodologia fenomenológica que nos revelou as “ordens do amor”. Segundo essas leis reveladas pelo trabalho terapêutico das Constelações (que tiveram sua validade reconhecida e foram incluídas nas políticas nacional e estadual de saúde como Práticas Integrativas e Complementares de Saúde – PICS), existe uma lei maior que a todos nós une e que é um caminho de amor. Sempre que nos afastamos dele, o sistema reage e produz dor e sofrimento. A função dessa dor e desse sofrimento é nos conduzir de volta ao caminho do amor. Fazemos isso olhando para o campo e reincluindo aquele que foi excluído. Portanto, isso por si só já demonstra como o *referencial egoísta*, que é excludente, é incompatível com esse ideal de uma sociedade *justa* e feliz.

A paz, a harmonia e própria felicidade só podem ser alcançadas mediante uma outra forma de pensar e agir, uma forma em que o mais *forte* e mais preparado olha para o excluído, sente a sua dor, e o acolhe. Ajuda-o a superar as suas dificuldades, ampara-o e o protege até que ele possa andar ao seu lado, ajudando-o a construir uma sociedade

acolhedora onde o diferente não mais amedronta, mas desperta a nossa atenção. Onde o diferente nos traz a ideia de diversidade como algo bom e necessário num mundo que é complexo e sistêmico e que numa pandemia, ou qualquer outro tipo de crise, nos mostra a sua importância quando compreendemos que sem essa diversidade podemos facilmente ser extintos.

Assim, as aulas de BIO161 – Saúde e Espiritualidade e BIO163 – Terapias Corporais trazem essa nova forma de encarar o mundo em que vivemos e trabalhamos numa prática onde não só é permitido discordar como isso é incentivado, mas dentro de um ambiente de respeito, sinceridade, afetividade, *empatia*, segurança e confiança, no qual “eu me proponho a ouvir com atenção o que você tem a dizer”, sem necessariamente precisar concordar e me submeter, mas guardando o sentido fundamental da liberdade de expressão: que ele possa apresentar a sua ideia, sem o “cala a boca!!!!”. Caso novas ideias surjam do diálogo, ótimo!!!! Não será vergonhoso mudar, reconhecer que se pode crescer, e afinal, é assim que a Ciência progride e o mesmo progresso pode se dar nas demais áreas produtoras de conhecimento.

As PICS constituem um conjunto de recursos terapêuticos baseados em conhecimentos tradicionais e sustentáveis que integram o Sistema Único de Saúde desde 2006 com o advento da PNPICS (Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde), pelo Governo Federal. Além do seu destacado papel no seu processo saúde-doença e no autocuidado as PICS como um todo valorizam o ser humano multidimensional e medeia a relação humana com o sagrado dando sentido à vida, gerando autoconhecimento e uma outra percepção sobre o transcendente. Possibilita ainda, condições para o empoderamento, enfrentamento de adversidades e a possibilidade de autocura.

Este livro, então, também traz, de forma “literária” essas experiências, que certamente inspiraram as falas e posições dos personagens num momento de crise onde as pessoas que estão se deixando levar pela correnteza do rio materialista se veem, às vezes, tendo que remar contra essa maré para sobreviverem. O despertamento de que a vida é finita e que a dor e o sofrimento são agora cotidianos e perto de todos nós, pode tornar a vida insuportável. É preciso, então, ter mais resiliência.

No campo pedagógico, dar aulas remotas foi dramático e para sobreviver, e, no sentido de uma “saída resiliente”, foi necessário desenvolver uma metodologia ativa inovadora, que privilegiasse a criatividade, o imaginário espontâneo, o dar as mãos (sim, eu vejo você), criando e recriando identidades, trazendo mesclado suas próprias histórias, desejos e esperanças. Sem esse desafio de criatividade, neste cenário de ensino remoto e pandemia, a atividade pedagógica seria insuportável, pesada, tediosa e adoecedora.

Não há nada que substitua a interação que temos com os nossos alunos em sala de aula. Um prazer que só quem gosta de gente e ama ser professor consegue explicar. Algo que não tem preço, mas que nos dá forças para superar todos os obstáculos impostos pelas faltas de condições de trabalho, precarização do ensino público e pelos mandos e desmandos dos nossos gestores. Algo que os profissionais de saúde verdadeiramente comprometidos com os ideais de sua profissão também têm enfrentado na defesa do SUS, salvando vidas.

Afinal, como diriam os empreendedores sociais: todo mundo pode mudar o Mundo! E estamos comprometidos até o pescoço com todos aqueles e aquelas que lutam por um mundo melhor e se nos derem uma oportunidade, se nos deixarem trabalhar, então, a sociedade que todos queremos já será uma realidade. Uma realidade cada vez mais concreta, cada vez mais perceptível. Mais humana, mais feliz e justa.

Não podemos finalizar sem expressar em palavras a nossa gratidão todos que contribuíram com esta publicação. Nossa gratidão e reconhecimento às Prof^{as}. Rita Breda e Simone Souza, e, Ana Patrícia da PROEX-UEFS pelo receptividade e apoio ao nosso trabalho desde o livro anterior desta série. Nossa gratidão imensa ao Prof. Jorge Nery que aceitou de pronto prefaciá-lo este livro mesmo diante de tantos afazeres e sua agenda carregada. Agradecemos também a Cida Vasconcelos que assumiu da forma mais generosa possível a responsabilidade de analisar estes textos numa leitura criteriosa, cuidadosa, em tempo recorde, apresentando sugestões que só aperfeiçoaram o resultado final.

Gratidão imensa!

Feira de Santana, julho de 2021.

André René Barboni e Suzi de Almeida Vasconcelos Barboni
Organizadores

Prefácio

*“Um ato de hospitalidade só pode ser poético.”
Jacques Derrida*

Em tempos sombrios, onde o obscurantismo e o eclipse do humano dão sinais em toda parte, crescem várias expressões de niilismos e desolação. A polarização gera maniqueísmos, onde o ruído impede o diálogo e a escuta sensível, atenta e interessado do outro. Inventam-se inimigos com discursos totalitários e práticas arbitrárias no campo das relações interpessoais, acordam antigos fantasmas e ameaças, que nos contornos de nossas desigualdades brasileiras, alimentam as máquinas de morte que nunca deixam de operar no meio de nosso povo. Urge instalar e fortalecer uma cultura de paz, justiça e democracia no nosso cotidiano, capaz de acolher as diferenças e potencializar a vida em suas diversas formas e inteireza. A coragem de ser, de verdade, de criatividade e de amar, acreditando sempre que é possível o desvio, o ponto de mutação e de inflexão na travessia, por mais perigosa que ela se mostre. No meio da cultura do ódio e da pulsante violência, teçamos esperanças, *diferente da hostilidade, hospedemos o outro, sem prescrições e/ou colonizações*, acolhamos com humildade, compaixão e solidariedade a todos os seres que nos cercam e nos habitam. Razão e sensibilidade, Ciência e Espiritualidade, num grande Tao de Libertação, complexidade e caos. Como diria Ailton Krenak, não precisamos de desenvolvimento, mas de envolvimento, somos parte deste grande organismo vivo, a Gaia, vivamos esta profundidade que nos constitui e nos atravessa, seguindo os passos da dança e da música do pluriverso.

A leitura dos textos e narrativas, intensamente elaboradas pelos estudantes que aceitaram o desafio desta experiência pedagógica, traduz uma tentativa que julgo rica e profícua, com frutos saborosos e belos para todos envolvidos. Desde a coordenação ao mais desavisado desta imersão. Uma estratégia muito feliz em estimular os participantes, através de avatares a deslocarem-se sensivelmente em diversas posições dos sujeitos propostos. Uma educação se reinventa e se redescreve com mais potência e liberdade, existencialmente falando, quando utiliza estratégias sensíveis. Carecemos de uma formação mais integral do humano, que não se restrinjam às competências e habilidades cognitivas, mas também que se eduquem os sentimentos e as competências socioemocionais, relacionais e espirituais.

Hospedar o outro e hospedar-se no outro é um exercício urgente e necessário nestes dias de tanta hostilidade e esgarçamento do tecido social. Penso que os textos que se seguem convidam os leitores a esta aventura humana de vontade de beleza e acolhimento, de empatia e simpatia, de celebração da vida em ecoamorosidade e bem viver.

Parabéns aos educadores proponentes e coordenadores desta experiência e os que nela se fizeram protagonistas e co-autores. Grato pelo privilégio de ler e aprender com este experimento e reflexões potentes e generosas.

Jorge Luiz Nery de Santana

SUMÁRIO

NOSSA PRÁTICA DOCENTE NO ENSINO REMOTO ESPECIAL (ERE) NA UNIVERSIDADE ESTADUAL DE FEIRA DE SANTANA, BAHIA, DURANTE A PANDEMIA COVID-19 (2021): EMPATIA E VALORES HUMANOS EM PAUTA.....	17
<i>André Renê Barboni; Suzi de Almeida Vasconcelos Barboni</i>	
OLHOS E CORAÇÃO ABERTOS PARA VER VOCÊ.....	27
<i>Adriana Milena Trindade Nilo Aguiar</i>	
DIÁRIO DO MEDO DO AMOR.....	31
<i>Belardino Souza Pedreira Neto</i>	
O NORDESTINO BASTIÃO.....	39
<i>Cássio Venas Reis</i>	
REFLEXÕES SOBRE A EXISTÊNCIA.....	43
<i>Celly Rodrigues Santos</i>	
IMAGENS DA ESPERANÇA EM TEMPOS PANDÊMICOS “...sei que o que vivemos é difícil, mas creio que amanhã será melhor!”.....	48
<i>Edvania Cordeiro dos Santos Silva</i>	
“A JOVEM E SUA LUZ”: reflexões de Estela sobre sua vida e sua espiritualidade.....	53
<i>Ester Rocha do Nascimento</i>	
AINDA É POSSÍVEL (EN)CANTAR.....	57
<i>Gledson de Oliveira</i>	
OS CAMINHOS QUE ATRAVESSAM E MARCAM NOSSAS VIDAS.....	60
<i>Léia Souza Bizerra Nascimento</i>	
QUEM EU SOU PRA MIM MESMA? Autoconhecimento no período pandêmico.....	67
<i>Naomy Soares Pereira</i>	
JUSTIÇA NO DIA DOS ÓRFÃOS.....	71
<i>Nataly Porto de Almeida</i>	
VIDA MUNDANA, SACERDÓCIO, VOCAÇÃO AO CHAMADO DE DEUS: Qual voz devo ouvir?.....	75
<i>Raíldes da Silva Anunciação</i>	
A AURORA ESPIRITUAL DE ADHARA.....	81
<i>Stela Cristine Nunes da Silva</i>	
AINDA SINTO TUAS PALAVRAS A ACALENTAR MEU CORAÇÃO.....	90
<i>Vitória Santos da Silva</i>	
ELA OPTOU EM TRANSFORMAR A DOR EM AMOR.....	95
<i>Danielle de Almeida Sobreira Argôlo</i>	
POR QUE EU?.....	99
<i>Iverlânio Lima da Mota</i>	
QUÊNIA.....	102
<i>Joelma Eliane Almeida Santos</i>	
IRMÃS POR AFETO.....	105
<i>Leonardo Mascarenhas Lima de Argolo</i>	
É SÓ MATAR E COMER?.....	108
<i>Maise Santiago da Silva</i>	
EU, MÃE SOLO, SOBREVIVENDO.....	111
<i>Nataly Porto de Almeida</i>	
LIDANDO CONSIGO MESMO EM UM MUNDO PANDÊMICO.....	117
<i>Ranner de Novais Souza</i>	
MÚSICA PARA O LUTO.....	123
<i>Thiago Silva Sobrinho do Carmo</i>	

NOSSA PRÁTICA DOCENTE NO ENSINO REMOTO ESPECIAL (ERE) NA UNIVERSIDADE ESTADUAL DE FEIRA DE SANTANA, BAHIA, DURANTE A PANDEMIA COVID-19 (2021): EMPATIA E VALORES HUMANOS EM PAUTA

*André Renê Barboni¹
Suzi de Almeida Vasconcelos Barboni²*

INTRODUÇÃO

Este texto aponta alguns elementos que permitirá compreender a atuação de um grupo de estudantes universitários da Universidade Estadual de Feira de Santana, Bahia, no contexto da pandemia em 2021, enquanto cursavam as disciplinas BIO161 – Saúde e Espiritualidade e BIO163 – Terapias Corporais, no formato remoto.

As atividades presenciais de ensino de graduação na UEFS foram suspensas em março de 2020, devido aos crescentes números de casos da covid-19, doença viral de caráter pandêmico. Assim, em julho do mesmo ano iniciamos o Período Letivo Extraordinário (PLE), na modalidade remota, finalizado em novembro daquele ano.

Em março de 2021, foi aprovado na UEFS o Ensino Remoto Especial (ERE resolução CONSEPE 131/2020), e seguimos com as atividades de ensino.

Como já fizemos no relato do PLE reconhecendo a importância de se divulgar e conhecer experiências sobre a docência no nível superior nestes tempos pandêmicos associado ao ensino remoto, apresentamos o presente artigo com a nossa experiência das nossas ações em sala de aula virtual em uma Universidade pública e os desafios enfrentados.

DESENVOLVIMENTO

A suspensão de atividades escolares e universitárias em todo Brasil devido a pandemia de covid-19 se deu com base na Portaria nº. 544 de 16 de junho de 2020, a qual “dispõe sobre a substituição das aulas presenciais por aulas em meios digitais, enquanto durar a situação de pandemia do novo coronavírus – covid-19” até 31 de dezembro de 2020.

As Universidades públicas tiveram que rapidamente se adequar e na Universidade Estadual de Feira de Santana (UEFS), Bahia, não foi diferente. O Conselho Superior Universitário (CONSU) instituiu o Período Letivo Extraordinário (PLE) dentro do semestre 2019.2 (PLE2019.2E), e o Ensino Remoto Especial (ERE), semestre 2020.1.

1 Professor Pleno do Departamento de Saúde da UEFS.

2 Professora Adjunto B do Departamento de Ciências Biológicas da UEFS.

Ateliê de Empatias

A experiência obtida no PLE2019.2E garantiu o seguimento de algumas atividades de ensino de graduação na modalidade remota com livre oferta pelos professores, assim como possibilitou uma experiência inédita na UEFS, com o início de superação de limitações uma vez que não tínhamos experiência com ensino remoto.

A oferta das disciplinas optativas BIO161 – Saúde e Espiritualidade e BIO163 – Terapias Corporais foram discutidas no Colegiado do Curso de Educação Física (ColEduFis) com base na experiência do PLE2019.2E. Foi ressaltado que não só os alunos do curso de Educação Física mas dos demais cursos que se matricularam no PLE2019.2E, nestas mesmas disciplinas, tiveram dificuldades para cursá-las haja vista o isolamento social, a falta de acesso a equipamentos, e a impossibilidade de dedicação exclusiva aos estudos, entre outros.

Foram disponibilizadas trinta vagas para cada uma das disciplinas, cientes de que com a adesão de outros professores à oferta de disciplinas remotas, a procura pelas optativas poderia ser bem menor que no PLE2019.2E.

Como se sabe, a disciplina BIO161 – Saúde e Espiritualidade (carga horária de 60h), é uma disciplina optativa, do curso de Educação Física e que logo após a primeira oferta vários alunos de outros cursos buscaram matrícula tornando a disciplina optativa para todos os cursos de graduação da UEFS. A disciplina BIO163 – Terapias Corporais (carga horária de 60h), é também uma disciplina optativa, pensada inicialmente para contribuir na formação técnica dos alunos do curso de Educação Física para intervenções no Sistema Único de Saúde (SUS) e na primeira oferta vários alunos de outros cursos buscaram matrícula bem como a participação da comunidade externa como ouvinte tornando a disciplina optativa para todos os cursos de graduação da UEFS e campo de ação da curricularização da Extensão.

Assim como no PLE2019.2E, no ERE a divulgação da oferta foi feita para os Colegiados via e-mail e também nas redes sociais. As 30 vagas ofertadas em cada uma das disciplinas estavam direcionadas a alunos do Curso de Educação Física prioritariamente, mas com a baixa demanda, as vagas ociosas nas duas disciplinas foram remanejadas para outros cursos. No final tivemos 24 alunos matriculados em BIO161 e 20 em BIO163.

Com a carga horária total das disciplinas disponíveis até 50% no formato assíncrono, em 15 semanas letivas, todos os dois cronogramas foram elaborados contemplando 50% de atividades presenciais ou síncronas, e 50% de atividades extraclasse ou assíncronas.

Com base no aprendizado pedagógico obtido no PLE2019.2E assim como na utilização aplicativo Google Meet/Classroom no formato gratuito, disponível na Internet, e, associando ao Portal Acadêmico da UEFS – Sagres, produzimos o cronograma.

Sem perder o senso crítico, reconfiguramos nosso agir e produzimos o desenho da intervenção pedagógica a partir do uso de metodologias ativas desta vez

criando o “Ateliê de Empatia: Projeto AVATAR”. Sim, tendo como base o pensamento sistêmico, era preciso um projeto de cidadania, de solidariedade. Era preciso também dizer para os alunos que na nossa humanidade precisamos uns dos outros, que vivemos em rede, que podemos melhorar nossas relações e compreender a diversidade e a alteridade. Que precisamos ser sensíveis à realidade que vivemos e compartilhamos em qualquer circunstância, quanto mais numa pandemia...!

Avatar é uma palavra que tem sentido profundo. Vem do sânscrito e significa “descida do Céu à Terra”. Aqui *avatar* é um ser humano possível de existir que empresta sua vida para o escritor, um personagem que o escritor vai viver em imersão. Não é um inimigo nem uma mistificação. É o si mesmo. É um agente inspirador, um mecanismo de dar voz a desejos, a gritos silenciados, ao choro, à raiva, ao desespero, à angústia, à esperança e ao amor, ao tempo que estimula-se o aprimoramento emocional de cada aluno, os insondáveis caminhos do coração.

Escrever uma estória com roteiro simples, sem fórmulas, sem “final feliz”, mas entranhado de humanidade, de imperfeição, de vulnerabilidades, de colaboracionismo, de empatia, de força... a força para vencer a “cultura do ódio”. Ódio dos pobres. Ódio dos homossexuais. Ódio da maternidade. Ódio do masculino. Ódio do patrão. Ódio do outro, em síntese. E a única força capaz de vencer isso é o Amor: o grande marco civilizatório para sobrevivermos pós-pandemia.

Como ensinar Amor na Universidade? Como falar de Amor sem ser piegas, nem religioso, ou sem ser hipócrita? Estávamos conscientes do tamanho do problema que enfrentaríamos, e, que este processo não seria fácil, porém, pela nossa experiência de ensino, maturidade do senso moral e compromissos pessoais com a defesa da vida, seguimos em frente. A vivência anterior com o PLE2019.2E, os alunos mostraram algumas dificuldades com a *empatia* assim como no campo das habilidades de escrita tanto científica como criativa. Era preciso estimular ambas. Assim, mais uma vez – como no PLE, resolvemos atacar este ponto, trazendo propostas de construção de avatares no cenário da covid-19. Adicionalmente, funcionaria para potencializar de alguma forma a curricularização da Extensão.

Os alunos foram protagonistas e com a produção dos textos tornaram-se sujeitos, autônomos, pois têm a autoria no que produzem e não são submissos ao comando nosso, professores. Assim, este livro foi preparado “com” os alunos e não “para” os alunos. Eles tiveram voz.

Foi pactuado com as turmas que cada aluno construiria seu avatar a partir de sugestões que foram apresentadas por nós, artesanalmente, no seu tempo, do seu jeito, e os textos finais, após os ajustes, seriam catalogados, e produzido um livro no formato PDF, gratuito, fruto deste trabalho coletivo e que integraria o modelo de construção participativa. Um registro modesto de nossa atividade na disciplina mas também fruto de nossa resiliência. Sem holofotes. Sem “lacrção”.

Ateliê de Empatias

Ensinar estas duas disciplinas não é somente transmissão de conteúdos científicos, históricos, filosóficos, espiritualistas. Os objetivos contemplam, em outras palavras, contribuir como elemento norteador de uma filosofia de vida que leve o aluno ao exercício do pensar sua própria existência, o mundo e tudo que o rodeia; pensar por si mesmo; e, ao autoconhecimento. É desafiador mesmo!

Nesse sentido é fundamental uma conexão entre ciência, ensino, realidade, pensamentos diversos, fé e razão, sempre trabalhados através do olhar aberto a acolher o que os cientistas, filósofos e escritores espiritualistas nos apresentam. Com base neste pressuposto, recorreremos à obra e ao pensamento de Pietro Ubaldi, Wilhelm Reich, Alexander Lowen, Bert Hellinger, Bruce Lipton, Amit Goswami, Fritjof Capra, Barbara Ann Brennan, Sai Baba, Stanislav Grof, Elizabeth Kubler-Ross, basicamente.

A nossa trajetória pedagógica consistiu nas mesmas fases já descritas por Barboni e Barboni (2021):

1. Reconhecimento da complexidade e desafio do ensino remoto;
2. Levantamento bibliográfico: montagem da disciplina em formato remoto analisando as melhores alternativas para atividades *assíncronas*;
3. Estudo para atualização da ferramenta *Google Meet* associada ao *Google Classroom*;
4. Início das aulas: cadastro dos *e-mail's* dos alunos no Google Classroom e envio de convites agendando as aulas no *Google Agenda/Google Meet*. Informamos no campo “Cadastro”, “Recados” que os alunos deveriam entrar em contato conosco. No primeiro dia de aula dos 24 alunos matriculados em BIO161 compareceram quatro, quinze concluíram e dos 20 alunos matriculados em BIO163, dez concluíram;
5. Desenvolvimento das aulas: aulas remotas de 2h de duração dois dias na semana;
6. Proposta da avaliação processual por meio de produção textual, através da metodologia ativa “Ateliê de Empatia: Projeto AVATAR” para construção do conhecimento em conexão com a realidade a partir de diferentes personagens, contextos e complexidades com base nos conteúdos apresentados e cenário pandêmico;
7. Avaliação processual e final dos resultados.

Câmeras abertas, microfone ligado, começaram as aulas! Estas foram conduzidas apresentando o conteúdo, explicando a importância das atividades *assíncronas* a serem realizadas pelos alunos de forma a alicerçar o conhecimento. O *feedback* que recebemos foi pequeno para o esperado por mais que alertássemos para o cumprimento desta parte dos estudos.

Por sua vez, os alunos permaneceram com microfones e câmeras desligados. Em tempos outros, difícil era para nós professores competir com WhatsApp, maratonas Netflix, festas, etc. Agora, a pandemia, a exposição excessiva na tela brilhante e plana de celulares defasados, notebooks compartilhados e constantemente quebrados, sinal de internet instável. Os tempos pandêmicos que avançaram revelaram mais ainda a desigualdade, as dificuldades econômicas, a pobreza dos nossos estudantes e as suas dificuldades em ter bons e eficazes equipamentos e rede de internet.

Desta forma, o espírito de grupo não foi dentro do esperado. Unir forças, romper a fragmentação, apesar de nosso empenho afetivo e pedagógico não foi suficiente para consolidar maiores laços afetivos entre os alunos.

Como professores também passamos por isso. Como já apontado em Barboni e Barboni (2021) nossa casa, nossos equipamentos, nossos espaços privados, foram um prolongamento da UEFS. Nossos equipamentos já envelhecidos, sem a mesma funcionalidade emitindo ruídos que prejudicaram a perfeita audição da fala. Para completar, com a mudança da estação, chegada das chuvas e ventos, o sinal da internet à rádio que dispúnhamos caindo constantemente e as aulas interrompidas passaram a ser rotina. Estávamos mais cansados, mais expostos a luminosidade das telas, além de mais tristes com a desgovernança em nosso país ampliada pela covid-19. Perdemos amigos e colegas. Familiares e alunos adoeceram. Cremos que nós mesmos tivemos a doença mas não buscamos os serviços de saúde para diagnóstico dada a fragilidade que ficamos, e dado que apresentamos um quadro leve da doença, buscamos as PICS para a cura.

Percebendo a desigualdade que o ensino remoto agudizou, as aulas prosseguiram como foi possível e dentro de nosso alcance, tudo fizemos para manter o espaço seguro e leve de aprendizagem, e também não erodir mais nossa saúde nem nosso caminhar pedagógico. O afeto e a escuta entre nós e os alunos permearam todos os nossos contatos e cremos que aí residiu boa parte de nosso sucesso para vencer o mal-estar e enfrentarmos o cenário pandêmico.

Registramos que ao longo da execução das duas disciplinas os alunos demonstraram alguma exaustão, dificuldades tanto para entender instruções como para acompanhar as aulas, muitos devido as condições de seus equipamentos, espaço de estudos em casa, adoecimento em si e na família, necessidade de trabalhar, mudanças residenciais.

Infelizmente, o sonhado cadastro de alunos matriculados, atualizado com e-mail, foto, curso, semestre, etc não nos chegou e a interatividade transcorreu com câmeras fechadas, algumas falas no chat e raras em microfone. Em síntese: não conhecemos se quer os rostos de nossos alunos! Que tempos esses...!

Outras dificuldades e limitações que permaneceram, mesmo com as experiências do PLE. Os alunos ainda sem entender a distinção entre ensino remoto e à distância; trabalhamos sem apoio de monitores para prover uma melhor assistência aos alunos; falta de equipamentos de qualidade para os alunos e nós professores darmos conta das aulas e tarefas, sem percalços. Ou seja: não sentimos qualquer evolução institucional para atendimento das demandas do ERE, recaindo mais uma vez boa parte da responsabilidade pelo comando da disciplina e seu fechamento documental sobre nós, professores. Nossa estratégia foi a de fazer o nosso melhor dentro do possível, sempre levando em conta a fragilidade dos nossos alunos nesta situação.

Em bases metodológicas, nosso trabalho se deu a partir do estabelecimento de um compromisso mútuo de assumirmos uma postura *não-dogmática*. Essa primeira condição implica que os alunos não têm que aceitar qualquer coisa que dissermos como verdade. Eles podem discordar, são estimulados a isso, mas devem refletir sobre tudo o que for dito, devem investigar por si mesmos, ir em busca da verdade. Se fizerem isso, de forma honesta e comprometida, mais cedo ou mais tarde, descobrirão a sua verdade. É justamente esse o caminho da boa Ciência, mas também o é para a Filosofia, a Arte e a Religião, as quatro áreas produtoras de conhecimento que abordamos nestas disciplinas dentro de uma visão sistêmica e integradora.

Também nos valemos de um texto de Immanuel Kant (2005) que nos incentiva a assumirmos a nossa maioridade com o lema em latim: *Sapere aude* (ousar saber). Barboni (2014) discute bem a importância de se *pensar-por-si-mesmo* para que o indivíduo seja verdadeiramente livre e se torne um cidadão ativo na construção de uma sociedade mais justa e feliz. Para quem se propõe a formar os próximos líderes da sociedade, e entendemos que esse é, talvez, um dos maiores papéis que se espera de uma Universidade, então, incentivar os seus alunos a *pensar-por-si-mesmos* é fundamental, pois quem não *pensa-por-si-mesmo* não é livre e não é capaz de produzir soluções inovadoras para superar os momentos de crise nem fazer com que a sociedade avance e evolua no sentido de se melhorar e se tornar cada vez mais autossustentável.

Há uma outra razão para insistirmos tanto nesta segunda condição: estamos vivendo um momento de isolamento social onde o nosso contato com o mundo e as pessoas se tornou mais dependente das redes digitais. Fazemos buscas pela Internet, postamos fotos, falamos da nossa intimidade com nossos familiares e amigos por meio de aplicativos que possuem complexos algoritmos orientados a identificar padrões. Assim, somos classificados dentro de perfis de psicológicos/consumo que orientam as propagandas das empresas que contribuem para a monetização desses serviços “gratuitos”, mas esses algoritmos e esses serviços também podem ser utilizados para influenciar opiniões políticas e podem ser decisivos em influenciar grupos indecisos a votar neste ou naquele candidato.

Não sejamos ingênuos, isso já foi feito, continuará sendo feito e essa é uma nova realidade que teremos que lidar, pois será muito difícil, senão impossível, evitar que isso aconteça. Assim, a mídia digital, nesta pandemia, mostrou o seu valor e necessidade, mas também, como claramente podemos perceber no Brasil, ela tem mostrado como pode ser usada para (des)informar a população e isso nos remete ao nosso outro pilar das disciplinas: a necessidade de superar o *referencial egoísta* dos tipos *forte* e *astuto* e adotarmos o *referencial altruísta* do *justo*. Essa contribuição trazida por Pietro Ubaldi, um filósofo italiano que no início dos anos 1930 já falava em colaboracionismo em contraposição ao hedonismo, é essencial para entendermos que somente com a evolução ética do ser humano conseguimos que a sociedade faça as boas escolhas que precisa fazer se quiser continuar desfrutando deste mundo (UBALDI, 2014a).

O empreendedorismo social vem neste contexto demonstrar que o que estamos discutindo com os nossos alunos não é mera utopia, mas já é uma realidade, um movimento que para fazer parte, basta querer. O documentário: “Quem se importa” de Mara Mourão (2010) mostra bem isso.

Todos esses elementos fizeram parte das nossas aulas que foram trabalhadas dentro de um novo paradigma científico: o paradigma sistêmico (VASCONCELOS, 2013), que é fundamental para abordarmos as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde e Espiritualidade. Práticas essas que foram trabalhadas, também, na busca de um homem integral, um ser que não é só um conjunto de células que formam órgãos e sistemas de um corpo físico e material, mas que também tem corpos energéticos e mais sutis, tem uma personalidade e uma dimensão espiritual que precisa ser sadia para que ele possa gozar de saúde e estar pleno na vida.

Esse ser precisa se autoconhecer, se descobrir, se aceitar, se amar para poder interagir de forma saudável com outros seres semelhantes (em especial, sua família), ou não, a ele. Quem não se conhece e não conhece os seus limites, tende a desrespeitá-los e isso traz adoecimento. As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde e Espiritualidade nos ajudam nesse trabalho individual e coletivo de autoconhecimento e a *empatia* é algo que precisamos desenvolver para conseguirmos olhar para o outro, para aquele que é diferente, sem medo, mas com amorosidade, nos solidarizarmos com ele nos seus momentos de dor e sofrimento e descobriremos o quanto somos iguais nas nossas diferenças.

Quando fazemos isso, não há conflitos, mas união e solidariedade. Condições fundamentais para a paz e harmonia. Isso vai na contramão do *egoísmo* que exclui e nos afasta das ordens do amor, descobertas por Bert Hellinger (2007) e que têm papel determinante na nossa trajetória de vida. Compreendermos estas leis e saber pautar a nossa vida em consonância com elas é fundamental para termos leveza e sabermos nos conduzir na vida, notadamente em momentos de crise como o que estamos vivenciando.

Com base nas aulas e na sua própria experiência de vida, os alunos foram orientados a construir seus personagens (avatars) enriquecendo suas histórias com os elementos que eles achassem adequados. Um trabalho de empatia que não mexe só com a cabeça, mas também com o corpo, pois no corpo estão as nossas emoções como nos ensina Ubaldi (2014b), Wilhelm Reich (1998) e Alexander Lowen (1977, 1989, 2017). Um corpo que não é só corpo físico, mas como nos ensina Barbara Ann Brennan (2018a, 2018b, 2018c), é também, um conjunto de corpos sutis que também precisam estar em harmonia para sermos saudáveis e nos relacionarmos com o mundo de forma positiva.

Assim, confiando no potencial dos alunos, adentramos “um país estrangeiro” sem saber exatamente o que poderia vir pela frente pois não tínhamos imaginado os caminhos que estes personagens seguiriam, já que os *avatars* seriam faróis e não camisa de força para a criatividade. Imediatamente já tivemos respostas de vários alunos que se aproximaram desse ou daquele *avatar* para iniciar seus escritos. À proporção que as aulas eram ministradas, os conteúdos eram passados e dialogados, a escrita criadora, terapêutica, era produzida: era preciso que cada um construísse seu *avatar* pelo artifício e, resultou que nele se reconheceram.

Vencer a dramática dificuldade da *empatia*, do estabelecimento de vínculos, da alteridade a cada parágrafo bem longe do WhatsApp, ainda que a proposta fosse construir o virtual a partir do real e sair do real e seguir para o virtual. Deu para entender?

Percebemos que realidade e ficção se imbricavam nos escritos numa singularidade expressa por cada escritor, deixando-os livres. Desconstruir que a “escrita com sentido” é a que vale. Para esta experiência, a escrita rígida limitaria e ultrajaria a capacidade criativa, sonhadora, numa palavra, a face divina de cada um. A ordem era: deixa fluir...

No processo, foram marcados três momentos avaliativos da progressão e densidade das ideias, com várias intervenções nossas. Finalizado, foi então dado um tempo de maturação não muito longo para que os autores revissem seus respectivos materiais e só posteriormente à autorização deles, seguimos com a editoração para publicação do livro no formato pdf.

Dessa forma, a escrita dos textos traduz via *avatars* as mais diversas, profundas, inusitadas situações (im)possíveis de serem vividas, entrelaçadas no cotidiano banal e com as possibilidades escolhidas dos seus escritores, com diferentes pontos de vista e problematização. É a UEFS, a feira livre, o povo da roça, o cotidiano de pessoas comuns de Feira de Santana.

A escrita foi uma forma de expressão ressaltando seus saberes, seus olhares, sua moral e costumes além de documentar, dentro do possível, as emoções vividas no ERE durante a pandemia, por alunos, também pessoas comuns.

O processo de construção das histórias dos *avatares* produziu textos interessantes, alguns incríveis, outros superficiais. Em linguagem hellinguiana: é o que foi possível. Aos textos mais superficiais junte-se aqueles que se auto excluíram da disciplina ainda que sua primeira avaliação tenha sido muito boa. O que houve? Assustaram-se com a metodologia? Medo do que o *avatar* lhe dizia? Não sabemos ao certo... mas temos um palpite: temos imagens idealizadas internalizadas. Estas quando confrontadas e ameaçam desmoronar podem causar afastamento ou “cegueira”. Alguns destes *avatares* podem ter “ganhado vida própria”, crescido mais que seus autores e estes, perderam o controle sobre seus destinos. Perda da onipotência. Ou então, perceberam que escreviam sobre si mesmos, sua história, podendo ter gerado inseguranças. São possibilidades para entendermos o abandono da disciplina.

Falamos nisso porque também vivemos nossas inseguranças pessoais não só aqueles advindos do risco de adoecimento e morte nossa e de pessoas queridas, mas, a gestão de nossos empregos, nossa saúde enquanto trabalhadores, nossos salários, e insatisfação com questões administrativas da Universidade e dos Governos, nas três esferas.

Paralelamente, está a nossa causa de “Defesa da Vida”, apresentada nas duas disciplinas dentro do referencial Espiritualista da Bioética, da ancestralidade, do respeito à Terra e à vida, da amorosidade, da imortalidade da alma, da impermanência, e – dentro da visão mais prática da contemporaneidade – contra qualquer tipo de rótulo e discriminação; contra o aborto e a pena de morte.

De forma perniciosa, tóxica e violenta, a defesa da vida tem sido confundida com alinhamento político-ideológico a sistemas de governo e partidos políticos da chamada “direita radical”. Além de considerarmos um absurdo e grande desrespeito cabe lembrar a estes e estas que assim agem que a liberdade de expressão (ou de pensamento) é previsto na Declaração Universal dos Direitos Humanos assim como na Constituição Brasileira de 1988, e no caso nosso de professores universitários, acresce a liberdade de cátedra. Neste sentido, trazemos nosso argumentos cientes do estado democrático de direito e liberdade de expressão, sem agressões, vulgaridades, sarcasmos, juízos de valores, parcialidade, depreciação de quem pensa diferente. Com a diminuição e ridicularização do outro, não é mais possível o diálogo. Críticas? Acatamos. Desde que respeitadas, construtivas e embasadas.

A pandemia não terminou e permanecemos em atividades remotas de ensino. Saldo final deste Ateliê: ainda temos muito o que aprender sobre empatia e sobre o Amor ao próximo.

Essa experiência aqui relatada pode ser um sinal dos tempos proféticos que já estamos vivenciando e que nos põe a refletir sobre o nosso papel na sociedade de forma mais responsável.

REFERÊNCIAS

- BARBONI, A. R. **Filosofia Brasileira: um sonho ou uma possibilidade?** 2014. 360f. TCC (Bacharelado em Filosofia) – Departamento de Ciências Humanas e Filosofia, Universidade Estadual de Feira de Santana, Feira de Santana, 2014. Disponível em: http://cris.uefs.br/media/pdf/barboni_2014.pdf.
- BRENNAN, B. A. **Mãos de luz: um guia para a cura através do campo de energia humano.** Trad. Octavio Mendes Cajado. 22. ed. São Paulo: Pensamento, 2018a.
- _____. **Luz emergente: a jornada da cura pessoal.** Trad. Paulo Cesar de Oliveira. 12. ed. São Paulo: Pensamento, 2018b.
- _____. **Cura pela luz interior: conceitos avançados de cura para ter uma vida plena.** Ilustrações de Aurelien Pumayana Floret e Bona Yu. Trad. Gilson César Cardoso de Sousa. Rev. técnica Lucia Ribas Ferreira. São Paulo: Pensamento, 2018c.
- HELLINGER, B. **Ordens do amor: um guia para o trabalho com constelações familiares.** Trad. Newton de Araújo Queiroz. Revisão técnica Heloisa Giancoli Tironi, Tsuyuko Jinno-Spelter. São Paulo: Cultrix, 2007.
- KANT, I. [1784] Beantwortung der Frage: Was ist Aufklärung? In: **Textos seletos.** Trad. br.: Resposta à pergunta: Que é o Esclarecimento?, de Floriano de Souza Fernandes. Petrópolis: Ed. Vozes, 2005. pp. 63-71.
- LOWEN, A. **O corpo em terapia: A abordagem bioenergética.** São Paulo: editora Sammus, 1977.
- _____. **Análise bioenergética.** Psicoterapias atuais , p. 572-583, 1989.
- _____. **Bioenergética.** São Paulo: Editora Sammus, 2017.
- QUEM se importa [documentário]. Direção: Mara Mourão. Produção: Tatiana Battaglia e Mara Mourão. Roteiro: Mara Mourão. Direção de Fotografia: Cristiano Wiggers e Dado Carlin. Animações, artes e gráficos: Camaleão Filmes e Citronvache. Produção executiva: Maurício Dias e Fernando Dias. Produtor Associado: Gullane Filmes. Narração: Rodrigo Santoro. Mamo Filmes e Grifa Filmes, 2010. 1 filme (93min), sonoro, colorido, 16:9 wide-screen (anamórfico).
- REICH, W. **Análise do caráter.** Tradução de Ricardo Amaral do Rego. 3. ed. São Paulo: Martins Fontes, 1998.
- UBALDI, P. **A Grande Síntese.** Tradução: Carlos Torres Pastorinho; Paulo Vieira da Silva. 23. ed. Campos de Goytacazes, RJ: Fraternidade Francisco de Assis, 2014a. p. 528.
- _____. **Princípios de uma Nova Ética.** Brasília, DF: Instituto Pietro Ubaldi, 2014b. 308 p. (Obras completas de Pietro Ubaldi, 20).
- VASCONCELOS, M. J. E. **Pensamento sistêmico: o novo paradigma da ciência.** 10. ed. rev. e atual. Campinas, SP: Papyrus, 2013.

OLHOS E CORAÇÃO ABERTOS PARA VER VOCÊ

Adriana Milena Trindade Nilo Aguiar¹

Sou um jovem com Autismo Nível 1, ou seja, “Autismo Leve”. Na verdade, só fui diagnosticado com 8 anos de idade. Filho único de pais da Classe Trabalhadora, pais atenciosos e amáveis. Meus pais sempre eram chamados na escola em que eu estudava, alegando o meu “mau comportamento”. Com o passar do tempo, mudei de escola e a coordenação conversou com meus pais para procurarem especialistas para descobrirem o que eu tinha. Meus pais me levaram para uma equipe multiprofissional que chegou ao meu diagnóstico.

O “mau comportamento” que as outras escolas diziam que eu tinha, era uma das principais características do autismo: Dificuldade de interagir com outras crianças, além de não ter medo de nada, a ponto de sair correndo pelo portão da escola e atravessar a rua. Eu subia em tudo, não ouvia os comandos das professoras, além de outras características, de não saber brincar de uma forma usual com outras crianças, sempre enfileirava objetos e os agrupava por cores ou formas, não tinha contato visual com ninguém, não suportava ouvir qualquer ruído e sempre entrava em crises de ansiedade por isso.

Depois do meu diagnóstico, meus pais entraram em conflito por conta da crença de minha mãe e o ceticismo do meu pai. A minha mãe não aceitava o transtorno e nem tão pouco o tratamento convencional, porque acreditava que foi Deus que permitiu eu ter vindo assim no mundo e que ela tinha uma missão de cuidar de mim e que somente pela sua fé, eu seria “transformado”. Já meu pai, aprofundou-se mais no assunto de forma científica e convenceu a minha mãe, apesar de muitos conflitos, que eu teria que fazer o tratamento para ter uma qualidade de vida melhor em todos os aspectos.

Então, foram anos de terapia e com multiprofissionais em conjunto com a Escola. Foram anos muito difíceis, por conta do poder aquisitivo da minha família que não podia pagar todo meu tratamento e na época muitos serviços que eu precisava não eram ofertados pelo Governo.

Na Escola, continuei a ter problemas comigo mesmo e com o outro, por conta da difícil socialização que o transtorno causa. Muitos colegas me chamavam de “estranho”, até mesmo professores não sabiam lidar com meu transtorno e por isso não mediavam práticas pedagógicas que pudessem me ajudar no desenvolvimento como um todo, sobretudo, tive colegas e professores que me ajudaram muito nessa caminhada escolar.

¹ Estudante de Pedagogia da UEFS.

Ateliê de Empatias

Quando terminei o Ensino Médio, já sabia o que iria fazer, por isso escolhi o Curso de Pedagogia, porque me daria meios de estudar e fazer pesquisas na área da Educação Especial, especificamente o Autismo.

Entre na UEFS em 2016 e já tinha em mente até o tema do meu TCC que é voltado para as práticas pedagógicas na Educação Regular com Crianças Autistas. De alguma forma, estarei contribuindo para que crianças não passem o que passei, por falta de conhecimento da Escola e dos Professores.

Na UEFS também ocorreram e ocorrem muitos percalços para uma pessoa com deficiência. Mesmo com todos os avanços, ainda assim, a pessoa com deficiência na Universidade enfrenta muitos entraves e dentro deles, está a falta de *empatia* de pessoas que fazem a Instituição. Muita gente não compreende meu transtorno, enquanto estudante e ser humano. Tenho crises de ansiedade direto, em algumas disciplinas não tenho foco, por conta do hiper foco que dispenso às outras disciplinas. Agora, com o contexto pandêmico que estamos vivendo que além de ter atrasado minha formatura, o que me deixa mais ansioso e em crises constantes, tem o problema da mudança de rotina, quando saiu das aulas presenciais para as remotas. Os autistas sofrem muito com essas mudanças repentinas, por isso tive a necessidade de voltar a tomar medicação.

O cenário da covid-19 em nosso país, em 2021, é estarrecedor, porque a cada dia o número de casos da doença está crescendo e com isso, causando colapso nos hospitais, milhares de mortes, famílias inteiras sendo dizimadas, além do impacto econômico, com alto índice de desemprego e milhões de pessoas em situação de extrema pobreza e miséria. O caos está instalado no Brasil e sinto-me como se estivesse em um barco à deriva.

Como eu já tinha complementado quase toda minha carga horária, só me restou a Monografia e duas optativas e uma delas que escolhi, foi a Disciplina “Saúde e Espiritualidade”. Acredito que foi uma das melhores coisas que me aconteceu, porque consegui compreender o embate da Ciência e Religião que contribuiu muito para o atraso do meu tratamento, já que minha mãe não aceitava o transtorno por conta da sua crença. Porém, na disciplina, entendi que devemos respeitar, tanto uma como outra, porque ambas contribuem para uma boa qualidade de vida do ser humano.

Quando estudamos o Tema Espiritualidade, observei que ela contribui muito para a humanização do SUS e lembrei da Clínica onde sou atendido, de como sou bem acolhido por diversos profissionais, que mesmo com crenças diferentes, nos atendem como seres humanos e não como meros pacientes, onde somos ouvidos e tratados com respeito e dignidade.

Além do mais, a turma tem se mostrado empática, porque criamos um grupo, para nos ajudarmos nas dificuldades com a Disciplina e até mesmo uns com os outros, devido ao contexto que estamos vivendo, onde no momento já são quase 500 mil mortos pela covid-19 e entre eles, dois tios meus e meu avô.

Muita coisa aconteceu nesse 1 ano e 6 meses!!!! Houveram 3 mortes na minha família, a separação dos meus pais, o desemprego da minha mãe e um câncer, descoberto recentemente em minha avó. Esse ano está sendo muito difícil pra mim, porque além do meu transtorno, ainda tenho que lidar com turbilhões de emoções tão fortes. Mas nem tudo é tristeza, algumas alegrias aconteceram no meio do caminho e uma delas foi o nascimento de minha sobrinha.

Voltando à disciplina, nela foi sinalizada a importância de se autoconhecer, buscar outras alternativas, seja pela saúde ou espiritualidade que poderão me ajudar no caminho, tanto no âmbito pessoal como no profissional.

Estou seguindo os dias, vivendo sempre nos altos e baixos da vida, ainda mais que sou uma pessoa com TEA (Transtorno do Espectro do Autismo), buscando a evolução, para cuidar da minha saúde de uma forma integral, corpo, alma e espírito.

* * *

O que seria verdade ou invenção no que está escrito aqui? Não importa! Importa sim o exercício da *empatia* e o escrever. Escrever histórias de vida que aqui teve que ser esta estória possível num trabalho de construção, destruição e reconstrução para se chegar à humanidade deste personagem e eu sentir que ele estava pronto.

Todo este exercício contribuiu para minha formação de maneira significativa, porque me fez refletir acerca dos desafios das práticas pedagógicas com sujeitos que são portadores de deficiências, especialmente o autismo. A *empatia* deve ter lugar de destaque na relação professor-aluno em especial nestes tempos pandêmicos, de ensino remoto, poucas relações presenciais.

Ademais, estou desenvolvendo o meu trabalho de conclusão de curso com este tema, que é a Prática Pedagógica com estudantes autistas, e nas minhas pesquisas, o olhar sensível, envolvimento afetivo e a empatia, são elementos fundamentais para a construção do processo de Ensino-aprendizagem, porque na ausência desses elementos, na relação do professor com o aluno, poderá ocasionar mais ainda o isolamento desse autista no processo de comunicação e aprendizado.

A construção desse *avatar* foi uma experiência importante, pois, conduziu-me a refletir sobre as especificidades do sujeito, colocando-me em seu lugar no processo da sua construção de conhecimentos que vão além de conteúdo. Além disso, ter participado da disciplina, tecendo discussões, assistindo os vídeos e estudando os conteúdos que me ajudaram na reflexão sobre o trabalho proposto e também contribuiu significativamente para a minha formação.

Voltando ao cenário da covid-19, tinha mencionado que me sinto como se estivesse em um barco à deriva e afirmo isso porque não tenho visto ações concretas que

Ateliê de Empatias

possam aplacar ou minimizar os impactos que a pandemia vem causando, sobretudo, na saúde, no social e na economia. A campanha de vacinação super atrasada nos causando incerteza, desalento e insegurança, sem falar na guerra fundamentalista acerca da vacina que instala-se na política, onde a ideologia de alguns políticos que não acreditam na ciência está acima do bem estar social do povo. O fundamentalismo religioso tem causado muito mal à sociedade e impedindo seu avanço.

No começo da minha caminhada cristã, sempre fui muito resistente aos ritos contrários da minha fé, uma fé moldada pela Igreja Cristã (Evangélica), não abria a minha mente para conhecer outras religiões, espiritualidades, os ritos de outros povos, sobretudo, fui desconstruindo isso em mim, o preconceito que tinha que me fazia pensar que a minha religião era “certa” e as outras não poderiam estarem presentes em minha vida. Mas hoje, depois dessa desconstrução, faço meditação guiada que me ajuda muito no controle da ansiedade, faço chás para banhos, pois acredito na força da natureza e das ervas – É amor, vem do Ser Supremo – que ajudam muito na minha saúde física e espiritual. Lógico, que não deixo de acreditar na medicina convencional, mas as terapias espirituais, assim como a minha forma de me conectar com o Sagrado, são também, para mim, muito importantes para nosso corpo, alma e espírito.

DIÁRIO DO MEDO DO AMOR

Belardino Souza Pedreira Neto¹

Adolescente, preto, homossexual, católico. Ele é um jovem de classe média baixa que estuda em uma escola pública perto de casa, a qual suspendeu o ano letivo sem condição de oferecer aulas remotas. O sonho de entrar para UEFS e cursar Letras foi adiado.

Pedro gosta de ler, têm muitos amigos e gosta de festas, mas por motivos da pandemia da covid-19, vive o isolamento social, se comunicando apenas por meio virtual.

Ele esconde a sua sexualidade de todos por medo de sofrer rejeições ou violências. Ele namora em segredo seu melhor amigo e vizinho, Ruan. Os dois vivem um amor tranquilo e em paz, sempre juntos, mas sem nunca poder assumir o romance. Ruan sempre insistia em assumir o namoro para as famílias mas, Pedro por receio, sempre recusava.

Pedro é o filho caçula de dona Jacira e mora com ela e seus dois irmãos, Carlos e Breno, maiores de idade, nas cercanias do bairro Cidade Nova, em Feira de Santana. O pai morreu precocemente em um acidente do carro da empresa que prestava serviço, deixando a família abalada, e quase sem recursos. A casa é simples mas nada falta. A mãe é aposentada por invalidez e aos sábados e domingos todos vão para a missa na igreja perto da praça principal do bairro.

A dona Jacira é uma mulher guerreira que trabalhou por anos num bar num bairro próximo, e por causa de tanto peso que carregou, as hérnias de disco não se demoraram a aparecer. “Carreguei muitas caixas pesadas querendo chorar... mas tinha vocês... três bocas para alimentar”. Quase paralítica, depois da aposentadoria desembestou a engordar, descuidou da beleza aparentando ter mais que seus cinquenta anos.

Sempre foi muito religiosa e fazia questão de levar os filhos para igreja, para aprenderem a rezar, respeitar a Deus e serem homens fortes e de bem, como ela sempre repete dentro de casa. “Aqui na minha porta não vem cobrador!” se gabava. Por trás desta mulher séria e rígida, há no fundo uma outra bastante carinhosa. Ainda assim, seus filhos tinham bastante receio de contar alguns fatos para ela, justamente por seu exterior apresentar seriedade e disciplina.

Breno e Carlos não gostavam de ir à igreja, diferente de Pedro que sempre fazia questão de acompanhar a mãe. Os dois sempre faziam “brincadeiras” entre os amigos sobre homossexualidade, adjetivando-os de forma pejorativa, o que incomodava Pedro que percebia uma certa violência. Como assumir sua sexualidade e seu amor por Ruan?

¹ Estudante de Educação Física da UEFS.

31/05/2020

Pedro vai ao mercado da esquina para comprar álcool e alguns alimentos e se deparou com várias pessoas sem máscara e fazendo chacota sobre o vírus. Um homem desconhecido de meia idade e sem camisa conversava com voz alta:

– *Que nada, rapaz! Esse vírus é coisa de viadinho, mata ninguém não!*

Pedro assustado, não resistiu e rebateu:

– *Vocês deveriam tomar vergonha e ir para suas casas, o vírus não é brincadeira e têm pessoas morrendo nos hospitais.*

Risadaria geral e o tal homem sentindo que as pessoas ali o aprovavam com suas risadas dispara a falar bem alto que “...é isso mesmo! Você deve ser um viadinho de máscara”. Pedro respira ofegante e ameaça reagir. Muito discretamente a moça do caixa faz um sinal para ele ficar quieto, em silêncio e ir embora... ele engole o choro, paga e sai do mercado embaixo de olhares irônicos e falas grosseiras inaudíveis.

“...Engole o choro!!! ...tudo você chora!!!” ouvia ressoar os gritos de sua mãe como na infância.

Ele corre meio desorientado até a casa de Ruan e do portão chama por ele agoniado. Lívido, boca trêmula, olhos úmidos, Ruan percebe que Pedro não estava bem, e disfarça para a família curiosa que quer saber quem é e o que houve. “Não posso te deixar entrar...”

Ruan inventa uma desculpa e sai.

– *Pedro, o que aconteceu?*

– *Uns caras nojentos sem máscara começaram a falar asneiras, eu retruquei e começaram a dar risada e a me ofender, aí me descontrolei... resolvi passar para te ver antes de ir para casa.*

“Em meio a um cenário caótico e de incertezas que é uma pandemia, é triste e lamentável ver como ainda existem pessoas tão preconceituosas a ponto de usar a sexualidade como arma para machucar o próximo. A homofobia pode não ser um vírus, mas tem um efeito bastante cruel nas pessoas porque implica na falta de respeito, *empatia* e compaixão. E em algumas situações que presenciei, já cheguei a ver o termo “ama ao próximo” ser usado em questões homofóbicas, como “o homem não deve amar outro homem porque é coisa de gay”. São situações lamentáveis porque fere sentimentos e machuca a alma de quem precisa (mas, não deveria) se esconder para sobreviver numa sociedade preconceituosa”.

Ele escreve em seu perfil com raiva e choro.

09/06/2020

A rua em que Pedro mora sempre foi marcada de insegurança. Violência doméstica, tráfico de drogas, muitas crianças e adolescentes seduzidos por falsas promessas de dinheiro rápido. A dona Jacira sempre levava seus filhos desde crianças para a igreja, para conhecerem Jesus e como uma rota de fuga da criminalidade “de gente ruim da vizinhança, más companhias”.

Pedro cresceu ali ouvindo os sermões de Padre Roque e o catecismo de sábado à tarde, vendo a imagem dos santos, aprendendo os hinos e cada vez mais ir para igreja com sua mãe, era alegria e paz. Em todos os sábados e domingos antes de saírem, Pedro se ajoelhava no pé da cama e orava agradecendo a Deus pela vida, pela família, pelos livramentos, por ter um teto, e comida, quase sempre saía de seu quarto bastante emocionado. Nesse momento de oração, ele sentia que não existiam preconceitos, mas liberdade e amor sem julgamentos, era como se seu espírito fosse abraçado por Deus.

- *Deus, você me fez assim e as pessoas acham que ser gay é uma coisa monstruosa, e não é, por isso eu quero te pedir acolhimento, paz e sabedoria para lidar com os preconceitos porque eu já não aguento mais esconder quem sou de verdade. Sou uma pessoa como outra qualquer, eu amo, choro, brinco, fico triste, feliz... por isso Deus, não me abandona, dai-me forças!*

Neste dia, Pedro e sua família não foram à igreja devido a pandemia, então a missa foi acompanhada pelos celulares. Um momento espiritual de paz, de família reunida... Carlos e Breno impacientes, com má vontade, permaneciam calados de cabeça baixa e repetiam monotonamente algumas palavras e ritos só por obediência à mãe. Naquele dia a mensagem ao final da missa chamou bastante a atenção de Pedro. Padre Roque falou enérgico:

- *Estamos em um momento complicado e hoje mais do que nunca devemos ter empatia e compaixão por todos nossos irmãos. Por isso peço que fiquem em suas casas e se protejam, pois com fé em Deus tudo isso logo passará e estaremos juntos. Lembrem-se, amem ao próximo como a ti mesmo, ajudem como puderem e como se fosse o último dia.*

Palavras que trouxeram emoção e deixou Pedro reflexivo. Horas mais tarde, a casa silenciosa e na penumbra, Pedro já em sua cama para dormir, faz contato via WhatsApp com Ruan:

- *Amor, eu não estou bem, você pode conversar um pouco comigo antes de dormir?*
- *Claro, amor. Você sumiu o dia todo, o que está acontecendo?*
- *Eu não sei bem, depois da missa de hoje eu me senti muito emocionado e estou morrendo de saudades de ficar com você.*

Ateliê de Empatias

- *Eu também estou, amor. Sabe, eu estava pensando que a gente mora tão perto, e poderíamos dar um jeito de passar um tempinho, juntos, o que acha?*
- *Acho melhor não, a gente não pode arriscar por causa do corona vírus e também porque não quero nenhuma possibilidade de alguém descobrir a gente.*
- *Sério, isso? Pedro, já está mais do que na hora da gente se assumir, não podemos mais ficar nos escondendo para sempre, estamos numa pandemia e não sabemos como o amanhã vai ser.*
- *Eu sei, Ruan, mas não é o momento, não quero falar, tenho medo.*
- *Tudo bem então! Eu vou dormir, boa noite.*
- *Tudo bem, boa noite.*

A conversa é interrompida abruptamente... eles estão brigados e chateados.

“É uma situação bastante complicada que vivemos devido a covid-19 e aos medos que temos. Penso nas pessoas que têm medo de assumir sua sexualidade para a família, o medo da rejeição e outras possíveis consequências negativas que poderiam originar disso. Assumir uma sexualidade diferente da heterossexualidade requer muita coragem, porque o mundo ainda é bastante preconceituoso com as diferenças, e não deveria, afinal, são nossas diferenças que nos tornam únicos”.

Ele escreveu no seu perfil antes de dormir.

13/06/2020

Numa troca de mensagens carinhosas, Ruan fala que estava muito cansado do trabalho, um pouco de ansiedade... e pediu para se falarem depois. Pedro insistiu e ele comenta que estava sentindo-se mal e com uma dor estranha nas costas.

15/06/2020

Ruan já não respondia mais as mensagens de Pedro. Chegando na casa de Ruan a irmã mais nova já o recebe meio triste:

- *Oh Pedro, não está nada bem, sabe? Ruan está internado no hospital... acho que está com corona vírus... aqui em casa tá todo mundo tenso e preocupado...*
- *O que? Sério isso? E vocês não tem nenhum contato para saber como ele está?*

- *Só temos o que o médico fala... não podemos ver ele... ele está entubado e nossos pais não param de chorar...*
- *Meu Deus, Ana...*

“Estou em choque... meu melhor amigo está muito mal, internado com covid-19”. Escreveu em seu perfil.

Trancado em seu quarto, ele não parava de chorar, mas conseguiu se ajoelhar e pedir a Deus pela vida do seu amado e para que ele voltasse logo para casa. Pedro pedia com tanta fé que sentia como se Deus estivesse ali com ele, segurando sua mão e dando forças naquele momento de dor.

“A covid-19 é uma das doenças mais tristes da humanidade, pois não permite contato com entes queridos, a pessoa que morre em decorrência dela acaba morrendo isolada também. Podemos perder alguém que amamos de uma forma tão rápida e cruel, mas infelizmente esse é o contexto da pandemia... não sei o que fazer!” Desabafa novamente em seu perfil.

25/06/2020

Dez dias de reclusão sem querer falar com ninguém. Pedro sente que era necessário enfrentar sua família. Ele se culpava por nunca ter tido a coragem de assumir a sua sexualidade e seu namoro com Ruan.

Era uma forma de homenagear a memória de seu amado.

A mãe sentada no pequeno sofá com a televisão ligada despejando em números os mortos da covid-19 enquanto seus irmãos no celular resmungavam insatisfeitos pela suspensão das festas juninas. Pedro estava visivelmente abatido, encolhido na velha poltrona. O medo de falar e ser rejeitado e até mesmo ofendido.

- *Eu... eu... queria desabafar algumas coisas com vocês... queria...*

Dona Jacira olha para ele mas não dá importância e se volta para a televisão. Os irmãos não desgrudam o olhar da tela do celular. Pedro começou a chorar e seguiu falando:

- *Gente... antes de mais nada eu sei estamos todos preocupados com a covid-19... e tem tantos fatos ruins acontecendo no mundo... tenho sofrido bastante em silêncio e preciso falar com vocês...*

Eu sou homossexual... eu sou gay... mas também sou filho de Deus, da dona Jacira e do seu Sergio, irmão de vocês.

Sim, eu sou gay e eu nunca falei com vocês por medo do preconceito e da reação negativa que poderiam ter, mas estou aqui humildemente dividindo quem eu sou com minha família, e peço perdão por nunca ter tido a coragem

de assumir para vocês, e por essa falta de coragem eu paguei um preço alto demais.

Todos sérios e atentos, olhando para ele.

- *Eu perdi o amor da minha vida, Ruan. Sim, ele era meu namorado há quatro anos e ele sempre me pedia para assumir nosso amor, para estarmos juntos como casal, mas eu sempre fugia por medo, e agora dias depois que eu o perdi para essa doença miserável, me sinto culpado, me sinto um lixo e a pior pessoa do mundo. Me sinto culpado por tudo, e eu sei que vocês devem estar me odiando agora por eu ser quem sou, mas não podia mais guardar esses segredos, ainda mais agora no meio de uma pandemia e da perda do meu amor. Eu peço perdão e entendo se vocês não me quiserem mais na família, é que eu precisava desabafar e de um aconchego.*

Todos na sala estavam em choque e o clima parecia estar tão gélido que ninguém conseguia se mexer, apenas Pedro que estava em lágrimas olhando para baixo esperando o rechaço.

“Existem muitos relatos em que jovens não conseguem conversar com suas famílias por falta de abertura ou por medo, e a dificuldade de uma pessoa fora da heterossexualidade é maior ainda. Conheço casos de colegas que passaram pelo o mesmo que eu, alguns foram entendidos e acolhidos, já outros acabavam sendo desrespeitados e até expulsos de casa. É necessário respeito e um olhar sensível e empático, ainda mais em meio a uma pandemia que afasta o contato físico das pessoas.

Por isso, faz necessário olhar o outro como olhamos para nós mesmo, procurando entender, antes de julgar e ajudar o máximo que puder. Afinal, independente de religião, política e sexualidade, devemos sempre procurar melhorar a nós mesmos com respeito, porque não sabemos o dia de amanhã”. Foi postado por ele na madrugada no seu perfil.

23/03/2021

Meses se passaram e a covid-19 ainda insistia em castigar o mundo. Em contrapartida, durante os meses de isolamento, luto e superação, vacinas contra o vírus já haviam sido desenvolvidas, inclusive, a vacinação no Brasil já havia começado a partir das pessoas idosas. Com as primeiras vacinações iniciadas, e a retomada dos serviços essenciais, a fé de muitas pessoas havia sido reacendida.

Pedro foi à farmácia para sua mãe, onde duas pessoas conhecidas da vizinhança estavam felizes comentando sobre a vacinação.

- *É isso mesmo, a vacina vai acabar com o coronavírus. Mas será que gays vão poder tomar vacina também? Não sei como os católicos aceitam essas indecências, também, pode tudo lá dentro, adorar imagens e tudo mais.*

“Deus! Sei que não sou o filho mais perfeito, sei que sou falho e nem sempre consigo ser uma boa pessoa, por isso quero te pedir perdão. Me perdoa, pai. Eu quero te pedir para que perdoe aquelas mulheres, elas não sabem o que dizem, sei que estou sentindo dores pela morte do Ruan, da pandemia, mas peço por elas e por mim. E que a vacina as proteja. Obrigado por me deixar te sentir todos os dias, Senhor, que seja feita a tua vontade, amém”.

Pedro ora com toda sua fé, sente falta de Ruan em sua vida e ainda conseguia se manter firme frente aos preconceitos. Ele pega uma caixa de madeira que foi de sua avó onde guardava coisas suas pequenas e também uma carta antiga de Ruan, escrita à mão, junto com um cartãozinho da imagem de Coração de Jesus. Atrás Ruan escreveu: “Ele nos protegerá com seu amor”.

27/05/2021

À caminho de sua casa, de volta do trabalho temporário de ajudante numa loja de vidros, Pedro encontra um terço jogado no chão perto de uma lixeira, quando um senhor que estava próximo o gritou:

- *Rapaz, por que está com meu terço na mão?*
- *Desculpe, senhor, estava no chão, pensei que não tinha dono e resolvi pegar.*
- *Você quer me roubar?*
- *Não senhor, jamais, não sou disso, tome.*
- *Fique calmo, garoto, eu estou brincando com você, obrigado por me devolver. Faço esta brincadeira todo dia para testar a fé do povo. Tem gente que passa pra lá e pra cá, pisa e nem vê o terço no chão, você acredita? Eu moro aqui em frente. Meu nome é João.*
- *Tá bom seu João. Meu nome é Pedro, mas já estou indo.*
- *Pedro, espere. Você é católico? Você acredita em Deus?*
- *Sou sim e acredito muito em Deus, por quê?*
- *Espere, eu quero te falar uma coisa, você tem tempo? Assim que peguei o terço da sua mão, senti que sua fé em Deus é grande e que você passou por situações difíceis. Não o conheço, mas sinto que você é um rapaz com grande futuro pela frente e peço que continue nesse caminho, nunca abandone sua fé, mas agora fique com o terço, chegar em casa passe álcool nele que agora ele é seu. Deus te abençoe!*

* * *

Contar a estória de vida de Pedro foi uma oportunidade de imersão em mim mesmo, isso quer dizer, de autoconhecimento e fé. Muitas vezes, após desentendimentos e acontecimentos ruins, acabamos deixando nossa fé de lado. Pedro foi criado como uma prova que Deus age certo por linhas certas e que nunca devemos nos dar por vencidos e abandonar aquilo que acreditamos. Em tempos difíceis devemos olhar para dentro e ressignificar tudo aquilo que nos faz mal, fortalecer nosso espírito e entender que não estamos sozinhos nessa vida.

O *avatar* de Pedro me permitiu também olhar o mundo pelos seus olhos, sentir suas dores e me colocar em seu lugar enquanto um ser humano que sofre só por ser quem é e ainda ter que lidar com um mundo preconceituoso enfrentando a covid-19. Precisamos nos reconhecer como diferentes, tendo em vista que essa é a nossa maior riqueza e também nossa força.

A experiência didática foi fantástica para trabalhar a empatia e a humanidade, e reconheço como necessário o exercício do olhar sensível e da compaixão nesse momento tão complicado que estamos vivendo. A experiência de viver em meio a uma pandemia é complexa, difícil e sufocante, e milhões de pessoas se encontram nessa situação, porém algumas com a virtude da humildade e da *empatia* estão fazendo a diferença.

Sim, os tempos que estamos vivendo são difíceis em relação a pandemia, e, ter meios seguros de expressão de sentimentos é fundamental para que possamos nos entender e entender o outro, especialmente nós jovens. A possibilidade de poder trabalhar com esse *avatar*, vivenciado na disciplina BIO 161 – Saúde e Espiritualidade da UEFS, foi essencial para que eu entendesse ainda mais como é tão importante nos autoconhecermos e nos colocarmos no lugar do próximo.

Dentro do isolamento social, podemos falar ainda de isolamentos forçados devido ao medo do preconceito e violência, no caso presente, de pessoas homossexuais, que muitas vezes escodem sua sexualidade com o intuito de sobreviver, o que nos remete ao viver numa caixa (pandemia) dentro de um “armário” reforçando a ideia de uma homossexualidade escondida, proibida, silenciada, oprimida. “Armário” portanto remete à dor, angústia, sofrimento e solidão, potencializados numa pandemia.

Em meio a tantas dificuldades enfrentadas por todos nós no contexto pandêmico, a solidariedade, a empatia e o respeito apresentam-se como pontos chave para uma convivência humana harmoniosa. Todos estamos passando por um momento complexo, porém existem pessoas que além de estarem nesse mesmo contexto ainda têm que lutar contra preconceitos, busca de espaços e sobrevivência. Neste sentido, a homofobia demonstra ser um agravante de vulnerabilidade durante esse período reafirmando seus impactos negativos.

O NORDESTINO BASTIÃO

Cássio Venas Reis¹

Essas estrofes contam a história do jovem Bastião,
matuto por natureza, simplicidade era sua maior beleza
Andar de cavalo sua alegria
Além de fazer companhia para sua mãezinha
De pré nome dona Maria,
Filho mais novo, nunca ligou muito para estudo,
porém teve muita lição do mundo
Senhor Leodolfo, seu pai
Ensinou desde cedo as labutas da vida
Capinar, plantar, colher, se não fizer não vai comer
Lição essa Aprendida com maestria
Trabalhar para ele era uma brincadeira, alegrava a comunidade inteira
Jaíba! É o nome do lugar, onde bastião nasceu e se criou e nunca deixou de morar
Todos o conhecia “ahh, o filho Amado de dona Maria” era o que mais se ouvia.
Católico desde que nasceu,
sempre temente as palavras de DEUS e da Virgem Maria
sua devoção acalentava aos que lhe acompanhava nas missas sagradas que sempre havia.

Na cidade grande o povo já comentava
numa doença que foi criada só podia ser arte do “cão”
para matar a população
surgiu no fim do mundo lá para as “bandas do Japão”
Covid-19 era seu nome, traiçoeira e letal,
Várias eram as formas de contaminação
Pelos ar, pelo chão
se pegava até no aperto de mão

¹ Estudante de Educação Física da UEFS.

Ateliê de Empatias

que diabo tem essa doença que praticamente não existe proteção
era o que todos se perguntavam sem ter uma explicação
velho, novo, rico, pobre, gordo, magro ninguém era descartado
nisso, ela dava show
botou todo mundo no mesmo padrão
pois a vida é algo que não tem nem preço e nem cora morte é o ponto final, pois ninguém
é imortal
e todos tem o mesmo valor
a população sem saber como vencer esse mal
os governantes criaram até um tal de “LOQUINNDAAU”
aumentou o desemprego e a depressão
o povo passando fome e os políticos como sempre passando a mão
mas isso já é outra história que depois irei contar

Sebastião que sempre ia para o centro
comprar alimentos para o seu sustento
Foi mais um dia para a correria
Passou o dia no comercio, andando para lá e pra cá
Tudo era comprado com muito cuidado porque só ia de 8 em 8 dias
Voltando para casa já de tardezinha
Sentiu uma moleza, uma dor de cabeça e uma agonia
Dificuldade em respirar e uma tosse que se recusava a passar
Que “mulesta” que tenho, pelo amor de Deus??
Era que se perguntava
Na volta para a casa
seu vizinho assim que lhe viu
logo percebeu
Botou ele no carro e correu
– Vamos para o hospital que tu deve “tá” com aquele tal de covid
Lá chegando foi logo internado

Seu quadro agravou e entubado ficou
ninguém sabe como aconteceu
Começaram as orações,
vizinhos, parentes
todos juntos numa só corrente
Para o rapaz melhorar
Nessa brincadeira 30 dias se passaram
E graças a Deus e as orações
o matuto melhorou
mesmo tendo chegado a UTI
ele conseguiu sair
reconhecido como milagre,
era incrível vê-lo bem
tamanha era sua força e o amor pela vida
Para sua casa ele retornou
seus pais muito o abraçou
Agora ele tinha mais uma história para contar
Venceu uma batalha, dura feito rapadura e não se deixou fraquejar
Sua fé lhe ajudou a essa doença enfrentar
Hoje esta bem, fazendo sua montaria
Que já foi dito lá no começo da história que era sua grande alegria!

* * *

Quando foi pedido a produção de texto livre, em qualquer estilo, não foi difícil para mim escolher este personagem e entrar numa espécie de “laboratório” para escrita, e assim, o Nordeste Bastião ganhou vida, aqui descrita no padrão de versos, imitando um pouco o cordel.

Este personagem me fez viajar por esse Nordeste e porque não, Brasil a fora com toda sua fé, humildade, força e coragem típicas dos brasileiros, em especial aqueles que por vezes são vistos como pobres, mas que possuem uma riqueza absurda que é a sua

Ateliê de Empatias

alegria de viver e se sentir agradecido com tudo que tem a sua volta. Não é idealização, é a minha percepção.

A narrativa em versos traz detalhes a mais para enriquecer a estória que aconteceu num povoado da perto da cidade de Feira de Santana, em meio a essa pandemia. Sebastião venceu a covid-19, mesmo tendo chegado a UTI, assim como centenas de outras pessoas também chegaram e mais de 500 mil não resistiram... infelizmente! deixam famílias, metas, sonhos...

Um dura realidade mas não posso desistir da esperança que reside em meu ser e por isso, colaborar neste livro junto com meus colegas, de poder fazer a vivência da *empatia*, de contribuir para que o ódio não avance, foram muito importantes para mim.

Escrever me ajudou a (de certa forma) contribuir da melhor forma, como foi possível para mim, deixando registrado algo de bom, de esperança, nesse momento terrível. Tal desafio de escrita me permitiu reafirmar o amor que tenho pelo meu povo, pois é assim que o vejo: vitorioso, esperançoso, cheio de vontade de viver e com uma felicidade tremenda!

E quanto as dificuldades? Estas, deixem para depois porque do nada tudo pode se acabar.

REFLEXÕES SOBRE A EXISTÊNCIA

Celly Rodrigues Santos¹

Meu nome é Manoel. Sou neto de José Gomes e filho de Francisco Gomes. Sou aluno do curso de História da Universidade Estadual de Feira de Santana (UEFS) vivendo esse contexto complexo de pandemia.

Estou buscando compreender como a minha relação com a minha família, meus amigos e a sociedade em que vivo me impactou e construiu os olhares que hoje, me faz perceber o mundo e determina a forma como atuo nele.

Meu avô era um militante de esquerda e tinha um orgulho que se evidenciava sempre que falava de política, de ter sido eleitor de Chico Pinto. Lembro-me com muita clareza a forma carinhosa e confiante que meu avô falava dele e de ter votado nele para vereador em 1950, para prefeito em 1962 e para deputado federal em 1970.

Meu avô quando falava dele, parecia estar falando de alguém inalcançável, alguém que veio ao mundo para alterar o sistema das relações dos homens com a ideia de política, alguém que dedicou a sua vida para contribuir na mudança.

Eu sempre pensei, que mudança é essa que o meu avô tanto fala? As coisas são como são, porque pensar em mudar? Não é mais fácil nos adaptarmos e conviver com o que está dado e encontrar a melhor forma se defender individualmente e alcançar seus objetivos? Na época da minha adolescência eu não entendia as inquietações do meu avô, tinha coisas que ele me falava e eu achava que era só para me dizer o quanto ele tinha experimentado a vida e eu não.

Meu avô sempre demonstrou ser fiel aos seus princípios, sempre teve interesse no coletivo, sempre foi interessado em saber como as relações se davam na sociedade. Meu pai foi criado nesse contexto, mas, nunca quis se envolver com política, achava que política era coisa de políticos. Casou, constituiu família e isso necessariamente o colocava numa posição de pensar e priorizar um meio de sustento para a família, por isso ele se tornou militar. Imagina, meu pai começou a fazer parte de uma instituição que meu avô viu agir de forma sistemática contra o coletivo e contra todos as instâncias das organizações sociais que meu avô acreditava e se envolvia.

Ele conversou muito com meu pai sobre a necessidade de um cidadão ter consciência da desigualdade social do país e da luta de classes, meu pai só argumentava que toda essa luta política do meu avô em nenhum momento permitiu que a família tivesse estabilidade financeira e conforto. Para meu avô essa relação conflituosa com meu pai, indicava que ele tinha falhado na educação dos filhos.

Hoje, quando penso em todo período da ditadura que meu avô e a geração dele viveu, toda a esperança que eles acreditaram poder existir no processo de redemocratização do país com a constituição de 1988 e a volta das eleições no Brasil,

¹ Estudante de Filosofia da UEFS.

Ateliê de Empatias

depois de terem visto toda essa mudança acontecer, eu fico pensando o que ele me diria hoje, vendo que em 2018 o Brasil elegeu um candidato de extrema direita declaradamente racista, machista e homofóbico. Fico pensando, como ele reagiria em viver num tempo onde um governante decreta estado de genocídio no país passando informações falsas em relação a letalidade de um vírus e se nega a comprar seringas e vacinas. Como, depois de um período de 14 anos de uma gestão de esquerda, que conseguiu tirar o Brasil do mapa da fome e conseguiu implantar políticas públicas de acesso à educação, a moradia, a cultura e ao trabalho, como um país consegue retroceder tanto em dois anos dessa gestão?

Pensando sobre esse estado de letargia em que o povo brasileiro se encontra devido a mais de um ano lidando com uma pandemia e um governo genocida, fico a pensar como esperar, como sonhar e como confiar na possibilidade de chegar um tempo onde as pessoas possam sair de casa e abraçar outras pessoas confiando que vai poder reencontrá-las vivas ou se morrerem que seja por um processo natural do seu percurso ou de alguma tragédia, que a probabilidade de ela morrer de um vírus para o qual já existe vacina seja remota.

Todas as vezes que penso na vida e o quanto vivê-la plenamente é importante para contar histórias quando estiver finalizando o meu ciclo, penso também o quanto isso depende da sociedade em que vivo e o quanto essa plenitude desejada depende da minha orientação mental, religiosa e formal. Pensar que sou jovem e que estou vivendo num tempo onde a situação é compara a situações de guerra é assustador. Tem momentos em que duvido se vou conseguir viver a minha vida plenamente até o momento da velhice ou se minha vida será interrompida por esse processo de pandemia e suas variantes alastrando assustadoramente o mundo. Me sinto só e desprotegido, não tenho como ser acolhido como desejo porque parece que todo mundo está precisando ser acolhido também, seja financeiramente, moralmente ou emocionalmente. Como posso me sentir forte o bastante para poder dizer ao outro que tudo é transitório e que chegará um tempo de que só vamos ter lembranças desse momento, mas, quem vai poder lembrar? Quem vai estar vivo para contar essa história? Muitos, sem dúvidas, mas muitos terão morrido e dilacerado corações. Os que tiveram as vidas interrompidas serão lembrados pelos seus, porque sempre foi e será assim, uma pessoa quando morre, permanece viva na memória das pessoas que ela conseguiu afetar, mas, mortes em grande escala e que podiam ser evitadas, são muito dolorosas.

Quando penso em vida e morte, penso também, como experimentar tudo isso sem fé? Não sei como seria, não sei como deve ser. Vejo as pessoas falando de religião e muito pouco de fé, vejo muita gente defendendo uma religião e sendo intolerante com outra e fico pensando que necessidade é essa de negar a fé do outro.

Por que precisamos tanto estar certos em relação a alguma coisa, porque precisamos sempre ter razão e ser o centro das atenções? Porque não conseguimos lidar com as diferenças? Me sinto tão jovem e tão distante de viver as coisas com a intensidade que meu avô viveu no tempo dele. Fico pensando em o quanto meu avô foi intenso e pleno na sua relação com o mundo e com as pessoas e no final da vida era só considerado “um velho” por algumas pessoas, que não tinham nem paciência de ouvir as suas histórias. Eu mesmo, se tivesse ouvido mais as suas histórias, talvez tivesse mais suporte emocional

para viver esse tempo que estamos suplicando por não ficar doente e ter tempo para usufruir mais da vida.

Viver num país onde ser jovem significa toda a potência de uma vida inteira me faz querer entender onde está essa potência que não reconheço em mim agora, me sinto vulnerável e inseguro, sem perspectiva e desalentado. Talvez meu avô na sua velhice fosse mais potente do que eu estou sendo agora, talvez ele soubesse exatamente a medida da resiliência e da paz interior para passar por esse momento devastador, porque ele tinha senso de justiça, mas, não desconsiderava a natureza das coisas, das coisas da política, das coisas do capitalismo, das coisas da arrogância, das coisas da incompetência e das coisas da sede de poder em detrimento da vida humana.

Sinto em alguns momentos que vou sucumbir, que a dor e o sofrimento vão tomar conta de mim e que não vou sobreviver, desejo simplesmente envelhecer como meu avô, as vezes penso que não vou conseguir. É impressionante que nesse momento em que parece que vou sucumbir, eu respiro e o simples ato de respirar me faz ter uma consciência plena e reveladora de que estou vivo, essa consciência me revela também que existe uma força suprema que me desperta para o momento da minha existência e faz com que eu agradeça por isso. Existe uma força que me faz ver de forma muito delicada de que tudo é possível, que é importante estar pleno no seu tempo, que esse momento é o que importa de fato e que é nele que eu posso me fortalecer para seguir e que vai ser sempre assim, meu momento presente é único e intransferível, meu momento presente é onde está a minha fortaleza e a minha potência.

Talvez se não tivesse rolado essa pandemia, eu não tivesse lembrado tanto do meu avô e da sua força, talvez eu não tivesse olhado tanto para dentro de mim, talvez eu estivesse seguindo a rotina das aulas presenciais na UEFS, dos meus encontros com o grupo de discussão política e na batalha para pagar minhas contas em busca da conclusão do curso. Hoje eu sinto que parei e pensei em coisas que talvez não teria tempo e nem interesse de pensar, se não fosse essa pandemia.

O ser humano é um ser essencialmente político em sua natureza, porque é através das relações e da sua visão de mundo que ele constrói a sua identidade e atua no mundo. Como ser “humano” num tempo onde falar em política se restringe a certo ou errado, a defender ou acusar um determinado cidadão eleito.

Compreender a estrutura da sociedade em que a gente vive é fundamental para poder transformá-la e a gente só tem o desejo de transformar algo, quando o conhece de fato. Pensar que vivemos numa sociedade tão desigual e achar que é só uma questão de merecimento e de sorte, é sem dúvida uma grande falácia e um grande desejo de manter o véu sobre a realidade das coisas. É preciso tomarmos consciência da nossa responsabilidade social, nosso lugar de privilégio e entender que numa sociedade desigual, quando um tem mais do que precisa é porque o outro está em falta de algo.

Como viver em uma sociedade agindo de forma individualista, como o capitalismo exige, sabendo que a transformação social só vem com o coletivo? Fico pensando porque estou cursando História, porque escolhi esse curso, porque busquei

Ateliê de Empatias

saber. Às vezes fico imaginando como deve ser ignorar tudo e ser alienado, talvez se eu tivesse feito contábeis, enfermagem ou química eu tivesse mais foco e não me angustiasse tanto com o saber das coisas.

Outras vezes eu acho que qualquer que fosse o curso escolhido eu ia acabar encontrando uma forma de fuçar a realidade das coisas e duvidar de tudo para tentar encontrar novas respostas para as perguntas fundamentais: De onde eu vim? Quem eu sou? Para onde vou? Perguntar é muito bom, nos faz ficar atentos, dá sentido à nossa existência.

Quando lembro do meu avô, lembro sempre de alguém inquieto e nunca ficava contente com a primeira resposta, sempre agia de forma curiosa, como se tivesse um mundo à sua frente a ser desvendado, acho que se ele tivesse mais tempo, iria continuar especulando sobre a vida.

Acho que meu avô plantou mais coisas em mim do que eu imaginava, só agora me dei conta do quanto o admirava. Quero sobreviver a pandemia e envelhecer curioso e sonhador como ele.

* * *

A estória aqui contada é uma ficção, mas é baseada em fatos verídicos e defendo que ela não deve ser julgada como verdadeira ou falsa, delirante ou ingênua. Peço que o leitor foque na consciência do personagem – ponto importante para a compreensão do momento que vivemos, da indignação com o fato do país à deriva, entre algumas outras situações são reflexos do meu pensar.

A proposta de escrita foi poder projetar ideias, experiências, sonhos, angústias e ações através de um personagem que foi chamado *avatar*. Não é uma caricatura.

A ficcionalização da realidade foi uma técnica para gerar histórias de *empatia*, buscando de alguma forma alcançar a diversidade complexa desse momento pandêmico pelo olhar de um jovem estudante. E, pela rara produção de relatos de experiências de estudantes neste momento, esta seria uma pequena tentativa de ocupar esse vácuo aberto.

Penso que escolhi esse *avatar* porque vi na rápida sinopse da personagem a possibilidade de discutir questões que me inquietam: um homem jovem que lembra do seu avô a partir do envolvimento dele com um partido político e que vivenciou o período da ditadura militar no Brasil, me dava gancho para pensar o país no período pós ditadura, no período da gestão do governo de esquerda e também fazer algumas observações em relação ao governo atual.

Nesse texto não consta nenhum dado estatístico, nem nenhuma defesa de tese política, mas, podemos observar a inquietação de um homem jovem, com um certo acúmulo de letramento repensando a sua vida e o seu país. Foi um processo terapêutico porque essas questões me atormentam, contudo, me colocar no lugar de uma pessoa tão

Reflexões sobre a existência.

Celly Rodrigues Santos

jovem me fez perceber que a gente precisa estar o tempo todo repensando a forma como a gente avalia a atitude do outro, apontando o dedo sem ter noção de quem aquela pessoa é, o que ela pensa e qual foi o seu percurso de vida para chegar até ali. Como ele foi afetado me interessava muito saber.

A possibilidade de me colocar no lugar do outro e pensar o mundo a partir de outra perspectiva foi uma experiência maravilhosa. Acredito que a empatia é um grande ato político.

IMAGENS DA ESPERANÇA EM TEMPOS PANDÊMICOS

“...sei que o que vivemos é difícil, mas creio que amanhã será melhor!”

Edvania Cordeiro dos Santos Silva¹

Eu me chamo Andreza, tenho 20 anos. Sou mulher preta, artista independente e menina de família simples que há 2 anos após muita luta tomei a decisão de morar em Feira de Santana no bairro George Américo, enquanto fazia cursinho. Isso foi há dois anos, antes da pandemia.

Na quebra de um padrão familiar de mulheres submissas, tive o apoio da minha mãe que mesmo com as dificuldades do desemprego conseguiu me ajudar no início dessa realização, da realização de um sonho.

Fiz o Enem 2019 e simultaneamente tive um diagnóstico de ansiedade e uma leve depressão. E como se não bastasse, em 2020 me deparei com a pandemia e eu teria que voltar pra minha cidade de origem pois não havia mais como me manter em Feira de Santana, pois além dos problemas familiares eu não conseguia emprego.

Fiquei também sem meu celular, o único aparelho que eu tinha para me comunicar, manter nos estudos e precisava acompanhar o resultado das listas do SISU. Uma vizinha me ajudou a acompanhar o resultado e lá estava meu nome na lista dos aprovados da UEFS no Bacharelado em Ciências Biológicas. Ao mesmo tempo alegre e triste pois não poderia cursar... sem um meio para me manter na cidade, sem dinheiro, família em dificuldades.

Parte 1 – Andreza enfrenta dificuldades com a EAD e sua ansiedade



¹ Estudante de Biologia da UEFS.

Imagens da esperança em tempos pandêmicos
“...sei que o que vivemos é difícil, mas creio que amanhã será melhor!”
Edvania Cordeiro dos Santos Silva

Ao longo da minha vida tive que me desprender de várias manias em que eu sabia que atrapalhava a minha evolução, buscando ser mais empática, a ouvir mais o outro e assim entendi o meu propósito no mundo: pelos outros.

Com o início da pandemia tive que me readaptar a uma nova rotina, rotina esta que me deixava cada dia mais ansiosa e eu já não tinha mais esperanças em pensar que pudesse haver dias melhores.

Mesmo tendo passado no curso que eu tanto almejava isto já não era mais felicidade para mim, mas tive que acordar para o momento, e reaprender a viver. Já estava acomodada a uma rotina de incertezas.

A pandemia só se fixava mais ainda e eu tinha que aprender a conviver com isto. E foi assim que eu me reencontrei na meditação e através da ajuda psicológica também me reconectei comigo mesma e pude transcender o meu espírito através da minha fé em Deus.

Outra coisa que me ajuda muito é a minha arte, onde eu me expresso e consigo materializar todo sentimento reprimido que há em mim. Reconheço que a ansiedade estava influenciando muito na minha rotina, principalmente no meu foco para estudar, e como ainda eu estava usando o celular da vizinha para os estudos, eu não podia fraquejar na minha missão mesmo tendo dificuldades com a EAD e com o estudo remoto.

No semestre em 2021, eu estava toda ansiosa e ao mesmo tempo feliz pelo momento. Apreensiva e com medo de não dar conta já que o semestre será todo a distância. Logo na primeira semana começaram as tarefas, vários trabalhos. Fiquei assustada pela demanda já que era algo novo para mim, sem falar que no início da aula tive problemas com a internet e a transmissão estava horrível. Tive que perder a vergonha e chamar um colega aleatório na minha rede social para me informar o que estava se passando na aula.

Tive uma crise de ansiedade e não estava sabendo conter o choro. Tinha medo até que fossem sintomas da covid-19, uma vez que alguns sintomas se misturam como falta de ar e até mesmo o coração acelerado.

Pensei em desistir de tudo. A vizinha sempre acolhedora, sempre me falando palavras de carinho para eu não perder a esperança e permanecer com meu foco independente da situação.

Meses iam passando e a pandemia continuava se alastrando, pessoas perdiam a vida, outras internadas. O mundo permanecia um caos! E eu sempre mantendo contato com a minha mãe para saber como ela estava, sempre preocupada com medo dela ser infectada, se ela conseguia um emprego fixo.

Ainda deprimida eu precisava de emprego, não queria dar mais gastos a minha mãe, não queria que ela tivesse que se arriscar a se expor na rua para me sustentar em Feira de Santana: eu queria o contrário.

Ateliê de Empatia

Mesmo sendo ligada a arte eu não conseguia pensar em nada para produzir e vender. Não tinha como fazer estágio por estar no primeiro semestre e também não podia trabalhar devido a minha grade de aula acadêmica que não me sobrava tempo.

Semanas se passavam, e eu não estava conseguindo dar conta do semestre, pois o uso do celular me dificultava e o formato remoto me assustava pois nem as aulas práticas que são essenciais para o aprendizado podia ter devido ao fechamento do campus como medida de precaução. Com isso, comecei a acumular atividades não feitas e as crises de ansiedade ficaram mais frequentes.

Escondi da minha mãe e da minha vizinha tudo que estava se passando, e sei que isso só estava me fazendo mal. Um dia a vizinha estranhou que eu não fui buscar o celular dela para assistir a aula. Eu estava caída, fraca mentalmente e fisicamente. Estava reprimindo meus sentimentos e isso me consumiu. Ela me levou para uma Associação Beneficente no bairro onde havia atendimento psicológico.

Com os dias, consegui de alguma forma ir amenizando a ansiedade, auxiliada pela prática de meditação e uso de fitoterápico também. Meus colegas da turma já sabiam da minha dificuldade para assistir às aulas e então quando eu demorava para entrar na plataforma da reunião eles informavam ao professor o possível porquê.

Mesmo lutando contra a ansiedade e com as dificuldades do ensino remoto, parece que o que mais me ajudou foi o sentimento de *empatia* que todos tiveram comigo. Nunca tinha recebido tanto apoio como agora, ainda mais neste cenário pandêmico onde as pessoas correm umas das outras devido ao medo de se infectar com o vírus.

A prática da meditação fez com que eu me reconectasse com meu espírito e eu sentia minha alma transcendendo paz! Eram minutos de calma onde eu pude focar no agora, no momento vivido, manter meus chacras alinhados e até mesmo poder renovar a minha fé, me manter equilibrada nesta situação caótica que o mundo estava sem a vacina.

E esta tem sido a minha rotina: estudar e “surtar”.

...sei que o que vivemos é difícil mas creio que amanhã será melhor!



Parte 2 – Começo de uma superação e como a fé é transformadora.

Imagens da esperança em tempos pandêmicos
“...sei que o que vivemos é difícil, mas creio que amanhã será melhor!”
Edvania Cordeiro dos Santos Silva

Dias se passaram e então começaram a surgir as boas notícias sobre a vacina. Vacinas de diferentes países começavam a ser liberadas e então o mundo parecia ter renascido com um ar de esperança, e isso foi resultado da fé de cada indivíduo, resultado da ciência que em tão pouco tempo conseguiu fazer um trabalho de ótima qualidade devido ao avanço da tecnologia. De início, a vacina estava sendo liberada para idosos e devido a falta de informação em meu bairro alguns estavam com medo de se vacinar pois tinham receio dos possíveis efeitos colaterais que podia ocorrer.

Três meses se passaram desde que comecei o semestre e até o momento o resultado do auxílio tecnológico ainda não tinha saído. O que me sustentava e mantinha o meu coração leve era a meditação e a minha fé que tudo isso ia melhorar.

Já estava para desistir de olhar o site da UEFS, Instagram ou qualquer outro meio de informação para saber se ainda teria o auxílio tecnológico. Descobri que os meus colegas de turma estavam planejando uma “vaquinha” para mim, para ajudar na compra de um novo equipamento. Estavam sensibilizados em me ver na luta para entrega de provas e trabalhos, onde sempre eu tinha que pedir para o professor prorrogar a data de entrega pois não estava conseguindo concluir devido a problemas técnicos do celular ou a internet instável. Fiquei lisonjeada pelo ato mas ainda sim esperançosa pelo auxílio da universidade, tendo fé que conseguiria porque precisava liberar o celular da minha vizinha que também tinha seus compromissos.

Estando próximo ao fim do semestre, recebo a notícia que o auxílio tinha sido liberado, e mais uma vez agradeço à fé que carregou comigo, pois sabia que ela seria transformadora no momento certo.

Minha estória não acaba aqui: a menina sofredora do interior ainda tem muito o que vencer, que lutar, um curso de graduação para ser cursado. Mas neste momento, com a situação tão favorável, decidi fazer uma carta para mim mesma, para daqui a alguns anos eu poder ler e relembrar dos acontecimentos, e também para servir de motivação diária. Escrevi e deixarei esta carta colada em minha parede do quarto:

“Hoje, após olhar para trás e ver toda essa minha trajetória percebo que valeu a pena cada dificuldade. Fico feliz que tenho pessoas especiais ao meu lado, pessoas que me mostraram como é necessário ter empatia e que desistir não é uma opção quando se tem uma fé grandiosa consigo. E então vou seguindo, evoluindo sempre e com gratidão às dificuldades pois sem elas eu não saberia dar valor as minhas conquistas. Em especial devo toda minha gratidão a meus colegas, e a minha vizinha porque ela foi tão generosa e acolhedora comigo, me ensinou a não desistir, a não perder a fé, sua ajuda foi tudo para mim e criamos uma bela amizade. E quanto a minha mãe, devo todo meu esforço e dedicação a ela, pois é tudo por nosso futuro. Eu sei que o que vivemos é difícil mas creio que amanhã será melhor! E... Ah! e a minha ansiedade, espero que ela entenda que o importante é o agora e que amanhã eu já não a quero mais comigo!!”

Ateliê de Empatia

* * *

Aqui apresento uma estória que não é de todo artificial: eu estou presente com o *avatar* para incluir as minhas próprias realidades, necessidades e impressões nesta narrativa.

Escolhi este *avatar* porque senti que ele me representava. Por sua vez, o *avatar* também me convidou, em seu processo de identificação e numa contínua interação comigo, a escrever nossa estória.

O tema central que a narrativa destaca são as dificuldades que uma menina estava tendo durante o ensino remoto e que a mesma estava usando o celular da vizinha para assistir às aulas. No início do ensino remoto na UEFS eu também estava tendo dificuldades devido a não ter um equipamento adequado para estudo: meu celular estava em péssimo estado e me impossibilitava, às vezes, de concluir trabalhos e então, eu tinha que ir até a casa de um parente para me socorrer.

Assim como o meu *avatar* eu também continuei lutando e fui seguindo mesmo com as dificuldades, e hoje tenho um equipamento mais adequado para estudo.

Neste *avatar* pude colocar todo sentimento que me rodeava durante a minha experiência remota, e destaquei a *empatia* também, pois tenho certeza que sem ela não tem como construir um futuro em paz comigo mesma, nem socialmente.

A escrita desta estória também agregou muito valor positivo em minha vida pois teve um efeito libertador: eu consegui materializar aqui em palavras e imagens toda uma trajetória de superação, e tenho certeza que isso irá me motivar ao longo da minha graduação e a minha vida, frente a outros desafios.

Por fim, quero deixar uma frase de Sêneca, um filósofo, um intelectual do Antigo Império Romano: “Viver significa lutar”.

Leitores, esta frase de Sêneca dedico a vocês e em especial ao meu *avatar*.

“A JOVEM E SUA LUZ”

Reflexões de Estela sobre sua vida e sua espiritualidade

Ester Rocha do Nascimento¹

Oi! eu vim aqui contar um pouco da minha estória, meu nome é Estela tenho 15 anos, nasci em Salvador, Bahia. Quando eu tinha oito anos de idade, minha família mudou para Cachoeira, no Recôncavo Baiano, aonde moro atualmente com meus pais, e Clarice minha irmã mais velha.

Aos seis anos de idade presenciei a primeira agressão de meu pai: ele bateu muito em minha mãe, deixando eu e minha irmã desesperadas, e até hoje essa cena me assombra, aparece em meus pesadelos.

Ultimamente meus pais estão brigando muito e isso está fazendo com que os meus pesadelos voltem com mais frequência, e mais: dessa vez eu estou começando a ouvir vozes, mesmo estando acordada.

Aos 12 anos estava desleixada na escola e por conta disso meu pai me batia demais gerando raiva em mim. Tive uma crise de ansiedade tão brusca que eu comecei a me automutilar. Peguei um estilete no estojo escolar de minha irmã e fui ao meu quarto, e fiz os dois primeiros cortes no meu braço esquerdo. Inexplicável a sensação de alívio que senti...

Depois do meu primeiro corte, fiquei viciada em me cortar: qualquer questão mal resolvida, por mais boba que fosse, eu fazia um corte em alguma parte do meu corpo, mesmo que fosse mínimo, eu fazia só para me sentir melhor, e a sensação de alívio era a recompensa.

Minha mãe sempre percebeu os cortes e fazia o que podia, com cuidados em casa mesmo. Tive que ir ao hospital numa crise de vários cortes.

Hoje diminuiu mais a minha vontade de me cortar, pois o prazer não mais acontece. Minha mãe acha que estou curada mas sinto que estou pior, em especial desde o ano passado, quando entramos nessa pandemia. As aulas *online*, o isolamento social, a falta de motivação, o sonho de entrar para UEFS mais distante... a minha ansiedade veio com tudo! As brigas de meus pais, a minha falta de esperança e fé, tudo isso gerou uma problemática muito grande na minha cabeça.

Com o passar dos meses eu percebi que a pandemia só se estendia, e isso foi me deixando assustada, mais desanimada. Meu rendimento escolar caiu bastante e meus pais continuavam brigando o tempo todo...

Meu pai é grupo de risco. Ele é hipertenso, tem 65 anos e o trabalho dele suspendeu as atividades presencialmente, e isso fez com que ele descontasse tudo em minha mãe, em nós, e eu ficava muito mal com isso.

¹ Estudante de Pedagogia da UEFS.

Ateliê de Empatias

Quando eu vi os casos aumentando drasticamente no país e até um familiar meu, bem próximo, pegar covid-19, eu tive uma crise de ansiedade tão forte que fez com que eu me cortasse durante sete dias seguidos.

Até que a poucos dias, numa tarde chuvosa, eu recebi o resultado de reprovação em uma matéria. Corri para o banheiro, fiz um corte profundo, sangrando demais comecei a gritar... eu não queria morrer! Meus pais desesperados me levaram desta vez numa clínica em Salvador, especializada em automutilação.

Agora estou aqui, internada nesta clínica há duas semanas, sozinha, isolada de minha família. O silêncio é externo. Não tenho paz. Na minha cabeça passa um filme, ouço vozes, várias imagens de como eu deixei isso acontecer, como depois da minha primeira internação em junho ano passado, eu não aprendi a famosa lição.

Eu só sei me culpar e me dopar com remédios que as enfermeiras me dão 24h por dia. Isso não é vida para ninguém! minha família só pode vir aqui me ver duas vezes na semana, para visitas de uma hora. Em minha Escola as aulas foram suspensas, e eu fico aqui nessa clínica obscura, horrível, que detesto, que as médicas chamam de “reabilitação para tratar vícios que coloquem a vida em risco”.

Agora estou na minha terceira semana de internação e procuro mudar, aprender outras coisas que me levem para o lado bom de viver. Não me cortei mais, o que é um alívio para o meu coração e para minha família também. Eu tenho apenas 15 anos, mas já passei por diversas coisas, e essa segunda internação me fez refletir muito sobre a minha vida, e o que eu estava fazendo com ela.

Enfim, chegou o grande dia, o dia da minha saída dessa Clínica Luz, que eu chamei de obscura e horrível há três meses atrás. Hoje eu já consigo enxergar luz, uma luz intensa e radiante, um lugar que me trouxe alguns ensinamentos e oportunidades únicas.

Foi nessa clinica que estou me despedindo que eu comecei a escrever o meu livro “A jovem e sua luz”, uma espécie de diário, onde relato minha história.

Chegando na saída da clinica vi meus pais. Eu comecei a chorar e eu chorava sem parar. Voltar para casa, para o cenário das brigas, das agressões físicas, da falta de diálogo e de amor. Conversei com eles sobre isso.

Meses se passaram e estou disposta a continuar escrevendo meu livro sobre a minha história, a minha guerra contra o meu vício. É refletindo sobre isso tudo mais esse cenário pandêmico, que eu quero deixar bem explícito para os jovens e para o público que quiser ler o meu livro: que apesar de todos os eventos trágicos que aconteceram nesses anos comigo, com o mundo nesse cenário perturbador, eu continuei, eu lutei para continuar viva, corri atrás da minha fé. E eu desejo que todos busquem a sua paz espiritual do jeito que acharem mais apropriado, todos tem o direito de escolher o que querem seguir, todos tem o direito de passar por cima dos seus vícios e viver uma vida normal novamente.

Eu, Estela de apenas 15 anos vivi muitas coisas, mas a cada episódio vivido da minha história até hoje, fará parte da construção de uma futura adulta incrível.

* * *

Escrevendo a estória desse *avatar* encontrei com muitas situações novas e que finalizada a escrita não sou mais a mesma. Estela e sua condição de adolescente com quadro de automutilação me fez refletir sobre diversos assuntos que eu não tinha muito conhecimento e nem sabia que tinha uma delicadeza para ser tratada. Com o passar de dias pesquisando, lendo, escrevendo percebi o quanto devemos ter um olhar mais cuidadoso com os outros, e pensar mais um pouco sobre o que estamos fazendo para ajudar o próximo.

Automutilação: um problema vivido por diversas pessoas atualmente, que pode ser reconhecido como universal e muito presente na história da minha personagem. Atingindo especialmente jovens, a automutilação é um assunto que precisa ser mais abordado, ter mais olhares compassivos para esse assunto.

Além do tema impactante, durante a escrita algumas situações foram surpreendentes para mim. Notei o quanto Estela se sentia aliviada se cortando, e essa questão é o que me assombra: como assim pessoas conseguem ficar felizes se machucando?

E também, como e quando foi que Estela ganhou vida própria? Ela soltou-se de meu domínio, e me assustou protagonizando a cena de automutilação e de seu alívio. Como isso pôde acontecer? Não sei explicar...

Outra problemática que surgiu na narrativa e que me trouxe muitos questionamentos e indignação foi sobre esses crimes de agressão que acontecem em muitas famílias, e muitas vezes são omitidos e os criminosos saem impunes. Tive que me equilibrar aqui entre a ficção e a criminoso realidade delatada que emergiu no texto. Como isso pôde acontecer? Também não sei explicar...

O enredo é uma confissão e o ponto central diante de toda complexidade que a estória pode oferecer é o drama humano. E assim, no processo de escrita eu me coloquei muito no lugar de Estela, e quis a todo momento me sentir inteiramente a personagem, e vivendo esse processo percebi o quanto é difícil passar por todas as questões que foram descritas: automutilação, solidão, internação em clínicas e agressões dentro da família.

Esse processo de escrita precisou de retomadas e de suporte nas aulas de BIO161 – Saúde e Espiritualidade para eu poder agir, ter domínio de uma forma que eu não me sentisse tão mal com essas questões todas.

A *empatia* e transparência para fazer essa personagem viver foi profunda, inquietante para mim. Fazer essa estória acontecer, ainda que no papel, as pesquisas internas em mim trouxeram âncoras e positividade para a realização da escrita. Estela é somente uma jovem de 15 anos, mas a sua estória é trágica e é também de extrema delicadeza. E esse texto fez com que eu me aconchegasse e me encaixasse mais com ela.

Ateliê de Empatias

Não sei se decepcionei o leitor ansioso por um final feliz para a estória de Estela. Com os impactos que a personagem foi trazendo para mim senti que o melhor final seria isto que eu fiz: a escrita. Estela não é mais uma vítima passiva e segue na intenção de escrever, de escrever sua história, a qual, em parte ela já nos permite aqui antever.

AINDA É POSSÍVEL (EN)CANTAR

*Gledson de Oliveira*¹

O vaqueiro foi a figura central no processo de ocupação do interior do agreste e do sertão do Brasil, que foram escravos, descendentes de escravos e pessoas sem posse de terra. Pessoas muito pobres, sem acesso a educação, trabalhando diariamente a pé ou em seus cavalos percorrendo a propriedade dos patrões fazendeiros, fazendo a ordenha, vacinando gado, entrando na caatinga em busca de animais desgarrados, observando cercas que precisam de reparos, entre outras atribuições, por um pagamento miserável.

A pobreza é a marca cotidiana, limitadora da qualidade de vida e de sonhos, pois eles têm pouco a oferecer às suas famílias. Apesar das adversidades as crianças e os mais jovens continuam sonhando com uma vida melhor.

Nesse cenário, encontra-se Poliana. Carinhosamente apelidada de Poli, é uma jovem de Feira de Santana, e neta e filha de vaqueiros. Sua família mora em um pequeno sítio próximo a fazenda produtora de bovinos que seus pais e avós trabalham. Eles também trabalham em um pequeno roçado que a família conseguiu comprar com muito trabalho, e usam para plantar milho, feijão e mandioca para completar a fonte de alimentação básica da família.

Poliana tem atualmente 15 anos, fazia o primeiro ano do ensino médio numa escola pública antes da pandemia chegar e parar tudo. Os sonhos sempre a motivaram a tal ponto que ela nunca reprovou em nenhuma disciplina quanto mais ano letivo e sempre ajuda a família a cuidar do roçado no turno oposto aos estudos. Herdou de seu tio falecido devido a covid-19 um violão com o qual passava a maior parte de seu tempo livre, dedilhando novas sonoridades que pesquisava em seu celular com a internet instável.

Apesar do desencorajamento de seu pai e avós, a mãe de Poliana não se conformava e dizia: “Poli, estude minha filha, seja alguém na vida... vá ter a vida que eu não pude te dar”. Ela achava lindo ver a filha cantar durante os afazeres da casa ou durante o trabalho no roçado. Além das amigas, a única pessoa na família que acreditava em Poli na realização de seu sonho de ser cantora era a sua mãe.

Muitas vezes Poli desanimava, pensava que sua perspectiva de vida estava quase determinada a seguir os passos da família na vida do campo, e isso lhe doía muito. Ela nutria uma paixão enorme pela música, aprendeu sozinha, como pôde a tocar violão. Essa paixão vem de sua mãe, que quando jovem, sempre gostou dos cantores e grupos sertanejos como Leonardo e Zezé di Camargo e Luciano.

Em suas memórias de infância ela vê a mãe dançando, cantarolando alto as músicas que tocavam no rádio que estava sempre sintonizado numa emissora local onde tocavam músicas populares. Seu pai não gostava, não achava graça nenhuma ver a mulher dançando, cantando alto, gesticulando como se estivesse no palco sob holofotes coloridos.

1 Estudante de Engenharia da Computação da UEFS.

Ateliê de Empatia

Antes do período de pandemia, Poli frequentava semanalmente a igreja da comunidade, próxima ao sítio. Ela participava da Legião de Maria, dos cultos aos domingos, mas a forma que ela mais se identificava para se conectar com Deus era através da música.

Todos os domingos ela participava do coral da igreja, um grupo do qual ela tinha orgulho de fazer parte desde pequena. E também nas festas de São João ela brincava, quando meninazinha, com primos e amigos durante quase quatro dias, embaixo das bandeiras que pendiam dos mastros fincados no terreiro na porta da igreja, de onde saía uma caixa de som onde só tocava Luiz Gonzaga pois o padre exigia “música boa, decente” perto da casa do Senhor. Ali nas brincadeiras Poli cantava despreocupada.

Sua madrinha, sentada na porta de casa numa cadeira de rodas dava risadas vendo aquela criança encantadora na farra com outras crianças. Um dia, pouco antes de morrer, Poli veio correndo, suada, e praticamente se jogou em cima da pobre que quase caíram as duas com cadeira de rodas e tudo. A idosa rindo como nunca teve forças e sustentou a menina, abraçando afetuosamente, e quase que se despedindo disse-lhe: “Tenha esta mesma força, impulso e coragem para vencer na vida!”. Poli nunca se esqueceu disso.

* * *

Eu sou Gledson de Oliveira, estudante do último período do curso de Engenharia da Computação da Universidade Estadual de Feira de Santana. E aí, você achou estranho um (quase) engenheiro de uma área tão complexa, ter como *avatar* uma garota da roça sonhadora? Achou? Reveja seus valores.

Estava cursando a disciplina BIO161 – Saúde e Espiritualidade quando fui provocado. Trabalhar a história de Poliana foi especialmente desafiador para mim por ter que me posicionar sobre uma realidade que em muitos aspectos foge do meu convívio.

O ponto de partida da estória é o contexto do vaqueiro. Minha inspiração para a construção deste cenário veio da pesquisa acadêmica desenvolvida por Natã Vieira no texto “Cultura de vaqueiro: o sertão e a música dos vaqueiros nordestinos”. Apesar de nunca ter convivido com famílias de vaqueiros, duas coisas me chamaram atenção: a força e a resiliência dessas pessoas. Mesmo possuindo poucos recursos econômicos, sempre deram tudo de si para cuidar da melhor forma possível da família.

Mesmo com toda essa força e coragem, a vida deles é muito difícil. No exercício da *empatia*, tentei me colocar no lugar da mãe de Poliana. Consigo entender seu desejo para que sua filha estude e tenha uma vida com mais qualidade e condições financeiras que a dela. Senti que para uma mãe, é muito difícil ver um filho passar por privações ou não conseguir atender pedidos simples como o de comprar um brinquedo ou um alimento específico.

Voltando para Poliana, é perceptível que ela é uma jovem sonhadora, forte e dedicada. Quem lê sua estória logo percebe que sua vida não é fácil e ela é limitada em muitos aspectos. Por ser de uma família de vaqueiros, pobre e do interior, ela não possui nenhum recurso para investir em sua carreira de cantora. Mesmo que tentasse divulgar seu trabalho fazendo vídeos para a internet, sabemos que há dificuldades imensas. Colocando-me no lugar dela, imagino que eu sentiria raiva e muito desânimo com tudo isso. A força de Poli para seguir em frente mesmo com todos esses problemas é a característica que eu mais admiro nela.

Escrever sobre Poliana me fez refletir sobre uma realidade de muitos brasileiros – crianças e jovens filhos e filhas de famílias pobres do interior. Essas crianças e esses jovens muitas vezes são privados de uma educação de mais qualidade, não somente por serem em sua grande maioria estudantes de escolas públicas, mas por precisarem trabalhar para ajudar a família.

No caso de Poli, ela ajudava a família tanto no roçado quanto nos afazeres de casa. É uma realidade muito diferente da minha, já que a mim foi dado o privilégio de poder me dedicar totalmente aos estudos, e eu mal consigo imaginar a dificuldade de Poli para lidar com tantas atividades, especialmente os estudos, já que estudar é uma atividade que demanda capricho e dedicação.

O cenário de pandemia também me fez refletir muito. Novamente eu me encontro em uma situação de extremo privilégio. Por ser da área de Engenharia da Computação, faço parte de uma pequena parcela da sociedade, com níveis mais elevados de educação, que podem trabalhar e estudar de casa, ficando muito menos exposto ao vírus que a imensa maioria das pessoas. Isso me faz pensar sobre as inseguranças e incertezas de Poli sobre o seu futuro e o futuro de sua família. Essa realidade, infelizmente, é a da grande maioria dos brasileiros trabalhadores que passam por imensas dificuldades e não tem outra escolha a não ser sair de casa para sobreviver, garantindo comida no prato.

Este exercício de *empatia* me fez olhar com maior sensibilidade para diversos pontos da espiritualidade que antes eu não dava muita atenção. Nesse sentido, um ponto que eu admiro muito na trajetória de Poli é a sua presença em uma comunidade religiosa. Eu não tenho uma religião, mas reconheço a importância de participar de uma comunidade religiosa trazendo benefícios não somente para a saúde física, mas para a vida como um todo dos participantes. Acredito que a comunidade católica a qual Poli está inserida contribuiu e ainda irá contribuir muito para que ela siga firme em seu sonho de ser cantora, ou em seus sonhos futuros, caso eventualmente a vida a leve para caminhos diferentes. Digo isso porque tenho certeza de que Poli vai vencer!

Viu como foi importante o desafio? Tente você também!

OS CAMINHOS QUE ATRAVESSAM E MARCAM NOSSAS VIDAS

Léia Souza Bizerra Nascimento¹

Algumas palavras iniciais...

O ano era 2019 e o mundo de repente se viu em alerta diante de um uma nova doença que havia surgido. Causada por um novo vírus, o SARS-CoV-2, conhecido como novo coronavírus.

Até então, tudo parecia muito distante de nós, da nossa realidade. Entretanto, o que começou como um surto na cidade de Wuhan, na China, alastrou-se por todo mundo. No Brasil, o primeiro caso foi diagnosticado, oficialmente, em fevereiro de 2020. A partir daí foi somente uma questão de tempo para que novos casos eclodissem por todo o país.

Consequentemente os modos de vida de todos os povos do mundo acabaram por ser completamente alterados. As populações passaram então a ter que cumprir protocolos sanitários específicos como, por exemplo, uso de máscara, distanciamento social e higienização constante das mãos, de objetos e de roupas. Aliás, cabe aqui uma ressalva ao famigerado *Distanciamento Social*. Tal prática foi amplamente aclamada e difundida, não sem razão, como um dos mais eficazes mecanismos de defesa contra o vírus, tendo em vista que a transmissão ocorre por meio do contato próximo como apertos de mão, por exemplo, assim como por meio de espirros, tosses, gotículas de saliva e contato com superfícies contaminadas.

A sensação que se teve foi que o mundo “parou” diante de um inimigo invisível, silencioso e altamente letal. E assim, observou-se, como tentativa de conter o avanço da pandemia, a reorganização de diversas cidades em processos conhecidos como *lock-down* (fechamento, confinamento) e toque de recolher. As economias mundiais tiveram que desacelerar seu ritmo de operação, consequentemente, a crise bateu à porta. Milhares de empregos perdidos e de famílias sendo relegadas a viver em situações de extrema pobreza. Retrato da face mais cruel das desigualdades historicamente construídas.

É notável que todas as esferas da vida diária sofreram um grande e negativo impacto. Como quando se está em meio a um mar revolto e agitado. O período atual é, portanto, uma conjuntura de imprecisões, potencializado pelo agravamento das desigualdades, do sofrimento, sobretudo mental e psicológico, e dos problemas sociais. Essas mazelas perpassam toda a nossa vida e, infelizmente, não se está, nem se é imune ou alheio ao que está posto.

Diante desta catástrofe mundial os principais setores que padecem são a saúde e a educação. Não que antes não houvesse uma grande lista de adversidades aos quais esses dois segmentos já vinham sendo submetidos. É que agora pudemos ver e experimentar o agravamento, o colapso nessas áreas. A sensação que se instala é a de que estamos olhando por uma grande lente de aumento que nos permite ver com maior nitidez as nossas fragilidades. Foram muitas vidas perdidas, muitos sonhos abortados.

¹ Estudante de Pedagogia da UEFS.

Em meio a esse cenário encontra-se Joana, uma mulher forte, no auge dos seus 35 anos que trabalha e enfrenta a *vida de frente*, como se costuma dizer. Não teve oportunidade de ingressar na universidade logo que saiu do ensino médio, embora fosse seu sonho, pois, sendo a mais velha de quatro filhos, precisava trabalhar para ajudar os pais a criar os irmãos. Natural de Feira de Santana, ela e a família moram no Conjunto Viveiros, um bairro de periferia distante do centro da cidade. A violência e o tráfico de drogas fazem parte do cotidiano, muitas vezes na rua de casa.

No entanto, ela nunca se fez de coitadinha e colocou tais problemas em destaque, nunca permitiu que eles fossem o foco da sua vida, preferia sempre se lembrar da criação e dos ensinamentos que os pais haviam lhe passado, além da fé em Deus que sempre esteve como pedra angular em sua vida.

Esforçada e determinada, Joana nunca se acovardou diante da necessidade do trabalho duro e constante. Começou cedo, sendo babá de crianças em casa, em seguida passou a dar aulas de reforço escolar e finalmente conquistou um emprego formal anos atrás, numa loja de roupas, aos 21 anos. Contudo logo veio a crise econômica em 2008 e ela foi demitida do emprego.

Como saldo positivo dessa passagem da vida, ficou um relacionamento e um empreendimento. Explico: um relacionamento porque conheceu o atual companheiro enquanto atuava como vendedora na loja e um empreendimento, pois, os dois, ao serem demitidos, resolveram alugar de forma irregular um ponto de venda para uma pequena barraca de roupas na Rua Marechal Deodoro. Calor e sol que queimavam a pele, chuvas que desabaram, ameaças de pequenos furtos, xingamentos e brigas de rua, cansaço diário para vender uma ou duas peças apenas, foram muitas as dificuldades mas persistiram e anos após anos tiravam o sustento.

Chega o ano de 2020 com suas surpresas, um ano totalmente atípico. Um cenário pandêmico com centros comerciais e lojas fechadas, atingindo em cheio a vida de Joana, mas nada se comparava ao que ainda estava por vir: um diagnóstico de câncer de mama.

Antes de adentrarmos ao doloroso fato da nossa personagem estar doente, gostaria de te contar, caro leitor, um pouco mais sobre sua configuração familiar. A família de Joana foi uma das primeiras a se mudar para o conjunto Viveiros acerca de 30 anos atrás. Nessa época, foi a Caixa Econômica Federal a responsável por entregar as novas casas do conjunto habitacional. Anteriormente, a família morava de aluguel no bairro Aviário e quando surgiu a oportunidade de adquirir uma moradia própria essa chance foi agarrada “com as duas mãos”. O valor pago à época correspondeu a 150 cruzeiros, moeda utilizada anterior ao uso do Real. A mudança foi realizada na carroceria de um carro Pampa, tudo com muito dispêndio e esforço por parte da família e ajuda de alguns poucos amigos.

Ateliê de Empatia

Aos poucos a família da nossa personagem foi se estabelecendo. Houve o nascimento dos seus 3 irmãos e seus pais, em nenhum momento se furtaram em trabalhar e batalhar para educar e trazer o sustento à mesa da família. Apesar de todas as dificuldades que sobrevinham à família, eles eram felizes e se mantinham unidos. O pai de Joana era pedreiro e, mesmo que não contasse com emprego formal, estava sempre desempenhando algum “bico”. Assim também a mãe de Joana, uma costureira, que sempre trabalhou fora para auxiliar no sustento da família. Dessa forma, nossa personagem, como a mais velha dos filhos, recebia a função de cuidar dos irmãos enquanto seus pais estavam no trabalho.

Embora ainda muito nova, com cerca de treze anos, Joana exercia muitas responsabilidades cuidando dos irmãos mais novos, até então com 10 e 8 anos. Quando ela tinha por volta de dezesseis anos nasceu sua última irmã, a caçula da família. A rotina entre os irmãos se organizava de modo que os mais velhos iam cuidando dos mais novos, ajudando, auxiliando. Por muitas vezes, seus pais se ressentiam por achar que deveriam ter mais tempo para estar em convívio com os filhos, mas a sobrecarga financeira era grande e eles necessitavam trabalhar para garantir um sustento digno aos filhos.

Desse modo, os momentos que tinham juntos em família, eram muito significantes e são memórias que Joana carrega com muito carinho. Essa relação foi construída sobre bases sólidas de amor, afeto, confiança e respeito. Os almoços aos domingos, mesmo com simplicidade, eram um dos momentos mais aguardados da semana. Já os sábados estavam reservados para a função da faxina geral da casa (lavar roupas, limpar a casa, organizar as tarefas) em regime de mutirão, pais e filhos executando as tarefas juntos. Não eram incomuns banhos de mangueira no quintal ou momentos de contar as histórias que aconteciam no trabalho e na escola durante a passagem da semana.

Os anos foram passando, os filhos foram crescendo e, para o orgulho dos pais, seu Luiz e dona Teresa, seus filhos estavam se tornando pessoas de bem. De bem não num sentido banal, vazio do termo, mas de fato estavam se construindo cidadãos responsáveis e justos. Caminhando nessa linha temporal, chegamos então ao momento em que Joana e seus irmãos, Bernardo, Augusto e Mariana estão adultos. Cada um, a seu tempo, foi construindo sua trajetória de vida, se inserindo no mercado de trabalho, estabelecendo relacionamentos.

Assim, chega-se ao ano de 2020 com Bernardo e Augusto, assim como Joana, casados e administrando suas vidas. Mariana, por outro lado, ainda permanecia na casa dos pais. O fato de ser a caçula da família lhe abriu possibilidades de dar continuidade aos seus estudos, dessa maneira, após concluir o ensino médio realizou um curso técnico na área de saúde e continuou estudando com o objetivo de cursar o ensino superior em enfermagem.

Ainda na narrativa dos fatos ocorridos no ano de 2020, resalto aqui os efeitos da ocorrência nefasta da pandemia da covid-19. O planeta afetado por esse cenário adoecido e, com a família de Joana não foi diferente. Sua mãe, dona Teresa, já há alguns anos havia passado a trabalhar, de modo informal, costurando em casa fazendo consertos e roupas. Ela testemunhou uma diminuição das encomendas durante os períodos mais

alarmantes da pandemia. Já seu Luiz, Bernardo e Augusto estavam empregados formalmente em uma empresa de segurança privada. Diante da crise econômica que se instaurou ocorreu uma alteração nos contratos de trabalho diminuindo a carga horária de trabalho, consequentemente, os salários.

Mariana precisou adiar seu sonho de cursar Enfermagem na UEFS, visto que, com as atividades paralisadas, a situação familiar, mais o medo da doença trouxeram alguma insegurança para ela.

Por fim, Joana e seu esposo Sérgio tiveram que buscar outras formas de trabalho já que as atividades comerciais na barraca de roupas foram suspensas, via decretos municipais e estaduais, por diversas vezes.

Assim, desenha-se o cenário adverso em que muitas pessoas pobres, trabalhadoras, e aqui, caro leitor, me refiro não só a Joana e sua família, mas a população que perderam seus empregos e renda, e passaram por diversas dificuldades financeiras e morais.

Volto então, meu olhar para a formação religiosa da nossa personagem. Ainda criança, Joana, ao chegar ao novo bairro, fez amizade com duas outras crianças da vizinhança, Jaqueline e Patrícia. A mãe das meninas era evangélica e logo convidou para ir à igreja. Os pais de Joana vendo a proximidade da filha com essa nova família aproximaram-se também e acabaram construindo uma convivência harmônica.

As dificuldades financeiras enfrentadas nessa época eram comuns a quase totalidade dos moradores do bairro. Dessa forma, essa amizade entre as famílias representou a construção de uma rede de apoio ao enfrentamento das dificuldades diversas as quais eles enfrentavam. Nesse espaço de tempo, a família passou a frequentar a igreja evangélica e assim se estabeleceu na fé.

Esse foi um passo importante, pois, seus pais costumam sempre falar acerca da importância de criar os filhos num ambiente de ensino da palavra de Deus e de valores subjacentes a esse ensino, como por exemplo: amar o próximo; respeitar a todos, independente de credo, orientação sexual, cor da pele; ser justo nas ações; ter *empatia* e um olhar sensível aos semelhantes. Assim, Joana teve uma infância e adolescência cercada por preceitos religiosos e atividades na igreja. Frequentava a escolinha dominical aos domingos, fazia parte também dos grupos de dança da igreja e, após certa idade, passou a contribuir com a coordenação do trabalho do departamento infantil realizando contação de histórias.

Segue Joana em sua luta contra a doença. Acreditar em Deus e na sua atuação, mas também buscar como for possível o tratamento médico, pois, na sua concepção, Deus nos legou a Ciência, e, deixou os médicos constituídos na terra para tratar de enfermidades.

Certo dia, num desses dias que parecem amanhecer meio cinzento, sem cor, Joana estava em casa se sentindo triste, com a autoestima fragilizada, sobretudo pela perda dos cabelos, e começou a pensar em todo o processo que estava vivendo de enfrentamento

Ateliê de Empatia

da doença. Nisso seu celular toca. É do serviço de enfermagem da Unidade de Saúde onde ela faz o tratamento. Do outro lado uma voz simpática e acolhedora: “Bom dia, Joana! Confirmando sua consulta para hoje. O resultado de seus exames chegaram e os resultados são ótimos!”

Um longo suspiro de alívio. Uma lágrima sorradeira escorre pelo canto do olho de Joana...

* * *

E o que fica, então, da vida? Ficam as experiências, ficam aqueles que amamos, ficam também os sentimentos, os sofrimentos e fica, sobretudo, uma jornada de autoconhecimento. Quando comecei a enfrentar essa doença me sentia fraca, incapaz de prosseguir. Estava a ponto de me entregar ao desânimo e ao desespero. Tudo isso parecia ser muito mais do que eu pudesse suportar. E os meus sonhos? E a minha vida? E os filhos que eu queria ter? Os projetos que pretendia realizar? O que seria feito de tudo isso em meio a um câncer? E um câncer em meio a uma pandemia? Confesso que mesmo tendo vivido ainda não possuo as respostas para todas essas perguntas, mas ao olhar para trás e ver tudo o que já fui capaz de enfrentar, posso afirmar, com propriedade, que eu sou capaz de ir muito além! Gosto muito de um versículo que diz que nós somos aperfeiçoados na fraqueza, pois foi neste momento em que fisicamente estive tão fraca, que mentalmente precisei ser tão forte.

A luta contra essa doença começou muito antes do tratamento médico em si. Ela começou na minha mente, no meu psicológico. Precisei lutar deixar de lado o autoflagelo, a autossabotagem, precisei me reconstruir pouco a pouco e enxergar, ainda que num processo muito doloroso, que nada na nossa vida acontece sem um propósito. A recidiva é sempre um fantasma. No acompanhamento da doença ainda será preciso proceder com alguns exames e procedimentos médicos que fazem parte do acompanhamento da possível volta da doença. Esses momentos me deixam ainda triste, apreensiva, cercada de medos. Entretanto poder contar com o apoio da minha família, dos meus amigos e dos médicos que realizam os procedimentos, me traz uma fagulha de conforto e, na verdade é só disso que precisamos. Existindo esperança, ainda que pequenina como uma fagulha, é uma nova oportunidade de lutar e vencer.

* * *

Esse foi o primeiro trabalho desta natureza que eu desenvolvi na UEFS e extraio dele, assim como da disciplina BIO161 – Saúde e Espiritualidade, muitas aprendizagens não só cognitivas, mas também emocionais.

Após a proposta inicial de desenvolvimento do *avatar* e da apresentação dos temas, eu comecei a pensar sobre qual temática escolher e optei por construir esta estória e minha escolha foi intencional, atrelada à minha própria história de vida. Em 2018 fazendo exames de rotina eu descobri que tinha nódulos sólidos na mama direita e isso me preocupou muito. Esses nódulos são de categoria 3 numa escala de 1 a 6, na qual a partir do número 4 já configura câncer. Lembro-me que fiquei muito triste com o resultado do exame, na época eu não tinha conhecimento nenhum sobre o assunto. Um choque!

No histórico familiar não temos casos de câncer de mama, mas mesmo assim foi um período em que eu fiquei muito apreensiva. Após a ultrassom foi necessário realizar punção nos nódulos para verificar se havia a presença de células malignas. Depois da realização desse exame, graças a Deus, recebi o resultado negativo para a existência de células cancerígenas.

Embora eu precise fazer acompanhamento semestral dos nódulos por meio de ultrassom, eu me senti extremamente aliviada por não estar com uma doença tão devastadora como o câncer. Eu estive próxima e imagino que receber um diagnóstico como esse representa no imaginário do paciente e da sua família o equivalente a uma sentença de morte. Ainda que os tratamentos contra o câncer estejam avançando ao longo dos anos, a ameaça da doença é devastadora em todos os sentidos.

Assim, a construção desta narrativa foi, ao mesmo tempo, composta por momentos de reflexão, de angústias e de empatia. Eu precisei voltar o meu olhar para o momento que eu passei e trazer novamente à memória essa experiência.

Lógico que para compor a construção do personagem eu realizei algumas pesquisas, muitas leituras a respeito da situação do câncer de mama no Brasil e a partir daí pude perceber os números dolorosos de vítimas e de pacientes que padecem em decorrência dessa doença. Mesmo porque cada caso é um caso: eu vivi uma situação e Joana viveu a dela.

Ficou evidente que uma das formas de se combater o câncer, em especial o de mama, é investir na prevenção e na descoberta da doença quando ela ainda está em estágio inicial, portanto, com mais chance de cura.

Procurei também por vídeos e relatos de pessoas que venceram a doença e, dessa forma, construí o desfecho da história de Joana.

A vida se impõe a todos nós de modo que é impossível escapar dos problemas, das adversidades e das intercorrências. Acredito que um dos mecanismos que podem nos auxiliar a caminhar no sentido de superar tais dificuldades é a fé em Deus. Dessa forma, eu trouxe a construção do *avatar* amparada na fé e no relacionamento com Deus, assim como, na presença da família como fonte de apoio e cuidado.

A opção de escolher por um desfecho que sinaliza a cura da personagem está ligada à esperança, esperança que eu busco cultivar em minha vida, de que dias melhores virão. Procurei olhar para essa personagem com compaixão e empatia imaginando como eu reagiria caso tivesse que enfrentar uma realidade tão difícil e dolorosa.

Ateliê de Empatia

Por fim, o que fica marcado deste trabalho em minha vida é uma experiência autorreflexiva que me conduziu a pensar mais no outro, imaginar como o outro sente, o que o outro pensa e, a partir daí, sentir sua humanidade. Acredito que o processo de construção, de formação humana é perpassado por esses momentos em que somos levados a nos reconstruir considerando os nossos semelhantes.

QUEM EU SOU PRA MIM MESMA? Autoconhecimento no período pandêmico

Naomy Soares Pereira¹

Jovem e bonita, a personagem que conheceremos enfrenta a falta do mais importante dos amores: o próprio.

Alyssa passou toda a sua infância estudando nas melhores escolas de Feira de Santana. Os seus finais de semana eram sempre em Salvador ou em alguma das casas que sua família tinha espalhadas pela Linha Verde ou em algum evento social promovido pela sua avó materna que foi Rainha da Micareta na década de 70. Suas duas irmãs mais velhas a excluía e não a deixavam participar da vida delas. Seus pais sempre foram ausentes pois eram empresários e donos de uma grande marmoraria. Então Alyssa cresceu de forma solitária mas acabou se apegando a Sávio, neto de uma amiga da sua avó, e ele se tornou seu melhor amigo na época e atualmente ele é seu namorado.

Alyssa é uma garota branca, cabelos longos cacheados com as pontas pintadas de loiro e tem olhos grandes e intensos cor de mel. Apesar de ter sido uma criança acima do peso, hoje ela leva uma vida mais saudável fazendo *cross-fit*, musculação e tendo aulas de futevôlei. Na infância fez terapia pra lidar com o *bullying* que sofria na escola mas ela evita falar sobre isso.

Hoje em dia, com seus mais de 20 mil seguidores no *Instagram*, ela fala sobre temas como maquiagem, cabelo, vida *fitness*, moda e é bastante engajada em causas como o feminismo. A Alyssa real é fã de Anne Hathaway e já assistiu o filme “O diabo veste Prada” centenas de vezes (ela decorou quase todas as falas). Além de levar essa vida como influenciadora ela faz Odontologia na UEFS e compartilha um pouco sobre isso também nas redes.

Isso é tudo que ela permite que saibam sobre ela. Para o mundo, isso é o que interessa. Por trás de todo esse mundo de eventos, curtidas, *stories* e compartilhamentos existe alguém que não consegue corresponder as suas próprias expectativas.

É março de 2020, a pandemia vem com a quarentena e outras adaptações para a vida de todos. Os números da doença cada vez maiores. Os dias vão passando e a procura pelo seu serviço para marcar presença em festas e eventos vão caindo. As lojas estão fechando, a Prefeitura proíbe festas Aglomerações não são mais possíveis. Alyssa se encontra no lugar onde ela mais evitou e fugiu a vida toda de estar: consigo mesma.

Ao passar dos meses, a mulher que sempre se põe em frente às câmeras se esconde embaixo das cobertas como quando era uma garotinha de dez anos, ao se olhar no espelho não vê mais os elogios dos seguidores e devoção de seus patrocinadores.

¹ Estudante de Biologia da UEFS.

Ateliê de Empatias

Tudo que vê é alguém que ela não reconhece e pensa: Essa sou eu? E por um instante se comporta como um bebê ao encontrar um espelho pela primeira vez. Em meio a tantos cílios postiços, preenchimento labial e procedimentos estéticos, a menina mulher que outrora mantinha a postura, desaba em lágrimas.

Não existia nenhum problema em ser quem era, mas estava ela sendo quem ela queria ser?

Os vazios dentro dela tinham o tamanho exato do amor seus pais e da suas irmãs. Talvez até de Deus.

A falta do amor familiar fez com que aquela jovem nunca tivesse conhecido o amor próprio e a sua independência não significava que ela tinha escolhido viver só.

A ficha caiu. Os traumas voltaram.

* * *

Mais uma vez as vozes e a música alta invadem a cabeça de Alyssa. É uma festa, aniversário da sua avó com cerca de cem convidados. A assessora diz que é só gente da família, não tem problema postar *stories* ou fotos no *Instagram*.

E então ela o vê... Hoje, já com seus 70 anos, ele nem a enxerga mais. Mas ela lembra do horror: em um dos inúmeros jantares que sua avó e seus pais realizavam para a alta sociedade feirense e para clientes da empresa, um homem entrou no seu quarto enquanto dormia, o cheiro era de whisky, botões desabotoados da camisa e o som da fivela do cinto caindo ao chão. Sem conseguir gritar por socorro, aos 14 anos a menina conheceu uma parte da vida que era sombria. Aquela em que arrancam os sonhos e deixam uma lacuna vazia. Algo dentro dela foi quebrado naquela noite e ao o ver novamente Alyssa revive aquele momento qual nunca contou a ninguém.

Ao chegar seu apartamento ela entra em conflitos sobre todos esses traumas que cercam a sua vida e percebe que o que as pessoas veem na internet é quase nada da sua história.

* * *

Um ano e meio se passou e o vazio de um lugar pode revelar muitas coisas: sons, luzes, texturas, cores. Coisas que quando o vazio é preenchido passam despercebidas.

Alyssa agora enfrenta cada detalhe da sua existência, não dá mais pra fugir, não tem como se distrair com trabalhos e festas. É doloroso imaginar a agonia que aquela jovem que tanto sofreu está passando sozinha. Isolada e desolada.

A sua vida mascarada nas redes sociais já não faz mais sentido. Ela se ausenta por algumas semanas o que deixa seus seguidores enfurecidos. Como lidar com essa pressão que vem de todos os lados?

Escutando uma das músicas mais antigas de Pitty, é fácil pra Alyssa se identificar com esse verso “eu estava aqui o tempo todo e só você não viu”.

Ninguém a via, ninguém enxergava a menina gordinha e vítima de abuso sexual por trás daquela mulher que hoje aparece mais de 20 vezes nos *stories* do *Instagram*.

Alyssa não aguenta a pressão que sofreu e deixa com que sua máscara caia. E nem sempre isso é algo ruim. A sua máscara era cristalina, transparente, polida, brilhante, de vidro... mas ainda era uma máscara. E quando ela cai, se despedaça e os estilhaços e espalham.

Atingida em todo os âmbitos da sua vida, várias discussões com o namorado, críticas duras vindas da sua irmã e a assessora já revela o custo que isso terá e o quanto de seguidores ela vai perder.

Sem maquiagem, cabelos naturais, Alyssa desabafa em um vídeo onde conta que sofre de ansiedade e depressão; fala das suas tentativas de tirar a própria vida, e expõe a sua família que era tão aclamada na cidade.

Para sua surpresa, ela recebe inúmeras mensagens de *empatia* e amor, coisas que de fato a fazem sentir-se acolhida e ela percebe que aquele era o momento dela se conectar mais consigo.

* * *

Este personagem é um pouco de mim.

Entre tantos percalços e crises, Alyssa se mantém motivada praticando meditação e a ter momentos a conectando com o seu eu interior a ajudam a entender que os traumas dela são apenas parte da sua história, eles são apenas fragmentos que fizeram ela ser o todo que é hoje.

Segundo o filósofo australiano Roman Krznaric, *empatia* é sobre “achar a humanidade compartilhada”. E Alyssa encontra esse lugar de conforto e humildade em pessoas que nunca a viram pessoalmente, apesar dos comentários maldosos grande parte das pessoas ainda se sensibilizam e agem com compaixão por se identificarem com a história daquela jovem.

Ateliê de Empatias

A importância da *empatia* na sociedade atual é imensa. Num mundo pandêmico, onde as pessoas estão carentes de tudo, agir com benevolência com alguém que assim como você erra e sofre é uma virtude imensurável.

Como diz Caetano Veloso em sua música: “cada um sabe a dor e a delícia de ser o que é”. E o que é a dor? E a delícia? Certamente cada uma das pessoas que seguem Alyssa nas redes sociais têm suas próprias dores, mas em período pandêmico na situação crítica que vivemos, tiraram um tempo para sentir a dor do outro e se compadecer dela; a *empatia* é algo que se deve praticar, deve se tornar rotineiro em nossos dias. Faz com que sejamos leves com a vida mesmo que as vezes ela não seja tão branda com a gente.

De repente, sua avó tão icônica e comunicativa se vê acamada. O dinheiro e os contatos a puseram num bom hospital com bons médicos mas ela não resistiu. Alyssa percebe que aquilo era real, o vírus era real e ela precisava agora lidar com o luto pela sua avó, as críticas das pessoas que a viram em festas durante a quarentena e com seus conflitos.

A luta ainda não acabou. Embarcar num processo de autoconhecimento em plena crise pandêmica não é fácil, mas como Carlos Drummond de Andrade escreve: “Só é lutador quem sabe lutar consigo mesmo”.

Luta essa que é árdua! Dói reconhecer sua própria maldade e nem sempre é simples intensificar as nossas virtudes, mas procrastinar sua própria evolução é de fato o maior dos males.

JUSTIÇA NO DIA DOS ÓRFÃOS

Nataly Porto de Almeida¹

Véspera de Natal. Nasce uma mãe e, junto com ela, mais uma filha dos filhos da Feira. Tudo era festa! o espírito natalino contagiava os corações daqueles que aguardavam em confraternização, a chegada de suas surpresas. E aquela que acabara de dar à luz, já não gozava do mesmo espírito. A juventude e suas arrebatadas eram mais importantes, carregando padecimentos, e vislumbrando um erro constrangedor perante seu calabouço repleto de incertezas enquanto ser humano, usou do seu desprezo, abdicando de sua graça: o ser mãe.

Aquela noite estava embalada pela justiça do dia dos órfãos, onde a procura era muito maior do que a oferta, tanto por pais quanto de afeto. Acomodar àquela realidade “não se sabe se era certo ou se estava violando as leis da natureza”, era o movimento da cegonha que em sua mala infanta carregou criança desprotegida da sorte. Uma cestinha de presente na porta da família de coração.

Mal imaginaria, em sua tenra inocência a vida madrasta que viria revelar-se à sua alma em candura: nunca vira criança sozinha sem os pais. A sorte é que o coração das crianças é sempre agraciado pela pureza. A riqueza apresentada não lhe acrescentara em preço, não é sobre ter, é sobre ser.

E ser aceita em um lar de mui corações, segue a aculturação familiar estabelecendo seu nome e seus aspectos morais e religiosos, sobreposto à redoma pois “primeiro, se precisa ter certeza que as pessoas têm vontade de criar as crianças”.

Ao passo caminheiro ávido dos anos, começaria entender seu universo, ao ouvir deliberante a desafeição, que já não haveria mais como fazer parte de seu pertencimento, “de sua família”. Seus pais se separaram! Será que se tem o direito de mudar o destino de uma criança? – Pensara. Descobrira subitamente o sentindo da memória que aflorava convertida em sua *psiché* àquela velha mala amarela...

Os sentidos lhes foram revelados espontaneamente através da ruptura, separação e desprezo daqueles que garantiam o elo, que acreditara ela, serem base sólida de sua vida. Sentimentos feriram seu espírito de criança, deixando à mercê o futuro incerto. Por destino, era suprida existencialmente em sua *phantasia* inocente frente ao conluio que lhes afetara numa disfuncionalidade familiar desde sua vida intra-útero.

Assim pereceu à sorte de seu próprio destino. Partiu muito jovem para experimentar a vida e refugiar-se, sem incentivo e sem o seio de sua parentela, como nos invernos mais frios sem cobertor. Experimentando a solidão, por boa fé, como desde outrora na aurora de sua vida, foi acolhida por famílias outras a favor de sua proteção, desenvolvimento e labor espiritual.

1 Estudante de Filosofia da UEFS.

Sua *âni*ma estava abalada. Há tempos e por vezes, havia perdido a capacidade de acreditar no amor do outro pelo outro, mesmo sendo o *altruísta* o primordial da vida, experimentando demasiada rejeição e desprezo. Sina reverberante em seu fadário destino.

Sim, ela crescera ríspida num ambiente de mazelas, baseados na ignorância alheia num mundo já posto e, sem predileção, experimentou da pobreza dos ricos e da fartura dos pobres, atitude que lhe serviu de grande valia, um *start* em seu universo em desencanto. Pois, desde sua mais primitiva lembrança, sentira no âmag do seu ser que, a vida não deveria ser assim, o que lhe remeteria ao sentido da paz de espírito.

Em tempos pandêmicos, estando na participação do convívio dos aflitos, sentou-se frente à dor do outro e sentiu... Outros órfãos... os órfãos da pandemia. Compartilhando as máculas e dores da angústia calada dos esquecidos e abandonados, sufocados no caminho da vida, um raio toca sua essência. Cai de joelhos... Chora convulsivamente. Aquém, em prostração ao movimento de resgate à sabedoria e ao conhecimento ancestral, busca resgatar-se e ganhar forças. Há crianças chorando lá fora.

À procura de mais uma vez o sentido de viver, debruçou-se e justapôs todos os signos em favor da descoberta da motivação dos precoces fenômenos incutidos nas repetições cármicas e suas influências nos processos de construção da história de sua vida pesarosa, dos aspectos sutis da natureza do abandono desde suas tenras raízes e os sentimentos que impregnavam sua alma em tristeza. Emergiu de sua ânsia e voltou-se a tudo que lhes podia arremeter em memória os símbolos que lhes conferia os elementos de sua busca.

Nas recordações nos confins de sua memória, *flashes* de um tempo em regressão vinha como pista empoeirada. A carta, escriturada à mão num papel esmaecido pelo tempo, deslindou naquelas letras que, um grupo antigo, em respeito à lenda, uma sociedade secreta de proteção aos menores abandonados, constituído em anonimato, inicialmente por quatro mulheres, recolheram por mais de vinte anos, e distribuíram, em cestinhas amarelas na porta de famílias, bebês recém-nascidos não desejados.

Na calada da noite, telefonemas, pacotes cuidadosamente deixados na escuridão e bilhetes misteriosos surgiam nas portas das casas em bairros nobres e de classe média da cidade, em consonância aos acordos prévios estabelecidos ou não por parte destas cegonheiras para com as famílias minunciosamente escolhidas. Atos reais de coragem, amor e solidariedade, com o objetivo de proporcionar um lar, uma família e proteção às crianças em situação de orfandade, uma atividade marginal contrária à lei de adoção no Brasil.

Fatos de sua trajetória de vida lhes renderam traumas e, quando tudo parecia não mais fazer sentido, sobreviver ao cenário daquela realidade, em tentativa de compreensão aos fatos que lhe ocorrera, que antes não entendia, lhe emergiu uma atmosfera de iluminação ao cume filosófico da ressignificação, meio intrínseco para sua autocura e transcendência espiritual.

Permitiu seu reencontro com o mundo para não perder-se. Em processo vasto de reconexão natural ao universo, praticou meditação e as mais diversas terapias afim de encontrar em si o transcendental sagrado feminino e materno ancestral, que desconhecera, desde quando, por escolha doutrens, fora arrebatada de suas tetas primitivas, do calor do seio de sua mãe e o amparo afetuoso da família natural, o amor em suma.

Praticando o perdão, cuidou de criar sua própria família. Aprendeu a ser mãe, trata dos cuidados de sua mãe, a mesma que a recebera sem concepção, involucrada pelas dádivas da devoção essencialmente afetiva, na fantástica trajetória de confirmação da vida, posta como perene rocha firme ao enfrentar com dignidade os percalços vividos com os olhos da fraternidade e do desprendimento, sua mãe sempre estivera consigo nos enfrentamentos das expiações da vida e, como forma de gratidão, dedicou-se ao labor do cuidado ao outro, ressignificando sua dor na mais bela das artes, a arte do cuidar.

Eis que a pandemia avança ainda mais, evento inimaginável naquele momento de transição, donde desafiara as horas e os dias na construção da conquista de um bem coletivo baseado na resiliência, cunhada no gume da agudeza de sua penetração de espírito em suas capacidades. Padecendo no paraíso, diante dos desafios caóticos que pipocavam em todo lugar, onde as incertezas dominam as mentes humanas em seus sentidos limitados, em meio a uma atmosfera de sofrimento e dor que dominara com total poder esta calamidade, sentira a importância em ser útil e, lhe certificava disso a solicitude. Mais esforços são necessários. O vírus não pode vencer!

Decidiu aprender a prevenir, promover e recuperar a saúde dos indivíduos, como forma de entender e aplicar a Filosofia na perspectiva da educação no processo de humanização hospitalar de modo universal e particular que, não só consiste nas práticas educativas dos profissionais mas, também, quanto dos familiares envolvidos nas multi terapias holísticas, em favor da cura física e conforto psicológico e espiritual dos indivíduos, o humano como um todo em sua concórdia.

Baseada cientificamente nas práticas e exercícios filosófico-terapêuticos de “uma mente sã num corpo sã”, uma disposição estimada por seu próprio processo de vida e autocura instintiva, em reflexo do outro por vera semelhança, significância e *empatia*, canalizou o avesso da rejeição, sentimento que lhes acovardava. Condicionara a mente para a associação entre a saúde mental e o bom preparo do corpo para a obtenção da sabedoria e felicidade através das práticas meditativas associadas ao contexto das medicinas tradicional e moderna em benefício do reequilíbrio de todos os corpos sutis em assistência, afim de ser veículo de cura.

A partir de então, tudo fez-se novo de novo nesses processos que incutiram seu estado de revelação espiritual, frente a um tempo que não era de seu siso arranjo. Dedicou-se assídua, na esperança de continuar sua saga em tênue caminhada construtiva de conhecimentos complementados pela experiência das ações e práticas de saúde na magnificência das nossas capacidades (Física, Etérica, Emocional, Mental e Espiritual).

Ateliê de Empatias

Tem feito disso um ato possante de estima, ao reconhecer na acolhida humanizada e afetuosa daqueles que lhes receberam e amaram, um honroso legado, o verdadeiro sentido do cuidado o autocuidado como mote para. Em vazão aos diversos sofrimentos mentais e subseqüentemente físicos em teor da somatização que acometeram a humanidade em tempos de pandemia.

Salvando afim de salvar-se enquanto humana, no mote perseverante de salvar o outro, assim como fora salva em circunstância de abandono, criou a senda cadeira cativa em seu coração, revestida na força primaz da razão, do amor e da esperança, prova clara de pertencimento em seus emaranhados sistêmicos em lealdades invisíveis. Fez-se dedicada assiduamente em encontrar os pontos desequilibrados do seu campo energético e equilibrá-los por meio de técnicas de iluminação com a Energia Natural de Cura em prana por meio da meditação em repetição e excelência.

Ela, ao buscar suas respostas num mundo vasto e tão bonito, descobrira o quão significativo é viver e ser humano para com o humano em razão quanto ao gênio, personalidade e juízo; da sua importância colaborativa em essência com o planeta em seu equilíbrio, reconhecendo a Terra como Gaia e sua reciprocidade abundante em forma de vida, uma alusão ao magnífico que compete à *eudaimonia* humana no supra sumo do cuidado, descobrindo ser este o elo contemplativo e significante de sua existência.

Seus sentimentos reverberaram em prol do outro em forma de gratidão e reconhecimento ao trabalho daquelas que salvaram a sua vida em circunstância atípica, mas primordial para a garantia e manutenção de sua vida.

Por ter protagonizado o valor daquele trabalho em reconhecimento ancestral da importância do sagrado materno e feminino no basilar da hierarquia, pertencimento e equilíbrio de troca, elevou-se às práticas virtuosas em sua transigência, concebendo e venerando o mais sublime de todos os sentidos, o amor. Capacidade exclusiva para aplicação e orientação do autocuidado em favor da cura.

Embasada no equilíbrio espiritual, abrilhantou os seus olhos atentos, observou com esmero a matriz cristalina de seu espírito e aura e sua capacidade de se perceber em alteridade na ascensão de sua autoafirmação num processo de conscientização, alinhamento e aperfeiçoamento do que faz jus o seu espírito em favor da humanidade, contemporizando o bem, o bom e o belo em suma. O dia dos órfãos não precisa ser triste.

VIDA MUNDANA, SACERDÓCIO, VOCAÇÃO AO CHAMADO DE DEUS: Qual voz devo ouvir?

Raíldes da Silva Anunciação¹

Marcos é um jovem de 19 anos, cheio de expectativas de um futuro como sacerdote da Ordem Franciscana. Ele mora na cidade de Feira de Santana, onde nasceu e foi criado. Filho único e com pais muito carinhosos e possessivos. Marcos teve uma ótima educação no Colégio Franciscano da Providência, onde foi iniciado na devoção franciscana a qual tem o desejo de seguir. Por ser filho único, seus pais não apoiam sua decisão de entrar para o seminário alegando que vão ficar sozinhos na velhice e que Marcos nunca poderá dar um neto para eles, coisa que eles têm sonhado muito. Para entender o caminho que Marcos deseja seguir é necessário ter clareza de como se dá toda essa trajetória.

O chamado para a vocação sacerdotal é uma experiência individual centrada na intimidade da pessoa com Deus. Ele pode acontecer em qualquer momento da vida, sendo que é mais frequente entre a adolescência e a juventude. A experiência do chamado traz consigo uma fé incondicional em que muitas vezes consiste em uma caminhada de evangelização dentro da Igreja Católica, através do incentivo que os pais provocam ao levar os filhos desde pequenos para participar da Celebrações Litúrgicas dentro da comunidade eclesial. Segundo o Catecismo da Igreja Católica (CIC), para receber o Sacramento da Ordem, “a pessoa é chamada por Deus para esta honra. Aquele que crê verificar em si os sinais do chamado divino ao ministério ordenado deve submeter humildemente seu desejo à autoridade da Igreja, à qual cabe a responsabilidade e o direito convocar alguém para receber as ordens” (CIC, 1578).

O sacerdócio como ministério faz parte da história da salvação desde o antigo testamento (a.C.) em que se encontra passagens tais quais “sacerdote do Deus Altíssimo” (Gn 14,18), “Vós sereis para mim um reino de sacerdotes, uma nação santa” (Ex 19,6). Porém, o sacerdócio como sacramento, foi instituído por Jesus Cristo, em sua última aparição na terra, ao exortar seus apóstolos dizendo-lhes: “Ide, portanto, e fazei que todas as nações se tornem discípulos, batizando-as em nome do Pai, do Filho e do Espírito Santo e ensinando-as a observar tudo quanto vos ordenei. Eis que eu estou convosco todos os dias, até a consumação dos séculos!” (Mt 28, 19-20). Dessa forma, Jesus transmite para seus apóstolos o poder de ordenar, através da imposição das mãos, todo aquele que receber o chamado de Deus ao serviço e praticá-lo com responsabilidade.

Por que um jovem de 19 anos tem vocação para ser padre e pretende entrar para a Ordem Franciscana, junto a congregação dos Frades franciscanos? Não tem o apoio da família, que se opõe a esse desejo.

Espera-se que um rapaz solteiro, possuidor de uma boa formação cultural, deve casar-se e ter filhos, e as cobranças aumentam com o passar dos anos. Marcos teve uma

¹ Estudante de Pedagogia da UEFS.

infância muito boa ao lado de sua família que sempre o cuidou com muito amor e carinho. Vindo de uma família de classe média alta, ele sempre teve tudo o que desejava. Uma boa educação, fez natação, e sempre gostou muito de viajar com seus amigos e primos para realizar esportes radicais que sempre foi a sua paixão.

Seus pais sempre foram católicos e o levavam desde pequeno para as missas na Paróquia São Francisco de Assis, que é administrada pelos frades franciscanos desde sua fundação. Sua mãe exerce o ministério com Ministra Extraordinária da Eucaristia e seu pai atua como coordenador da Pastoral da Catequese da paróquia. Sendo assim, Marcos sempre foi muito incentivado no serviço a Cristo e a Igreja em que também atua com os jovens da Pastoral da Juventude (PJ).

Aos 17 anos, já finalizando o ensino médio, Marcos teve um encontro profundo com Jesus em um retiro espiritual (Deus é +) realizado pela Paróquia Santa Terezinha do Menino Jesus, durante o feriado de carnaval. O Deus é + é um retiro espiritual que tem como propósito acolher os jovens no período do carnaval, mostrando que se encontra alegria em estar junto com Jesus, diferentemente da festa mundana em que a alegria só dura aqueles dias de folia. Durante o retiro, em um momento de Adoração ao Santíssimo Sacramento, Marcos se sentiu tocado por Deus e recebeu o chamado para servi-Lo mais profundamente, doando a sua vida inteira à Cristo.

Sem entender bem o que estava acontecendo, Marcos guardou aquele sentimento para si pois precisava de um tempo para administrar o ocorrido. Em um momento de intervalo das atividades do retiro, alguns amigos de Marcos o chamaram para dar uma volta pela área em que foi realizado o retiro. Ele estava acontecendo no Centro Arquidiocesano numa casa de encontros, com capacidade para 100 pessoas, com quartos e toda estrutura de estadias para passar dias no local. No Centro também se encontra alguns seminários de dioceses de cidades vizinhas de Feira de Santana e o seminário Maior Santana Mestra, onde ficam os seminaristas para estudos e atividades pastorais da Arquidiocese. Durante o passeio o grupo de rapazes se encontrou com alguns seminaristas que estavam fazendo caminhada e os chamou para conhecer o seminário e em seguida a Faculdade Católica que se encontra ao lado do seminário.

Nesse momento Marcos passou a entender o chamado que Deus tinha feito a ele, conhecendo aquela realidade e se sentindo pertencente a ela. Porém, tinha alguma coisa que inquietava o seu coração. Ele não se sentia pertencente àquele grupo de pessoas, pois achava que lhe faltava alguma coisa, aquele carisma não o envolvia. Mas, aquele encontro foi importante pra Marcos entender o chamado de Deus em sua vida.

Passados os dias do retiro, Marcos voltou para casa e decidiu compartilhar sua experiência com o Frei Fernando, que era o seu guia espiritual, em que ele confiava seus segredos e recebia os conselhos quando necessário. Por já conhecer profundamente Marcos, o frei percebeu logo que um seminário diocesano realmente não era o lugar em que Marcos deveria estar. Então, ele lhe contou a história do carisma franciscano e a vida de São Francisco de Assis, que deixou Marcos maravilhado com aquelas palavras. Mesmo tendo estudado durante toda sua vida no Colégio Franciscano da Providência, que é

administrado pelos frades franciscanos, Marcos nunca tinha ouvido com tanta profundidade aquelas histórias. Ao terminar a conversa, o Frei deu para Marcos alguns livros com história de santos para que ele pudesse ler e meditar a vida de entrega e contemplação daqueles santos.

– Como posso ignorar o chamado de Deus?

Por ter uma vida de oração e servir a Deus no ministério extraordinário da Eucaristia, dona Sônia entendia e até achava muito linda a decisão do filho, porém tinha muito medo de ficar só na velhice e sabia que dessa forma não poderia realizar o tão esperado sonho de ter um neto, já que teve apenas um filho. Ela até engravidou mais uma vez, porém teve um aborto espontâneo que comprometeu o seu útero, impossibilitando de engravidar novamente. Desde então ela criou a expectativa de ter um neto e poder amar como um filho.

Agora aos 19 anos, Marcos resolveu conversar novamente com o Frei Fernando e pediu que ele lhe passasse todas as coordenadas para o ingresso no seminário. Seus pais ainda não estavam conformados, porém sabiam que era um desejo de Marcos e um chamado de Deus.

Em fevereiro de 2020, Marcos ingressou no seminário e toda quinta-feira podia sair para visitar a família pois era o dia de folga dos seminaristas. Entre aulas na faculdade de Teologia, atividades pastorais nas comunidades e encontros de partilha entre os colegas, Marcos se identificava cada vez mais com o carisma franciscano e tinha certeza de que aquele era o seu lugar.

Logo que entrou no seminário começou a acompanhar notícias na televisão sobre uma doença nova que estava devastando a população mundial e que ainda não se sabia ao certo como enfrentá-la. No mês seguinte, em março, foi registrado o primeiro caso da covid-19 no Brasil, estabelecendo-se estado de alerta, seguido de *lock-down* o que impossibilitava as pessoas de sair de suas casas. Segundo as autoridades competentes, esse seria um momento de se isolar e manter o distanciamento das pessoas para impedir que o vírus avançasse. Com toda essa situação, Marcos foi impedido de visitar seus pais como vinha acontecendo todas as quintas-feiras.

Sua mãe estava muito aflita em casa, sem poder ver o seu filho e imaginado o que poderia acontecer com ele caso contraísse essa doença. Os dias foram passando e sua aflição foi aumentando, fazendo com que ela desenvolvesse um estágio muito avançado de ansiedade, chegando muito perto da depressão. Sabendo da situação da mãe, Marcos pediu permissão ao reitor para visitá-la e tentar conseguir alternativas de acalmá-la e aliviar a ansiedade que sentia. No seminário Marcos conheceu Raquel, que trabalhava na cozinha preparando as refeições dos seminaristas enquanto eles estavam em aula.

Raquel tinha uma filha linda de 5 anos que ficava com a avó enquanto ela trabalhava, mas a mãe de Raquel tinha idade avançada e tomava conta da criança com muita dificuldade. Raquel aprendeu com sua mãe práticas de meditação, as quais ela

ensinou aos seminaristas para fazerem nos períodos de provas em que ficavam muito estressados com a quantidade de atividades para fazer.

Lembrando dos ensinamentos de Raquel, Marcos resolveu ensinar tudo o que tinha aprendido a sua mãe como forma de aliviar a ansiedade quando estivesse muito atacada. Dentre os ensinamentos de Raquel tinha os exercícios para a libertação do *stress* e do trauma como também as terapias corporais e bioenergética. Dona Sônia estava se sentindo muito bem com a prática dos exercícios e Marcos pôde voltar para o seminário mais tranquilo.

Passados alguns dias foi realizada pela Ordem, uma ação beneficente para arrecadar alimentos para pessoas em situação de extrema pobreza em decorrência da pandemia. Todas as pessoas do seminário foram até o local para ajudar na arrecadação e depois de tudo pronto, também ajudaram na distribuição das cestas para as pessoas. Seguindo o carisma de São Francisco, a Ordem busca sempre ter *empatia* aos mais necessitados, principalmente nesse período de pandemia em que as famílias perderam seus empregos e tudo ficou mais difícil para todos.

Com o avanço da pandemia e o grande aumento no número de casos e de vítimas da covid-19 em Faria de Santana, o medo se espalhou por todos os cantos. Raquel, a cozinheira do seminário temia por estar exposta todos os dias ao pegar ônibus lotado na ida e na volta ao trabalho. Em um certo dia ela foi diagnosticada com covid-19 e conseqüentemente sua mãe, que tomava conta de sua pequena Alice enquanto trabalhava. As duas precisaram ser internadas as pressas e o seminário deu toda a assistência necessária a família.

Enquanto estavam hospitalizadas Alice foi morar com uma tia, que não tinha condições de ficar com ela e esperava esse momento crítico passar para levá-la novamente para casa. Mas o pior acabou acontecendo. Com intervalo de 12 horas, morreram mãe e filha, deixando a pequena Alice órfã e sozinha. Todos no seminário ficaram muito tristes com a notícia e rezavam pela alma das duas, para que fossem acolhidas nos braços do Pai das Misericórdias. O seminário decretou luto de 3 dias em todas as atividades.

Passaram algumas semanas e a irmã de Raquel, não tendo condições de ficar com a criança, decidiu pedir ajuda aos freis, pedindo aconselhamento no que poderia fazer naquela situação. Os seminaristas tomaram conhecimento do que estava acontecendo e Marcos teve uma ideia do que poderia fazer. Pediu autorização ao reitor e foi novamente visitar a mãe. Ao chegar lá, chamou os pais e falou:

– Lembram de Raquel, cozinheira do seminário, que faleceu recentemente?

Eles responderam positivamente e Marcos continuou:

– Ela deixou uma filha de 5 anos que está, até então, com uma tia, mas ela não tem condições de criar e quer mandar para adoção. Como sei do sonho que vocês sempre tiveram de ter um outro filho, e agora passados os anos, um neto, pensei que vocês poderiam adotá-la e criar com todo amor e carinho que sempre me criaram.

No primeiro momento eles ficaram inseguros, mas logo gostam da ideia e resolveram fazer um teste. Entraram em contato com Rebeca, irmã de Raquel, e ficaram com Alice por alguns dias. A presença daquela criança na casa trouxe um brilho e uma leveza espetacular que eles estavam precisando. O amor se multiplicou cem por cento. Dona Sônia manteve contato com Rebeca, e Alice podia sempre visitar seus primos e fazer passeios com eles. Então decidiram legalizar a adoção e receber Alice verdadeiramente como sua filha.

Por ser de classe média alta, dona Sônia também decidiu ajudar a família de Rebeca com doações de cestas básicas mensais e ajuda com roupas e brinquedos para as crianças quando necessário, mostrando ter *empatia* com os mais necessitados nesse momento tão difícil.

Do seminário, Marcos tinha a notícia de tudo o que se passava em casa e sempre fazia ligações de vídeo chamada, acompanhando o crescimento e adaptação de Alice em sua nova família. Com o passar do tempo ele pôde voltar a fazer as visitas semanais e ver de perto toda a alegria que aquela criança proporcionou aquela família. Dessa forma ele ficou bem mais feliz e realizado em sua vocação sacerdotal.

* * *

Ter *empatia* e se colocar no lugar dos outros é de fundamental importância para o convívio em sociedade e a realização desta narrativa contribuiu para a minha formação, pois a partir dela pude perceber que a aproximação com o contexto de diferentes pessoas nos torna mais humanos.

Na minha formação e prática docente, é necessário ter um olhar sensível para cada aluno que é matriculado na escola, tendo *empatia* e sabendo lidar com a bagagem social e emocional que o aluno traz para sala de aula.

Escolhi esse tema pois já tenho uma aproximação com ele, fazendo parte de movimentos e ministérios da Igreja Católica, tendo também aproximação com seminaristas e padres. Porém, nunca tive muito contato com padres da ordem Franciscana dos seminários Capuchinhos. Dessa forma, para a escrita desse texto precisei ler e fazer pesquisas para adentrar no contexto histórico dele, para assim ter o conhecimento necessário para realizar a escrita.

Adentrar no histórico desse *avatar* me fez perceber, como cristã católica, a importância de se ouvir o chamado de Deus em nossas vidas, ainda que não seja apenas para a vocação sacerdotal. Deus nos chama a todo momento para o serviço em sua Igreja, em qualquer ministério e precisamos saber escutar a sua voz. Percebi também que nem sempre é fácil para os jovens abrir mão de toda a sua vida para seguir a sua vocação. É necessário ter um desprendimento muito grande das coisas mundanas e ter um olhar atento aonde quer chegar. Devemos ter *empatia* também pelas famílias desses jovens, que

muitas vezes sofrem pela ausência de seus familiares no dia a dia, mas principalmente em datas comemorativas que eles não podem se fazer presente, sem falar da saudade constante que essa ausência trás.

Participar dessa disciplina e poder ter contato com essas discussões foi muito importante para a minha formação, tanto profissional quanto pessoal. Os temas abordados em todas as aulas me fizeram refletir a importância de conhecê-los e colocar em prática no decorrer da minha caminhada. Desde os conteúdos em sala de aula até os vídeos disponibilizados, junto com os materiais para leitura, tudo isso me fizeram crescer significativamente como pessoa.

Nos encontramos em uma crise mundial que vem assolando os países em todo o mundo. Tendo um altíssimo índice de contaminação a pandemia da covid-19 exigiu o distanciamento social como uma das formas de diminuir o avanço da doença. A rotina da vida em sociedade mudou com um piscar de olhos, e ficar isolado, sem ver as pessoas tem acarretado prejuízos na vida de toda a população, principalmente psicológicos. Aumentaram os casos de ansiedade e depressão em todas as faixas etárias. Para tanto, os ensinamentos dessa disciplina nos ajudam a entender e praticar as várias terapias alternativas e complementares de saúde, como os exercícios para a liberação do *stress* e do trauma e também as terapias corporais e bioenergética

Em decorrência desse isolamento, a crise instaurada atinge a todos os setores da sociedade, sendo a educação um dos mais atingidos, visto que muitas instituições ainda estão de portas fechadas. Fazendo um recorte territorial, na cidade de Feira de Santana as escolas municipais passaram o ano de 2020 sem uma proposta de retorno as aulas, tendo o início das mesmas apenas em março de 2021. Nesse contexto de ensino remoto, a tecnologia digital passa a ser considerada como ferramenta determinante nos processos educativos escolares. Muitas são as dificuldades enfrentadas pelos alunos e professores que tiveram que se adaptar a esse contexto educacional, sendo que em muitos casos as dificuldades são majoritariamente de acesso à internet.

Em contrapartida, nesse período remoto é necessário um compromisso sério com os estudos de maneira que venha contribuir com a aprendizagem, tendo uma autonomia e construir uma rotina de estudos que favoreça a concentração para que dessa forma possibilite a capacidade de desenvolver um pensamento crítico, e saber agir diante das circunstâncias atuais, transformando a realidade de acordo com esse novo contexto, para que esse formato de ensino remoto não venha trazer prejuízo para a formação, implicando no processo de ensino e aprendizagem.

A AURORA ESPIRITUAL DE ADHARA

Stela Cristine Nunes da Silva¹

Sou uma médica na linha de frente de combate à covid-19, tenho 30 anos. Desde a infância tive visões e premonições que me davam um certo medo mas...

Fui criada apenas pela minha mãe, nascida e crescida no Bairro Parque Ipê em Feira de Santana. Sobre o meu pai, não cheguei a conhecer, soube através de parentes que o motivo da sua morte foi suicídio, antes mesmo do meu nascimento. Pouco ou nada minha mãe sabe da minha família paterna. Ela o conheceu quando ele acabara de chegar em Feira de Santana trabalhando como caminhoneiro.

Depois dos meus 5 anos, minha mãe se permitiu amar outra pessoa novamente, e desse amor nasceu meu querido irmão Oliver. Durante toda a minha infância, costumava ter visões e sonhos com outras pessoas que posteriormente vinham a acontecer, inicialmente ninguém acreditava ou entendia minhas histórias, então criei um bloqueio para reprimir esse dom.

Cursei o ensino médio na escola pública e já estava decidida que queria cursar Medicina, entretanto com o grande déficit educacional que tinha, não passei de primeira no Vestibular. Minha resistência, força de vontade e todo o apoio familiar, não me fizeram desistir. Então todas as tardes pegava minha bicicleta e ia para a Biblioteca Municipal estudar.

No meu segundo vestibular conseguir passar em Medicina na UEFS e após longos anos de curso, contando com as greves, finalmente consegui me formar em 2016. Olhar minha querida mãe, Dona Clarice, e meu querido irmão Oliver com trajes de gala, após anos indo trabalhar com roupas de segunda e terceira mão na feirinha da Cidade Nova, me cobriu os olhos de lágrimas e o coração de orgulho, e só sentia o enorme desejo de dar tudo em dobro para eles.

Sou uma daquelas mulheres que chegaram lá! Pago minhas contas, ajudo minha família, não preciso de homem. Não, não é nenhum tipo novo de feminismo, nem sou “mulher poderosa”. Batalho árdua e diariamente meus ganhos.

Em 2020, começou a pandemia, tinha acabado de terminar a residência em Infectologia e decidi ficar em minha cidade na linha de frente de combate da covid-19, e então tive que alugar uma casa próximo ao Hospital público e me isolar de minha família e amigos que não eram do meu vínculo empregatício.

A pressão e o medo de não saber absolutamente nada sobre o vírus e trabalhar apenas com hipóteses trouxe uma carga emocional para todos nós profissionais de saúde. Conforme o número de casos aumentava, leitos quase 100% ocupados, número de mortes crescendo em longa escala, no meu caso específico o estresse e a pressão só aumentavam.

¹ Estudante de Biologia da UEFS.

Ateliê de Empatias

Comecei a ter sonhos estranhos que me perturbavam todas as noite, e passei a consumir alguns comprimidos para tentar parar a eterna dor de cabeça e a insônia.

* * *

Abril de 2021. O Brasil tem 401.417 mortes. Hoje, nesse infeliz dia, perdi a paciente a qual tive meu maior vínculo em todos os anos de carreira, Elizabete tinha câncer de pulmão, com a quimioterapia e comprometimento do sistema imunológico e seguidos quadros infecciosos e posteriormente covid-19. Cada paciente me ensina algo mais e mais que uma paciente, Elizabete se tornou uma amiga com quem pude confirmar que Medicina é muito mais que lutar contra doenças, e sim dar o máximo de conforto para que no seu momento, ele descanse em paz.

A crise humanitária que acomete a maioria dos meus colegas, Elizabete fez florescer o outro lado em mim. Além dos cuidados médicos padrão, usei terapias de conforto, quando ela ficou na UTI, luvas de água morna para que tivesse a sensação de estar segurando a mão de alguém o que ajuda a acalmar o paciente, além do conforto a luva ajuda a circulação do sangue, aquecem as mãos fazendo a temperatura elevar e ficar mais fácil de aplicar a medicação.

Um dia antes da sua morte, sonhei que sua partida viria, tive agonia, não consegui dormir direito e corri para o hospital, enquanto passava pelos corredores meu corpo arripiava, mãos trêmulas e eu só queria chegar até ela, cheguei a tempo do adeus.

Segurando em suas mãos mentalizava o quando ela me ensinou sobre a vida, sobre amor e sobre *empatia*. Sentir Elizabete partir... ali ela não precisava mais das luvas, meu calor poderia aquecer ela pelos seus últimos segundos e aquilo possivelmente traria mais conforto para mim do que para ela.

Muito comovida, meu coração acelerado, senti Elizabete partindo.

Olhei ao redor e vi que outros dois pacientes também se preparavam para a morte. Havia um silêncio algo confortador enquanto entravam na enfermaria certas personalidades de luz azulada, diligentes, serenas. Apesar dos acontecimentos dolorosos ali encenando-se elas concentravam-se em aproximar-se e acolher delicadamente os pacientes.

Voltei à consciência, mas não sei se queria voltar. A imagem era belíssima!

Era paradoxal: eu sentia a dor da morte que nem era em minha família, podia ser conforto em termos de ciência e Medicina para alguns pacientes como para Elizabete, sentia dor, a dor da impotência, sem poder salvar suas vidas, prestar qualquer socorro.... meus pacientes que tanto lutei pela vida, partindo doía, doía sonhar com a morte deles, doía sentir a morte deles e doía não saber o porque eu sou assim. Ao mesmo tempo, aquele outro cenário de paz...

* * *

Hoje é 14 de Junho, meu aniversário. Estou de folga, o maior presente é não sentir nenhuma partida. Tomei um belo banho daqueles que “limpam a alma” e liguei para minha querida mãe e meu bebezinho Oliver.

Preparei um almoço para dois amigos para marcar o dia. Lipe e Arthur chegaram cheios de alegrias, flores e chocolates.

Arthur olhando-me carinhoso, com delicadeza pergunta:

“– Antes de mais nada, diga-me, como tem passado, querida amiga? Tranquelize este seu amigo”.

Leitor fanático de Tolstoi, não perde a chance de citar trechos de algum livro do grande escritor russo.

Ele havia presenciado aquele vinte e nove de abril, aquele triste e marcante dia. Sem colocar todo o acontecimento em pauta, ele citou como nos últimos meses e especificamente aquele dia eu fiquei estranha, meio desmaiada e como ele me via totalmente em agonia toda vez que um paciente morria, ou antes da sua morte.

– O que posso te dizer, meu amigo?

Arthur frequenta o pequeno Centro Espírita Caridade e Luz, próximo à feirinha da Estação Nova e justo naquele dia após todas nossas conversas e ouvindo seus conselhos afetuosos, ele me fez um convite para conhecer aquele templo.

– Amiga, é apenas um convite, eu sei que você não acredita, mas penso que se sentiria bem em ao menos conhecer, talvez entenda de alguma forma tudo que está acontecendo com você, essas premonições, os sonhos e esses desmaios, com certeza não é normal e você bem sabe que seus últimos exames não apontam nenhum quadro clínico, talvez seja algo espiritual mesmo, Adhara.

* * *

Cheguei à noite, rua escura e com uma energia meio estranha, antes mesmo de entrar senti meu corpo vibrar, minhas pernas tremerem e não gostei nada da sensação, era para eu me sentir melhor segundo o Arthur, mas parecia que só de entrar naquele lugar todos os meus maiores pesadelos se elevavam.

Fui saudada por uma pessoa jovem que me indicou o salão onde acontecia uma palestra sobre o Evangelho. Fui chamada nominalmente e encaminhada para outra sala. Aquele ambiente era meio estranho: lâmpadas de luz azul e bem escura, haviam umas seis

Ateliê de Empatias

peças sentadas ao redor de uma mesa e uma cadeira no meio. Senti um grande medo que me tomou da cabeça aos pés, e novamente a sensação de desconforto voltou e me apontaram para a cadeira. Ali ouvi palavras lindas sobre minha missão, que era médium e que tinha que aflorar a minha mediunidade.

Só não soltei uma gargalhada por respeito, mas... fala sério! eu, uma atea ouvindo que tenho que aflorar minha mediunidade? Me poupe...

Nisso um homem idoso, olhos tão trêmulos, porém encantadores que me prendiam em sua direção me disse:

– É muito além de ser médium minha filha. É sua história, tá no seu sangue, nada disso vai parar até que encontre seu caminho e aprenda a conviver com seu dom e usar para o seu bem e o bem do próximo. Lembre de mim, das minhas palavras e não faça como eu, seu pai, fiz.

Por que aquele homem se dizia meu pai? Por que me disse para lembrar dele? “Meu pai??? Uma pessoa que desistiu da vida? Que nos abandonou sem pena?”

Que decepção...

Saí de lá chorando. Aquele dia, mesmo sem querer, era o início da minha jornada espiritual.

* * *

Minha mãe já havia tomado a vacina. Eu precisava conversar sobre o acontecido no centro espírita. Aquele era o momento de conversar somente com minha mãe sobre tudo que aconteceu, essa conversa poderia ter sido antes porque desde aquele evento venho remoendo tudo que ouvi e senti naquele lugar.

– Mãe, queria ter uma conversa bem séria com a senhora a respeito do meu pai.

– Minha filha, seu pai morreu. Não é bom falar dele. Já contei toda a história para você.

– Não, não contou! Eu venho tendo alucinações, premonição, sonhos estranhos, eu sinto, vejo, tenho desmaios e lutando contra meus ideais, fui até em um centro espírita, mas isso não foi o pior... eu...

Contei toda história para ela, a cada palavra eu via sua mão tremer, a lágrima cair sobre o seu rosto, a vibração do seu corpo era intensa.

Minha mãe se levantou naquele momento sem dizer nada, fiquei sem reação esperando a sua volta e uma explicação, ela voltou com fotos e uma carta na mão.

– Aqui é a sua família paterna, seu pai quando ainda era adolescente. Tive acesso a essa foto quando encontrei a família dele, me deram a carta, a qual eu nunca tive coragem de abrir.

Peguei a foto e senti um calor tomando meu corpo, olhei para todos na foto e senti algo inexplicável, era minha família e eu precisava encontrá-los para esclarecer o que está acontecendo comigo.

Ao abrir o envelope, leio a carta me deparo apenas com o seguinte recado.

“Filha, sei que só irá ver essa carta em alguns anos, mas quando estiver pronta, me procure.

Município Abaré, norte da Bahia, Rua Edésio, número 100.

Sempre ficarei à tua espera.”

Minha mãe com os olhos cheios de lágrimas esperava alguma palavra minha.

– Adhara, o que tem na carta minha filha?

– Apenas um endereço, e a pessoa que escreveu disse que está à minha espera. Como eles poderiam imaginar que você iria algum dia me entregar essa carta? Que loucura...

– O que você vai fazer agora?

– Não sei mãe, tenho que ir agora.

* * *

Chego em Abaré depois de dez 10 horas de viagem. Saí procurando o lugar, uma pessoa que nem conhecia pelas ruas daquela cidade, até que achei a casa que estava no bilhete, na realidade, uma chácara, no meio de uma mata. Do portão gritei muito tempo até uma senhora aparecer. Ela veio lentamente, mas a imagem dela parecia um espelho para mim, os mesmos traços envelhecidos, a mesma pele e os mesmos olhos, naquele momento eu me arrepiei... Abriu o grande portão de ferro e me disse:

– Eu esperei você por anos.

– O quê? Eu... eu estou procurando as pessoas dessa foto.

– Entre minha filha. Eu sei quem você é.

Entrei, mesmo desconfiada, acompanhando aquela imagem que andava vagarosamente. Outras pessoas foram se aproximando, o que aumentava meu medo e a vontade era de ir embora de vez, era loucura o que fiz. Mas as pessoas se aproximaram,

Ateliê de Empatias

tocavam em mim sorrindo, e pareciam me conhecer. A maioria eram mulheres de idades variadas, eram erveiras, raizeiras, benzedoras, parteiras.

Chegamos até a casa azul de portas de madeira escura, abriu seu coração. A senhora que tinha uma aparência semelhante à minha, era minha avó, a matriarca da família se sentou ao meu lado e fez questão de contar sobre toda a nossa história, mesmo que com a voz cansada.

– Minha filha, meus avós, pais e todos os meus filhos e netos carregam esse dom que você também tem. Está em nossas almas, se aceitar ficar aqui por um tempo vamos te ajudar a conviver com estes dons.

Seu pai não cuidou da espiritualidade, não cuidava da própria saúde física quanto mais!... desdenhava das “coisas de Deus”, só falava em dinheiro. Ele recusou os dons. Ficou estranho, triste, avarento... O alcoolismo e a depressão... e não aguentou... mal sabia ele que a vida aqui na Terra é um presente, que todos passamos por dificuldades mas com esperança, vencemos. Não precisamos invejar ninguém, muito menos os ricos. Deus sabe o que cada um precisa. Quanta gente vive com dignidade com pouco? Cria filhos, tem o necessário, não perde a fé.

Os dons são para ajudar na nossa vida e a arrebanhar almas para Cristo.

Eu rezo pela alma dele. Senti culpa por muito tempo... eu senti meu filho partir e toda a sua dor. Não há um só dia que eu não lamente o caminho triste que ele escolheu mesmo com os conselhos. Você é a extensão dele, sua primogênita e única, e sinto que tenho um dever de proteger e traçar seus caminhos ao seu lado, para saber controlar e conviver com seu dom.

Eu te abençoo, minha neta!

* * *

Fui acomodada em um quarto simples, pequeno, com uma caminha simples e o teto lembrava uma espécie de tenda. Não vi mais minha avó. Os dois primeiros dias foram terríveis. Solidão. Pensamentos confusos, emoções estranhas. Vomitava, tinha diarreia, urinando demais. Dormia mal, não me adequava aquele lugar cheio de mosquitos, mutucas, e, aquele cheiro de cocô de galinha no ar... Chorava sem motivo. Senti que emagrecia e que poderia enlouquecer, pegar uma doença...

Na manhãzinha do terceiro dia, minha avó apareceu suave e tocou-me com delicadeza.

– É assim mesmo. Você está liberando a energia da raiva que está impregnada em seu corpo, e adoeceu você...

Tomei banho quente com ervas aromáticas e medicinais, que liberavam um suave perfume. Vesti roupas simples, fiquei junto com as outras pessoas na sala, cantando e fazendo pedidos através de orações.

Ali aprendi primeiro que a espiritualidade estava ligada a manutenção e o fortalecimento da saúde física, mental e social. Na busca e vivência da espiritualidade meu corpo entrava em harmonia com minha mente.

Recolhida naquela espécie de santuário, foram dias de reencontro, de muitas histórias de vida, de descobertas, paz, de cura. Acordar antes do sol para meditar. Acompanhar as fases da lua tomando consciência de meus ciclos e de meu corpo, minha lua interna. Valorizar os chás medicinais e o frescor das ervas. Nas noites de lua à beira da fogueira, dancei ganhando a força viva do feminino negado em mim mesma, equilibrando o masculino e feminino em meu coração. Libertador!

Reconheci as dores que carrego e saí daquela de “poderosa” ou de “coitadinha”. Eu passo pelas situações que eu preciso passar para desenvolver meus potenciais. Foi com esta força que reconstruí e revisei a história de minha família a partir de minha ancestralidade, e descobri o maravilhoso poder ser eu mesma e olhar minha história sem julgamentos. E aí... aos poucos, no meu processo, no meu tempo, ouvindo minhas vozes interiores, fui abrindo meus braços e coração para receber e acolher o masculino ferido, e honrar meu pai.

* * *

Transformações em mim. Conhecimentos que jurei levar para minha vida profissional, uma abordagem espiritualista vinda de uma médico, fortalece o vínculo com o paciente, assim como aconteceu com Elizabete, quando se existe a confiança, sensação de atenção e quando o médico valoriza as prioridades e o bem-estar do paciente com certeza traz um maior conforto.

Aprendi que utilizar uma abordagem espiritualista ou religiosa nos casos de doenças graves de pacientes em cuidados paliativos está associada à aceitação da realidade e de viver o tempo que for possível, com qualidade. É sobre muito mais que os cuidados físicos e sim sobre o melhor conforto ao se aproximar do fim da jornada na Terra!

Escolhendo uma abordagem personalizada para cada um dos meus pacientes, respeitando suas crenças ou não-crenças o importante era sempre ter no coração e em mente que somos humanos, frágeis, que queremos ser vistos, acolhidos.

Eu acolhi meu pai e minha mãe em meu coração. Não precisava mais saber “o porquê não ter uma figura paterna física”. A raiva que sentia dele deu lugar ao acolhimento.

Ateliê de Empatias

A aurora de um novo dia se aproximava quando voltei para Feira de Santana. Finalmente, uma nova Adhara.

* * *

Sempre tive curiosidade com questões espirituais. Ao ler a descrição do *avatar* e a palavra “premonições” fui fisgada: ali estava meu personagem! Era um ponto inicial para construir meu personagem, pesquisar mais sobre o tema, e, porque tive alguns episódios em minha vida semelhantes aos vivenciados por Adhara.

Adhara. Eu a batizei com este nome porque...

Uma das experiências que já tive foram os sonhos como uma forma de “premonição”, não ligados à morte, mas como um aviso para algo que já estava acontecendo na minha vida.

A experiência no centro espírita foi descrita a partir do que vivi: fui algumas vezes e a última vez tive um episódio parecido ao qual senti um medo absurdo, apesar da minha curiosidade sobre espíritos, sobre vida após a morte. Nunca mais tive coragem de voltar lá ou ir em outro centro espírita ou qualquer outro templo para entender mais sobre minha espiritualidade. Penso que o medo da verdade ou de descobrir algo ao qual não sou capaz de ter controle ou o medo absurdo do desconhecido me fez criar um bloqueio.

Assim, na construção deste personagem, pude unir vivências, relatos, referências de filmes, livros e séries e juntar tudo isso para falar sobre *empatia*, não julgamento, descobertas espirituais. Também vivi um processo terapêutico: quando a personagem fala dos seus estados emocionais com o leitor, com seus amigos, com a família, nesses momentos pude sentir como se fosse a própria personagem e me permitiu colocar emoções para fora através da escrita. Falar de sentimentos aos quais não eram os meus reais, mas sentir na alma a vontade de ter a liberdade, aprisionada pelos meus medos e frustrações de falar sobre sentimentos e sentir, quando necessário.

Escrevi aqui sobre a vida de uma forma real, sobre a dificuldade que muitos vivenciam para estudar, para ter o mínimo, sobre a tamanha realização que é sair de baixo e chegar tão longe e como podemos sim, encontrar pessoas no meio dos caminhos dispostos a ajudar e mudar sua vida, mesmo que a da mesma tenha suas limitações.

A *empatia* não dá em árvores: ela vem quando se dispõe a entender a dificuldade que sua mãe e irmão passaram; quando se olha para o pai sem julgamentos e aceita; quando se tem ligação de respeito, afetividade com o outro, com a paciente mostrando que a Medicina está além dos termos e procedimentos técnicos.

Fazer parte desse livro, escrever esta narrativa foi uma experiência única em minha vida. Enquanto escrevia, eu sentia e me emocionava: era o momento em que eu era a personagem. Em diversos momentos enquanto pensava no que iria escrever e quando

estava escrevendo acabava me emocionando com o próprio texto, como quando narrei o drama de Elizabete. No momento em que descrevi sobre as aflições e angústias que a personagem sentia quando não entendia o que estava acontecendo com ela, quem era ela, eu também senti o mesmo. Compartilhei mais do que minha criatividade momentânea, compartilhei minha história, e a histórias de muitas Adharas, Elizabetes, Arthur, Pais, Mães e Irmãos.

É uma narrativa sobre compreender, compartilhar vivências e estar presente para ajudar e se colocar no lugar do outro. É uma narrativa sobre autodescobrimento. Sobre ancestralidade. Sobre outras possibilidades de vida.

E para você, querido leitor, espero que enquanto navega sobre essa história e muitas das outras aqui organizadas possa por sua vez se arriscar e se colocar no lugar do personagem, imaginar o que faria no mesmo lugar. Dessa forma, irá viver e sentir todas as histórias e assim compartilhar *empatia* e *compaixão*.

AINDA SINTO TUAS PALAVRAS A ACALENTAR MEU CORAÇÃO

Vitória Santos da Silva¹

Moro em Santa Bárbara, uma cidade pequena do interior da Bahia, pertinho de Feira de Santana, um lugar aconchegante e de uma cultura fantástica, conhecida também como “a terra do requeijão”.

Minha casa fica um pouco distante do centro da cidade. Aqui durmo e acordo ao som de pássaros, das galinhas e outros animais. Sou o filho mais velho de três irmãos: Júlia, é a minha irmã caçula de dez anos, que adora brincar no quintal; João, o do meio, tem 16 anos, está cada dia mais parecido comigo quando tinha sua idade, acha que já sabe tudo e sempre espera ansioso pelas quartas e domingo – dia de jogo na televisão, torcedor ferrenho do Peixinho, o Santos Futebol Clube.

E eu. Meu nome é Paulo, tenho 27 anos, tenho uma leve covinha nas bochechas que por sinal acho um charme – puxei de minha mãe. Tenho vivido dias extremamente difíceis, tenho falado pouco, pensado muito, não consigo externar tudo que sinto em decorrência desse momento tão difícil.

Moro com minha família. Não conheci meu pai. Minha mãe, mulher preta de 45 anos, com o sorriso mais lindo que eu conheço, é empregada doméstica e trabalha todos os dias para uma senhora que é professora. Desde os catorze anos que minha mãe trabalha. Tenho uma admiração imensa por ela! Além do belo sorriso, é uma mulher batalhadora que sempre tem algo para nos ensinar, sempre tentou deixar nossa vida mais leve, mesmo chegando cansada e ainda tem paciência de brincar e nos alegrar contando suas histórias ou fazendo seus pratos deliciosos. Até hoje, homem que sou, ainda sinto tuas palavras a acalantar meu coração.

Minha mãe conheceu meu pai ainda muito jovem, com 16 anos em uma festa de São João, festa típica de nossa cidade, e entre uma dança e outra lá estava ela nos braços daquele homem. Namoraram escondido por alguns meses até ele tomar coragem e ir pedir permissão aos meus avós. Logo depois, minha mãe engravidou de mim.

Aí a sua vida tomou outro curso. Conheceu o outro lado de meu pai que não quis assumir a paternidade, alegando não estar pronto para viver aquilo, não ter condição financeira para casar. Dias depois, ele foi embora da cidade sem deixar notícias. Desamparada, foi procurar emprego como empregada doméstica e lutou para que pudesse me criar com dignidade.

Após alguns anos conheceu a chance de amar novamente. Mário, pai de meus irmãos e que eu o considero como meu pai também, pois cuida muito bem de nossa família, respeita minha mãe e – o que me dá tranquilidade porque sei que ele a ama de verdade.

¹ Estudante de Biologia da UEFS.

Quando terminei meu ensino médio no Colégio Estadual São José, pensei muito no que iria fazer, então prestei o Enem, estudei muito e em muitos momentos não acreditei que iria conseguir, foi um período difícil, mas tive total apoio da minha família e da minha fé, sempre acreditei que Deus estaria comigo nesta caminhada, sempre direcionei meus pensamentos ao Altíssimo.

Eu sempre tive muita fé, não frequento muito a igreja preferindo construir um relacionamento com Deus no meu íntimo. Quando saiu o resultado do Enem após colocar minha nota no SISU, eu não acreditei tinha sido aprovado em Ciências Biológicas pela UEFS.

Muito alegre mas como custear minha ida diária para a universidade? Foi difícil achar uma solução, recorri à residência universitária, o que permitiu minha permanência, o que foi de extrema importância, sem ela eu não poderia cursar e teria que desistir desse sonho.

Graças a Deus, as coisas foram melhorando e consegui ajudar nas obrigações e nas contas da minha casa, e fico feliz cada vez que dou uma pequena quantia a minha mãe, ajudo ela através da minha bolsa do PIBID.

Na universidade conheci muitas pessoas, uma delas, Ítalo, que sempre me ajudou nas matérias mais complicadas. Resenhamos muito nos intervalos das aulas e no caminho para o bandejão! Ele cursa Química, que mesmo sendo um curso noturno, estávamos cada dia mais amigos e nos encontramos no bandejão onde fazemos nossas refeições.

No início de 2020, após o carnaval, uma doença desconhecida que parecia algo muito distante e que não chegaria até nós, por ter surgido em outro continente mais especificamente na China, alastrava-se pelo mundo. O Brasil como o mundo não estavam preparados para a pandemia! Todos se sentiram perdidos, houve uma grande movimentação dos governantes para que houvesse diminuição de aglomerações, fechamento dos estabelecimentos e distanciamento entre as pessoas. Era a covid-19.

Voltei para minha casa pois o campus universitário foi fechado, não era mais permitido permanecer na residência universitária, e o ensino passou a ser remoto. No início eu não esperava que a doença fosse permanecer tanto tempo entre nós. Achei que em breves dias voltaria logo para minha vida normal, porém, não foi bem assim. Os dias e meses foram se passando e as coisas só pioravam cada vez mais pessoas, o número crescente de mortes, tudo aquilo muito assustador.

Sempre cumpri com o distanciamento e apenas saía quando necessário, para ir ao mercado ou farmácia, de máscara, e com álcool gel sempre. Tenho sempre falado com Ítalo, e por ele ter ido para sua casa em Salvador, cidade com muitas festas, aconselhei que evitasse lugares cheios, que tomasse mais cuidado por que mesmo sendo jovem ainda assim corria risco. Nossas conversas se concentravam nestes três pontos: os cuidados, a incerteza e as esperanças.

Isso de nada adiantou e ele acabou contraindo a doença e se foi. Tenho vivido o pior momento da minha vida, sinto-me sozinho, sem o meu grande irmão. Mesmo sabendo que ele não se cuidou como deveria, às vezes questiono a Deus o porquê de tudo isso.

Minha família está tentando me ajudar nesse momento tão complicado, meu coração dói, preciso me concentrar em tantas coisas, minha alma clama por um cuidado mas não tenho vontade de cuidar de mim mesmo. Preciso buscar ajuda num CAPS, um psicólogo, talvez, pois vi que sozinho não vou conseguir lidar com tudo isso.

Comecei com atendimento psicológico *online* a um preço simbólico. Doutora Aline, muito gentil e disposta a ajudar, tem sido importante e eu me sinto melhor. Minha mãe sempre fala que preciso me reconectar, voltar para minha essência, faz tanto tempo que não falo com Deus. Sinto dificuldade de me concentrar, para orar, me disperso com facilidade, tento sempre fazer orações curtas antes de dormir.

Desde criança, quando adoecia, minha mãe me levava a benzedeiras, que é algo muito comum em minha cidade. Dias atrás, fui procurar seu Omar, um senhorzinho que mora numa roça perto de minha casa, e sempre me benzia com folhas e ervas. Todas as vezes que me sinto mal ele faz o ritual e é nítida a diferença. A sensação que tenho é que tirei um peso dos meus ombros, um alívio imediato toma todo o meu corpo, melhorando e retornando minha saúde.

Seu Omar me pergunta o que é que eu tenho.

Começo falando que mesmo morando numa cidade do interior cercada por fazendas e roças, faz tempo que não olho para o céu, que não tomo sol. Quando criança costumava ao acordar ir até o quintal, e observava tudo ao meu redor, olhando aquele mundo onde eu estava e tudo que estava acontecendo ao meu redor. Vejo os bichos que lá estão, lagartixas, formigas, os passarinhos que começam a cantar desde cedo, sinto o sol esquentando meu corpo, sinto minha respiração, o cheiro do mato, da terra, e tudo isso me faz sentir e entender que tenho um propósito. Não sei como perdi isso!

Seu Omar ri e me diz que joguei fora o melhor.

E começa a passar rapidamente as folhar pelo meu corpo enquanto balbucia umas palavras que de vez em quando eu ouço “Nosso Senhor Jesus Cristo”... “sai o mal”...

Não tenho uma religião certa, e sei que preciso de práticas para melhorar a minha espiritualidade. Gosto de estudar sobre o tema, acho importante e essa é uma forma de me autoconhecer. Nesse momento acredito que estamos vivendo um luto coletivo, com a perda de entes queridos além da incerteza em relação ao futuro e tudo isso vem mexendo comigo. Estou ansioso, meus batimentos cardíacos ficam mais fortes, meus pensamentos mais acelerados, além dos enjoos. Meu apetite some, não quero conta com comida e ainda tenho que me virar para atender todas as demandas do ensino remoto da UEFS, dos trabalhos passados. Tudo isso me pressiona.

Fico pensando qual será o próximo passo.

Outro dia planejei construir uma rede de apoio para ajudar pessoas que estejam em situação de ansiedade como eu, aqui em minha cidade. Creio que tomando todos os cuidados, posso ajudar ao próximo e de alguma forma também ir me ajudando, já que amor é alimento para alma. Assim como Cristo dividiu o pão eu também vou dividir o que tenho.

Quero ajudar minha comunidade pois mesmo com a chegada das vacinas, infelizmente ainda estamos no pior momento, e o sentimento de ajudar o outro ainda que não esteja concretizado já está me preenchendo o coração. Imagine se eu colocar em prática?

Saber que vou poder deixar o coração de alguém mais tranquilo muitas vezes com uma escuta acolhedora me alegra: com pequenos gestos e ações no meu cotidiano eu espero poder tornar menos doloroso todo esse processo para outras pessoas.

Estou pensando em dar o nome ao projeto de Casa Mãe, pois é ela, a mãe, a primeira a nos acolher, nutrir, é aquela que nos torna forte, nos dá a luz.

A *empatia* que sinto pelo meu povo, por essa gente que precisa de ajuda e que se ajuda como pode, e como um futuro educador eu espero ir muito além com o projeto. Quero formar multiplicadores, poder passar para meus futuros alunos tudo que estou aprendendo neste momento e no que virá.

* * *

Escolhi esse *avatar* porque logo que percebi o quão doloroso é perder alguém tão próximo como um amigo, em especial num cenário de pandemia. O *avatar* não é um super-herói, um príncipe, um grande sábio, mas um jovem comum e sua humanidade. Neste momento presente, a estória aqui narrada é recorte, um *flash*, na vida deste rapaz que busquei dar vida: alguém comum, simples, humanizado, cheio de hábitos de rapaz de cidade do interior, de tradições, enraizado nas suas origens, vivendo seu mundo sagrado, e que não se deixou engolir pela cidade grande, pelo saber acadêmico ou pelo materialismo.

Assim como eu, ele vive um momento de incertezas, de luto, de tristezas. A pandemia afetou nossas vidas em vários âmbitos, principalmente o psicológico que está nesse momento no limite do desgaste, e para mim foi muito importante poder dar vida a um personagem tão emblemático e poder colocar nele elementos da minha vida.

Escrever, narrar esta estória, ainda que muito simples me marcou muito, sempre vou lembrar com muito carinho de todo esse processo. Como meu personagem, espero assim poder seguir em frente diante de todas as perdas e de tudo de triste que está acontecendo. Espero que continuemos com alegria e esperança que tudo isso vai passar.

Ateliê de Empatias

Essa experiência me deu forças e fez com que eu pudesse acreditar novamente nas coisas boas. Fez com que eu tenha a vontade de buscar alternativas para minhas questões, e me fez querer tratar das minhas feridas que muitas vezes voltavam a ficar abertas.

A palavra que quero ressignificar diante de tudo que estar acontecendo é “amor”, a força que deve nos mover e nos civilizar, vencendo o ódio. Estamos na era do ódio e sofrimento, e as pessoas não colocam o amor no centro das suas decisões. Não há diálogo e as redes sociais demonstram o quanto nos ocupamos em ferir e julgar.

É preciso que tenhamos um olhar sensível a tudo isso que nos ronda e com certeza teremos outra postura muito mais humana e solidária que produzirá um mundo igualmente humano e solidário.

Desta experiência levo lições. Quando eu puder estar novamente com as pessoas que amo, quero passar para elas tudo que aprendi, quero poder acolher cada um. Então, que a vacina chegue para todos, que todo esse ódio seja lavado e tirado do nosso povo!

ELA OPTOU EM TRANSFORMAR A DOR EM AMOR

Danielle de Almeida Sobreira Argôlo¹

Reza uma antiga lenda na família Carvalho que em uma noite escura e gelada de inverno, nasceria uma doce criança, fruto de um relacionamento proibido que seria a escolhida para ajustar toda a família.

E assim foi. A criança nasceu e seus pais, muito jovens e imaturos, decidem, antes de fugirem, deixá-la aos cuidados de uma boa senhora e seu esposo que prontamente aceitaram a missão de cuidar, amar e proteger aquela indefesa criança e ser para ela tudo que ela precisasse, sem nunca ocultar a verdade sobre a adoção.

Eis que o tempo passou e como toda criança, cresceu com suas peraltices e curiosidades, entre elas saber o que acontecera com seus pais e o porque fora “abandonada” por eles. As respostas eram imprecisas, mesmo para uma pequena criança.

Ao completar dezoito anos, Mariana sentia que precisava galgar seu próprio voo. Naquele momento, decide ser seu próprio incentivo, e conseguir um trabalho seria um dos primeiros objetivos traçados.

Seu primeiro emprego é penoso e cansativo, mas era uma necessidade não havia outra alternativa pois vinha de uma família de operários pobres. Ao menos conseguiu juntar dinheiro para comprar um bom aparelho celular e assistir algumas aulas *online* de cursinho gratuito preparando-se para entrar na UEFS, para cursar Educação Física.

Seus pais eram pessoas simples. Amavam as Santas Escrituras, rezavam juntos todos os dias aos pés do crucificado, entre outras pequenas e velhas imagens e quadros de santos, fitinhas coloridas do Bonfim velas brancas e flores de plástico do pequeno altar, onde se via também lá atrás uma antiga pintura da imagem de Bezerra de Menezes. A par das orações, seus pais também lhe falavam em voz mansa da importância de ser bom, de ajudar os deserdados e pobres mais pobres que eles, com comida e roupas, e contavam estórias populares sobre a bondade de Jesus.

Nas festas de Santo Antônio e São João saía com seus pais em plena noite, nas noites frias de junho, visitando alguns casebres das vizinhanças para visitar alguma mulher parida, levar um pedaço de bolo de milho e biscoitos para as crianças ou uns jenipapos colhidos no quintal da casa, ou para participar da novena na casa da comadre.

“Pai Nosso que estás nos céus...” ouvia a voz sussurrante, quase cansada, do pai semi-adormecido, cabeça encostada na parede, rezando várias vezes, e a mãe ali ao lado, quieta, bondosa, resignada, pensamento longe.

Olhava para eles, para aquilo tudo e sentia que ela não era dali. Era grata, sentia que sua vida fora salva e estava protegida por aquele viver de simplicidade mas tudo

¹ Estudante de Educação Física da UEFS.

era muito restrito... Um dia, a mãe toca no seu ombro e pergunta por onde andava a menina alegrezinha e sapeca da infância. Mariana responde que não pode ser mais... e chora. A mãe triste diz que ela não tem culpa, que se sinta livre para voar.

Os dias passam e um fato que lhe acontecera serviu para lhe mostrar que em meio a escuridão, ela deveria ser luz. Descendo do ônibus de volta para casa e se depara com uma propaganda colada no muro, sobre “constelação familiar – vínculos entre pais e filhos”. Mariana começa a pesquisar um pouco sobre o tema. Traumas, exclusão, mediação de conflitos e relacionamentos entre parentes... tudo a ver com o que ela sentia.

Passou a noite vasculhando textos e vídeos, até que encontra um grupo local que iria iniciar suas atividades no próximo final de semana, coordenado por uma terapeuta, Cidinha. Na proposta ela vê uma alternativa para tentar compreender o que lhe acontecera, saber porque sempre se sentia “fora do lugar” e não conseguia se relacionar com ninguém por conta do medo da rejeição.

Na primeira reunião Cidinha acolhe com expressivo carinho, Mariana se identifica e decide ir mais vezes. E na segunda ida ao encontro, já consegue se concentrar e se conectar com o mundo espiritual e começa a trabalhar o trauma advindos de algumas decepções, principalmente com relação ao desprezo que vivenciara na pele. A partir daí ela se dá a oportunidade de praticar o perdão e a *empatia*, mesmo com todas as mazelas que sofrera no decorrer de sua vida. Nesse processo de compreensão da realidade, resolve conhecer sobre seus antepassados e buscar suas origens e raízes a fim de cicatrizar sua ferida.

Contudo, buscar a causa do abandono não era o único desejo dela: queria também compreender o porque seus pais foram capazes de fazer aquilo com ela. A terapeuta informa que o primeiro passo é se auto conhecer, compreender um pouco mais sobre o campo das emoções, saber que todos os seres pensantes estão sujeito ao erro, pois somos humanos, imperfeitos. Cidinha a convida para uma vivência logo após o encontro daquele dia: é quando ela se coloca no lugar dos pais e sente que o que parecia fácil, um simples posicionar o corpo, abre uma sensação diferente, inexplicável em seu coração. A terapeuta sorri e diz que por enquanto, basta, que o processo é lento mesmo, afinal era apenas o segundo encontro.

Em meio a todos esses acontecimentos, surge a pandemia, a quarentena e a impossibilidade de dar prosseguimento as encontros presenciais com o grupo terapêutico. Sente falta daqueles momentos, surgem os medos, anseios e pânicos provenientes desse momento pandêmico que afeta toda uma sociedade, onde a mente fica ociosa e com ela os problemas psicológicos são adquiridos. Mas isso não é o suficiente para pará-la, continua com o grupo *online* por amor e necessidade.

Na UEFS, cursando no Período Letivo Extraordinário (PLE) a disciplina BIO161 – Saúde e Espiritualidade teve a oportunidade de conhecer as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS), identificando outra forma de lidar com a dor, a dor da alma e do corpo físico, porque tratando a mente, tratamos também o

corpo, que muitas vezes é o reflexo de uma mente adoecida, e então ajudar no processo de cura desses indivíduos.

Durante a disciplina foi informado pelos professores que havia uma aula especial com uma terapeuta convidada, sobre Análise Bioenergética. Antes da aula acontecer ela decide se aprofundar. Entre leituras e cafés, com aquele corpo adoecido proveniente de traumas do passado, se depara com as expressões do qual jamais ouvira falar, era algo novo e um tanto que estranho, e se indaga: como assim, “tipos de caráter”?

Para sua surpresa, a palestrante convidada era sua terapeuta, Cidinha. Que alegria saber mais sobre o assunto por uma pessoa que ela tinha confiança. No decurso da fala uma onda de conforto vai tomando conta do seu ser, e ao chegar no caráter principal que trata sobre as características de cada tipo, ela se auto-identifica com o caráter oral, e à medida que ia ouvindo, é como se ela se visse num holograma, seu corpo, suas características, suas defesas.

Os meses passam, o tempo parece ter piedade dela que só queria dar sentido a sua vida. Nesta caminhada, Mariana percebeu que a vida é frágil e dar lugar a rancores, ódio, pessimismo só iria prejudicá-la.

Resolve fazer uma campanha para aumentar as doações e mobilizar assim outras pessoas para ajudar famílias carentes e pessoas em estado de internação estavam passando, assim como ela presenciou a vida toda, aquelas famílias pobres no inverno chuvoso e frio.

De fato agora estava tendo chance de mudar de vida, de atitude, pensamentos. As aflições da vida serviram como uma “lição”, pois através delas, soube dar mais valor às pessoas e sentimentos bons.

A vida é passageira, e deve se aproveitar cada minuto como se fosse o último, fazendo um clima de felicidade ao nosso redor. Ajudar ao próximo se tornou a sua grande motivação.

Não ter o controle da sua vida e de nada ao seu redor, fez com que Mariana entendesse o tamanho da sua impotência mediante os próprios problemas, mas aquilo que estava ao seu alcance ela gostaria de mudar, mudar o seu ego, a sua postura diante do problema do outro, a dar lugar a solidariedade, ao amor ao próximo, ser mais humana, sendo mais empática. Foi necessário sentir na pele o que é o desespero, solidão, medo, para que se fizesse uma auto-análise do que realmente importava.

Se conhecer era o primeiro passo para o seu crescimento, esse se fazia necessário para que Mariana entendesse de fato o sentido da vida, e qual sua missão na terra. Com isso, ela aprendeu que se colocar no lugar do outro e sentir a dor do outro, suas angustias, medos, indecisões, e quando a gente faz essa inversão de lugar, a gente aprende a julgar menos e ajudar mais, sendo com palavras, ou ações, e acima de tudo tirar algo de bom de cada situação vivida, e a própria dor fica pequena. Não dói mais!

Ateliê de Empatias

* * *

A escolha por esse *avatar* se deu pela identificação. Eu me senti representada.

Na sociedade em que vivemos, a grande competição para ocupar as melhores vagas de emprego, e para uma melhor condição de vida, exige de nós essa divisão entre trabalho e estudos, um pouco do que eu já pude vivenciar e ver o quanto é impiedoso.

A construção foi algo que pude me transportar para “viver” essa história como se fosse o personagem de forma integral, e sendo assim tentei colocar elementos dos quais é preciso refletir nos dias de hoje: a *empatia*! Esse sentimento que é tão importante e que muitas vezes é deixado de lado pelo egoísmo e pelos julgamentos!

Esse personagem para mim foi uma forma de ver o lado bom das coisas e refletir sobre a dor do outro, a ajudar e tentar transformar a dor em amor, ainda que a dor seja consigo.

POR QUE EU?

Iverlânio Lima da Mota¹

Tiago é uma pessoa de família com baixa renda, de classe média baixa, pouco nível de escolaridade, desde muito novo viu seus pais trabalhando duro para que não lhe faltasse nada. A sua mãe trabalha como diarista autônoma, e seu pai trabalha na lavoura de sua roça. Seu irmão mais novo, Dionísio, morreu aos dezesseis anos durante uma batida policial em busca de traficantes no bairro. O garoto andava envolvido com más companhias e acabou tragicamente baleado, deixando a família enlutada por muito tempo. Anos antes, Dionísio havia sido flagrado pela Polícia com quantidade considerável de drogas junto com dois outros menores, mas foram liberados no local. Ainda assim, Tiago buscou ajuda judicial reconhecendo o erro do irmão e pediu às autoridades para que o garoto fosse enviado a uma casa de correção federal fora do Estado, mas não foi atendido, e tempos depois, o desfecho trágico. Com tudo isso, Tiago, não se revoltou.

Vendia frutas adquiridas de produtores e também da roça do esforço e persistência da família, em uma barraca no centro da cidade de Feira de Santana, porém, com o projeto de revitalização do centro da cidade, ele, assim como outros barraqueiros, teve sua barraca removida e o ponto de venda deu lugar a um calçadão.

Na luta pela sua sobrevivência começou a vender as frutas no carrinho de mão e passava horas empurrando o mesmo de rua em rua, em um sol quente, driblando carros velozes, mercando aos gritos, parando aqui e ali para oferecer nas portas das casas residenciais. Às vezes os dias eram bons, rentáveis, terminava o dia com seu carrinho quase vazio; outras vezes, nem tanto, não vendia quase nada, algumas frutas acabavam estragando, gerando prejuízo e o desmotivando. Permanecia por não ver outra alternativa ficando à mercê da sorte nas vendas.

Honesto e trabalhador, passou a viver em plena harmonia, com aqueles que empurram carros de mão com frutas, folhagens e legumes pela cidade, alguns sem boas mercadorias, carrinho emprestado e situação de penúria desalentadora, continuavam vendendo sem fiscalização, com medo de apreensão de suas mercadorias.

Tiago que, então, já contava quase dez anos de trabalho nas ruas, além de sua vida em família vendo a luta de seus pais, o choro escondido de sua mãe com coração estilhaçado de saudades do filho morto, não pôde ser insensível à situação dos colegas, tentando diminuir suas mágoas. Muitos queixavam-se da má estrela, da falta de sorte, xingavam o governo e os fiscais da Prefeitura. Tiago, sempre solícito e compassivo, respondia com conselhos ponderados e esperanças que eram acolhidos em silêncio pelos colegas.

A vida seguia até o momento em que o coronavírus chegou ao Brasil. Os primeiros meses ainda foram tranquilos, pelo fato de que as pessoas ainda não sabiam

¹ Estudante de Educação Física da UEFS.

muito bem do que se tratava e de sua letalidade. Com o passar do tempo foram surgindo casos e mais casos e a doença chegou a Feira de Santana, com óbitos em seu bairro, o que começou a lhe assustar e afetar sua vida, pois começava o fechamento do comércio.

E quando tudo parecia ir tão bem, chega essa notícia assustadora. Ele tinha contas a pagar e também ajudar seus pais com algumas despesas! Já havia iniciado no vão na parte da frente de sua casa um pequeno negócio que não estava plenamente montado, mas que já tinha algum movimento, vendia bem e possuía sua freguesia, ajudando com a renda das vendas de rua.

Com o fechamento, ele logo sentiu que não dava mais para continuar na rua onde o movimento havia diminuído bastante, e apesar de ele trabalhar com alimentos e ser considerada uma atividade essencial sendo permitido continuar funcionando com um certo controle e algumas exigências, as vendas não eram mais as mesmas. Muitas pessoas se isolaram ou deixavam para fazer compras de frutas em supermercados ou pontos de venda maiores, o que seria mais seguro porque seria apenas uma viagem até o supermercado, onde se acha de tudo.

Penosos dias se passaram, as coisas não haviam melhorado muito, pois com o *lock-down* muitas pessoas não estavam trabalhando ou até mesmo perderam seus empregos e reduziram bastante os gastos, algo que afetou a grande parte da população de baixa renda. Com tudo isso Tiago decide investir no seu comércio fixo e fazer *delivery*, mesmo sendo num bairro popular e ele mesmo realizava as entregas.

Apesar de tudo, Tiago não desanimava, sempre se preocupava com sua família, e sabendo que seu pai era muito teimoso, apesar dos conselhos que ele e sua mãe lhe davam sobre as regras de prevenção contra o coronavírus, o velho não se importava muito, frequentava lugares onde possuíam aglomerações, barzinhos, feiras livres, fazia churrasco com amigos, jogava bola com grupos de pessoas da mesma idade, quando saía não usava máscara o tempo todo e brincava que aquele vírus seria algo “bobo”, uma “gripezinha” como ele viu no WhatsApp. Seria uma forma de extravasar o remorso de pai, se culpando pela morte do filho?

Não demorou muito para que o pai de Tiago começasse a sentir mal-estar e logo foi diagnosticado com covid-19, sendo entubado com urgência, falecendo poucas semanas depois. Sem velório, o corpo foi enterrado sem todos seus familiares e amigos, apenas a mulher e o filho, com o caixão lacrado. Tiago não teve um gesto de revolta. Sempre sereno e em silêncio acompanhou tudo, honrando seu pai na última homenagem.

Tempos depois, Tiago começa a se relacionar com Flavia, companheira e amiga, que o ajuda como pode, pois ela faz UEFS à noite no ensino remoto e trabalha pela manhã.

Flavia engravidou e ali estava Tiago assumindo a paternidade, companheiro amoroso, apoiando, feliz da vida e fazendo tudo pelo seu filho que estava chegando. O casamento foi realizado numa cerimônia simples, poucos familiares e alguns amigos.

Tiago segue tranquilamente sua vida como possível. Vai tocando seu comércio e vivendo suas pequenas alegrias cotidianas, banais, sem reclamar de nada. Até que um persistente incômodo nas costas inquieta sua rotina. De início, ele pensa que seria covid-19 mas alguns exames revelaram a presença de um tumor.

Com este diagnóstico, seu desamparado era visível... ele chora com essa notícia, não se conforma, acha injusto. Quase não se alimenta e não dorme direito.

Um dia, sentado no meio-fio na porta de casa, cabisbaixo, Flavia senta-se ao seu lado silenciosa e o abraça afetuosamente. Ele suspira e pergunta baixinho para sua mulher: “Por que eu?”

* * *

A estória de Tiago é de superação. Foi a partir de uma vivência de um conhecido que pude fazer esse relato, criar esta estória. Em época de pandemia podemos ver a necessidade de ajudar ao próximo, pessoas que acabam ficando fragilizadas seja financeiramente ou psicologicamente, ainda mais com tantas outras doenças que continuam acontecendo.

...um susto para Tiago receber uma notícia do câncer, uma doença tão letal junto à insegurança que estamos vivendo por conta da covid-19! E soma-se ao seu sofrimento a proximidade do momento de Tiago ser pai, algo que mudaria sua vida positivamente. Logo agora que ele está perto de ser pai, meu *avatar* fica inseguro com medo de não conhecer seu filho, estar presente em seu crescimento!

Senti como deve ser muito assustador, saber dessa notícia...

Sei que o sofrimento vem para todos nós e só de câncer são mais de meio milhão de novos casos por ano no Brasil.

A estória para num certo momento de tensão, e deixo por conta do leitor o desfecho. Eu creio que, pelo que Tiago é, ele deve começar a fazer o tratamento, procurar um psicólogo, e ir seguindo com a vida, seu comércio, como possível, e esperar essa pandemia passar para que a vida possa normalizar.

Pela sua personalidade e senso de justiça ele sabe que o que ele está passando é o drama de milhões de pessoas; que ele não é um coitado; que tem gente que além do câncer está passando por coisas muito ou tão difíceis somadas como a covid-19, desemprego, mortes na família.

QUÊNIA

Joelma Eliane Almeida Santos¹

Sou Quênia, mulher negra, lésbica, professora brasileira

Na escola que estudei ouvi muita besteira

Aprendi uma mentira que sempre era contada

Que a mulher negra só servia pra ser escravizada

Mas essa historia não me representava

No terreiro lá de casa a mulher era sempre valorizada

Minha vó, era mulher forte criada na mata

Filha de caboclo, mãe de santo iniciada e por Oxum batizada

De noite no Sertão de Feira, um causo ela sempre me contava

Existia um quilombo onde tudo se plantava

Tinha milho, banana, aipim e feijão

E o que restava servia pra comercialização

O tempo passou e muita coisa mudou

A cidade cresceu e o “progresso” chegou

No quintal que antes tinha alimento

Agora por metro quadrado só tinha cimento

Na evolução da população, tem muita gente sem noção

Em 2020 ninguém aprendeu que somos todos irmãos

Quem antes plantava pra comer

Agora mal tinha pra sobreviver

¹ Estudante de Educação Física da UEFS.

Em 2021 a pandemia piorou
Mas quem era rico seu capital aumentou
A *empatia* nunca teve tanta valia
Mas na favela a polícia mata todo dia

O isolamento social expôs feridas milenares
A equidade não chega nos barracos populares
A OMS decretou usar máscara e álcool gel
Mas o povo preto não tinha nem o do aluguel

O presidente do Brasil cuspiu na população
Disse que a cloroquina era solução
Quando a vacina já estava no mundo
O brasileiro só tinha a fé e o ódio profundo

Mais de 400 mil mortes no país
E o presidente nem sabe o que diz
Muitos chamam ele de mito
Mas pra favela ele representa o genocídio

A esperança está amordaçada
cem anos de Paulo Freire e ninguém entendeu nada
Sem educação o país não tem solução
É corpo preto estendido no chão

Bell Hooks disse que o amor cura
Mas como tirar do peito essa amargura
Kathleen morreu com seu amor ainda no ventre
E a sociedade segue a vida normalmente

Ateliê de Empatias

Nós mulheres negras estamos cansadas
Também queremos ser amadas
Nossa produção intelectual precisa ser valorizada
Antes que a gente seja exterminada

IRMÃS POR AFETO

Leonardo Mascarenhas Lima de Argolo¹

Durante mais de dois anos Mariá esteve passando por diversos problemas. Sua vida sentimental, espiritual e financeira estavam mal resolvidas, dificultando a convivência com as pessoas, incluindo consigo mesma. A luta era diária, tudo muito acelerado, a tentativa de tentar “sobreviver” era constante e aparentemente sem solução.

Atualmente Mariá tem vinte e quatro anos. Seu primeiro casamento foi com Davi, um romance da época da UEFS, quando ela tinha apenas 20 anos e cursava Farmácia. Romance este, que durou pouco mais de um ano devido a problemas financeiros entre o casal, obrigando Mariá, insatisfeita e a contragosto, a abandonar o curso.

Após o tumultuado divórcio, batalhou com muito esforço e abriu uma lojinha de roupas na Cidade das Compras de Feira de Santana, efetivando-se como pequena empresária, organizando com muito controle sua vida financeira. Dedicava-se muito ao trabalho, realizou o sonho da independência financeira aos 22 anos.

Porém, sua vida sentimental não estava muito bem, sentia um vazio muito grande por causa do fim do casamento com Davi, o que interferiu bastante na sua vida, em especial na sua vida espiritual. Mariá tinha muitas dúvidas sobre o que acreditar ou não, nunca estava bem consigo mesma, a angústia era constante, aterrorizante, quase alucinada. “Espiritualidade?? Tenho tempo para isso não...! Que importa? Eu tenho boletos para pagar...”. Mente inquieta. Pensamentos acelerados.

Foi quando a depressão “bateu na porta”, deixando-a fraca e debilitada, e teve que desacelerar sua corrida em busca dos bens materiais, integrar-se a tratamento médico e psicológico no CAPS, sendo encaminhada para grupos terapêuticos. Trabalhava com menos intensidade, sem afobação. Passando cerca de um ano e pouco se cuidando como podia, tendo que enfrentar ainda a pandemia que assolava todo país, diminuindo seus ganhos e trazendo incertezas.

Na confraternização da Páscoa, chegou carregada de bolos e doces para a festa do grupo terapêutico e na porta foi ajudada por um rapaz chamado João Carlos, recém integrado às oficinas do CAPS. Ele veio do interior de São Paulo para trabalhar numa filial de uma multinacional em Feira de Santana, quando teve uma recaída da ansiedade.

Nesta aproximação começaram a conversar e com o tempo surgiu um relacionamento. O sentimento de amor crescia entre eles, e para Mariá foi muito especial. Em sua vida conturbada, ela estava se sentindo segura, feliz, algo que não acontecia há um bom tempo.

¹ Estudante de Educação Física da UEFS.

Ateliê de Empatias

A depressão parecia estar controlada, as atividades na loja foram retomadas com um pouco mais de vigor e de dificuldade também. Com a vida mais arrumada e porque não conseguia ficar muito tempo longe de João Carlos, acabou aceitando casar com ele, apesar do pouco tempo namorando.

Com pouco tempo de casada, os casos de covid-19 pioraram na cidade: entes queridos adoeceram, amigos falecendo e após novas medidas restritivas o movimento no comércio em geral entrou em declínio, impactando mais uma vez a saúde de Mariá, trazendo junto com esses fatos uma ameaça: a depressão “bate na porta” novamente, dessa vez mais forte. O país em crise, horário de funcionamento restrito, até que por fim, a loja foi fechada.

João Carlos tinha um sentimento de amor muito grande por Mariá e se empenhou em ajudá-la, cuidando da esposa da melhor maneira que pôde. Após 3 meses do fechamento da loja, Mariá, com o suporte de João, começou a produzir artesanato em casa. Passou a praticar atividade física e meditação todos os dias, num grupo de apoio do bairro, recuperando parte de seu bem estar.

Meses depois Mariá engravidou. Durante a gestação, foi auxiliada por Daniela, uma empregada doméstica que João Carlos, muito cuidadoso, contratou para ajudá-la em casa e fazer companhia enquanto trabalhava. Daniela, por sua vez, também tinha uma vida muito difícil, moça humilde, veio da roça em busca de trabalho para dar condições melhores à sua família.

Durante os nove meses da gestação, Mariá e Daniela se aproximaram tornando-se grandes amigas. Passavam o dia inteiro conversando, enquanto Mariá fazia seu artesanato, Daniela realizava algumas atividades da casa. Vez por outra testavam receitas de doces e bolos, enquanto conversavam. Uma ouvia a história da outra, apoiavam-se, sem julgar. Muitas vezes riam juntas de “causos” de seus pais e avós. Outras histórias eram tristes... cada uma num lugar da Feira de Santana e vivendo seu jugo, a vida dura. Choravam juntas, abraçadas. Consolavam-se. Construíram segurança recíproca, amizade verdadeira. Irmãs pelo afeto.

A cada conversa vinham lembranças, despertavam novas memórias.

Mesmo sendo de mundos diferentes, juntas foram descobrindo a resistência, compreenderam que todos tem problemas e que em algum momento da vida, o ser humano precisa passar pelo processo de autoconhecimento e se reinventar para viver em paz consigo mesmo buscando o equilíbrio entre corpo e mente. Juntas alcançaram a compreensão que a espiritualidade que está em todos nós, é algo determinante para a saúde como um todo, para a tranquilidade, e o encontro com o outro.

* * *

A *empatia* salvou Mariá. Duas mulheres simples, comuns, vivendo a sororidade. E escrever sobre isto me fez refletir sobre a quantidade de pessoas próximas que podem estar passando por situações semelhantes e muitas vezes não nos damos conta. Colocar-se no lugar do outro, ajudar como for possível e ter mais *empatia* é o que falta na sociedade.

Tudo na vida tem um propósito e sempre podemos tirar uma lição em toda experiência vivenciada por nós ou pelas outras pessoas. Escrever sobre a vida de Mariá foi desafiador. O fato de ser sobre uma mulher que passou por problemas conjugais, teve depressão, dentre outros problemas que vemos no nosso cotidiano, é um quadro distante de minha realidade mas não me impediu de viajar neste mundo e me sensibilizar e me fazer refletir sobre o nosso sofrimento humano, e muitas vezes sem o mesmo apoio e determinação.

Os últimos quatro anos na vida de Mariá foram marcados por muitas situações delicadas, altos e baixos fizeram com que ela questionasse suas crenças e propósito de vida. Mulher trabalhadora e honesta, mas que diante dos problemas, muitas vezes não conseguia manter o equilíbrio entre a emoção e a razão. Isso me lembrou momentos da minha vida em que me senti desorientado a respeito da minha escolha profissional. Sentia-me frustrado e sem perspectivas de um futuro promissor. Porém, assim como Mariá, tive pessoas que me auxiliaram nesse processo árduo, mas, que por fim, levou-me a caminhos de sucesso.

Ter o apoio de pessoas próximas é fundamental. Mas igualmente fundamental é buscar forças em si mesmo. Tenho feito isso.

É SÓ MATAR E COMER?

Maise Santiago da Silva¹

QUIIIIII

Esse foi o grito do sofrimento de um porco sendo abatido.

Quando Edu escutou esse som pela primeira vez ele tinha vinte e um anos, até então ele comia carne e derivados animais e nem sonhava em ser vegano.

Na manhã de sábado, o pai de Edu pediu pra ele ir ao açougue do bairro e comprar 1kg de carne moída. Chegando lá ele logo escutou um grito horrível, e esse grito se misturava com a voz do atendente que chegou ao balcão para atendê-lo.

– O que deseja?

– O que foi esse grito???

O atendente enfadado insiste na pergunta: – O que deseja? Carne de boi?

Edu saiu do açougue com um pacote que ele olhava pelo plástico transparente aquele amontoado de carne, alguma gordura e sangue. Chegando em casa, joga em cima da mesa da cozinha e subiu para o quarto, onde em seu computador pesquisou: “porcos sendo abatidos”. Esse assunto levou a outros, “consumo animal no Brasil”, “exploração animal”, o que rapidamente se tornou um grande show de horrores, deixando-o muito assustado com tudo que viu, que ele nem imaginava.

Ampliando suas buscas pela internet, Edu leu muitos artigos, blogs e livros que abordavam sobre o consumo animal. E quanto mais lia, trechos lhe chamava a atenção e que traziam mais angústia para o rapaz.

Dias depois, após muitos vídeos e muitas leituras, Edu decidiu abrir suas redes sociais e procurar grupos veganos. Ele acessou ONG's e entrou em contato com a associação, conversou com pessoas veganas para assim ter uma base inicial e mudar completamente seu estilo de vida. Então na hora do jantar, Edu sentou à mesa com seus pais e disse:

– Pai... Mãe. A partir de hoje vou mudar a minha vida.

– Vai arrumar um emprego? disse seu pai expondo sua atual situação de formado em Direito na UEFS e sem nunca ter trabalhado.

– Talvez não entendam no início, mas a partir de hoje não me alimento mais de animais e derivados. Vou mudar a minha vida. Edu falou com convicção em meio ao silêncio de seus pais.

– E quanto tempo isso vai durar? Uma semana? Duas?

¹ Estudante de Educação Física da UEFS.

– Pai, eu preciso fazer isso e não importa o tempo que durar.

A crítica dos pais não era infundada. Edu levou quase dez anos para concluir a graduação. Depois dessa noite, mesmo com a incredulidade dos pais, Edu começou a ser vegano. Pode sim levar algum tempo para que Edu se acostume com as mudanças da dieta. Ele sabia que não seria fácil, haveria muitos obstáculos, mas ele estava determinado.

Durante esses cinco meses de sua vida vegana, Edu aprendeu muitas receitas práticas, baratas e acessíveis e que todos adoravam. Seu leite é feito de arroz, dá pra acreditar? O pão é feito de várias formas, pode ser de chia, de banana e canela, com farinha de arroz, tem várias opções. Então ele começou a pensar em abrir sua própria lanchonete no bairro que morava, pois lá não tinha nenhuma referência de veganismo. Seria uma grande novidade no bairro.

No final do ano de 2019, Edu começou a idealizar sua lanchonete vegana junto com mais dois amigos, onde atenderia seu bairro e regiões adjacentes. Eles estavam muito animados, já tinham providenciado as documentações do estabelecimento e todo o planejamento da lanchonete já estava pronto. A covid-19 surgiu forçando os rapazes a mudarem de planos. Decidiram entregar o ponto para não sofrerem com o prejuízo financeiro e para se proteger da doença, mas sem desistir do empreendimento passaram a fazer lanches e quentinhas veganas divulgando no *Instagram*, apesar de não ser exatamente o que eles queriam no início.

Para divulgar o veganismo e tudo que importa para contribuir com uma filosofia e estilo de vida vegano, todos os sábados eles promovem encontros *online* com debate aberto bombardeado de perguntas.

Edu, é um rapaz muito dedicado, porém está sempre querendo controlar todas as situações ao seu redor, foi assim quando ele conheceu o veganismo, foi assim com a lanchonete e é assim com sua relação com o pai. O pai de Edu é um “carnívoro descontrolado”, todo alimento de origem animal para ele é como uma refeição no céu. Ele não é louco ou algo do tipo, ele só não entende o motivo que levou Edu a viver uma vida vegana. Ele costuma dizer:

– *Como deixa de comer carne, pra comer mato?!!!*

Isso já gerou muita briga entre eles.

– Sim, meu pai, por mais que você não queira pensar que a comida no seu prato tenha sido um animal um dia, você está comendo um cadáver!

* * *

Escolher um tema e escrever uma história, para mim foi um processo evolutivo de criação que eu nunca havia presenciado dentro da UEFS. Apesar de me dedicar à

escrita constantemente, foi um desafio muito interessante que logo de cara adorei. Um desafio prazeroso que agregou e ampliou a minha escrita.

A escolha do tema foi bem leve e fácil, uma vez que de cara olhei para ele e disse: “É esse!” Apesar de não ser vegana, coloquei muito de mim nessa personagem, no meu próprio processo de desenvolvimento pessoal e fiquei muito satisfeita com a história que desenvolvi. O Edu é determinado e focado, ele fez com que algo, que para ele foi um trauma, um verdadeiro choque, se transformasse em algo que o mudou completamente. E é essa determinação que eu quero na minha vida.

Edu me cativou uma vez que ele me propiciou experiências que fora da ficção eu julgaria improváveis, traduzindo-se em fragmentos de grande pertinência e cumplicidade com minha vida. Ele achou seu lugar no mundo, encontrou uma boa ocupação, independente da carreira para a qual foi diplomado. Ele se deu bem num projeto autônomo de compaixão, sendo suficiente para ele fazer algo pelos animais sem ser o dinheiro seu motor. Edu não permite ser manipulado, segue independente de críticas, ainda que sejam da sua família.

Utilizei o *avatar* como ponto de partida para um percurso autobiográfico num texto simples, sem rodeios que possam trazer interpretações ambíguas, contando tudo sobre si, incluindo suas amarguras e seus defeitos. Por isso, o que eu mais tentei colocar nesta estória foi a questão do autoconhecimento e o caráter (no sentido reichiano) os biotipos (no sentido ubaldiano) na caracterização dos personagens. Li bastante sobre o tema e participei até um *Workshop*. Percebi que o caráter esquizoide ocupa uma grande porcentagem de mim (muito pensamento e pouca ação). Na composição caracterológica de Edu introduzi elementos do tipo psicopata, e ligar a personagem ao tipo de caráter influenciou de forma decisiva os rumos desta estória.

No que se refere à ausência de um fecho para esta estória, deixo justamente de propósito, convidando o leitor a uma autoanálise dentro do compromisso ideológico com a compaixão e a vida animal.

EU, MÃE SOLO, SOBREVIVENDO

Nataly Porto de Almeida¹

Uma pequenina, disciplinada às prendas do lar, criada para “casar”, assim como na tradição em que eram condicionadas suas matriarcas naquele povoado do distrito de N. Sr. dos Humildes, sonhava com seu o vestido de noiva branco da mais alta alfaiataria, bordando sua delicadeza em forma de véu em voil cheio de gotículas e flores de laranjeira, que exalavam a fragrância da sua graciosa pureza de criança... Assim sonhava: na Catedral de Sant’Ana, com aquele que é considerado um dos momentos mais importantes da vida de uma mulher, como lhe fora ensinado, o enlace de uma família em matrimônio.

Ao abaular-se em sonhos, esquecera por quimera, em sua primeira infância, que seus pais já não lhe pertenciam, separaram-se. Por contribuição de sua ama, aquela que foi sua verdadeira companhia, que lhe consolou com os princípios do amor, sem saber qual incomensurável solidão pairava à atmosfera de seu futuro, aproveitou deste amor enquanto se pôde. Desde que experimentou a vida e, a partir daí, tornou-se caminheira de sua saga, o ser mulher.

Contando quão distante fora os dias felizes em sua pequenez, o ermo sentimento da solidão havia feito moradia em seu coração, e a tristeza, companheira incansável, desde que seus afetos desertaram de sua realidade, sentou-se posta ao seu lado. Subsistir era pesado, sentia um sufoco calado de angústia, ao perceber que, desde então, eles não mais estariam dispostos ao laço do abraço caloroso do amor peculiar.

Ao peso da separação de seus pais, seu olhar inundado em lágrimas transbordava pela relva do campo. O tempo custava passar e, para saciar o sentimento da saudade, lembrava que o sabor da lágrima era como o do mar, e em agrado àquela sensação, respirava em consolação e acalentava-se na infinita paz do céu azul.

Certa vez, sua mãe aparecera da cidade grande. À porta bateu as boas novas. Naquele momento, seus olhos se encheram de luz e esperança... qual filho não se arde em consolo ao sentir o palpitar do coração de sua mãe junto ao seu? Ela viera lhe buscar... e partiram... deixando parte de seu pequeno coração naquele lugar que lhe é cativo.

Em direção da Feira, buscando adquirir melhores condições de vida, quiçá seja mais tranquila sua existência, por ventura, pensara em bom ânimo, acreditando gozar do pertencimento da proteção de sua mãe. Contudo, não era previsível que a iniquidade e a injúria viria ser rotina em seu cotidiano, e com o passar dos anos, já não sabia em que parte de seu mundo sua alma havia pairado.

Não se sentia cômoda, a saudade da paz era imensidão naquele pequeno ser que embalde almejava ternura frente àquele formato algoz que suscitara o carrasco em sua convivência familiar, desde que, forçosamente e sem escolha, não lhes competia os rumos

¹ Estudante de Filosofia da UEFS.

de seu próprio existir. Seus sonhos adormecidos uma vez que já não lhe encaixava determinada realidade desta época, aos ajustes pré-moldados daqueles que lhes ensinaram em ideologias, perdera-se na atmosfera hipócrita e do escárnio, a infância de uma criança adultizada é limitada. Tinha como plano a fuga...

...Depois de experimentar o inimaginável em dores, agressões e violações, já não mais subjetivas, se tornara insustentável sofrer as marcas violentas que o tempo jamais apagaria. Jovem, alquebrada e sem esperanças, viu-se obrigada a mudar de lar, àquele onde deveria ser seu porto de afeto, tornou-se bátraco. A solução, naquele momento, foi fechar os olhos diante o peso da peregrinação em sentido de sobrevivência ao pesar de infortúnios porvindouros que, jamais pensara ela, ser uma preparação para a vida.

Na flor da idade, deixou de estudar, tarefa que sentira essencial desde que notou-se sua condição humana. Debaixo do sol escaldante, a escolinha modesta da vila seria o início de uma percepção que, carregara consigo, como viés para o desenvolvimento de sua dignidade, eterno e fugaz momento, aquele em que, tomou posse de si as suas introspecções, na certificação do seu despertar existencial.

Sozinha em aventura... lhe faltara um lar. O sentimento de rejeição e impotência mediante as dificuldades e conflitos que abarcava sua família a dominavam. Passando pelos desafios que consistem no provento do bem viver, um desafio frente ao panorama que sucederia a sua vida e sua dignidade.

A babilônia virou moradia, o mundo era sua casa e de outras almas que, assim como ela sofridas e escravizadas, tornaram-se por ora sua “família”. Pobre moça fugitiva de sua triste realidade, a violência doméstica e os insultos árdios, o desassossego afetara a noção de si própria, enjaulando sua consciência, do sofrimento expiatório e do desfeto na batalha contra seus adversários em favor da paz e da sua sobriedade de espírito frente às incorreções da vida. Sobrevivera aos encontrões do umbral mundano por sorte auspiciosa. Neste momento, percebera a infinita necessidade de mentalizar como luz que o amor é adição, perto do avesso que lhe foi ofertado a partir de determinado momento em sua vida. Sentia por essência deveras faltas há todo momento, viver sozinha num mundo de incertezas, na ventura da sorte, não é tarefa fácil para o ser mulher pairando no senso do orgulho da macheza.

Atemporalmente, exposta à vulnerabilidade, viu-se sofrer dos mais diversos abusos falseados em propostas, sabotadas por corações levanos carregados de maldades e, ao mesmo tempo, se via esvaída.

Lotada de incertezas e medos que a sensação do abandono e do desfeto paterno causaram em sua alma de mulher, concomitante a carência de sua representatividade, na graça de seu papel, urge a representação maior das dores na vida da pessoa que ele ajudou a colocar no mundo. Viu-se órfã de pai vivo, uma dor que lhes fazia sentir infimamente diminuta, sentia no choro abafado o rasgar-se de sua alma em trapos.

Foram muitas as necessidades extremas que precisara suprir em tamanha urgência, ou sucumbiria ao desleixo. Começou a trabalhar de sol a sol em sua juventude,

desprovida de muito em troca de pouco para seu sustento subexistencial, sem deixar, acima de tudo, de sonhar e buscar alento espiritual para sua alma. A esperança foi seu objeto de fé e a coragem sua força.

Altruísta e proativa, neste mundo escasso, teve seu brilho ofuscado pela escuridão alheia, afirmando a certeza de que haveria de experimentar em seu destino, para sua própria evolução, a vida real à flor da pele, mantendo a ingenuidade perseverante em seu ser por adestração desde o começo das máculas que a acompanhara. Ao brilho de sua juventude, enamorou-se e, logo estaria grávida. Após oito meses de espera estava pronta para receber sua primeira estrela, e não podia acreditar que aquela noite de verão lhe caberia a graça de ser portal para a vida.

Mal findou sua adolescência, teria antecipado ou não o prumo da sua vida. Desta vez, com um filho no colo as portas definitivamente se fecharam ao seu regresso, e, estigmas severos comportava em desordem cataclísmicas as afeições de sua família em repulsa. Logo, após as expressões vexatórias circunstanciais pomenorizadas no cume da indiferença, foi acolhida por aquele que lhe dera a vida em dobro. Mas ouvira dizer que onde antes cabia um não caberiam três, sem saber que logo outro ser viria ao seu ventre.

Tempos depois, ele também a abandonou! alegara a sua ávida juventude ligada ao prazer das sensações. Se com um filho tudo tornou-se difícil, com dois seria impossível, que ela houvera engravidado para acometer sua liberdade, até que um dia, ele também decidiu partir. Sem olhar pra trás e com o coração carregado de orgulho, foi-se! E, mais uma vez, a angústia do abandono e desprezo lhes acometera, começando pelo repúdio do seu pai, pela ponte intransponível entre o amor e o ódio de seus irmãos e o desprezo de sua mãe em seu rompante narcisista, fatos que lhes renderam maus sentimentos com prejuízos incomensuráveis. A depressão lhe acometera.

Muito jovem e inexperiente, sozinha, com duas crianças, sem apoio familiar, desempregada e sem proventos, o despejo foi alternativa cruel. Onde viveria com segurança e como oferecer dignidade às suas crias? E a instituição do matrimônio? O sentido da palavra família? E tudo que aprendera desde tão pequenina? Um oceano de incertezas reais lhe atormentava, ele evadiu em circunstância sem causa justa, ela não entendia, sentia definitivamente a dor do abandono à penúria da sorte, ela adoeceu ainda mais em detrimento aos sentimentos de tristeza, mergulhada por suas dores no poço do desinteresse.

Sem saber o que lhe acometia, ao soar sua tristeza, chamavam-na de dramática! Nas tentativas da partilha de seu jugo, o sopesar era de balde desastroso, chegou ao estupor. As filhas foram-lhe afastados à força e a si lhe sobrou solidão e desespero, comparavam, aqueles ignorantes, depressão à loucura. Atitudes cruéis que lhes roubaram seu alento e levaram a parte cativa de seu coração, perambulou sua tristeza estonteando suas razões num vasto oceano de penúria.

Sua fragilidade abalara sua ingenuidade e, o amor, falseada nas meias verdades dos homens que encontrara, fez-se deslumbrar por um jovem rapaz, que surgira como o

sol na vida de quem procura luz. Acordou de seu sonho e, em busca da possibilidade de sobreviver teve primazia.

Outro amor cruza seu caminho, apaixonaram-se e a partir deste momento, emergiram as sensações dum sentimento de completude, um amor avassalador, logo estariam mais próximos do que imaginavam ser. A rotina e os percalços favoreceria muito para, sem que eles notassem, ser o início de suas reconstruções enquanto seres humanos. Ela, sonhadora, honesta e muito corajosa, pronta ao trabalho mas sem oportunidades por ter vivido uma vida instável, reconheceu o seu valor, retratou-se e se reconstruiu em algo que ambos não eram supridos, o amor e a estabilidade de uma família. Eles se reconheceram um no outro e fizeram disso um grande sentido. Sonharam juntos e lutaram, uma vez que ambos carregaram em suas histórias em jugos cármicos.

Não obstante, uma carga de gerações de conflitos ancestrais, assediando seus filhos como ponte entre o amor e o ódio daqueles que lhes eram semelhantes em sua parentela até seus pais, viria ser um mártir contra o ideal daquele jovem casal. A felicidade de juntos construir tudo aquilo que lhes foi retirado assim como de seus antepassados os acometia em sua realidade. O sagrado da família! E, ao sonhar com um breve e suave porvir, a graça da maternidade lhes trouxera mais um rebento, um laço profundo de amor e cuidado, no centro duma união estável cheia de incertezas mas regada pela força do amor.

Quando tudo parecia estar se harmonizando, ele viria passar a ter problemas com o álcool. Situações de vida que ela desconhecia em sua personalidade. Aos poucos e com o retratar de sua família, vêm-se tornar explícito em seus aspectos de alcoolista e, ao dispor da felicidade naquela altura de sua vida, a luta contra o alcoolismo versus humano versus família parecia incansável. Pareciam intermináveis os dias e noites de angústia que, aos poucos, tomavam seu coração que se modelava com o pesar da opressão, sofrimento e do preconceito. Uma dor sem fim!

Percebeu a tempo de fazer uma reviravolta em sua vida, retornando aos estudos em incontáveis horas a fio, na investida da compreensão baseadas na auto reflexão, sem deixar para trás, o elo para com seus amores basilares ancestrais. Aquela criança nascera para lhes animar de que a vida é passageira e o tempo, senhor de todas as horas, é o encarregado de trazer consigo as providências medradas no destino.

Ao passo, começou uma luta contra o tempo e espaço... tratou de cuidar do seu companheiro em estado de vicissitude resistente, que não entendia tratar-se de uma grave doença, um sofrimento de cunho mental e espiritual. Ele se negava a todo tipo de terapias e cuidados possíveis em favor de sua recuperação física, intelectual e mental. Seu padecer acometeu direta e indiretamente àqueles que estavam mais próximos e o seu tormento viria ser coletivo. Sem perceber, cada dia mais adoecido, tornou-se um ser que muitos desconheciam, um homem agressor e abusivo. Ameaçada, ela decide se separar.

Ele não aceita a distância dela e da cria, não compreende que sua doença é ruína, traz dor e insegurança para o seio de sua família, um apego ao algoz, à

autodestruição. Reforçado pelo péssimo conceito de si mesmo e da verdade que tange a melhoria de seus sinais e sintomas psicossomáticos, sentindo a dor do fracassado na impulsividade de seus atos destrutivos. Tende a perder-se ao caos, na masmorra fortuita humana, o pesar do fardo de sua existência abusiva.

Sua situação vulnerável não o impede de tentar contra ela, que ao tentar proteger os inocentes, sente e chora calada ao rompante de mais um ato vexatório, onde, cada vez mais agressivo, ele se mostra. Em estado de abstinência, as crias estavam lá o tempo todo, contabilizando as horas de horror em flagelo do sangue de sua mãe derramado em luta contra as asperezas dos transtornos do vício em severidade.

E ela? Machucada por dentro e por fora. Em desespero, pensando na segurança e felicidade daquelas pequenas mulheres que dela nasceram, percebe que seu problema é maior que antes. Mas, ao contrário da beleza da Feira formosa e bendita, estar sozinha em casa, sozinha na cidade, era motivo de insegurança e, como sempre ele a afetara, até que sua filha mais nova rebentou pré-termo em primavera. Em despertar espiritual, foge daquela zona de desconforto, já não tendo para onde voltar com tantas crias, a única alternativa que lhe sobrara era a palavra que o Senhor lhes ordenou em sua senda de justiça: “Seja forte e corajosa!”

Partiu para Feira Popular, gritar sua dor em forma de alegria falseada num bordão sorridente, daqueles que só as almas mais tristes sabem dar. Ao ponto de chamar atenção ao sol escaldador do sertão, uma mãe por posse de cada rosto infante existente sob sua posse, cuidados e responsabilidade, luta em busca do pão de cada dia, suportando a amargura, sua penitência. Juntou suas economias, alugou uma casa modesta e, em estado de grande infortúnio, passou a vender coco na feira livre do Tomba.

Leva as crianças consigo, a menorzinha fica no balaio, as maiores, em sua ingenuidade infantil, brincam entre as barracas coloridas. Às vezes sofrem o desrespeito da sua infância em julgamentos de adultos. Contemplam maltrapilhos o arco-íris sem imaginar o que se esconde por detrás dos olhos de sua mãe, uma alma cansada. Noutras realidades, carros de luxo e crianças em berços de ouro transitam frente ao tempo, veem e não enxergam. Tornam-se “invisíveis” os menos favorecidos, assim como também, os traumas da violência doméstica abusiva.

Os danos traumáticos a embeberam de tristeza. Desesperançosa pelo cansaço, seu corpo recuava contra sua vontade, sua psicossoma estava afetada. Em momento de alguma vaidade, olhava-se no espelho: já não era como antes, o tempo nem havia passado tanto assim e com ele foi-se a sua saúde física e mental.

Em ápice do seu desespero, ele tende importuná-la cada vez mais, extinguindo o sentido da paz no berço de suas crias em primeira infância em ensejo e comenos da construção de suas personalidades.

Abusando cada vez mais dos sentidos em disconcordância à plenitude da sua integridade e de suas filhas e, violando os limites corporais de seu campo mórfico e domiciliar, molestou-a em abusos, e em conjunção carnal forçada, a pejou contra seu

desejo e vontade. Já não se sentia dona de si, perdeu-se em sua realidade em consequência aos maus tratos sofridos em sua ampla compleição.

Em meio a pandemia, na labuta da feira, aquela mulher disposta foi acometida por dores ao rubor de seu sangue em plena luz do dia. O trabalho árduo na feira, um movimento contínuo de força regado ao suor frio desde o raiar do sol ao entardecer do dia, reverbera no braço e no facão o peso da superação. Fragilizada emocionalmente e debilitada em suas forças, seu corpo não suportou gestar mais um humano preste a rebentar num mundo entregue ao desamor, sendo o fruto de seu ventre perdido espontaneamente em imaturidade, acoplado aos abusos escarneceadores que passa uma mãe solo, sofrimento de causa maior em sua grandeza vetorial.

Cansada do sofrimento, decidiu ressignificar sua trajetória reconhecendo em si própria o valor necessário para seguir. Em meio às cores, aromas, sabores e dores na labuta da feira, símbolo de resistência em suas multi performances, unia a força que emergiu do seu sofrimento em resiliência à ressignificância dos fenômenos e sentimentos contido no relicário do transcorrer de suas experiências.

Constitui a força de vontade primaz desde a sua primeira infância, como medida de auto proteção, ato significativo para sua auto observação na construção perseverante do seu ser. Para quem teve uma vida marcada por lutas e sonhos, vender água de coco na feira é só mais uma prova valorosa da dignidade no exercício do trabalho, ação que pode mudar a realidade humana em suas diversas perspectivas e característica econômica, social, acadêmica e espiritual.

LIDANDO CONSIGO MESMO EM UM MUNDO PANDEMICO

Ranner de Novais Souza¹

Sou filho do sertão, sertanejo nascido e criado no sertão nordestino, numa cidadezinha do interior da Bahia. Um lugar de uma cultura rica, cheia de música, danças de roda e outras formas de arte. Seu povo é batalhador e no seu dia a dia busca através do suor conseguir o pão que alimenta suas famílias. Além de batalhador, é um povo inventivo que se manifesta nas mais diversas formas de cultura e de arte, as quais são valorizadas e tidas como os símbolos desse humilde povo nordestino.

Sou Miguel, meus amigos e familiares de chamam de Guel. Durante toda a minha vida estudei em colégios públicos e isso teve grande impacto no momento de concorrer a uma vaga numa universidade, pois tive muita dificuldade de ser aprovado no vestibular. Mas, depois de muito esforço tudo deu certo.

No ano de 2016, iniciei meus estudos em Psicologia na Universidade Estadual de Feira de Santana (UEFS). Recordo-me que tive muita dificuldade para conseguir ser aprovado em alguma universidade pública, já havia feito vários vestibulares e também o ENEM algumas vezes e mesmo me dedicando diariamente aos estudos, sempre por um detalhe ou outro não conseguia o êxito da aprovação. Porém de tanto insistir acabei sendo aprovado no curso de Psicologia da UEFS, fiquei muito feliz.

Na segunda metade de 2016 minhas aulas começaram, era um novo ciclo de vida iniciando e com ele muitos desafios, aprendizados e descobertas, era um novo mundo e eu um explorador munido de muita curiosidade e empolgação. Nessa nova vida conheci novas pessoas, novas formas de olhar e explicar o mundo.

Mas nem tudo são flores. Minha jornada na universidade foi tumultuada e tive muitas dificuldades em acompanhar o processo, em dar conta das demandas, muitas vezes por não conseguir compreender o que diziam os textos, de entender o que os professores falavam nas aulas, foi realmente muito dolorido, e acabei por muitas vezes tirando notas ruins e até fui reprovado em disciplinas algumas vezes.

Após muita dificuldade e já um pouco abatido com as reprovações resolvi procurar ajuda profissional. E com isso veio a revelação que impactaria enormemente na minha forma de me relacionar comigo mesmo. Eu sou portador de TDHA (Transtorno do Deficit de Atenção com Hiperatividade). Com o diagnóstico, toda a dificuldade que enfrentei durante toda a minha vida estudantil passou a ser de certo modo explicado, mas não foi resolvido. Ainda tenho grande dificuldade, estou me conhecendo e isso vai demorar um pouco...

No ano de 2020 o mundo mudou, estamos enfrentando uma pandemia, o mundo passa por uma terrível crise sanitária. Com isso, as pessoas do mundo inteiro tiveram que adaptar suas rotinas. Novos desafios surgiram e as universidades brasileiras

¹ Estudante de Educação Física da UEFS.

assim como as do resto do mundo adequaram-se, cada uma do seu jeito, à nova realidade imposta pela pandemia. As aulas que eram no campus passaram a ser através de aplicativos conectados à internet.

Em 2020 na UEFS tivemos o Período Letivo Extraordinário (PLE) e agora em 2021 temos o Ensino Remoto Especial (ERE). Como portador de TDHA, que sou, tive muita dificuldade com o PLE e agora no ERE não está sendo diferente, porém como já amadureci mais um pouco e com a ajuda da minha psicóloga e por receber tratamentos através das Práticas Integrativas Complementares em Saúde (PICS), estou sabendo lidar melhor com minhas dificuldades.

Nesse novo ciclo da minha vida estou buscando me conhecer mais, pois acredito que através do autoconhecimento terei a possibilidade de ter uma melhor qualidade de vida. Hoje alguns questionamentos tem surgido, perguntas como: quem sou eu? De onde venho e para onde vou? A vida se limita ao que conhecemos aqui no planeta Terra ou tem algo para além do que somos capazes de perceber com os nossos sentidos? Eu sou esse corpo? Eu uso esse corpo para poder estar materializado aqui nesse mundo? Quem sou eu? Não sei se encontrarei respostas para esses questionamentos, porém, continuarei me dedicando para me tornar alguém melhor, um pouquinho a cada dia.

Nessa caminhada de me tornar um ser humano melhor, como já disse anteriormente, estou recebendo tratamentos através das PICS. Nas conversas com as terapeutas e também através de estudos por meio de leituras e vídeos do YouTube estou adquirindo conhecimentos que me possibilitam formular as primeiras respostas.

Além de saber da existência desses pontos energéticos fiquei sabendo que além desse corpo de carne, o qual percebemos através dos nossos sentidos básicos como a visão e o tato, temos outros tipos de corpos. Temos um corpo etérico ou duplo etérico; um corpo emocional; um corpo mental; um corpo astral; um corpo etérico “matriz”; um corpo celestial; e um corpo ketérico “matriz” ou causal. Sentir a existência desses outros corpos e dos pontos de energia (chakras) está proporcionando uma revolução no meu ser, pois assim passo a me compreender como um ser multidimensional, um ser que se manifesta em diferentes planos e isso tem um enorme impacto no meu autoconhecimento e na minha forma de interagir comigo, com as outras pessoas e com o mundo e suas diversas formas de manifestações de vida.

Falando sobre chakras, conhecê-los está sendo muito relevante nessa minha caminhada de lapidação. E por falar nisso vou falar como fiquei sabendo da existência deles. Um dia quando estava conversando com a psicóloga no postinho de saúde, fiquei sabendo que lá eles desenvolviam trabalhos com as PICS, com isso passei a participar de terapias através de imposição de mãos (passes). O passe consiste em acumular energia nas mãos e passar essa mão energizada sobre o corpo do paciente, na direção da cabeça aos pés, ao fazer esse movimento, o terapeuta reequilibra a energia dos chakras, caso estejam desequilibradas. O passe funciona em duas etapas, na primeira, é feita a limpeza, onde toda aquela energia que está parada é retirada do indivíduo e liberada na terra; na segunda

etapa é feita a nutrição onde os chacras são nutridos e ao fim do processo eles são reequilibrados.

Apreendi também a fazer o auto passe. Ele é similar ao passe, tendo como única diferença o fato de que no auto passe quem faz o passe é a mesma pessoa que recebe. Com isso eu posso fazer o auto passe todos os dias, faço todos os dias antes de dormir e sinto fico bem tranquilo e relaxado após terminar.

O acompanhamento psicológico associado ao suporte com as PICS (fazer auto passe, terapia através do passe, terapia de autoconhecimento) está sendo meu caminho terapêutico para que eu consiga lidar com as dificuldades do portador de TDHA e que estou tendo que enfrentar nessa pandemia. Este é meu programa terapêutico. Devem existir outros tão bons quanto.

Como já disse, após a chegada da pandemia, tudo mudou, passamos a reorganizar nossas vidas, manter distanciamento e a não frequentar o campus. Novas formas de continuar tendo aulas foram apresentadas em 2020 o Período Letivo Extraordinário (PLE) e agora em 2021 estamos tendo o Ensino Remoto Especial (ERE). Essas mudanças trouxeram novos desafios, mas se adaptar ao novo não é fácil. Eu estou tendo muita dificuldade pois tenho dificuldade de manter o foco por muito tempo, me disperso muito facilmente e com isso tenho dificuldade para acompanhar as aulas e também para dar conta das atividades propostas pelos professores.

Em meio a esses problemas, conhecer as PICS podem ser de fundamental importância como ferramenta adicional para que eu consiga lidar com essas minhas dificuldades. Confesso que estou animado e vou continuar com o tratamento, objetivando bons resultados. Não está sendo fácil, mas eu venho me superando diariamente, é um passo de cada vez.

Mesmo com minhas tentativas, há dias em que tenho a sensação de que não evolui, que não saí do lugar nessa caminhada de aprimoramento do meu ser. No que se refere a meu desempenho acadêmico, isso se mostra fortemente em alguns momentos. Tem vezes que não sinto vontade de realizar minhas atividades acadêmicas, nesses dias é muito difícil e praticamente não consigo produzir nada e com isso acabo acumulando atividades a serem feitas o que gera ainda mais ansiedade. Nesses dias tento não me cobrar e tentar focar em outras coisas, como assistir filmes, séries, fazer arte, dançar, enfim, busco não me punir e mudar o foco.

Neste momento histórico atípico, passando por uma difícil experiência de isolamento social, de ter que ficar em casa, onde por conta do alto risco de contaminação e para controlar a disseminação do vírus, não é recomendável aglomerações, ou seja proximidade, ter contato com grande número de pessoas. Acredito que essa deve estar sendo uma experiência muito difícil para a maioria das pessoas do mundo e também para os brasileiros, porém, no meu caso nem tanto assim. Durante toda a minha vida, eu nunca gostei de aglomerações, sempre que possível evitei contato com grande número de

peças, ficar no meio de muita gente sempre foi um pouco desconfortável, gosto mais de ficar só.

A pandemia também nos obrigou a não ter contato físico, isso no meu caso também não é algo complicado, pois eu também nunca gostei de toques, na maioria das situações o toque chega a ser desconfortável, com exceção quando a pessoa que toca é alguém por quem sinto muita confiança.

Eu sempre gostei de ficar no “meu mundo”, sempre foi mais confortável ficar nele em vez de ficar no mundo real, aliás, nunca gostei muito do mundo real e como não tinha como mudá-lo criei o meu próprio mundo. No meu mundo a criatividade vibra como a cor das asas de uma borboleta que voa de flor em flor em busca de néctar, lá tem poesia, música, teatro, pinturas e tudo o que pode ser criado com os pincéis da imaginação. Também não sou muito de falar, talvez pelo fato que não goste, que prefira só observar, ou talvez pelo fato de que tenho muita dificuldade em me expressar, é muito difícil expressar aquilo que minha mente criativa produz.

* * *

Viver esse personagem foi uma experiência nova e desafiadora. O primeiro desafio foi escolher dentre as opções de *avatars* aquele que eu gostaria de experimentar seu mundo e buscar sentir como é viver sendo aquela pessoa. Mas, como foi o processo da escolha? Qual motivos me fez escolher esse em vez dos outros? Eu poderia dizer que foi uma escolha racional, movida pela curiosidade de compreender e entender como vivem os portadores de TDHA, como é o mundo deles, como se relacionam com as outras pessoas. De fato, eu tenho curiosidade e sei da importância de entender pois estou num curso de formação de professores e com isso é provável que algum dia alguns dos meus alunos esteja com TDHA e, portanto, terei que saber como agir no momento em que isso acontecer. Tudo isso é importante e relevante, no entanto, não são os principais motivos que me levaram a escolher esse *avatar*.

Então, não houve um motivo específico, que possa ser explicado através da razão, aliás a razão não fez parte do processo. De fato, foi uma escolha intuitiva onde ao ler algo me disse “é esse o *avatar* que escolho!”... “é desse ponto de vista que sinto que gostaria de olhar para poder compreender!”. Essa escolha intuitiva deve ter vindo de uma tentativa de ao buscar entender o portador de TDHA me entender um pouco mais.

A experiência de vivenciar o mundo de outra pessoa e com isso sentir ou perceber suas dores, seus desejos, medos, felicidades, modos de entender e enfrentar a vida, é justamente para desenvolver *empatia* pelas pessoas. Mas, sentir o que outra pessoa sente não é um processo simples e fácil, no meu atual nível de desenvolvimento humano. Para poder entender minimamente, tive que primeiro me permitir viver esta experiência. Depois, foram horas lendo sobre TDHA, buscar um entendimento teórico sobre as suas

especificidades e após esse processo de leitura busquei vestir a roupa do personagem e de certa forma ser ele. Inclusive houve momentos em que, ao escrever, eu não sabia onde era eu e onde era o personagem, isso pois uma das especificidades do personagem é viver uma experiência de semestre remoto na UEFS em mundo pandêmico e eu também vivo essa realidade e assim como ele também enfrento dificuldades.

Assim, para poder viver no mundo dessa pessoa, eu tive que buscar junto a essa pessoa compreender o que ela sente, como ela sente, sentir o que ela sente; buscar compreender como é o mundo dela e como ela interage como o mundo e como o mundo interage com ela; com ela percebe as coisas; o que é importante e o que não é. Porém, não foi fácil, nem sei se consegui, mas eu tentei e creio que tentar, estar disposto a tentar já é um caminho para conseguir. Então, diria que no mínimo saí da inércia.

Como já relatei acima, a experiência foi desafiadora. Isso pois não é fácil perceber como o outro, sentir como o outro, olhar pelo ponto de vista do outro. Nós aprendemos durante toda a vida a olhar o outro sempre pelo nosso ponto de vista, e com julgamentos. Nesse sentido, quando, por exemplo, encontramos alguém com algum tipo de sofrimento temos a tendência de julgar o nível de gravidade desse sofrimento tendo como base a nossa história de vida, o nosso ponto de vista e assim na maioria das vezes cometemos injustiças ao dizer que aquilo que aconteceu com aquela pessoa não é tão grave assim, que portanto a pessoa está exagerando. Nessa situação, não deveríamos menosprezar o sofrimento do outro, mas sim procurar entender como aquilo impacta na vida daquela pessoa olhando pelo ponto de vista dela e acolher. Logo, não é fácil viver a roupa de um personagem e ser aquela pessoa, sentir suas dificuldades, suas características, suas personalidades. Foi desafiador e ao mesmo tempo gratificante.

No decorrer da disciplina BIO163 – Terapias Corporais adquiri novos conhecimentos, e esses possibilitaram começar a olhar o mundo e suas manifestações por uma nova perspectiva. Foi importante para entender que somos muito mais do que esse corpo físico o qual conseguimos ver e tocar, que além destes temos outros corpos e que tudo o que se manifesta nesse corpo é resultado do que está acontecendo nos outros corpos e desse modo, precisamos prestar atenção em nós mesmos como seres integrais.

Os tipos caracterológicos e a formação da nossa personalidade foi um estudo importante para ajudar em meu autoconhecimento, entender mais sobre o que acontece em minha vida, entender mais sobre as pessoas que estão ao nosso redor, e assim poder viver em grupo de uma forma mais harmoniosa. São ferramentas que dão base para a *empatia*, para acolher, sentir como os outros se sentem e assim poder ajudar, ou no mínimo não contribuir para que essa pessoa sofra ainda mais.

A escrita deste texto contribuiu de forma muito positiva para que eu me visse através do personagem e em algumas vezes até despertou momentos de criatividade, como é possível ver na poesia apresentada abaixo, a qual foi escrita durante uma das últimas aulas da disciplina.

Leve e livre como um fóton

O que pesa em você te afunda
Se liberte, se desprenda, seja um balão de ar
Se encontre em você, não fuja
Seja um barquinho a vela, se permita navegar

No céu, no mar
No chão, no ar

Coração que vibra
Passarinho, arco-íris, beija-flor
Leve como pipa
Colorido, bandeirolas que deixam o céu multicolor

É o céu, é o mar
É o chão, é o ar
É o rio e a selva
É o fóton de luz que incide em cada olhar

MÚSICA PARA O LUTO

Thiago Silva Sobrinho do Carmo¹

Permita-me aqui me apresentar. Sou Silvana, uma jovem de vinte e quatro anos que nasceu e se criou na Bahia, na zona rural da cidade de Serrinha, e tenho o sonho de ser cantora. Mas, essa parte eu conto a vocês mais pra frente, vamos as minhas raízes primeiro.

Cresci no meio rural com meus pais e avós por parte de pai. Venho de uma família de agricultores que sempre batalharam muito pra conquistar tudo que têm com valores da família em primeiro lugar. Eles sempre trabalharam com plantação, gado bovino e outros animais e daí que sempre veio nosso sustento.

Minha mãe, antes de conhecer meu pai, morava na cidade e fez o extinto curso de magistério da Escola Normal para ser professora. Formada, começou logo a trabalhar no Grupo Escolar ainda muito jovem, e com sua experiência de vida sempre me incentivou a estudar. Apesar de ser professora e poder desfrutar do status de ser estudada, ela sempre ajudou meu pai nas atividades diárias da roça e sempre deu muito ponto a ele.

Além de mim, meus pais tiveram mais dois filhos homens. O mais velho tem 29 anos, e o caçula vai fazer 16 anos em novembro. Meus pais criaram os três filhos da mesma maneira, com os mesmos princípios e caráter. Acredito que pelo fato de eu ser a única mulher, meu pai sempre teve muito ciúmes de mim, vendo perigo em todo lugar e me impedindo de ter liberdade.

Meu irmão mais velho trabalha na cidade, e lá ele conheceu a mulher que hoje é esposa dele e foi morar com ela. Desde então, só meu irmão mais novo mora com a gente. Ele é magro, meio desengonçado, muito caseiro, gosta de ficar só e é todo sistemático: tudo dele têm que ser certinho. Meu irmão mais novo parece que está indo no mesmo caminho, os dois são bem parecidos.

Meu avô e meu pai são bastante parecidos, quanto às suas características. Os dois tem uma aparência forte, atarracada e são baixinhos. Os dois são super compreensivos e exalam *empatia*, a ponto de trazer para si o problema e o erro do outro e buscar, dentro de suas leituras de mundo, entender as situações mais complicadas que aparecem nos noticiários do rádio. Por outro lado, são bastante desconfiados, especialmente nos negócios, e demoram para formar vínculo e partilhar seus problemas.

Já minha mãe é a energia em pessoa, têm muita força, garra e disposição física por todo o corpo. Mesmo com a vida dura que leva, ela é cheirosa, arrumada com simplicidade e muito linda, com um corpo com curvas nos lugares certos, que nem o tempo e as três gravidezes foram capazes de mudar. Tem temperamento muito exigente, é competitiva, e nada parece que é bom o suficiente para ela.

1 Estudante de Educação Física da UEFS.

Minha vó por parte de pai (eu a chamo de voinha) é uma pessoa muito generosa, sensível, emotiva, carente e chorona. Se deixar ela fala por horas, o dia inteiro, gosta muito de conversar e ser ouvida. Além disso, é uma cozinheira de mão cheia!

Minha família nunca foi de ir na igreja porém, sempre tiveram muita fé em Deus e o hábito de ler a palavra na Bíblia. Desde que me lembro por gente, minha mãe sempre cobrava a mim e a meus irmãos pedir a bênção e a oração antes de ir dormir e assim que acordávamos. Além do “Pai Nosso”, ela pedia pra gente agradecer por tudo, pelo pão de cada dia, pela saúde de todos nós, pelas coisas boas e ruins. Esse exercício de gratidão que tenho até hoje se dá muito por causa disso, minha mãe sempre me ensinou a dar valor às pequenas coisas e agradecer por tudo.

Que mais posso contar de mim?

Minha infância foi carregada de muita brincadeira, muito aprendizado e acima de tudo, muita felicidade. Sempre gostei muito de acompanhar meu pai e meu avô pra onde eles iam, e com isso aprendi muito sobre o que é ser da roça, cuidar da terra, do gado e tomei gosto pela coisa. O medo inicial de andar a cavalo por exemplo, se tornou uma paixão com o tempo e que amo fazer até hoje.

Uma lembrança forte que tenho é das vaquejadas. Sempre gostei de acompanhar as vaquejadas com minha família, desde pequenininha, e foi daí que tomei gosto por essa celebração de maneira geral, e mais especificamente, pela música.

A música da vaquejada é algo que não sei explicar direito, mas que desperta algo diferente no nosso coração. É apaixonante, uma melodia que arpeja dos pés à cabeça, que enche nosso coração de orgulho da nossa raiz.

Esse meu gosto por música transcendia o prazer em escutar, eu gostava de cantar também. Criei tanto gosto que, fiquei com vontade de aprender algum instrumento musical. Eu era e sou apaixonada pela sanfona, porém, por ser um instrumento caro não era uma opção. Mas além da sanfona, admirava demais as violas caipiras, violões etc. Depois de muito pedir, eu ganhei um violão dos meus pais, no meu aniversário de 14 anos. Foi um dos dias mais felizes da minha vida.

Minha família sempre me falava que eu cantava bem, tinha afinação, levava jeito. E eu percebi que depois do violão se criou até certa admiração, acho que foi quando eles realmente enxergaram que existia um talento ali. Mas, minha família sabe da realidade de quem sonha em ser artista no Brasil, então nunca pensaram na possibilidade de aquilo virar algo sério, profissão ou algo do tipo. E pra ser sincera, eu também não.

Desde que criei gosto por música e por cantar, botei na minha cabeça que eu seria cantora, e esse se tornou o meu sonho. Apesar disso, a realidade é muito dura. A arte não é valorizada no nosso país, e para mim que sou do interior, de família humilde, e que não tenho como investir nesse sonho, é muito mais complicado. Mas não desisto e acredito que quando você mentaliza muito alguma coisa, as chances de acontecer aumentam, então só me restava ter fé.

Viver de música é para mim algo incerto e criei outros planos pra minha vida. Com a influência de minha mãe associado à admiração pela profissão dela, acabei seguindo para ser professora. Acho fascinante a ideia de repassar um conhecimento que você tem para outras pessoas. Apesar das dificuldades enfrentadas nas escolas, quanto questão de estrutura, qualidade de ensino, baixos salários, minha mãe sempre me incentivou a estudar, e sempre me cobrou muito. Hoje eu vejo como esse apoio e incentivo foi importante pra mim. Sem isso, com certeza seria muito difícil alcançar meu objetivo de entrar numa universidade, fazer um curso de licenciatura para me tornar professora. Sim, minha ideia de ser professora amadureceu e foi atrás disso que eu corri atrás.

O curso de Licenciatura em Música da UEFS seria para mim uma grande e maravilhosa oportunidade de viver, trabalhar e respirar nos meios em que eu amo: o ensino e a música. Mas a primeira tentativa não teve sucesso. Por outro lado, como estudar e também trabalhar para me sustentar em Feira de Santana, ganhar meu dinheirinho, comprar minhas coisas e ajudar minha família? Um conflito interno que me angustiava e aos poucos me desanimava.

Minha mãe ao perceber meu desânimo diário, conversou comigo. A gente teve uma conversa que nunca tinha tido antes. Falamos sobre passado, sonhos, anseios, perseverança e alguns segredos. Enxerguei ali uma pessoa que acreditava em mim, e que eu podia confiar, até nos segredos mais confidantes. Nossa conversa me deu uma injeção de ânimo e de confiança gigante, e então eu estava disposta a voltar aos estudos com a mesma fome do começo. Só pra deixar claro, depois do vestibular eu me dei um descanso dos estudos por algumas semanas, mas quando eu tentei voltar, já não conseguia ter a mesma constância de antes, por não acreditar que seria possível.

Foi aí que veio a reviravolta com práticas integrativas. A princípio fiquei curiosa, resolvi conhecer um pouco melhor várias práticas integrativas, até para eu poder escolher uma que melhor me ajudasse dentro do que eu queria, e talvez uma que eu mais me identificasse ou sentisse mais vontade de fazer. Particularmente, fiquei fascinada com todas as possibilidades, cada uma mais interessante que a outra dentro da suas especificidades, a vontade era de fazer todas, ou pelo menos experimentar todas. Mas, a princípio, acabei ficando com a meditação, e claro, a musicoterapia.

Eu enxerguei nas duas o que eu precisava. A meditação melhora no desempenho cognitivo, além de proporcionar maior integração entre mente, corpo e mundo exterior. Além disso, a meditação amplia a capacidade de observação, atenção, concentração etc. Já a musicoterapia, utiliza a música e seus elementos; som, ritmo, melodia e harmonia, num processo facilitador e promotor da comunicação, da relação, da aprendizagem etc. Escolhi a musicoterapia também muito pelo fato de eu amar música, e por saber que eu já utilizava música em muitos momentos na minha vida, e sempre foi algo que me ajudou muito. Porém, agora eu iria saber como utilizar ainda mais a meu favor.

Ateliê de Empatias

Pois então, tratei de colocar essas práticas na minha rotina, e foi impressionante a diferença. Eu me sentia mais leve, mais disposta, com a mente mais tranquila, me sentia muito bem. Parece que eu entendia melhor o meu corpo, sentia e percebia os sinais que ele me dava, algo surreal. Fiquei espantada como hábitos tão simples eram capazes de mudar tanto a vida de uma pessoa. O único pensamento era “porquê não conheci essas práticas antes? Todo mundo devia conhecer as PICS”.

Minha rotina de estudos melhorou bastante, apesar da rotina de ajudar em casa. Eu conseguia dar conta dos conteúdos com mais facilidade, parece que estava aprendendo mais fácil, me sentia mais confiante. O tempo passava e chegava cada vez mais perto do grande dia, o dia do vestibular.

O dia chegou, e eu fiz o que tinha que ser feito. Dessa vez estava mais tranquila que na primeira vez, estava mais preparada psicologicamente para o resultado, porém, algo dizia que meu momento tinha chegado.

Tem um ditado que minha querida avó costumava sempre falar, “tudo é no tempo de Deus”, e sim, a vontade dele foi feita, meu momento tinha chegado, agora eu era aluna da UEFS. A sensação ao saber do resultado não dava para descrever em palavras, o sentimento era de gratidão e de dever cumprido. Um sonho realizado! Só eu sabia o que tinha passado para conseguir aquela aprovação... Estar na UEFS como aluna do curso de Música era algo quase inimaginável! Foi uma felicidade que não cabia no peito!

As aulas começaram. Era tudo mágico, até a energia daquele lugar é diferente. Mesmo tendo que viajar todos os dias, o cansaço, o risco das estradas, fui me adaptando pois era a minha realização profissional.

Nas aulas era incrível perceber o talento de muitos colegas. Nas próprias aulas, ou em nossas reuniões nos momentos pós aulas, eu só conseguia admirar. Além disso, como sempre fui muito tímida, sem muitas amizades, estar ali com tantas pessoas era algo novo para mim. Por conta disso, apesar de saber do meu talento, eu precisei de um tempo até eu conseguir me sentir à vontade.

Aos poucos fui conseguindo me soltar nas nossas reuniões. Cantava, tocava, e para a minha alegria, sempre era muito bem elogiada pelos meus colegas. Certo dia, em meio a resenha, alguém comentou “a gente podia montar uma banda, tocar em barzinho de universitários. Vai que dá certo?” Pra ser sincera, não sei bem se a pessoa estava falando sério, porém, era tudo que eu precisava ouvir. Já era um desejo meu fazer essa proposta, mas, não sabia como, então quando vi alguém falando consegui enxergar ali a minha oportunidade. Era o começo da realização de um sonho.

Nosso grupo estava formado. A princípio, só sabíamos dos instrumentos que iriam ter, que todos iam tocar algo e que alguns poderiam cantar. Quanto ao ritmo, inicialmente iríamos tocar de tudo um pouco, mas, principalmente forró, sertanejo e MPB. Era tudo muito pequeno perto de tudo que um dia eu já sonhei, mas eu tenho em mente que tudo é um processo, e que tudo têm um começo. O passo mais importante para se alcançar um objetivo a gente já tinha dado, que é o primeiro.

Algumas apresentações em barzinho do Feira VI e na São Domingos e tivemos alguma repercussão nas redes sociais que estavam sendo positivas. Um dos meus colegas da turma é “influente” na internet e para nos ajudar criou uma página para a banda e começou a divulgar de tudo que é jeito. Trabalhos pequenos que rendiam algum ganho. Com esse dinheirinho e com a bolsa permanência que consegui na UEFS, eu resolvi dividir aluguel com outra colega.

Eu nunca tinha me sentindo tão viva, tão feliz. Conheci pessoas novas, tive novas experiências, amadureci. Quando eu estava indo para o meu quarto semestre acadêmico, veio o baque: a pandemia. Foi como uma rasteira, fiquei sem chão!

A pandemia chegou e com ela vieram muitas dúvidas. Ninguém entendia direito o que estava acontecendo, e nem por quanto tempo isso ia durar. O que eu sabia é que eu não tinha mais UEFS, não tinha mais banda, não tinha mais felicidade. O mundo inteiro estava experimentando a mesma situação, a incerteza, o afastamento social, o luto. Parecia que o tempo parou para esperar o novo coronavírus passar. O amanhã virou um grande ponto de interrogação. O “ainda não vivido” nos recepciona a cada segundo, impondo e sobrepondo demandas.

Eu me sentia desamparada, com medo. Imagens de pessoas sendo entubadas, de dezenas de covas abertas. Voltei correndo para casa, encontrei minha família sadia mas abalada com as notícias. Voinha me abraçou e me disse chorando: “Só nos resta nos protegermos, nos cuidarmos e esperar Deus mandar esse grande pesadelo passar, minha querida”.

Passei a fazer disciplinas no formato remoto com o sinal de internet muito instável mas eu não tinha outro jeito. Como é possível, acompanho a covid-19 se alastrando no meu país, diariamente esfregando em nossa cara a nossa finitude e a finitude daqueles que amamos, conforme a falta de políticas públicas de controle da doença, em especial a vacinação lenta. Alguns colegas revoltados com o presidente e a péssima condução do país durante a pandemia manifestavam-se nas redes sua insatisfação com este cenário muito cruel...!

O sentimento é de luto por tudo, por tudo que não podemos vivenciar, por abraços que não podemos dar, por amigos e familiares que não podemos ver, e principalmente, pelas vidas que se foram. Luto pelas músicas que não conseguimos mais ouvir...

* * *

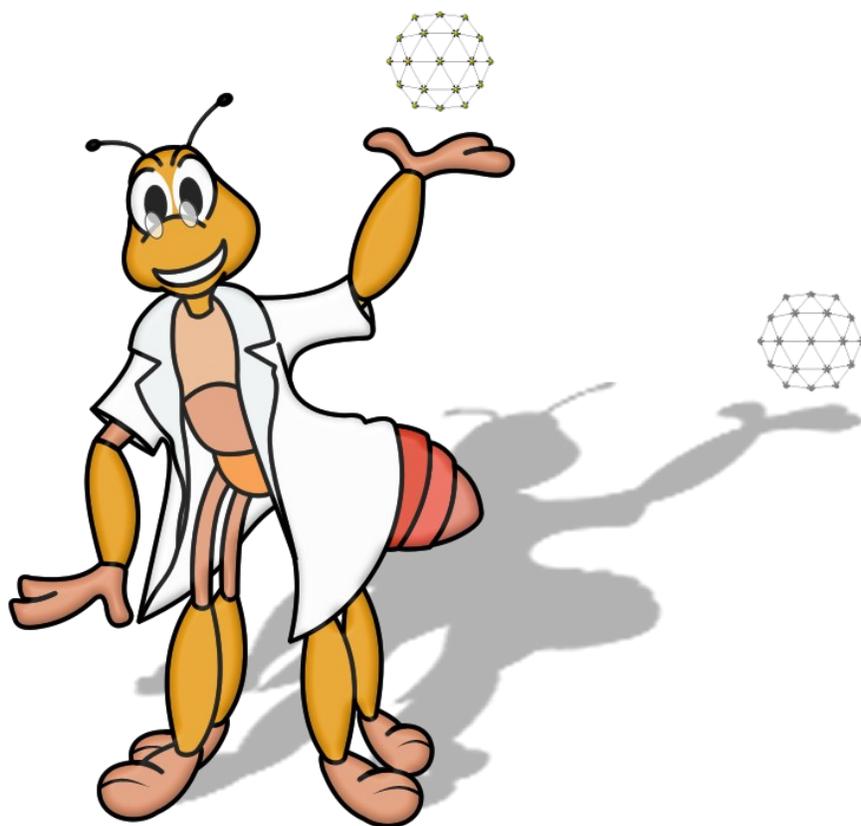
Enquanto autor, o que motivou minha escolha por este tema foi o fato de ser um nordestino que admira muito a cultura de minha região, e que têm um sentimento especial pela cultura do vaqueiro e suas tradições. Sempre gostei muito das músicas, das festas em si, e assim inseri minhas vivências de nordestino neste texto.

Ateliê de Empatias

Além disso, desde pequeno, sempre tive o gosto por música, e sempre gostei muito de cantar. Por azar, não fui abençoado com uma belíssima voz afinada, no entanto, isso nunca me impediu de cantar as músicas que eu gosto.

Enfim, encontro-me mais uma vez com a música só que na escrita deste texto! Foi uma porta aberta para um caminho prazeroso.

O que mais me marcou nesse percurso foi o fato de por muitas vezes eu me enxergar nessa história. Escrever e contar a história de Silvana foi uma experiência incrível, algo que eu nunca tinha vivido. Conseguir viajar pela história, e imaginar como se realmente tudo tivesse acontecido, uma imersão surreal! Por alguns momentos parecia que essa pessoa existia pra mim. E de fato, com certeza existem várias Silvanas por aí.



Todo mundo pode mudar o Mundo!