



O Nevoeiro e o Girassol: Ampliando os Horizontes Narrativos Frente à Perda Traumática de um Filho

Ana Luiza de Faro Novis

O grande escritor Eduardo Galeano costumava dizer que somos feitos de histórias. Isso sempre me convidou a pensar que, logo depois da concepção, uma gestação singular aguardava cada um de nós. Imagino, ao longo da gravidez, filamentos genéticos sendo mesclados com filamentos narrativos das histórias das famílias, sociedades e culturas de que fazemos parte. Ao nascermos, não recebemos apenas um nome, mas também um lugar de narrador. O primeiro choro é só o pontapé inicial de uma carreira promissora como contador de histórias.

As narrativas sempre me encantaram. Quando criança, adorava ouvi-las – fosse em casa, na escola, nos livros, nos filmes ou em um programa de televisão. Mas foi aos sete anos de idade, que conheci o poder transformador de uma história (Novis, 2019):

Quando eu tinha uns sete anos de idade, adorava dançar e representar as histórias que criava sobre príncipes e princesas. Vivia imersa no meu mundo mágico de fantasia, e volta e meia minha mãe tinha que me chamar de volta à terra, para prestar atenção. Meu irmão, um pouco mais novo, era reconhecido por sua sagacidade e inteligência. Ele sempre tirava boas notas, e era elogiado pelos comentários que fazia. A família era muito culta, e a inteligência era um valor muito apreciado e valorizado. No desempenho escolar eu ia aos ‘trancos e barrancos’, o que me fez começar a me considerar menos inteligente. Eu ficava a pensar como poderia dar um jeito naquela situação. Os meus pais gostavam muito de ler e havia livros por toda parte da casa. Eu olhava para aquela montanha de livros e me sentia incapaz de dar conta de lê-los. Isso me deixava muito aflita, pois eu acreditava que a inteligência deveria estar contida naquelas infinitas páginas. Enquanto aquela angústia me acompanhava, meu desempenho escolar naufragava. Durante as primeiras séries do ensino fundamental, no final do ano eu sempre ficava em recuperação, enquanto meu irmão passava direto e podia aproveitar as férias mais cedo. Alguns anos depois,



eu estava assistindo a um programa na televisão onde Dina Sfat, famosa atriz daquela época, era entrevistada por um grupo de pessoas. Com desembaraço e segurança, ela discorria de forma articulada sobre as diversas questões que lhe eram apresentadas. De repente, é colocada a pergunta: ‘Dina, você é tão inteligente; o que você faz?’ Nesse momento, eu já antecipava sua resposta: ‘Ela com certeza lê muito’. Qual não foi minha surpresa quando ela respondeu: ‘Eu escuto muito’. Desde esse dia, o meu desempenho escolar melhorou significativamente, e com o passar dos anos ouvi e me inspirei em muitas histórias. (p. 29)

Essa experiência tornou-se inesquecível; simplesmente vivi algo extraordinário que, à época, não consegui traduzir em palavras. Ao me deparar com uma interpretação diferente para o conceito de inteligência, uma chave dialógica abriu diante de mim a porta do entendimento, desbloqueando uma nova possibilidade (Novis, 2019). A escuta atenta e apurada me presenteava com novas lentes para enxergar a história dominante que me aprisionava. Essa nova perspectiva trouxe de volta a esperança e me inspirou a encontrar um novo caminho para me desenvolver como pessoa. Essa referência de vida foi tão significativa que influenciou minha escolha profissional.

Ao longo de minha trajetória como terapeuta, busquei aprimorar minha escuta e exercitar minha capacidade de dialogar com referências inspiradoras. O encontro com a Terapia Narrativa foi transformador: durante minha formação no Instituto de Terapia de Família no Rio de Janeiro, a professora Eloísa Vidal me apresentou Michael White e David Epston (1990). Desde então, as histórias, sem sombra de dúvida, passaram a ocupar um novo lugar em meu consultório. Era hora de deixar de vê-las como mero relatos e perceber como elas transcendem um papel descritivo, esculpindo o sentido que damos à vida. São as histórias que modelam nossa rede de relações e determinam como nos reconhecemos em nossa própria trajetória (Morgan, 2007). A simples escolha dos eventos que desejamos narrar influencia e é influenciada por nossas crenças, valores pessoais, familiares, sociais e culturais.

Resumindo, somos todos autores ativos. Nossas narrativas carregam as marcas de nossas interpretações; afinal, contamos histórias com base nas experiências que atravessamos. As situações de vida nos convidam a construir significados – um processo que, por sua vez, emerge das conexões explícitas e implícitas que



temperam e inspiram a narrativa de cada um. O tecido de nossas histórias é constituído por um emaranhado de fios narrativos do passado, presente e futuro – e é isso que empresta à narrativa o sentido de continuidade (Rasera & Japur, 2004). Com o passar do tempo, construímos inúmeros significados e criamos diversas histórias simultaneamente. Ao escolher o que contar, indicamos as tramas que consideramos dominantes e a seleção destes ou daqueles “recortes” pode gerar efeitos positivos ou negativos em nossas vidas (Morgan, 2007).

Meu próprio fragmento biográfico, à luz dessa nova postura filosófica, ganhou contornos inéditos: a fala da atriz Dina Sfat despertou lembranças e me levou a reconhecer outras histórias que já existiam em minha vida; histórias alternativas que se mantinham invisíveis para mim até aquele dia. Aquela fala me reconectou com o prazer de escutar histórias, além de me lembrar de como ouvi-las sempre temperou minha criatividade e me ajudou a desenvolver minhas próprias versões. Graças à entrevista, surgiu um entendimento capaz de contrariar a trama dominante em relação ao conceito de inteligência: a menina que criava a partir do que ouvia reverberou na sua potência máxima e finalmente libertou seu texto, dando luz a novos parágrafos que há muito esperavam para nascer.

Segundo Richard Kearney (2012) “a vida está prenhe de histórias. Ela é um enredo nascente em busca de uma parteira. Porque dentro de cada ser humano existem inúmeras pequenas narrativas tentando escapular” (p. 413). A partir dessa perspectiva, o terapeuta é convidado a manter uma presença mais sensível, curiosa e aberta para novas ou velhas histórias que desejam aparecer. Caminhamos sem destino pré-determinado.

Em nosso dia-a-dia na prática clínica, clientes nos procuram com histórias saturadas pelo problema que comprometem sua qualidade de vida e suas relações familiares. A postura descentrada do terapeuta permite ouvir a história de um novo ponto de vista; passamos a acompanhar a narrativa de um novo lugar: posicionados ao lado do cliente, escutamos com atenção e sensibilidade, buscando brechas em seu texto para explorar outras histórias – aquelas que resgatam a esperança e a liberdade. Somos ouvintes genuinamente interessados, conscientes da habilidade do cliente em construir significados, de ser o especialista em sua vida. Deixamos de ser especialistas de um suposto saber capaz de oferecer respostas para todos dilemas que afligem e limitam a qualidade de vida do cliente.



A conversa é movida por curiosidade e interesse permanentes com o objetivo de favorecer a criatividade e o desenvolvimento de possibilidades que antes não pareciam existir. Como terapeutas, somos presenteados a cada dia com a riqueza e as potencialidades dos nossos clientes; ao mesmo tempo, somos tocados e transformados por cada relação. Costumo dizer que terapeutas são inteligentes, porque escolheram uma profissão em que são pagos para aprender. Humberto Maturana, conforme referenciado por Grandesso (2000), ressalta a importância de uma conversa de qualidade. Segundo ele:

Conversar é dar volta juntos, nas voltas que damos nos relatos da vida destes que nos escolhem e nos acolhem como testemunhas de suas histórias, temos de estar, realmente juntos, inclusive para sentir juntos. (p. 276)

Os fundamentos filosóficos da Terapia Narrativa potencializam a ética e o respeito ao que é narrado, entendendo que as pessoas não apenas vivem suas vidas, mas imaginam as vidas que estão tocando. As histórias sintetizam essas imaginações singulares que devem ser valorizadas e aproveitadas pela prática clínica (Frank, 2014).

Eventualmente, nos deparamos com fatos que mudam abruptamente o rumo da conversa. Um fato de vida inesperado que impõe uma trama dominante que paralisa ou secciona o curso da história. Uma situação traumática que invade a vida e promove um nível tal de desorganização, que se perde o fio da meada. Um nó é atado de modo a impedir o livre fluir das narrativas.

O trauma da perda de um filho gera uma ferida que rasga a esperança e nos congela na cena; ficamos parados no tempo, perdidos, sem saída, sem rota. A paisagem da vida fica desbotada, somos arrastados para um vazio, sem referências – ficamos completamente perdidos.

O impacto dessa perda em nossa cultura e sociedade é tão significativa que nem nome ela tem. Existe nomenclatura própria para aqueles que perdem pais (órfão ou órfã) e cônjuge (viúvo ou viúva); mas não há nome para quem perde filho ou filha. Em certa medida, o sofrimento é ampliado pela expectativa sociocultural da representatividade que essa perda deve ter na vida de um pai ou de uma mãe. Segundo White (2005), essa expectativa acaba por naturalizar um vínculo, quase indissociável, entre o trauma e a dor psicológica acompanhada de sofrimento



emocional, o que tende a comprometer a compreensão nas conversas terapêuticas. Visões estreitas sobre como agir nesse contexto contribuem para construção de um senso de identidade frágil, minando o reconhecimento de competências e desperdiçando recursos preciosos sobre como agir na vida – mesmo diante de tamanha adversidade (White, 2005).

Apesar da mídia atual abordar mais abertamente o assunto, muitas famílias preferem não tocar no assunto. O desafio para nós, enquanto terapeutas, é não reproduzir de maneira mecânica e acrítica práticas conhecidas e familiares, buscando nos manter abertos para o inesperado. Para isso, é essencial estabelecer conversas sem nos tornar reféns de objetivos previamente definidos; é ter na curiosidade uma aliada estratégica, sem ignorar que uma perda tão trágica também impacta nossas próprias histórias.

Atravessei uma experiência em minha vida profissional que me marcou profundamente e abriu a possibilidade de tomar um rumo inesperado, revelando novas perspectivas para a qualidade da relação terapêutica. Eu já atendia a Maria há alguns anos. Ela estava passando por um momento especial em sua vida: tinha acabado de viajar por paisagens deslumbrantes do Nordeste e dar início a um novo projeto de vida com seu marido, Jorge. Estavam casados há 35 anos e, desde que tiveram os três filhos, sempre viajavam com eles. O filho do meio, Joaquim, havia casado no início do ano e as duas filhas, Amanda e Alice, já estavam formadas e haviam começado a trabalhar. Ao vê-los crescidos e donos de suas próprias histórias, Jorge e Maria resolveram experimentar essa nova aventura: era um reencontro precioso na vida do casal; casados há três décadas, eles voltavam a ser namorados na maturidade.

Era dezembro e Maria estava radiante com a viagem que realizara. A experiência havia superado todas suas expectativas. Afinal, eles não viajavam sozinhos há muito tempo e ela estava encantada com o prazer que sentiram em estar juntos. Maria já aguardava ansiosa a próxima oportunidade.

O fim de ano se aproximava e ela estava organizando as comemorações de Natal e Réveillon. O plano era manter a tradição de todos os anos e fazer uma viagem com toda família. Nesse clima tão inspirador, nos despedimos e agendamos o nosso encontro para depois das festas.



Alguns dias depois, um fato imprevisível invadiu a nossa história e nos atingiu como um tiro certeiro. Eu, que havia acabado de testemunhar um momento poético na vida de Maria, recheado de esperança e novas possibilidades, assisti em frações de segundos essa tocante narrativa ser esfacelada e preenchida por uma desarmonia dilacerante.

“Não Podemos Perder Mais Nada”

Estava em casa à noite, quando recebi o telefonema de um dos filhos de Maria. Estavam a caminho do hospital. Alice, a irmã caçula, havia acabado de sofrer um grave acidente. Imediatamente, fui invadida por uma forte emoção. Eu sabia o quanto Maria tinha uma preocupação especial com essa filha. Aos dois anos de idade, Alice havia recebido o diagnóstico de vitiligo. Uma pequena mancha branca no cotovelo denunciava o inesperado invasor. Desde então, ela sempre cuidou da filha com muito zelo, sem superprotegê-la; porém, apesar de todos os cuidados, a mãe vivia assombrada pelo medo de um dia a doença se agravar. Alice estava com 26 anos e sua doença já tinha sido estabilizada há alguns anos. Ela vivia um momento muito especial, realizada com o trabalho novo e com suas recentes descobertas. O desabrochar da filha enchia o coração de Maria de orgulho e felicidade. Fui para o hospital, torcendo para que Alice superasse mais esse desafio.

Ao chegar, encontrei Maria, atordoada, em desespero, ainda com a blusa ensanguentada. O acidente havia acontecido próximo à sua casa. A situação era muito grave e o médico neurologista, amigo da família há muitos anos, havia acabado de confirmar a avaliação dos colegas da emergência: não havia muito a fazer. Conforme previsto, Alice faleceu naquela madrugada.

À noite, fui ao encontro de Maria em sua casa. Ela estava deitada na cama, abraçada à outra filha, ambas cobertas dos pés à cabeça com o edredom. O quarto estava abafado, com pouca luz. Havia algumas pessoas presentes: familiares, amigos e conhecidos. Aproximei-me e ajoelhei ao lado da cama. O lençol imaculadamente branco revelava o contorno encolhido do seu corpo. Delicadamente, chamei seu nome. Sentia sua alma ferida, dilacerada. Assim que me viu, Maria estendeu a mão e disse com um fio de voz que lhe restava: “Perdi minha menina, Ana, minha vida acabou”. Acolhi Maria em um profundo abraço.



Durante um mês fui à sua casa todos os dias. A dor era quase palpável naquele lar enlutado e cada membro da família procurava meios de poupar e cuidar um do outro. Maria me pedia para cuidar dos filhos e do marido; Jorge me pedia para cuidar dela e dos meninos; os filhos me pediam para cuidar dos pais. Os pedidos cruzados indicavam um movimento que me chamou atenção: todos tinham intenção de cuidar, mas não havia espaço para que se encontrassem e chorassem juntos. Aquele cuidado cerimonioso comprometia a intimidade.

Em um determinado dia, Maria compartilhou um desabafo que sinalizava uma nova rota: “nós não podemos perder mais nada! Temos que preservar o que temos”. Aos poucos, seu coração era inspirado por um novo propósito e era hora de convocar a família a integrar esse movimento em memória da Alice. A perda traumática da filha começava a convidar aquela mãe a cuidar do que ainda tinha em suas mãos, a encontrar uma forma de conviver com o que já não tinha conserto.

A cada encontro podia testemunhar a força da Maria, sua luta em se manter firme pela sua família. A maternidade era algo atávico para ela, que sempre foi uma lutadora. Ao definir um propósito de vida, ela corajosamente o abraçava e buscava um caminho. Foi assim que se casou, mudou de cidade e teve filhos. Ela desenhou seus sonhos em prol do amor e do desejo profundo de ter uma família.

De fato, eu observava seu esforço profundo em manter a casa viva: retomou a rotina, mantendo o lar impecável e perfumado. Seus filhos e marido voltaram a trabalhar. Porém, apesar de todo empenho, ainda havia entre eles uma dificuldade muito grande em conversar sobre a perda da Alice e a saudade que ela deixou. Maria estava emparedada pela dor e pelo sofrimento. Temia que qualquer movimento em falso pudesse ampliar a perda, questionando-se sobre o que poderia acontecer se falasse sobre a morte da Alice com o marido e os filhos: “o que poderia surgir dessas conversas? Mais dor? Mais sofrimento?” O medo a assombrava novamente. Sentia a dor de todos e se preocupava em especial com a imensa tristeza de seu marido. Não sabia como construir uma ponte segura para conversar com ele e com seus filhos. O silêncio imperava nos quatro cantos da casa.

Com o passar do tempo, o isolamento e a solidão foram ganhando espaço, à medida que eles se perdiam um do outro. Maria estava angustiada, com medo de



não conseguir se aproximar da família como antes. Com o Dia das Mães se aproximando no calendário, ela sabia que precisava agir, mas se sentia sem saída, encurralada por uma muralha de insegurança e sofrimento.

Enquanto aguardava o próximo cliente em meu consultório, Maria me veio à mente. Sua dor me tocava profundamente. Eu me sentia também contida pela trama do sofrimento. Comecei a revisitar nossas conversas, em busca de uma brecha, de um caminho que libertasse as narrativas e devolvessem a esperança de que sempre existe um caminho possível, mesmo quando estamos diante de uma grande muralha. De repente, um singelo raio de sol penetrou pela fresta da cortina. Fui dominada pelo brilho dourado que deixava um rastro de luz na ponta do sofá, onde Maria costumava se sentar durante nossas sessões. Nesse momento, fui invadida por uma imagem, um lindo girassol, a flor preferida da Alice. A imagem transformou-se em convite. Aceitei prontamente, sem questionar, e uma história começou a tomar forma na folha em branco diante de mim. Uma fileira de palavras escapuliu, fazendo nascer o conto “O nevoeiro e o girassol”. Dentro de poucos minutos, ele estava pronto. Foi um “parto” breve que produziu uma narrativa que me tocou profundamente.

O pequeno povoado ficava numa terra muito distante, tão distante que nem no mapa se via. Seus habitantes viviam trancafiados em suas próprias casas e quase nunca se comunicavam ou interagiam entre si. Diz a lenda que, em outros tempos, aquela era uma comunidade cheia de alegria, onde eram realizadas muitas festas e todos viviam em perfeita harmonia. Tudo ia bem, até que houve uma grande guerra por aquelas bandas, e todos passaram por momentos muito difíceis. Aquela época de sofrimentos deixou marcas tão profundas que os moradores foram ficando cada vez mais tempo enfiados dentro de suas casas, isolados pela tristeza. De lá saíam apenas para cumprir as tarefas indispensáveis para o seu sustento. Muito tempo se passou, e tudo continuava do mesmo jeito, cada família recolhida ao seu casulo. A maioria já nem lembrava mais das dificuldades que haviam levado àquela situação. Simplesmente, aquilo havia se transformado em um hábito enraizado em seus costumes. Certa manhã, o povoado amanheceu coberto por um denso nevoeiro, tão espesso que não se conseguia enxergar um palmo diante do nariz. Por outro lado, nem mesmo as portas e janelas hermeticamente fechadas conseguiam barrar aquela cerração. De alguma forma, ela conseguia se infiltrar e invadir o



interior das casas, preenchendo todos os espaços. Assustados e ao mesmo tempo intrigados com esse mistério, os moradores agora eram forçados a andar Tateando dentro de suas casas, em pleno dia! De repente algo inesperado acontece! As portas se abrem e as pessoas começam a sair para a rua, enfrentando o nevoeiro. Estão todos cegos pela neblina, mas a situação não era muito diferente dentro de casa. Depois de algum tempo de silêncio, o ar se enche de vozes, há muito não ouvidas. Em meio ao intenso vozerio, destaca-se a voz de uma criança: – “Olhem, que lindo”! As atenções se voltam para um delicado fecho de luz vindo direto do céu, que atravessa o denso nevoeiro para iluminar um lindo jardim de grandes flores amarelas. Havia algo de mágico naquela cena, com todas as flores voltadas para o fecho de luz dourada! Todos caminharam lentamente até aquele lugar, que parecia encantado. E de uma maneira espontânea deram-se as mãos, um cuidando do outro, para não tropeçar no caminho. Lá chegando, o nevoeiro começou a se dissipar. À medida que tudo ia ficando mais nítido, as pessoas se deram conta de que haviam formado uma grande roda, ao redor daquele jardim. Todo o povoado reunido em um grande círculo! De repente a voz daquela criança volta a se fazer ouvir: – “Vejam as flores! Elas estão olhando para nós”! Cada uma das flores amarelas estava voltada para uma pessoa da roda. Como por um milagre, havia uma flor para cada um! Mas de onde vinha aquela luz, que as seduzia? Mais uma vez, a explicação vem pela doce voz da criança: – “Elas estão olhando para o nosso coração”! Todos então compreenderam que não existe força maior do que a UNIÃO, capaz de superar a mais persistente tristeza ou o mais denso dos nevoeiros, da mesma forma que aquela linda flor amarela sempre encontra a luz do sol! (Novis, 2017, p. 49-51)

Ao terminar de escrever, me dei conta de que o conto recém-nascido destacava a importância de algo que Maria sempre valorizou: a união. A narrativa também continha o reconhecimento de uma habilidade que ela sempre carregara em sua essência: o olhar da criança capaz de ver e de intuir caminhos possíveis para um lugar melhor, driblando as dificuldades que surgem no percurso. Sensibilidade e determinação sempre foram alguns de seus traços mais marcantes.

A história atraiu meu olhar para sua potência frente às adversidades da vida. O texto promoveu em mim uma *katharsis*, no sentido grego da palavra, como descrita por Michael White em seu *workshop* sobre trauma em Nova York em



2007. Naquela ocasião, ele reconheceu que as histórias tinham o poder catártico de nos mover a outro lugar nas nossas mentes. A *karthasis* que vivenciei através da imaginação me fez estar no lugar e na pele da criança. A experiência poliu minha esperança, afinou tanto minha empatia quanto minha criatividade, me transportando para outros capítulos da história da Maria, levando-me a lugares onde era possível compor uma narrativa inspirada por uma nova perspectiva. Reencontrei a menina determinada que se adaptou a diferentes contextos e encarou mudanças difíceis em sua família de origem. Formou um novo lar onde todos eram muito unidos, apesar dos problemas. Maria manteve-se sempre segura ao respeitar seu próprio jeito de ser: doce, divertida, criativa e firme em seus propósitos. A imaginação abriu espaço para que eu reconhecesse nela valores e habilidades que sempre existiram e aguardavam ser encontrados.

Ao finalizar o conto surgiu uma questão: o que fazer com essa documentação terapêutica inesperada? Poderia compartilhá-la com Maria?

Encontrei em David Epston (2015) uma validação dessa ideia, enquanto lia sobre o caso de uma menina de dez anos que tinha pavor de chuva – mesmo vivendo em uma região da Austrália onde as chuvas eram muito frequentes. Logo ao chegar, David percebeu um belo jardim na entrada, e soube que ela adorava cuidar das plantas com sua avó. Ao passear por aquela parte da história, ele pensou em propor um novo olhar sobre a chuva, inspirado em uma história que a apresentava como aliada da saúde e da alegria das plantas de que a menina tanto gostava. Com a criação desse conto, David promoveu o reconhecimento de uma perspectiva fundamental, que libertou a menina do entendimento dominante que comprometia sua qualidade de vida (Epston, 2015).

Animada com o resultado dessa experiência criativa, deixei o conto na casa de Maria acompanhado de um lindo girassol. Na sessão seguinte, ela relatou que leu o conto para todos e ficou muito emocionada com a história. Maria não sabia dizer o que exatamente – mas algo dentro dela havia se iluminado.

O conto havia despertado a curiosidade da Maria, acionando um poderoso recurso capaz de descongelar o texto dominante. O destino imprevisível a que o diálogo com essa narrativa a levaria emprestava ao momento uma expectativa estimulante: ao se identificar com a história, ela pôde passear por sua própria experiência de vida de mãos dadas com a criatividade.



Dias depois, ela veio ao consultório munida de uma nova ideia. Um momento extraordinário se manifestou, promovendo um caminho para exploração de novas rotas e possibilidades. Maria me pediu para ajudá-la a escrever uma carta para o marido. Acreditava que, para estarem unidos de verdade, eles precisavam vencer a barreira do nevoeiro e compartilhar os sentimentos. Ao revisitar sua história, se lembrou que Jorge conseguia expressar seus sentimentos com mais facilidade quando escrevia. Ela havia resgatado uma caixa repleta de belas cartas e cartões que ele havia escrito para ela ao longo dos anos. Corajosa e determinada como era, se expressou sem pudor na primeira carta – desfez amarras, escalou barreiras e compôs uma carta forte, cheia de coragem e amor, como mostram os trechos a seguir:

“Estamos juntos há 35 anos, muito vivemos... tínhamos uma parceria única que tinha uma harmonia muito especial para mim. Éramos como goiabada com queijo, diferentes mais complementares(...)”

“Hoje, vivemos atropelados pelos fatos, atolados nas mágoas, nas dores daquilo que não tem conserto(...) Desde a perda da Alice tomamos caminhos opostos, eu procurei manter e cuidar do que ficou e você foi se isolando, um isolamento temperado pela desesperança, pela falta de interesse na vida”.

“Questionar o porquê perdemos nossa filha já percebi que não ajuda; só nos tortura. Às vezes penso que talvez você esteja se punindo por isso, devido a essa terrível pergunta sem resposta. E pior: você segue acreditando que algo poderia ter, quem sabe, evitado. Sinto que você se colocou de castigo, sem direito a mais nada.

“E a cada momento, a cada aborrecimento, nos percebo mais distantes, eu me desespero, fico insegura longe do teu braço, do meu amigo, do meu marido... Com o tempo fui sendo dragada pela mágoa, pela saudade. Passei a me sentir perdida, insegura sobre que caminho seguir, quase me convencendo de que nada mais se podia fazer.

“Mas tem algo em mim tão forte que me fez e ainda me faz enfrentar muita coisa na vida: ‘eu me rebelo! Protesto! Não consigo não falar, não lutar! Sou emoção!’”.



“Estamos ambos amputados, mas temos que lembrar que temos um ao outro para nos dar firmeza”.

“Vamos buscar tudo que for necessário para nos ajudar! Ouça o que está além da razão; ouça seu coração, (...) assim como espero que volte a escutar o meu!”

“Te amo!”

Depois dessa carta, outras vieram – foram entregues ora ao marido, ora aos filhos

E gradativamente, ao longo do tempo, as narrativas foram migrando das cartas para as conversas, apostando no poder do “olho no olho” e inaugurando um espaço de maior intimidade. A menina determinada e ousada estava de volta.

Eles a cada dia lutavam, cuidavam uns dos outros, enfrentavam os nevoeiros com muito amor, coragem e perseverança. A família cresceu: hoje Maria é avó de duas lindas netas, que iluminam seus dias e aquecem seu coração com a certeza da continuidade.

Ressonâncias

Essa experiência foi extremamente marcante para mim. Através da documentação terapêutica literária que escrevi, vivi uma perspectiva original no meu trabalho. A história que nasceu reacendeu minha esperança e me libertou da possibilidade de permanecer com a escuta aprisionada na dor psicológica. A afinação promovida pelo conto me permitiu sentir e perceber os valores, os propósitos de Maria – aquilo que a nutria e a mantinha firme para dar continuidade à sua família.

Ao escrever o conto, revisei e iluminei entendimentos sobre os estados intencionais de Maria, me reconectando com uma série de matizes positivos e resilientes da sua identidade. A inspiração inesperada trouxe à tona um recurso terapêutico que Richard Kearney (2012) nomeou de “narrador catártico”, algo que salienta a importância de se ter a habilidade de ouvir para receber histórias trágicas e reprimidas e devolvê-las aos próprios narradores de uma forma que favorecesse os resultados curativos (p. 419).



Maria, ao passear pelo conto, pôde revisitar sua própria história e iluminar sua imaginação. Ao se identificar com a personagem, pôde experimentar a si própria numa nova perspectiva. Essa relação revolucionou a maneira como ela se vê e resgatou valores e recursos poderosos para o contexto que estava lidando. Ela pode vivenciar seus sentimentos sem angústia, de uma forma leve, abrindo espaço para novos significados e novas ideias.

De acordo com Kim Billington (2015), os contos e as histórias de traumas das pessoas muitas vezes fazem ressonância com as três fases identificadas como rito de passagem de Van Gennep (1960): a separação, a liminaridade e a reincorporação (White & Epston, 1990).

É possível reconhecer as ressonâncias das três fases tanto no conto quanto na história de Maria. Assim como o pequeno povoado, ela e sua família se encontravam aprisionados pelo sofrimento, vivendo a separação do que lhe era conhecido. O desconforto gerado pelo nevoeiro promoveu na história uma movimentação, um incômodo que despertou a busca por uma nova linha de ação. Semelhantemente, o distanciamento cada vez maior em sua família provocou em Maria a mesma busca. A limiaridade foi experimentada tanto pela criança do conto quanto por ela que, munidos de curiosidade e coragem, resgataram um novo status quo. Graças à iniciativa da Maria, as cartas pavimentaram uma rota onde sua família se reaproximou, libertando a mãe do sentimento de impotência que a aprisionava. Tanto Maria quanto o povoado do conto foram capazes de reincorporar o movimento autoral à dinâmica de suas vidas. Sua iniciativa original deu início a um processo autotransformador e curativo, abrindo espaço para acomodar novas narrativas em sua história.

Considerações Finais

“Somos o que fazemos, mas somos principalmente o que fazemos para mudar.”

Eduardo Galeano

A história de Maria nos convida a reconhecer que, mesmo diante de uma adversidade traumática, podemos encontrar uma maneira de desatar o nó que nos paralisa. Ao manter o olhar e a escuta aberta para as multi-histórias que fazem parte de nossas vidas, podemos resgatar e descobrir recursos preciosos que, como ventos vigorosos, nos conduzem por um mar de novas possibilidades.



Caminhar ao lado de Maria através do denso nevoeiro da tragédia me inspirou também a desenvolver uma escrita reflexiva pessoal. Um documento terapêutico que cuida de mim e favorece uma revisita preciosa à experiência vivida. A narrativa poética tem sido um recurso poderoso para manter acesa a chama da arte do encontro.

Recentemente participei de uma oficina de escrita reflexiva, onde fomos convidados a escrever sobre o abraço mais marcante de que nos lembrávamos. Imediatamente, revisei aquela noite em que fui ver Maria e um novo fragmento narrativo nasceu, legitimando a ideia de que uma história nunca morre –ela está sempre à espreita, generosamente disponível para nos guiar por novas rotas e nos ajudar a produzir novos significados. O registro desse inesquecível abraço me fez reconhecer que o que vivemos com intensidade fica sempre presente num espaço especial da nossa memória ao longo do tempo:

O abraço era o que podia ofertar. Uma oferta que continha toda imensidão do consolo que queria doar.

O quarto estava afogueado pela dor da amputação abrupta daquele dia.

Ela estava encolhida, envelopada pelas lágrimas já desidratadas pelo calor seco e árido do trágico destino.

Me aproximei e nos acolhemos na ilha dos nossos braços

Nos tornamos oásis

O calor da dor foi amenizado pelo frescor da história que tínhamos.

Transfundimos certezas.

Seguiríamos juntas, reconstruindo o que foi partido.

Eu e Maria prosseguimos juntas. A cada dia, preenchemos nossa história com novas linhas, versos, parágrafos e até notas de rodapé. Caminhamos lado a lado, em um fluir permanente de narrativas recheadas de esperança e coragem, apesar da imensa saudade que ficou.



Referências

- Billington, K. (2015) *Why should children have all the fun? How a folktale might open a doorway into narrative re-authoring conversations with adults.* (Master's thesis presentation). University of Melbourne.
- Epston, D. (2015). The problem of rain. *Journal of Systemic Therapies*, 34(1), 78-84.
- Epston, D. & White, M. (1994). *Experience, contradiction, narrative & imagination.* Dulwich Centre Publications.
- Frank, A.W. (2014). Narrative ethics as dialogical story-telling. *Hasting Center Report*, 44 (S1), S16-S20.
- Kearney, R. (2012) Narrativa. *Educação Real*, 37(2), 409-438.
- Grandesso, M. (2000). *Sobre a reconstrução do significado: Uma análise epistemológica e hermenêutica da prática clínica.* Casa do Psicólogo.
- Morgan, A. (2000) *What is narrative therapy?: An easy-to-read introduction.* Dulwich Centre Publications.
- Novis, A. L. (2017). *Que os olhos leem, o coração sente.* Editora Jaguatirica.
- Novis, A. L. (2019). *Dando asas às narrativas: O encontro das histórias de vida com as narrativas literárias em diferentes contextos* (pp. 29-44). Editora Jaguatirica.
- Piccardi, T. (2008). Relatos de pais enlutados: A dor posta em discurso. *Revista Alpha, UNIPAM*, 9, 129-137.
- Piccardi, T. (2014). Transformando sofrimento em narrativa e narrativa em uma nova vida. *Revista Internacional de Humanidades Médicas*, 3(1), 1-11
- Raseira, F. & Japur, M. (2004). Desafios da aproximação do construcionismo social ao campo da psicoterapia. *Estudos de Psicologia*, 9(3), 431-439.
- White, M. (2005). *Michael White's workshop notes.* Dulwich Centre Publications.



White, M. (2012). *Maps of narrative practice*. W.W. Norton & Company.

White, M. (2007) Working with people who are suffering the consequences of multiple trauma [Workshop Presentation] International Trauma Studies Program (ITSP), New York, NY, United States. The Dulwich Centre.
<https://dulwichcentre.com.au/narrative-therapy-ezine/trauma-and-narrative-therapy/>

White, M., & Epston, D. (1990). *Narrative means to therapeutic ends*. W.W. Norton & Company.