

PRETAS: LUTOS & AFETOS

Sandra Maria Cerqueira da Silva¹

“Fomos socializadas para respeitar mais ao medo que às nossas próprias necessidades de linguagem e definição, e enquanto a gente espera em silêncio por aquele luxo final do destemor, o peso do silêncio vai terminar nos engasgando” (Audre Lorde)

Resumo: Este texto, escrito em formato de ensaio, é um convite à reflexão sobre a potência dos afetos. Mais especificamente, da compreensão sobre a presença do afeto na vida de mulheres negras. Discuto afetos - a partir da Teoria dos Afetos de Baruch de Espinoza (2009) - com o firme objetivo de abstrair as ideias e os argumentos necessários à compreensão de como esses afetos agem sobre o corpo e a mente. Também demonstrar como os conceitos espinozianos do desejo são balizadores das práticas contemporâneas. Assim, apresento como os afetos suscitam subsídios que, tratados adequadamente, podem aumentar a capacidade do agir, da espontaneidade e de autonomia. Isto diz da relação com a própria vida. O meu anseio é o de que a compreensão da importância dos afetos e a identificação dos meios de como proceder quando da passagem da passividade ou da submissão passional frente às causas externas, sejam bases para se chegar à ação ou a atitude. E, dessa forma, que seja possível fortalecer as paixões alegres e o desejo - antes recriminado, mas que é a própria essência de cada ser. A aceitação do desejo como parte de si está relacionada à percepção sobre o próprio corpo, e com a possibilidade de fazer as pazes com o espelho da alma. Espero que, ao reconhecer a importância dos bons encontros, que as pessoas fiquem melhores consigo mesmas. Espero ainda que este conhecimento e reconhecimento possam afetar particularmente as mulheres negras, que se abram para as paixões alegres e que assim possam reforçar sua potência de agir amorosamente.

Palavras-chave: afetos; bem viver; lutos; mulheres negras.

Abstract: This text, written in an essay format, is an invitation to reflect on the power of affections. More specifically, the understanding off the presence off affection in the lives of black women. I discuss affects - based on Baruch de Espinoza's Theory of Affects (2009) - with the firm objective of abstracting the ideas and arguments necessary to understand how these affects act on the body and mind. Also demonstrate how Spinoza's concepts of desire are markers of contemporary practices. Thus, I present how affections give rise to subsidies that, when properly treated, can increase the ability to act, spontaneity and autonomy. This says about the relationship with life itself. My wish is that the understanding of the importance of affections and the identification of the means of how to proceed when passing from passivity or passionate submission in the face of external causes, are bases for reaching action or activity. And, in this way, that it is possible to strengthen the joyful passions and the desire - previously reproached, but which is the very essence of each being. The acceptance of desire as part of oneself is related to the perception of one's own body, and the possibility of making peace with the mirror of the soul. I hope that by recognizing the importance of good encounters, people will feel better about themselves. I also hope that this knowledge and recognition can particularly affect black women, in the face of joyful passions, and that in this way they can reinforce their power to act lovingly.

Key-words: affections; live well; mourning; black women.

¹ Doutora (2016) pelo Programa de Pós-graduação em Controladoria e Contabilidade da FEA/USP. Possui graduação em Administração pela Universidade Estadual de Feira de Santana (1994) e Mestrado em Cultura, Memória e Desenvolvimento Regional pela Universidade do Estado da Bahia (2007). É Assessora Especial de Políticas Afirmativas - Analista Universitário e Professora Adjunta da Universidade Estadual de Feira de Santana. Professora Assistente do curso de Administração da Faculdade Anísio Teixeira. Cofundadora e Pesquisadora em Gênero, Raça e Sexualidades - GENERAS. Membro da Associação Brasileira de Pesquisadores Negros (ABPN). Pesquisadora Associada Núcleo de Estudos Interdisciplinares sobre a Mulher (NEIM) - FFCH/UFBA.

A ação como originária no afeto

Não existe nenhum pensamento desconectado da emoção. Ainda assim, a ciência segue negligenciando as emoções. Cada movimento do corpo representa um convite a algum tipo de emoção. Sob o ponto de vista da sobrevivência e da evolução, a Neurociência das Emoções, observando as conexões nervosas, demonstra e atesta que os neurônios e as terminações nervosas elaboram enlaces vinculados aos nossos movimentos. Estes, por sua vez, geram associações relacionadas ao movimento corporal específico e interferem na cognição. Desta maneira, é possível, para especialistas na matéria, desenvolver um acompanhamento do trajeto evolutivo do processo de autorregulação e do desenvolvimento da cognição articuladas pelos sentimentos como uma das maiores conquistas desse processo.

De acordo com dados da Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínua (PNAD, 2019), a população brasileira é composta por 48,2% de homens e 51,8% de mulheres. Ou seja, o número de mulheres no Brasil é superior ao de homens. Do contingente populacional brasileiro, o percentual de pessoas que se declaram negras é de 56,10%. Dentre as mulheres, 44% é a porcentagem de mulheres negras e pardas.

Segundo um levantamento da Consultoria IDados (2020), quase metade das famílias brasileiras, 47,5% são chefiadas por mulheres. Observada a raça, as mulheres negras representam 55,5%. Conforme a Síntese dos Indicadores Sociais do IBGE (2021), 63% das casas no Brasil são chefiadas por mulheres negras e com filhos de até 14 anos de idade. A porcentagem de residências comandadas por mulheres brancas e com filhos é de 39,6%.

De acordo com o site Notícia Preta (2021), em dezembro de 2018, 83% das famílias brasileiras eram chefiadas por mulheres. Destes, a maioria são pessoas negras (71,5%) e mulheres negras (62,6%). A renda familiar, naquele momento era algo em torno de 1/3 do salário mínimo, R\$ 285 (Duzentos e oitenta e cinco reais) por integrante. No momento da pesquisa havia 2,6 milhões de famílias com renda zero. Ao longo de suas vidas, de acordo com Lélia Gonzalez (1982), as mulheres negras são alvo de uma intersecção de discriminação: gênero, raça e classe. Para essas mulheres, somente esta condição, ou melhor, toda esta ‘sorte’ de ausências estruturais afetam a condição de ser e estar no mundo.

Com este texto proponho discussões sobre a potência dos afetos para as mulheres negras, observada a estruturação dos raciocínios morais nas relações de interação e integração entre processos perceptivos, afetivos e emocionais, e, com isto, refletir sobre a ressignificação das emoções para esse recorte populacional. Parto da problemática a-histórica contemporânea dos afetos e emoções como nocivos e ou inferiorizantes ao Ser e a vida - dita racional.

O amplo acesso a dados e informações, para além da instantaneidade e constância com que fatos violentos viralizam, através das redes sociais, adoecem continuamente a estrutura societal brasileira, já acometida por males advindo da própria história de ‘existência’, em especial os fatídicos processos colonizadores, e escravagistas e os desdobramentos da “revolução da descoberta”. Avalio que, para além das inúmeras dificuldades e desafios da vida, para as mulheres negras, o fato de estarem continuamente

expostas a processos violentos e também serem vitimadas por diversos tipos de violência, como o racismo, são questões que as acomete de diferentes adoecimentos. Neste sentido, as notícias cotidianas se comunicam com as corpos², realçando couraças de emoções internalizadas que, por sua vez suscitam novos pensamentos e sentimentos, gerando mais emoções igualmente dolorosas.

Wilhelm Reich (1897-1957) afirmou que, diante de dores e frustrações e traumas desenvolvemos couraças musculares que bloqueiam a nossa energia vital. Para o psicanalista a blindagem ocorre quando a energia é impedida de circular pela contração muscular e assim não flui através do corpo. Ocorre quando tentamos nos blindar, por exemplo, da ansiedade, da raiva, do medo e da excitação sexual. O que gera diferentes desdobramentos doentios como dores, retração, exclusão social entre outros. O que me motivou para construção desta escrita. Qual seja, minha própria experiência de vida, além do contato com pessoas que vivenciam estas e outras circunstâncias semelhantes.

Visando realizar esta tarefa, tomo por orientação geral a proposta da Neurociência Afetiva de Panksepp (1998), que propõe, a partir de um modelo neurofilosófico, situar o papel das emoções básicas no comportamento. A partir da noção do background conceitual da Neurociência Afetiva, pretendo estabelecer as possíveis relações entre afetos e comportamento, com o fim de delinear e propor uma possibilidade de amparo para as mulheres negras em sofrimento.

Por fim, a partir da compreensão dos afetos como barreira ou alavanca para o empoderamento feminino, proponho o autocuidado, através da ampla percepção sobre o próprio corpo, e do reconhecimento das possibilidades pessoais, através de mobilizações do corpo, como uma das condições necessárias para emancipação das mulheres negras.

Optei por um ensaio acadêmico por eu mesma estar demasiadamente afetada com o volume exorbitante de notícias diárias que informam sobre agressões a pessoas negras. Este contínuo gera processos de adoecimento dessa população, muito em função de processos preconceituosos, inferiorizantes, desqualificadores, de silenciamento e exclusões, que se originam ou ao fim, resultam em diferentes formas de violência, desde as ditas simbólicas até a materialização da não aceitação da diferença, com o extermínio das pessoas apontadas como indesejáveis. Isto me levou a ter urgência em falar (enquanto é possível!). Assim, por mais que as temáticas abordadas aqui requeiram investigações exaustivas, da minha forma e na minha angústia, havia urgência em socializar inquietações e provocar desconfortos, também deixar pistas de possibilidades de viver em outras bases, quiçá com qualidade de vida. Ademais, sinto urgência em receber retornos do deslocamento, da leitura de inadequação que talvez apontem com esta construção.

Avalio que haverá críticas e questionamentos sobre a minha aptidão para escrever sobre o que discorro. Apresso-me em escurecer que mais que escrever, desabafo. Que nesta construção busco mais que tudo, meio para seguir respirando. Assim, nesta

² Neste texto os termos serão sempre mencionados no feminino, vez que ao longo da história fomos invisibilizadas pela priorização do uso de termos no masculino. Por esta questão utilizo o termo 'corpos', quando o corrente seria usar corpo.

Escrevivência, conforme define Conceição Evaristo³ (2008), falarei do meu lugar social de mulher, da condição de filha e irmã negra, chefe de família, mãe de uma filha adolescente igualmente negra, professora e buscadora.

Falarei deixando fluir as palavras que inflamam meu ser e me fazem sentir como se meu corpo estivesse continuamente em chagas, portanto intocável. Falarei de forma emocionada, e talvez apaixonada, porque eu sou pura emoção.

Em meu histórico de vida, a dificuldade com a escrita me atormenta. Mas agora sou capaz de compreender parte do que sinto. Desta forma, me deixei tocar por Glória Evangelina Anzaldúa (2000, p. 229) quando ela afirma que: “as mulheres de cor deveriam buscar meios para expressar suas ideias, transformando-se em criadoras de suas teorias e não mais em meros objetos de estudo.” Também porque quero “manter vivo o espírito de minha revolta” com a escrita. Conforme assevera na mesma página, “a escrita é uma ferramenta para penetrar naquele mistério, mas também nos protege, nos dá um distanciamento, nos ajuda a sobreviver.” Assim, como forma de seguir firme e numa tentativa titubeante de me afastar, escrevo sobre o que me afeta, para dizer do afeto de tantas outras irmãs negras, igualmente afetadas.

A construção do afeto como veneno

Nenhuma corpa é afetada da mesma maneira. Cada corpa, a partir das próprias experiências prévias, irá perceber o afeto de forma particular e poderá ser afetada de múltiplas formas. Ou seja, o que toca e conduz uma pessoa em seu processo de elaboração do pensamento irá se expressar observando as singularidades do ser, ainda que as ideias geradas possam ser apreendidas e compartilhadas por várias corpas e mentes simultaneamente.

Quanto menos compreendemos os nossos afetos, maiores são nossas dificuldades em dar a estes a atenção e ou a expressão adequada. Reconhecer o que e como somos afetadas (os) é um dos primeiros passos para saber como lidar com este sentir e utilizá-los em nosso próprio benefício. Buscamos alívio em soluções mágicas e distantes ou fora, desconsiderando as próprias emoções. Isto nos afasta do que nos vincula com a nossa essência.

Desde a Grécia antiga se discute a dicotomia razão e emoção. A ideia que prevalece é a de que razão deve prevalecer às paixões ou emoções. No Século VII, o filósofo Baruch de Espinosa (1632-1677) proporcionou uma reflexão sobre esta discussão, para pensadores da época e atuais, um problema. Para ele, a emoção pode transformar os afetos de um indivíduo para que se tenha uma relação mais própria e genuína com as emoções. Neste mesmo sentido, Freud e seus sucessores destacaram a importância da relação harmônica entre razão e emoção para o surgimento de pessoas plenamente integradas.

³ O nome das autoras por extenso, é parte de uma questão metodológica dos estudos feministas, pois consideramos que só o sobrenome não distingue gênero, por isso, para dar a visibilidade feminina, da primeira vez que são citadas, é usado o nome completo das autoras.

Muitos são os argumentos na busca por ‘soluções fáceis e rápidas’, ou justificativas -por vezes inconscientes - para afastar as pessoas da própria essência. Neste sentido, a religião e a medicina são oferecidas como “remédios” para todos os males.

Quando trato de religião digo de uma expressão da busca de vinculação da pessoa ao divino. Originalmente a palavra religião vem do latim: *religio*, formada pelo prefixo *re* (outra vez, de novo) e o verbo *ligare* (ligar, unir, vincular). No campo das religiões, em especial as igrejas e templos, apresentam-se como um mundo que acolhe e protege, se autointitulam como capazes de conectar as pessoas com o divino, além do atendimento às mais diferentes necessidades humanas. Os representantes destas instituições as apresentam como o lugar onde é possível dar sentido para a vida e, sobretudo, que detém o controle do presente e do futuro. As frentes de atuação das religiões são as mais diversas. Desde a mais densa, ainda que seja onde menos se mostram – o discurso é de neutralidade, ainda que por vezes exerçam força singular- no campo político, os representantes das igrejas e templos atuam consideravelmente no campo da saúde. Além da promessa de curas e amparo emocional, interferem na maneira como fiéis encaram, elaboram e aceitam a doença e demais males, enquanto referencial de determinação do que é bom e do que é ruim.

Assim, a religião é um ponto importante para pensar os afetos. Para Donald Woods Winnicott (1975) a religião é percebida como um fenômeno que funciona como apoio, em momentos de transição. Ou seja, algo que o ser humano percebe, enquanto suporte, enquanto condição de lidar com as contingências da vida. Desta forma, faz parte de um fenômeno internalizado como essencial para a vida das pessoas. No entanto, vários dos males que afligem as pessoas na estrutura do sistema-mundo são originários destas mesmas instituições. A impressão aligeirada destas instituições como miraculosas ocorre devido à percepção - com reforço cotidiano - das religiões como centro de tudo, que dita, inclusive, as definições do que é certo e o que é errado. Tal visão de mundo orienta para leituras rasas do que nos atravessa, bem como, dos determinantes que informam quem representa ou pode proporcionar soluções prontas. Com isto, em geral, as pessoas se colocam “nas mãos de ‘curadores’”, por vezes se oferecem e ou se expõem a quem as (os) desqualifica, para receber cuidados, inclusive pagos.

Para o psicanalista Winnicott (1975) existem duas relações da pessoa com as religiões. Na primeira forma-relação as pessoas recriam o próprio Deus, elas recriam a própria religião como expressão particular. O outro padrão, diz de pessoas que não se permitem criar nada, apenas se submetem ao informado, que buscam seguir as determinações de certo e errado, bom e mal que lhes são impostas, submissão a uma moral de verdade instituída. Tal comportamento vai contra o seu próprio ser e possibilidades de expansão da potência de agir, vai contra a espontaneidade da sua própria criação. Este é um dos melhores exemplos de afetos passivos. É possível inferir, portanto, que a religião pode funcionar como potência para o agir, mas não em bases profundas e associada à compreensão do que ocorre, vez que a orientação religiosa é pautada na aceitação das coisas como são, independentemente da complexidade envolvida. A falta de observação em si e depois de conexão consigo limita a elaboração dos afetos.

Há uma construção, que remota da Era de Platão, pela qual o “mundo inteligível” deve estar apartado do “mundo sensível”. Para um dos contemporâneos de Spinoza, René Descartes (1596-1650), afetos eram sinônimo de paixões, portanto, opostos à razão. Em

As paixões da Alma, o filósofo assim define paixões: “percepções, ou sentimentos, ou emoções da alma, que relacionamos especificamente com ela e que são causadas, alimentadas e fortalecidas por algum movimento dos espíritos” (1998, p. 47). Por esta lógica a razão, mediante controles, traria “soluções” para as paixões. Estas têm por ordenamento a corpa e as emoções, percebidas como algo que fragiliza. No entanto, a experiência sensível não deve ser descartada, mas orientar a ação.

O próprio Descartes, na “VI Meditação”, faz menção à credibilidade dos sentidos. Para ele a natureza divina nos confiou os sentidos e as paixões, mostrando, através de inclinações ditas “naturais”, informações sobre o estado de nosso próprio corpo e sobre corpas ao nosso entorno. O filósofo se apoia no fato de que a experiência do sentir tem uma grande utilidade prática, vez que nos confere informações biológicas, tais como a sede, a fome, a dor, o frio etc. Mais adiante, com o avanço de suas pesquisas, Descartes (1998, artigo 212) dirá: “É apenas delas [das paixões] que dependem todo o bem e todo o mal desta vida: de resto, a alma pode ter seus prazeres à parte.” São desses avisos que dependem nossa saúde física e a manutenção de nossas vidas. Desta forma, percebo que o sentir é o fio condutor das emoções inscritas em nossas vidas, através da corporeidade.

Emoções e corpa, afeto e mente: instâncias inseparáveis do sentir.

Um dos destaques do pensamento filosófico nos Séculos XVII e XVIII foi um movimento intelectual suscitado por René Descartes (1596-1650), o cartesianismo. O primeiro conceito elaborado por esse filósofo denomina-se "dualismo cartesiano ou de substância". A partir deste conceito, Descartes inaugura o uso da razão para desenvolver as ciências naturais ao apontar a existência de dois tipos de fundamento: mental e corporal. Por essa filosofia, o mental pode existir fora da corpa e a corpa não pode pensar. Houve avanços na discussão sobre ‘separação categórica’. O próprio Descartes, em VIII - *les Principes de la Philosophie*: “tudo que percebemos por intermédio dos nossos sentidos diz respeito à estreita união que a alma tem com o corpo” (1998, p. 41). Mesmo com novas leituras possíveis do Ser, a noção de separação e prevalência da razão persevera.

O dualismo cartesiano tem influenciado e direcionado pensamentos e ações até os dias atuais. Pode ser identificado inclusive ou, sobretudo, na pesquisa científica. Na base desse dualismo impera a concepção de que os processos cerebrais – que apontamos como responsabilidade da mente - são algo separado e/ou independente da corpa. Um dos argumentos utilizados para sustentar essa leitura de mundo é a de que com a separação mente – corpa pesquisadores supõem que serão capazes de compreender e descrever o que somos biologicamente, mediante a simulação de processos biológicos com computadores, por exemplo. Por esse ponto de vista não há espaço para as emoções ou apreciação de como elas podem afetar uma pessoa.

De acordo com Eduardo Silva⁴ (2018, p. 12) Descartes admitia a existência de três substâncias: 1- *Res cogitans* (espírito- alma): substância pensante, imperfeita, finita e dependente; 2- *Res divina* (Deus): substância eterna, perfeita, infinita, que pensa e é

⁴ A Equipe Editorial da Feminismos propõe o uso do nome e sobrenome das fontes citadas.

independente; 3- *Res extensa* (matéria-corpo): substância que não pensa, extensa, imperfeita, finita e dependente. Nestes termos, para René Descartes (1596-1650) existem apenas duas realidades: a realidade pensante da alma (*res cogitans*) e a realidade extensa da matéria – a corpa (*res extensa*). Isto diz da independência entre alma e corpa, que por sua vez conduz, de acordo com Rolando Toro (1924-2010) a uma nova separação: sujeito e objeto.

Desta forma, ainda de acordo com a mesma fonte (p. 13) estas realidades, que Descartes “reconhece ou percebe como substâncias finitas cujas naturezas são realmente distintas”, comportam dois aspectos: o extensivo e o qualitativo. Um destes aspectos é a corpa com as propriedades da extensão, do movimento e também dado o complexo de qualidades sensíveis. A extensão e o movimento têm realidade objetiva, ou seja, existem independentemente do sujeito. As qualidades sensíveis, quais sejam: som, cor, odor, sabor etc são subjetivas, isto é, só existem na nossa consciência. Hoje experimentamos as consequências desastrosas dessa orientação de separação entre a corpa e as subjetividades que a moldam.

Diferente dos demais filósofos da sua época, e até posteriores, Baruch de Spinoza (1632 – 1677) foi o primeiro filósofo a chamar a atenção para um novo paradigma para se pensar as emoções. Ele avalia a relevância das emoções olhando para as afetações. Para este haveria dois tipos de afetos: ativos e passivos. O primeiro diz do que chamou “causa adequada” para os afetos, ou seja, tem origens internas, por nós mesmas (os); no segundo, diz de quando somos atingidas por coisas que nos chegam, por causas externas. Nas palavras do filósofo, “causa inadequada” para nossos afetos. Ainda quando a potência dos nossos afetos vem de fora, e não do nosso interno, somos causa parcial deste afeto. Vez que se um ser não é causa, de modo algum, as impressões que nos chegam não iriam causar qualquer eco interno. Ter-se-ia uma reação de indiferença ao ocorrido. No caso passivo somos orientadas (os) ao agir reativamente, neste caso reação à uma rivalidade, a uma competição externa. Por sua vez, as causas internas ou adequadas levam ao agir autêntico, com a assimilação do recebido a favor de quem é afetada (o). O ideal então seria a resignificação dos afetos negativos.

Na elaboração da filosofia Espinosiana (2009) os afetos tem um papel central. Em seus estudos Spinoza fala da servidão humana ou da força dos afetos. Diz da nossa condição potencial em ser serva (o) de causas externas, ao estar “sob o poder” de outrem. O filósofo propunha aumentar a potência do sentir para também aumentar a capacidade de pensar e existir. Ele complementa: “Por afeto compreendo as afecções do corpo, pelas quais sua potência de agir é aumentada ou diminuída, estimulada ou refreada, e ao mesmo tempo, as ideias dessas afecções” (2009, p. 163). Como avalia que o conhecimento somente pode ser alcançado por meio dos afetos, o estudioso alimenta uma filosofia que possibilita orientar para passagem das considerações teóricas à vida prática. O que dialoga com a proposta desta escrita.

Daí a relevância de compreender o afeto considerando-o como ele se apresenta no campo complexo das subjetividades. Sob este ponto de vista, e mais, a importância dada a impossibilidade da quantificação, ou seja, a impossibilidade de materializar e quantificar os afetos tem servido às orientações para que o neguemos. Com isto – a invisibilização dos efeitos dos afetos-, as dores e adoecimentos resultantes, como por exemplo, das afetações negativas são objeto de pouco trato em sua origem, com o uso de

soluções mágicas ou paliativas, e com basicamente o oferecimento de “conforto”, aprofundando ou ignorando a raiz da maioria dos problemas humanos, vez que a tendência é buscar fora explicações para conflitos internos, o que mais nos afasta das causas originárias, que da sanção. A negação faz com que problemas de ordem individual sejam coletivizados. Resulta do negacionismo a compreensão de que o que nos afeta pode assumir diferentes formas e seguir por diferentes gerações nos afetando. Tais comportamentos usurpam das pessoas que creem cegamente a potência do agir.

Um exemplo de efeitos possíveis de afetos negativos pode ser trazido de um fato cotidiano recente. Após a morte do afro-americano George Floyd, assassinado em Minneapolis no dia 25 de maio de 2020, várias manifestações racistas foram desencadeadas. Dentre estas houve quem reproduzisse as velhas sutilezas racistas que relacionam a cor da pele à criminalidade. Uma reconhecida ex-jogadora de vôlei, a brasileira afirmou que negros cometem mais crimes que brancos: “12% negros. 62% dos roubos. 56% dos assassinatos. Do *your math* (Faça suas contas)”, disse ela. E complementou: “Sim, há racismo, mas não é sistêmico como querem empurrar” Hoje, seguiu: “os negros cometem mais crimes, olhem as estatísticas!”. Como pode ser observado, o determinismo biológico cede espaço para os números. Buscam amparo para as conclusões deterministas racistas em números oficiais. Acredito que a compreensão sobre como pessoas negras e também pessoas brancas assimilam tais afirmações oferecem pistas sobre processos de adoecimento da população, vez que desencadeiam frustrações, incredibilidade, raiva, revolta, perseguições, dentre outros sentimentos igualmente negativos.

São situações como as mencionadas no parágrafo imediatamente anterior que suscitaram a realização deste estudo. Eu fiquei motivada diante do projeto de Baruch de Spinoza (1632 – 1677), quando ele propõe a compreensão dos afetos, e das formas pelas quais é possível, a partir do conhecer e compreender os afetos, elaborar novas e mais profundas leituras da vida cotidiana. O esperado é que com a intimidade, fruto da aproximação e aprofundamento do que e com o que nos afeta, as pessoas possam tornar-se cada vez mais potentes, tendo em vista a possibilidade maior de assimilar de forma ampla, se afastar ou ressignificar e até se aproximar, em condições de se prostrar firme, de acordo com o que e ciente das condições de ser afetada.

Spinoza rompe com a separação dualística cartesiana entre corpo e alma. Para ele há correspondência entre o que ocorre no físico e acontecimentos psíquicos. A união da corpa e da mente se configura como comunicação. A corpa e alma estão unidos e suas potências são iguais. São, portanto, possibilidades de expressão de uma única e mesma substância.

Spinoza (2009) aponta a existência de três afetações primárias: 1 - alegria (*conatus* aumentado); 2 - tristeza (*conatus* diminuído); e 3 - desejo (*conatus*). Para o fundador da crítica bíblica moderna todas as demais afetações derivam dessas três primeiras, portanto básicas. O afeto corresponde a modificação na força do agir, a variação do *conatus*. Qualquer mínima mobilização pode, ainda que acidentalmente, influir na alegria, tristeza e desejo. Assim, conforme Cristina Novikoff e Marcus Alexandre Cavalcanti (2015) a afetividade presente em nossas vidas “constitui-se como uma manifestação particular da potência global da natureza”.

Toda paixão é um afeto, diz Spinoza (2009), ao contrário, o afeto não é necessariamente uma paixão. O *conatus* é a essência da corpa, diz Spinoza (2009, p.

168). É a força da corpa para continuar sendo quem é e o esforço para preservar seu ser e as relações que a sustentam e ou a compõem. É possível, conforme Wilhelm Reich (1897-1957), através da corpa, encontrar novas vias de acesso ao inconsciente. As afetações são alterações que acontecem tanto na corpa, quanto na mente. Por serem ideias, não devem ser concebidas enquanto representação de objetos, vez que expressam mudanças na potência entre um e outro estado.

Assim, para o que vinha sendo lido como paixões, onde todos os afetos eram sempre interpretados como passivos, Spinoza (2009) diz que existem outras possibilidades de interpretação. Que há afetos que são passivos, que são as paixões e outros que são ativos. Para este o afeto pode aumentar ou reduzir a nossa potência do agir. Ou seja, o pensar e o agir parte dos afetos. Ele não considera, como seus colegas, que “as paixões são um erro”. Também não as relaciona as animalidades do homem, que se contrapõem a própria razão. Para ele, em meio as afetações as pessoas podem conhecer a si próprio nas relações. Realizando uma leitura singular do acaso e do inevitável, de modo a potencializar o agir.

A servidão não consiste no domínio das paixões corporais sobre o intelecto, mas da pessoa se afetar com causas que não são internas. O homem toma para si a autoridade de si próprio e não do acaso. Nossas afecções passam a encontrar em nós sua causa adequada. Ou seja, passam a serem determinadas por nós. Assim, a razão não mais seria vista como uma instância distinta dos afetos, mas como um gênero de conhecimento, de condução, uma forma de estruturação de nossa compreensão do mundo que irá permitir ou favorecer no potencial de transformar afetos passivos em afetos ativos. Por este ponto de vista, a razão de Spinoza (2009) não se separa mais da vida, dos afetos, da corporeidade, mas sim uma razão imersa em um mundo sensível, em um único mundo que existe como um auxiliar dos nossos afetos. Diz da nossa capacidade de ‘criar’ as nossas ações. Um criar muito próprio, com base no que aponta Donald Woods Winnicott (1896-1971).

É preciso problematizar a ênfase dada à maternidade pela psicanalista Winnicott (1999), que vê o criar como maternagem. Em seus estudos, ele aponta que ao nascer o bebê não consegue distinguir ele próprio da mãe; de que existem outras coisas acontecendo. Ele sente fome, sede, incômodos como calor ou frio. Eles reagem com motividade musculares, gestos espontâneos. O bebê então se expande, com gestos espontâneos – no que será chamado de criação. Ele se expande para um ambiente acolhedor que ainda não sabe que existe enquanto ambiente. Se esse ambiente não é nem invasivo ou ausente, esses gestos espontâneos são acolhidos e assim o bebê ganha confiança em si mesmo. As ações dele partem de um centro, pelo qual, ao se sentir seguro, ele simplesmente age, ou cria. Estas são suas próprias criações. Este não é o caso da grande maioria de bebês, filhos de pessoas negras e pobres. Diante de inúmeras dificuldades, sobram faltas. Por vezes, desde a concepção lhes faltam noções básicas de humanidade. Falta alimento, falta moradia, falta atenção, nutrição e até o elementar, falta amor. Falta todo tipo de coisas; refiro-me às inúmeras coisas sutis que se traduzem no ser como acolhimento. Assim, a ideia de rejeição e de inadequação aparece desde os primeiros momentos, ainda que de forma inconsciente.

Um ambiente não acolhedor, ambiente invasivo ou ausente fará com que a criança passe a reagir e não a agir. As ações estão submetidas ao ambiente. Está subtendida uma

ideia de que o bebê avalia, pensa se pode ou não pode agir, observado o que lhes acontece no externo, na submissão ao ambiente. Por exemplo: uma criança pensaria: “não vou ficar com fome, porque eu não posso dar trabalho para minha mãe”, se quando pequena havia uma reação ruim às suas manifestações de fome, como o choro. Assim, a compreensão da extensão dos afetos na nossa vida possibilita sair da simples condição reativa, sair da servidão, quiçá alcançar a liberdade, a virtude e até o estado permanente de ‘perfeita’ satisfação e plenitude, alcançável via sabedorias. As mulheres negras detêm sabedorias ancestrais. Muito destas sabedorias estão esquecidas. Uma vida pautada em dar conta do básico em termos de sobrevivência, não lhes faculta o direito de atentar para si, de se ver, de se manter em bases sãs.

E quem são essas pretas afetadas?

As pessoas negras estão no que as lideranças de processos coloniais apontam como “O Outro”. Ou seja, seres que por serem “diferentes” da referência universal de bom, belo e correto, os homens brancos-, portanto “são seres destituídos de humanidade”. Ao referenciar a categoria de gênero Simone de Beauvoir (1980), aponta que a mulher não é definida em si mesma, mas em relação ao homem e através do olhar do homem. Ela parte da dialética do senhor e do escravo de Hegel, para cunhar o conceito de O Outro. Um olhar que confina as mulheres em um papel de submissão que comporta significações hierarquizadas sobre a mulher, através do olhar masculino. É a partir deste olhar que ela funda a categoria do Outro beauvoiriano. Neste sentido, uma coletividade não se define nunca como Uma, sem colocar imediatamente a Outra diante de si. São diferenciações que hierarquizam. E assim seguem os processos de inferiorização e exclusão.

Grada Kilomba (2019) e Neusa Santos Souza (2021) rejeitam a fixidez desse status. Para ambas, as mulheres negras não são nem brancas, nem homens. É, portanto, O Outro do Outro. É imposto as mulheres negras estarem posicionadas na base de toda e qualquer das pirâmides econômicas e sociais erigidas para situar a condição de vida das pessoas. Esta condição é reforçada pela imposição de aceitar e acatar como “natural” a determinação do cuidar e seus desdobramentos, quase sempre em condições precárias de trabalho, de baixa ou não remuneração. Para as psicólogas as mulheres negras ocupam uma posição muito difícil na sociedade supremacista branca, representam uma espécie de carência dupla, uma dupla alteridade, vez que somos a antítese de ambos, branquitude e masculinidade.

A escritora (2019) rompe com a universalidade em relação aos homens ao mostrar que se trata de mulheres diferentes, e que, portanto, possuem situações diferentes. Ademais, demonstra que a realidade dos homens brancos não é a mesma que a dos homens negros. Para os quais cabe a pergunta: de quais homens estão falando? Kilomba destaca o caráter oscilante do status de mulheres brancas e homens negros o que nos possibilita olhar para as particularidades e, paralelamente romper com a invisibilidade que faz parte da realidade das mulheres negras.

A categoria de Outro do Outro se assemelha a categoria de “*outsider within*”, ou seja, “forasteira de dentro” cunhada por Patricia Hill Collins (2000). Ao refletir sobre o pensamento feminista negro, Collins (2000) aponta que, dentro do movimento feminista,

a mulher negra ocupa um lugar de forasteira de dentro. Isto por ser feminista e pleitear o lugar da mulher negra enquanto sujeito político, ao mesmo tempo em que é “uma de fora”, observada a maneira como é vista e tratada dentro do seio do próprio movimento. Embora o ponto de vista de Collins se refira à sociologia, é possível exercitar esta forma de pensar como prática política, algo a ser desenvolvida nas mais diferentes áreas do conhecimento. Dentre estas, é possível identificar as práticas de governo de corpas, através do desprezo pelas mulheres, o que fundamenta masculinidades, com o rechaço a todas as formas de feminino. Estas orientações se organizam através da confluência de diversas contribuições, o que faz com que, por exemplo, haja manutenção da impunidade quanto à violência contra mulheres, com uma significativa produção de danos ao tecido social.

Corpa afetado e afetividade da corpa pelo contínuo de afetos

“Nenhuma intervenção que retira o poder da pessoa sobrevivente poderá possivelmente apoiar a recuperação, não importa o quanto possa aparentar ser no melhor interesse imediato da pessoa.” Judith Herman

A corpa humano é pleno de afeto. A corpa age na dependência das combinações que resultam de relações internas e externas é, portanto, relacional. Observado que há condicionantes para o agir, temos que o arranjo de cada corpa irá depender das formas e maneiras pelas quais cada pessoa se posiciona na vida frente as demais pessoas, ao estabelecer relações. Ou seja, a configuração de uma corpa está diretamente vinculada com as suas experiências, isto é, com as condições do que a afeta e de ser afetada (o) pelos demais. O termo afeto ou *afectus* para Spinoza (2009) representa a mudança de um estado para outro, tanto na corpa afetada, como também na corpa afetante. Spinoza (2009) afirma que a modificação da potência de agir ocorre na relação de uma corpa humana com outra corpa exterior. Ele detalha como a força das corpas exteriores é bem maior do que a força de nossas corpas individuais. Para Marilena Chauí (1995, p. 65), a exterioridade ultrapassa a interioridade causal corporal e psíquica. Dessa relação surgirá um efeito singular que envolve a natureza de ambos, depois de afetadas.

Para Spinoza (2009, p. 99), “o corpo humano pode ser afetado de muitas maneiras, pelas quais sua potência de agir é aumentada ou diminuída”. O filósofo fala da potência da corpa de afetar e ser afetado pelo que nos cerca, vez que a corpa só pode ser compreendido a partir das inter-relações cotidianas. Afetação é “a modificação de um corpo causada pelo encontro com outro corpo” (p. 111). Uma pessoa age e ou reage a situações cotidianas ao serem confrontadas com as circunstâncias de vida. O que, por vezes, envolve pessoas da sua relação, envolve afetividade. Nesse agir ou não agir, porque a não ação também é uma resposta, se esforça para crescer. Há uma tendência de que as pessoas busquem ser ou estar cada vez mais fortes, diante da possibilidade de serem afetadas de múltiplas maneiras, como também de agir ou reagir de diferentes formas. Enquanto matéria prima das relações, a afetividade humana, e somente ela, é capaz de funcionar como ponte entre o caminho que nos retira do julgamento, da moral e das paixões tristes para depois nos mostrar o ponto comum onde as pessoas se encontram e interagem.

A corpa da qual trato aqui também é como o retratado por Spinoza (2009), carregado de possibilidades em ato, uma verdadeira força do existir. No entanto, experimentamos um momento no qual as pessoas estão fragmentadas, isto decorre inclusive dessa separação corpa e mente. Também estamos sendo conduzidas à separação, sob o argumento da proximidade via tecnologias digitais e relacionamentos virtuais. Isto resulta em que não reconheçamos a capacidade de agir sobre a corpa e, por vezes, na permissão para que sejamos levadas como uma leve folha solta ao vento. Enquanto alvo de estratégias ricamente estudadas para seduzir e manipular, como estratégias midiáticas de controle de corpos.

É impossível falar de corpos e não tratar de relações de poder, da disciplina imposta, requerida e que é produzida e reproduzida para a modelagem e controle dessas corpos. O “sistema-mundo patriarcal/capitalista/colonial/moderno” (Grosfoguel, 2005) estrutura ferramentas que vão orientar todo o processo de construção do poder e normatização das condutas, adotando caracteres para sua aquisição. É possível perceber esta ação em relação às determinações do referencial da noção de beleza corporal exterior, e de como perseguir tais padrões se tornou tão importante. A sociedade da aparência corresponde a uma marca da atualidade, de como rostos e corpos belos e esbeltos precisam ser. Esta determinação, de acordo com Ramón Grosfoguel (2008), se conforma “graças aos mecanismos exigidos e tidos como verdadeiros pelo poder disciplinar que fazem do uso de atributos, como veículos de informação, para controlarem a sociedade”.

O destaque neste recorte é para as possibilidades dos corpos serem afetados negativamente. Nas muitas maneiras pelas quais um corpo pode ser afetado (o). No que e como nos afeta, na condição do afetar e ser afetado (o). Penso no que acontece quando um ser está diante de outra pessoa, nos afetos frutos de nossas relações. Ao ser tocado (o) por outro corpo ocorre a passagem de um ponto a outro, neste momento podem e até ocorrem alterações e ou transformações. Nesse ser afetado (o), esboçamos reações que podem contemplar um aumento da potência do agir ou a diminuição desta mesma potência, dado os efeitos do quão o ser foi atravessada (o).

A corpa da pessoa negra, continuamente atravessado por situações preconceituosas, tende a recrudescer. Acabam por se moldar para suportar pancadas, para seguir por sobre todas as formas de violência. Isto faz enrijecer. Faz com que se afaste, cada vez mais, de afetos alegres. Para as pessoas negras, a resiliência é condição necessária para seguir viva. O que faz com que as pessoas precisem, quase sempre, viver em armaduras. Com isto, deixam de experimentar várias possibilidades relacionadas à força do existir, do sentir, das emoções transpassantes.

Em nossas vidas experimentamos diferentes ordens de encontros. Alguns destes encontros são convenientes e outros, por diferentes motivos inconvenientes. E assim conhecemos os afetos de alegrias e tristeza. Desta base primária, derivam outros afetos. A partir da assimilação particular sobre o afeto avalio que seja possível compreender melhor nossa relação com o mundo. E, depois disso, ter a chance de escolher melhor nossos encontros, ser ativo na internalização e reatividade aos afetos, o que nutre nossa potência em ato para ser e agir. Spinoza aponta para uma hierarquia dos encontros. Hierarquia, porque é do humano querer mais a alguns encontros do que outros; priorizar encontros bons.

Daí a relevância de conhecer as possibilidades de encontros na estrutura societal local, de como eles se dão, como ocorrem os afetos a partir de uma leitura da (bio)política que é estar viva. As categorias da biopolítica e de biopoder, constam da obra de Foucault (2010), no caminho trilhado para investigar problemas relacionados à governamentalidade. A vida biológica, a partir do Século XVIII, começa a se converter em objeto da política. Assim Foucault designa biopolítica o movimento segundo o qual, a vida biológica passa a ser construída, para além disso, passa a ser administrada. Os dois conceitos, ora utilizadas como sinônimo, ora não, foram elaborados com o intuito de propor reflexões a respeito da complexa questão da normalização biológica dos seres humanos e as determinações de um lugar, para cada ‘categoria’ de existência.

Há encontros que nos afastam da nossa essência, nos constroem e limitam nosso estar no mundo. A partir da (bio)política identificada por Foucault (1976; 2010) é possível desenhar como há determinações de vida para garantir a manutenção das estruturas sociais, econômicas e políticas, enfim, determina as relações e o quão de poder consta dessas. Tais orientações não visam potencializar as pessoas, não promovem um poder individualizante, mas busca disciplinar vidas, massificando os indivíduos a partir de sua realidade biológica fundamental. O controle da vida infere em como as relações “devem” acontecer. Para Lélia Gonzalez e Carlos Hasenbalg (2022) há sempre espaços físicos ocupados por dominadores e outros para dominados. No apontar excludente, o “lugar natural” do homem branco é e será sempre localizado em espaços urbanos geologicamente privilegiados, casas amplas e protegidas. Por outro lado, o “lugar natural” do homem negro se origina das senzalas, evoluindo para as favelas e cortiços, conjuntos habitacionais, ou seja, à margem dos centros, em lugares quase sempre inseguros. Para as pessoas negras isto representa “ficar no seu lugar”. Um lugar que as inferioriza, subjulga, exclui. Que, ao invés de empoderar, determina uma vida sempre em risco, pautada em toda sorte de necessidade e desamparo. Desta forma, somada a fixidez nesse lugar da limitação, os afetos passivos como tristeza, depressão, desalento dentre outros, são fruto dos jogos afetivos geradores do sentir. Estes sentimentos estão presentes no nosso cotidiano, estruturam nossas relações, sobretudo as relações de poder.

Assim segue-se desviando a atenção do que importa, da forma potencial de sanar ou ressignificar as dores, ainda que estas sejam compreendidas. Spinoza (2009) fala em gêneros de conhecimento, um conceito central, por meio do qual ele avalia ser possível o entendimento de como ocorre a passagem da passividade e reatividade – submissão passional às causas externas – à ação ou à atividade, fortalecendo a própria essência do Ser, qual seja, as paixões alegres e o desejo. Reagir ao que nos chega ou nossas dificuldades psíquicas de forma interna e mais consciente. Ou seja, a ética de Espinosa busca transformar os afetos passivos em ativos, e, com isto que o Ser saia da servidão e se vincule a liberdade.

Ao refletir sobre referentes de nossa subjetividade, preciso dialogar com Paulo Freire (1996, p. 31), quando afirma que: "O respeito à autonomia e à dignidade de cada um é um imperativo ético e não um favor que podemos ou não conceder uns aos outros." Para o educador, "o essencial nas relações entre educador e educando, entre autoridade e liberdades, entre pais, mães, filhos e filhas é a reinvenção do ser humano no aprendizado de sua autonomia." Para ele, a condição de conhecer e ou saber será tão melhor e mais

autentica quanto mais eficaz construímos nossa autonomia em respeito à dos outros (p.49).

Como bem registra Paulo Freire, ninguém é autônomo primeiro para depois decidir. “A autonomia vai se constituindo na experiência de várias, inúmeras decisões, que vão sendo tomadas.” É processual e carece de incentivo e condições para implementação de atitudes autônomas. O filósofo (1996, p. 55) afirma: “[...] Ninguém é sujeito da autonomia de ninguém. Por outro lado, ninguém amadurece de repente, aos 25 anos. A gente vai amadurecendo todo dia, ou não. A autonomia, enquanto amadurecimento do ser para si, é processo, é vir a ser. Não ocorre em data marcada.”

Neste sentido, e ao observar os processos de ensino – aprendizagens, que envolvem o processo de crescer e se desenvolver, a partir de nossos relacionamentos sejam eles entre pais, educadores ou em espaços institucionais, se conformadas em uma pedagogia pautada na autonomia, estes precisam estar centrados “em experiências estimuladoras da decisão e da responsabilidade, vale dizer, em experiências respeitadas da liberdade.” De acordo com Freire (1996, p. 105), “[...] a liberdade amadurece no confronto com outras liberdades, na defesa de seus direitos em face da autoridade dos pais, do professor e do Estado”. E que, por sua vez, as pessoas assumam de forma ética e responsável a própria decisão, fundante da construção da autonomia. No entanto, em um país violento como o Brasil, que atende as determinações do “sistema-mundo patriarcal/capitalista/colonial/moderno” com instituições e organizações estruturadas para oprimir, em geral, nossas relações envolvem contínuos afetos que desestrutura a individualidade, em especial, para pessoas negras e pobres. São pessoas que são concebidas, nascem, vivem e falecem sobrevivendo à eventos perversos, que as atingem, deixam triste e as limita. Limita mais que tudo a potência do agir.

O fato é que, há encontros que representam soma, relações que nos compõem e, portanto, podem potencializar nossa capacidade de agir. No entanto, para as pessoas em situação de vulnerabilidade, a grande maioria dos encontros representam ameaças, ou seja, afetos que não são positivos. Daí a necessidade de reconectar com o que Spinoza (2009) chamou de bons-encontros, ou melhor, afetos de alegria, que fortalecem a nossa capacidade do agir e de pertença no mundo, como estar em um abraço, ouvir músicas que gostamos, ou outras situações que nos nutrem / sacia como água quando temos sede, comida no caso da fome. Nestes momentos – dos bons-encontros – nos sentimos em conexão consigo mesmas (os), pertencentes ao mundo, portanto, mais fortes e potentes. Circunstâncias ligadas as necessidades humanas.

Na sessão a seguir trato da experiência da sandemia em curso no país e como ela afeta nossas vivências, afeta as pessoas negras e, em especial, as mulheres negras, em sua grande maioria chefes de família. Mulheres que, por vezes, não dispõem do básico, muitas não têm sequer uma casa para se abrigar. Mulheres que necessitam se reinventar diariamente, para conseguir alimentar suas crias e, se possível, se alimentar.

Diferentes barcos aglomeram pessoas diferentes durante a pandemia do COVID-19

A política partidária brasileira passou por profundas transformações nos últimos 20 anos. Como resultantes dos determinantes institucionais, nos últimos cinco anos a

população experimenta vários desalinhos, particularmente, depois do golpe que levou ao impeachment da presidenta eleita, em 2016. É possível acompanhar e registrar diariamente diferentes processos de retrocessos sem precedentes, com a perda contínua de direitos sociais arduamente adquiridos. O país segue sendo desmontado. Em função das diferentes crises, em curso no país, como a política e a econômica, dentre outras. Havia sinalizações, e, portanto, esperávamos por uma nova ‘guerra’. E ela veio ainda mais devastadora e cruel do que anunciada. Hoje precisamos vencer diariamente diversas guerras simultaneamente, a mais frontal delas com o que se convencionou chamar de “inimigo” invisível, uma infecção respiratória aguda, e que pode ser letal, causada pelo coronavírus SARS-CoV-2, a Covid-19, que assola o mundo desde fins de 2019.

Por todo o mundo, durante dois longos anos as populações vivenciaram uma crise sanitária do Coronavírus - uma família de vírus que causa infecções respiratórias – até a disponibilização da vacina, séria e mortal. No Brasil, o ponto alto da crise foi março de 2020. Quando por um lado, existia a devastação causada pelo vírus (SARS-CoV-2) e, por outro, uma série de doenças não transmissíveis. E esses dois elementos interagiam em um contexto social e ambiental caracterizado por profundas desigualdades econômicas e sociais. No país, ocorriam simultaneamente interações biológicas, sociais e econômicas entre a população o que caracteriza uma Sindemia. O antropólogo e médico americano Merrill Singer (1994) explica que Sindemia se refere a um conjunto de problemas de saúde interligados, como é o caso brasileiro. Nestes casos, envolve duas ou mais complicações que se interagem de maneira sinérgica e contribuem para a carga excessiva de doenças em uma população. Assim, dadas as marcantes desigualdades que assolavam e assolam a grande maioria da população, a pandemia é particularmente mais agressiva. Essas condições exacerbam o impacto das diferentes doenças e causam danos maiores do que a mera soma das duas ou mais doenças. É preciso considerar, portanto, que a população do Brasil experimentou uma Sindemia e não uma pandemia.

A covid-19 funciona como um espelho que serve a refletir as crises de nosso “sistema-mundo patriarcal/capitalista/colonial/moderno”. Potencializa os efeitos e impactos das desigualdades e faz com que os sintomas das doenças que atingiam a população empobrecida se destaquem com ainda mais força. Um desses sintomas é o cansaço e a sensação de desamparo. No geral, a população em situação de vulnerabilidade já alarmava – para quem já não estava mortalmente ferida (o) – sinais de cansaço e de estarem extenuadas. Aqui falo de um cansaço fundamental, que acompanha de forma permanente a população exaurida com os descasos e injustiças cotidianas.

O cansaço estava ainda mais presente por toda a parte da vida de pessoas negras e pobres, se confundia, por vezes, com a própria sombra. A condição precária de vida durante a pandemia fez com que estas pessoas se sentissem ainda mais esgotadas (os) do que de costume. Também a inatividade – para algumas pessoas - a que o confinamento e isolamento obrigou, potencializou sensações de fadiga. Uma vez que este recorte populacional ou ficou desempregada (o) ou era forçada (o) a render, independentemente das circunstâncias, em um contínuo de sofrimentos – sob pena de não ter sequer o que comer-, e assim, experimentaram um tipo específico de síndrome relacionada ao esgotamento profissional e pessoal. Some-se a tudo isto a auto cobrança e a sensação de fracasso, além de culpa, por não conseguir atender às exigências de desempenho impostas

e depois, que nos auto impomos. Uma guerra interna se inicia, é uma luta contra si mesma. A percepção como incapaz leva à autorrepreensões destrutivas e a autoagressões.

O uso de máscaras de proteção na rua e ao entrar em contato com outras pessoas fora do círculo familiar era considerado um dos instrumentos mais eficazes de proteção contra o coronavírus. Neste contexto de Sindemia, para garantir a vida, era preciso usar novas e diferentes máscaras. De forma coerente com os condicionantes políticos e sociais, a dita pandemia fez cair muitas máscaras. As máscaras físicas, mas, sobretudo as máscaras sociais foram aos pés, no chão, nas calçadas, nos mares. Há lama por toda parte. As fraturas, feridas e perversidades ficaram expostas. Todas as mazelas da falta de humanidade para com as categorias que sofrem com toda sorte de falta de oportunidade ficaram estampadas e sendo exibidas sem constrangimentos, mesmo para quem nunca quis ver, agora há filmagens. Escondemos parte do rosto, mas nunca nos mostramos tanto! Estamos nos mostrando uns aos outros. E nem sempre é salutar o que vemos.

No auge da Sindemia me questionava: como será que a partir daqui irão chama o país da propalada “democracia racial”? A dita democracia racial brasileira foi estratégia de colonização e agora estratégia da colonialidade. Ela fundamenta o genocídio dos não brancos cotidianamente. Como irão continuar a dizer que não existe racismo, diante do extermínio da população negra? As pessoas negras morrem mais pela COVID-19, além de terem mais chance de serem infectadas por precisarem se manter ativos, também tinham risco aumentado pelo não acesso à hospitalização. Entre as mulheres, o IBGE registra que mulheres, pessoas negras e pobres são os mais afetados pela doença. As mulheres negras morreram mais: foram a 140 mortes por 100 mil habitantes, contra 85 por 100 mil entre as brancas. Em novembro de 2020, de acordo com dados levantados pela ONG Instituto Polis (2020), em São Paulo – um termômetro do que acontece no restante do país-, homens negros são 250 óbitos pela doença a cada 100 mil habitantes. Entre os brancos, naquele momento eram 157 mortes a cada 100 mil. Ou ainda, como vão seguir acusado quem vive com fome de falta de “esforço”, diante das máscaras de Anastácia que seguem sendo impostas? Como haverá de se sustentar a meritocracia alardeada? No contexto crítico sindêmico, a cada dez pessoas que relatavam mais de um sintoma da covid-19 em postos de saúde, sete eram pretas ou pardas. Ou seja, um esboço de respostas para todas estas questões precisa estar pautado na profunda desigualdade socioeconômica e preconceituosa brasileira e seus desdobramentos.

A doença causada pelo coronavírus (COVID-19), considerada uma grave crise sob o ponto de vista epidemiológico, bem como, psicológico, se tornou um mal atroz por ocorrer concomitante com um momento em que o país se encontra desgovernado. Com um gestor negacionista e fascista e mais as condições adversas da Sindemia, foi possível ao presidente do Brasil acelerar um projeto genocida já em curso. Assim, vivendo perdas em massa, em curto espaço de tempo e sem a condição de viver o luto de forma ‘adequada’, o cansaço e as dores foram exponencialmente potencializadas. Na metade do mês de maio de 2021, o país já ultrapassava a marca – chamada de ‘recorde’ por jornalistas e comentaristas locais - de 435 (quatrocentos e trinta e cinco) mil vidas perdidas. As projeções seguem perturbadoras. Conforme pode ser lida No Portal da CNN Brasil (2021), sem medidas de distanciamento e com atraso na vacinação, cientistas que monitoram a COVID-19 afirmam que o país poderia chegar a meio milhão de mortes por Covid-19 até julho daquele ano. Nestas circunstâncias, pesavam de forma desequilibrada,

as dores pelas dificuldades para realização de rituais de despedida entre pessoas vulneráveis, na iminência da morte de seus familiares, bem como, com os rituais funerários eivado de limites, o que dificultava ainda mais a experiência de luto.

A Sindemia estremeceu as estruturas, já bastante comprometidas por diversas circunstâncias, de trato desigual, que resultou no acúmulo de mais responsabilidade sobre ações de cuidado por parte das mulheres, esta situação respingou em ao menos metade das brasileiras. Com isto, os lutos se somam. São tantas perdas simultâneas! Em especial para as mulheres negras situadas na base da pirâmide social. Com a Sindemia elas acumularam ainda mais responsabilidades com relação ao cuidar de outrem.

Todas as lógicas relacionadas ao cuidado foram coladas na imagem das mulheres e do feminino. Esta imbricação onera a vida das mulheres. No caso das mulheres negras e em situação de vulnerabilidade a condição de vida, ou melhor, a não condição de vida, se torna desumana. A pesquisa “Sem parar: o trabalho e a vida das mulheres na pandemia”, realizada pela organização de mídia Gênero e Número em parceria com a Sempreviva, Organização Feminista (SOF) revelou como a crise na saúde e isolamento social acentuaram desigualdades nas tarefas de cuidado. Com base nos dados do relatório SOF (2020), um levantamento que revelou que, com a “crise do cuidado”, o não acesso à renda e a sobrecarga de trabalho houve sobreposições de atividades para as mulheres. Com base nas respostas de 2.641 mulheres, de todas as regiões do Brasil, em área urbana e rural a pesquisa identificou que metade das brasileiras passou a cuidar de alguém durante a pandemia de Covid-19. Constam do relatório SOF (2020, p. 32-33):

Quando olhamos para a distribuição dessas novas responsabilidades de cuidados, entre aquelas que passaram a se responsabilizar pelo cuidado de familiares, encontramos um percentual maior (34,4%) entre as mulheres de 30 a 39 anos, e 25% entre 40 e 49 anos. Já entre as que passaram a cuidar de amigos, 28% estão na faixa etária de 30 a 39 anos, e 21% entre 20 e 29 anos. E, entre aquelas que passaram a cuidar de vizinhos, o percentual mais elevado de mulheres está entre 40 a 49 anos (27,3%), seguido pela faixa de 50 a 59 (26%).

Entre as mulheres nos ambientes rurais, o número passa para 62%. Ademais, “41% das mulheres empregadas afirmam estar trabalhando mais do que antes.” Dentre as mulheres negras, uma a cada 7 teve que empreender para se sustentar na pandemia de Covid. Estas mulheres cuidam de idosos, crianças (os próprios filhos e crianças no local de trabalho), de pessoas amigas, deficientes e de lares. Divulgados pela Agência IBGE Notícias (2021), os dados da Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínua (PNAD Contínua) apontam:

A taxa média de desocupação em 2020 foi recorde em 20 estados do país, acompanhando a média nacional, que aumentou de 11,9% em 2019 para 13,5% no ano passado, a maior da série histórica da PNAD Contínua, iniciada em 2012. As maiores taxas foram registradas em estados do Nordeste e as menores, no Sul do país. [...] No intervalo de um ano, a população ocupada reduziu 7,3 milhões de pessoas no país, chegando ao menor número da série anual (86,1 milhões). Com isso, pela primeira vez, menos da metade da população em idade para trabalhar estava ocupada no país. Em 2020, o nível de ocupação foi de 49,4%. [...] A PNAD Contínua também mostra diferença na taxa de desocupação de homens e mulheres no quarto trimestre de 2020. O percentual foi de 11,9% entre os homens e 16,4% entre as mulheres. Já entre as pessoas pretas, a taxa foi de 17,2%, enquanto a dos pardos foi de 15,8%,

ambas acima da média nacional (13,9%). Já a taxa dos brancos (11,5%) ficou abaixo da média.

Estes são alguns dos resultados que decorrem dos efeitos da Sindemia de Covid-19 sobre o mercado de trabalho. Os dados relevam ainda os efeitos das desigualdades regionais, raciais e de gênero. Com mais da metade da população desempregada, os desafios para garantir o básico como alimentação e teto são imensos. Por vezes as mulheres negras – maioria dentre as chefes de família - precisam se expor em filas da humilhação e degradação, que são as estruturas institucionais disponibilizadas pelos espaços para cadastro e para receber benefícios assistenciais.

Dentre os arranjos familiares, e, de acordo com dados do IBGE (2020), os lares formados por mulheres, sem cônjuges e com filhos menores de 14 anos estão entre os mais concentrados na situação de pobreza extrema. Estes domicílios perfazem 54% do total de famílias. Famílias chefiadas por mulheres pretas e pardas são 63%, e os chefiados por mulheres brancas 39,6%. Situação pela qual não restam alternativas, senão perseguir condições de sobrevivência, independentemente das circunstâncias destas buscas. São recursos absolutamente necessários, dada à situação de vulnerabilidade em que se encontram.

Ainda hoje as mulheres negras experimentam resultantes dos processos de colonização e escravização. Nas palavras de Lélia Gonzalez (1982) – que já naquele momento imprimia uma lente interseccional - “Ser negra e mulher no Brasil, repito, é ser objeto de tripla discriminação, uma vez que os estereótipos gerados pelo racismo e pelo sexismo a colocam no mais alto nível de opressão.” Estas mulheres sofrem com processos de reforço quanto à internalização da diferença, da subordinação e da ‘inferioridade’. Tudo isso acrescido pelo problema da dupla e até triplas jornadas de trabalho, que elas, mais do que ninguém, têm que enfrentar. Lélia Gonzalez destacava naquele momento as empregadas domésticas, no contexto atual a leitura se espraia para todas as mulheres negras pobres periféricas. Para Gonzalez (2008, p. 38):

A atuação das mulheres negras que, ao que parece, antes mesmo da existência de organizações do movimento de mulheres, reuniram-se para discutir seu cotidiano marcado, por um lado, pela discriminação racial e, por outro, pelo machismo- não só dos homens brancos, mas dos próprios homens negros.

Ou seja, no contexto dito pandêmico, as mulheres negras, por vezes solitárias, experimentam os mencionados processos de lutos por seus entes familiares e pelas mais diversas faltas e perdas, sofrendo atravessamentos, com desdobramentos que potencializam o risco de agravar os sofrimentos psíquicos individuais e coletivos da população já tão duramente enrijecida e encouraçada.

O fato é que a pandemia COVID-19, iniciada na China, em dezembro de 2019 e disseminada para centenas de países em poucos dias e meses, com milhares de indivíduos infectados, mortos e curados, tem provocado profundas transformações no sistema-mundo. Estas transformações reiteram os efeitos do que Grosfoguel (2008, p. 118) afirma: que ninguém escapa às hierarquias de classe, sexuais, de gênero, espirituais e linguísticas, geográficas e raciais do ‘sistema mundo europeu/euro-norte-americano moderno/capitalista/colonial/patriarcal’. As transformações na condição de estar no mundo e exposição de mazelas vieram nos situar quanto à realidade brasileira e recordar

que falamos sempre a partir de um determinado lugar situado nas estruturas de poder. Isto tem levado as pessoas a experimentarem ainda muitos e diferentes processos de adoecimentos e lutos.

O luto é um processo que se estrutura em resposta a rompimentos de vínculos, ou seja, quando perdemos alguém ou algo significativo para a nossa vida. As elaborações, a título de explicações, os significados atribuídos, e as ritualísticas de passagem entre a vida e a morte e o processo de enlutamento variam conforme cada sistema-mundo e suas diferenças culturais, cosmologias e religiosidades, bem como as circunstâncias em que ocorre a morte e ou perda.

No Brasil está situado, quando se trata da distribuição de renda entre seus habitantes, e, conforme dados do Banco Mundial para o relatório World Bank (2021), entre os países mais desiguais do mundo. Ele é o nono país mais desigual. Esta má distribuição de recursos financeiros proporciona desordens em todos os setores da vida. Desequilibra a balança da harmonia de convívio e exacerba as relações de poder.

O contexto desigual potencializou restrições importantes, já presentes no cotidiano local antes, e alarga sobreposições impostas pela pandemia do COVID-19 para parte considerável da população. Os desdobramentos com a Sindemia revelaram, de forma dramática o modelo – que há muito já dava sinais de falência – da estrutura socioeconômica brasileira, em termos capitalista e neoliberal. Ficou evidente a ausência de políticas públicas que deveriam suprir com assistências ao recorte pobre e ou miserável da população. As mulheres estão no centro das atividades motrizes relacionadas a família, educação, saúde etc. As mulheres negras representam a maioria das trabalhadoras em algumas categorias profissionais informais (faxineiras e diaristas) e nos cuidados sanitários (áreas da saúde e assistência social), o que as situa econômico e socialmente como mais vulneráveis aos efeitos da Sindemia. Nestas circunstâncias, os trabalhos relacionados ao cuidado ficaram ainda mais intensos e penosos, onerando, sobretudo as mulheres em situação já vulnerável. Assim, outra vez as mulheres negras e pobres são as mais penalizadas, diante da vulnerabilidade econômica, a sobrecarga de trabalho doméstico e a exposição às violências.

No Brasil, um dos principais marcadores das desigualdades de gênero, classe e raça é o trabalho do cuidado. No país e no mundo, ao longo dos tempos, o trabalho do cuidado com idosos, doentes, crianças, deficientes e até com pessoas amigas vem sendo exercido majoritariamente por mulheres, particularmente por mulheres negras e pobres, no ambiente privado, em condições precárias, e, em boa medida “por amor”, ou melhor, de forma gratuita, se observarmos pelo ponto de vista econômico. Nas palavras de Hirata (2016), “para além das diferenças sociais, os diferentes atores do cuidado como o Estado, o Mercado e a família, combinam-se, agindo de maneira desigual e assimétrica.” Neste contexto, a Sindemia e ou pandemia da covid-19 expôs de forma explícita a carência social e lacunas relacionadas. Expôs também a importante participação das mulheres no enfrentamento dessas doenças. Ainda assim, o trabalho do cuidado segue sendo percebido como trabalho precário, oferecem baixos salários, além de ser pouco ou não reconhecido e valorizado.

Conforme a Organização Mundial de Saúde (OMS, 2020), no mundo, 70% dos trabalhadores da área da saúde e do terceiro setor (Associações e Entidades sem fins lucrativos) são mulheres. No país 85% dos empregos na área são ocupados por mulheres.

No que tange a atuação frente covid-19, mais de 60% dos empregos considerados de grande risco são ocupados por mulheres (IBGE, 2020). É o caso da enfermagem. Além do risco de contaminação, estas mulheres foram submetidas a elevado grau de estresse acometido por esse novo vírus, que pode interferir em todas as suas relações sociais.

Diante do volume de atividades e sobreposição de jornadas, resta muito pouco ou não encontram tempo para se cuidar. Não reúnem condições de buscar harmonização interna e promover a reposição de forças para seguir dando conta do volume, por vezes brutal, de demandas. Isto ocorre também em meio a habitações que as violentam de forma emocional e física. Se assim o é, como estas mulheres podem parar, se observar e ler as emoções e como seus relacionamentos lhes afetam?

O Autocuidado como caminho

*O que seria de você se viesse a lembrar de quem você realmente é?
“Somos assim: sonhamos o voo mas tememos a altura. Para voar é preciso ter coragem para enfrentar o terror do vazio. Porque é só no vazio que o voo acontece. O vazio é o espaço da liberdade, a ausência de certezas. Mas é isso o que tememos: o não ter certezas. Por isso trocamos o voo por gaiolas. As gaiolas são o lugar onde as certezas moram.” Rubem Alves*

Em um país tão desigual e marcado por comportamentos racistas, machistas, sexistas, misóginos, ou seja, com predomínio de comportamentos patriarcais, como o Brasil, quando se trata de cuidado, é quase impossível não colar uma figura feminina a imagem da cena. A vida da população em situação de vulnerabilidade se restringe a cuidar de outras pessoas, sem se cuidar, sem se observar, sem atentar para o autocuidado. Não há tempo para perceber as fragilidades pessoais, nem conhecer ideias de liberdade e do bem viver. Para as mulheres negras não lhes é facultado e ou permitido experimentar o significado de ser cuidada. E, enquanto segue cuidando, não se dará conta da conta, das doenças físicas, espirituais e mentais resultantes do só cuidar sem ser olhada, sem cuidar de si. O desamparo é a realidade destas mulheres e não o empoderamento midiático. Isto ocorrerá até que as dores sejam grandes e ou paralisantes o suficiente. Com amparo nesta motivação que neste recorte/sessão destaco aspectos importantes e o apelo particular para que as mulheres negras sejam apresentadas para o autocuidado.

Em função da necessidade de manter o feminino como ‘responsável’ pelo cuidado ou para não desconstruir a ideia das mulheres negras como ‘servas’, as reações são tão ásperas e duras, diante da imagem de um menino brincando com bonecas ou panelas. Eles não devem aprender a cuidar! Vez que a cria é responsabilidade única de mães. Nesta mesma linha, diante de uma cena de uma criança “desassistida”, na iminência de perigo, ou que simplesmente se sujou, se machucou, dentre outras, as pessoas ao seu redor irão imediatamente questionar: cadê a mãe desta criança? Isto independe da condição no momento e do histórico de vivências da família e ou mulher em questão. Também é atribuída a mãe toda e qualquer acontecimento “fora do padrão”. “Ela não sabe criar!”

Dirão, sem piedade ou contemporização. As pessoas apressam em esquecer que, como no provérbio africano, “é preciso uma aldeia inteira para educar uma criança.”

Ao pensar em luto, imediatamente conectamos com mortes, mas o luto está longe de se limitar tão somente a perder alguém, mas sim diz de tudo que se opõem as vivências relacionadas ao prazer. Perdemos empregos, amizades, livros, possibilidades de acessar conhecimentos, possibilidade de estar em paz consigo mesmas, dentre tantas outras perdas diárias que envolvem desde corpos (os) sepultados ou cinzas, a egoísmos, compaixão, depressão, guerras individuais e internas.

Quase sempre as mulheres negras estão sufocadas com a necessidade de falar e imersas em buscar soluções para a solidão, o suicídio, a fome e violências – desde as simbólicas até as físicas, culminando em feminicídios-. Também quanto ao desamparo e ou a depressão que circunda a vida das mulheres negras, desde a infância.

Precisamos nos reconectar consigo mesmas e com novas formas de viver que envolvam sentimentos que compreendam pertencer e ser parte de todas, precisa ser real, é preciso sentir que há verdade no que se faz, sem teses nem teorias, tem que vir dos nossos sentidos, dos sentidos das outras, do estar com as outras, de uma perspectiva de coletividade. Neste sentido, e pensando no lastro de sabedorias ancestrais, Valdecir Nascimento (2021) ressalta que “[...] precisamos recuperar as vivências apreendidas em família, nos terreiros, na comunidade, com as vizinhas, para repensar um novo amanhecer.”

A corpa jamais será como uma página em branco. Há memórias de nutrição, ou da ausência de se nutrir. É preciso se permitir experiências revigorantes. Para tanto, é preciso que sejam viabilizadas condições para que se possam estreitar os laços de amizade; compartilhar vivências em família e entre pessoas amigas; que se possa estar e valorar os momentos descompromissados vividos em farras, nos grandes encontros. Nestes momentos, de convivências, via conversas que nos fazem gargalhar, além de distanciar por alguns momentos das dores, há potencial para se restabelecer estágios nutritivos, além de possibilitar descobertas, novas formas de viver e estar no mundo. Em outros momentos podemos querer aquietar. Há necessidade de ouvir o silêncio e de se ouvir, de promover diferentes possibilidades de reencontro com a ancestralidade e com o divino, seja para rezar, seja para se sentir acolhida e até para mergulhar e se ensimesmar.

Também precisamos ter a condição de repensar imperativos destrutivos, como o de que: “É preciso estar dentro do padrão de beleza!” Lei-a-se ser magra, esguia e sustentar a coluna, independente do custo que esta imagem represente. A mesma coluna que carrega o peso de tantas responsabilidades consigo, com os seus e com tantas outras pessoas; pela nutrição, bem-estar e alegria da família e de agregadas (os), pela saúde do mundo. São muitas mochilas que as mulheres, e, em especial as mulheres negras precisam carregar constantemente. Mochilas que lhes são impostas levar nos ombros e mantê-las abastecidas. Para seguir vivendo são precisos soltar pesos que não fazem parte do Ser. A carga de trabalho e responsabilidades para mulheres negras é sempre muito densa, pesada mesmo. Assim, é preciso desapegar, deixar pelo caminho algumas bolsas e deixar que algumas formas de vida-coisas morram. Como a noção da mulher forte, que aguente todas as demandas que pesam sobre si e de que pode sempre assumir mais ou suportar dor. É preciso acolher os próprios limites. Sob o risco de não conseguir manter-se seguindo em frente. Aqui trato de lutos, dos diferentes tipos de lutos.

Como nos lembra Nascimento (2021, p. 01), nós, mulheres negras, sempre estamos movidas (os) a responder a um modelo que nos enquadra “como as superfortes; as que não devem mostrar fragilidade; retadonas”. Precisamos contemplar o chamado dos movimentos sociais: “‘vamos ocupar os espaços’; ‘tem que ir para cima’; e, nessas tensões e disputas, muitas ficaram pelo caminho” e pedaços de si se perdem. As mulheres negras quando chegam em suas casas – para as que as tem-, “guardam toda carga de tensões, conflitos, disputas, frustrações, sobrecarga de trabalho e violação de direitos.” Como quase sempre estão sós, não há com quem compartilham suas incertezas e inseguranças, muito menos os medos. A saúde mental não recebe a devida atenção. A relação familiar –quando há- é preterida. Não há tempo para se fortalecer. Não há tempo, inclusive para avaliar se há aprendizados, sobre o que foi vivenciado no próprio cotidiano, e com as experiências de vida.

Assim deixamos para trás singelas vivências, momentos afetivos e potentes ensinamentos ancestrais. Isto ocorre dadas as experiências e relações sempre contaminadas por princípios de subalternidade, desumanidade, juízo de valor sobre as diferentes formas de ser e pensar. Sem energia e até completamente esgotadas, com baixa resistência física e emocional, além de muita tensão acumulada não conseguem perceber e responder adequadamente ao que lhes afetam. Lhes faltam condição, aptidão, paciência além do sentimento de ausência de atitudes solidárias. Sem o espaço sadio de convivências, as orientações e informações não chegam. A sabedoria ancestral, capaz de fortalecer e auxiliar na trajetória, se perde e não há inclusive o acesso a tratamentos chamados de ‘não convencionais’ para se autoconhecer.

Afogadas no mar das obrigações, não lhes sobram tempo para pensar ou questionar quem cuidará da mulher que cuida? Não lhes sobrar tempo para ela própria cuidar de si. Ou o fará de forma mecânica e desconectada dos valores embutidos. Então as mulheres educadoras, por exemplo, precisam garantir uma aparência cuidada. Isto porque a aula ou o trabalho, seja remoto com vídeo ou presencial, impõe unhas feitas, cabelos “arrumados”, roupa limpa e passada, pele cuidada. Como parte de um processo dinâmico, muitas de nós seguiremos construindo uma imagem de perfeição, sem se dar conta de que há um coração que bate no peito; do órgão sexual mais extenso, que nunca é sentido, vez que a pele não será tocada, muito menos acariciada. Seguirá sem ver os próprios olhos, sem se enxergar ou notar. Sem se ver, diante do espelho. Os pés servirão tão somente para se sustentar, nunca para relaxar! E as costas, nós nunca as vemos! Porque cuidar? Como lembrar? Nem “tapinhas” receberá, não podemos nos tocar! Um toque que parece não fazer diferença para muitas, para as quais o toque suave nunca esteve presente na vida. Na infância e juventude, mães e pais ou responsáveis que não receberam carinho, de certo não terá como ofertar. Os pais e responsáveis, não serão cobrados para o toque e até podem ser recriminados: “muito carinho nesta criança fará dele um ‘afeminado’”! Termo chulo, usado para falar de meninos com comportamentos associados ao feminino. Portanto, recriminados.

No velho novo mundo tudo permanece como dantes, talvez mais cruel e eivado de opressões. Não se trata aqui de hierarquizar opressões, como bem pontua Luiza Helena de Bairros (1995), mas de reconhecer cada uma delas e como lhes impactam e afetam na vida das mulheres negras. Trato de reconhecer as construções de gênero como fonte de

poder e como hierarquicamente impactam e afetam a vida destas mulheres. Por vezes, desmerecidas e não reconhecidas em suas capacidades e habilidades.

Requero aqui a possibilidade das mulheres negras viverem uma vida que faça sentido. De poder experimentar a vida como ela se apresenta a cada instante, sem tamanho comprometimento e investimento do tempo. Que possam perceber e compreender o que lhes afeta, além de reunir a condição de se posicionar de formar a não voltar a lhes violentar. Que haja tempo para viver!

Spinoza, através da análise dos afetos, segue procurando entender porque “percebemos o melhor, mas, entretanto, fazemos o pior“. Avalio que isto tem a ver com a noção de escolhas e até de liberdade. Para o filósofo holandês, nos é facultada a possibilidade de fazer do conhecimento o mais potente dos afetos. Nossas fontes para chegar às noções de comuns, e, com isto, nos afastamos ou libertamos das tristezas, medos e outros afetos que nos impedem de serem pessoas plenas, quiçá livres. Assim, através do conhecimento dos afetos, podemos organizar os nossos encontros de forma ativa frente ao que nos acontece. Na existência, o próprio ato de viver nos conduz para conquistar aquilo que pertence à nossa essência. Assim, selecionar encontros, para além de conduzir para saúde da mente e da corpa, significa nos afirmar no acaso dos encontros, dizer do que queremos e do que não queremos, também o que podemos e não podemos ou queremos acolher. Que haja tempo e condições para o conhecer a si!

Que os conteúdos discutidos nesse estudo sirvam a fortalecer as paixões ligadas a alegria e aos desejos espinosianos. Em geral, pouco presente na vida da maioria das mulheres negras. Que nós, mulheres negras, possamos estabelecer relações de vida que nos conecte com a própria essência de cada ser, através de bons encontros com o conhecimento, possibilitando ainda, que as mulheres negras possam ser afetadas ao máximo pelas paixões alegres e possam reforçar, a cada dia, a própria potência do agir.

Cada ser é único. Cada Ser é o mundo. Cada mulher negra é um ser singular. É preciso ter a condição de romper e descolar das metáforas brancas de poder. Para tanto, é importante aprender a administrar os encontros e, com isto, buscar o aumento da potência de existir. É romper com o que é apontado como padrão de humanidade e florescer.

Não nos será facultado experimentar. Vamos nos impor, voltar a desobedecer, a romper! A repressão se dá não apenas no plano psíquico, mas também no plano físico. O nosso corpo responde à repressão ambiental gerando tensão muscular, o que, com o passar do tempo, resultará ou se traduz em dores crônicas e doenças. É possível, conforme Wilhelm Reich (1897-1957), através do corpo, encontrar novas vias de acesso ao inconsciente. Assim, proponho o autocuidado, começando com a atenção e reconexão com a ancestralidade e mediante mobilizações do corpo, como formas de resignificar as emoções e afetos negativos. Dancemos a cada momento da vida! Isto será revolucionário.

Sempre que a emoção está desconectada da razão a pessoa toma atitudes que ferem a própria essência e as pessoas no seu entorno. É preciso compreender que a emoção serve como ferramenta da evolução, para conectar melhor o nosso organismo com o meio ambiente. Estar plena na vida requer a compreensão da dinâmica dos afetos, da percepção ampliada sobre o encontro de corpas, bem como, de todas as possibilidades de utilização destas inter-relações para se obter e ou estabelecer conhecimento. Acredito que, com esta forma vida, cônica de si e do próprio agir, é possível agenciar de maneira mais presente o viver. Que materializemos o que compreendemos pelo Bem Viver!

Que possamos cuidar de nós mesmas e, ao estar em paz consigo mesmas, possamos reunir habilidade para seguir construindo a vida que será. Uma vida plena de sentidos para as mulheres negras e, com isto, para o coletivo.

REFERÊNCIAS

AGÊNCIA IBGE Notícias (2021). Com pandemia, 20 estados têm taxa média de desemprego recorde em 2020. Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/30235-com-pandemia-20-estados-tem-taxa-media-de-desemprego-recorde-em-2020>. Acesso em: 25 abril 2021.

ANZALDÚA, G. Falando em línguas: uma carta para as mulheres escritoras do terceiro mundo. Revista Estudos Feministas, [s. l.], v. v.8, ed. n.1, 2000.

BAIROS, Luiza. (1995). Nossos Feminismos Revisitados. Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/ref/article/view/16462>. Acesso em: 25 abril 2021.

BEAUVOIR, Simone. (1980). O Segundo sexo: fatos e mitos; tradução de Sérgio Milliet. 4 ed. São Paulo: Difusão Europeia do Livro.

CHAUÍ, M. S. (2005). Spinoza: Uma filosofia da liberdade (2a. ed.). São Paulo: Moderna.

CNN Brasil. (2021). Brasil pode ter 500 mil mortos pela Covid em 4 meses, diz ex-ministro da Saúde. Disponível em: <https://www.cnnbrasil.com.br/saude/2021/03/11/brasil-pode-ter-500-mil-mortos-pela-covid-em-4-meses-diz-ex-ministro-da-saude>. Acesso em: 16 maio 2021.

COLLINS, P.H. (2000). *Black Feminist Thought: knowledge, consciousness and the politics of empowerment*. Nova York: Routledge.

ESPINOZA, Beneditus de, (2009). Ética / Spinoza; [tradução de Tomaz Tadeu]. - Belo Horizonte: Autêntica Editora. Título original: Ethica ISBN: 978,85-7526-381-5

EVARISTO, Conceição (2008). Escrivências da afro-brasilidade: história e memória. Releitura, Belo Horizonte, n. 23.

DESCARTES, R. (1998). As paixões da alma. São Paulo, Martins Fontes, 174 p.

FOUCAULT, Michel. (2010) O governo de si e dos outros. Curso no Collège de France (1982/1983). Tradução Eduardo Brandão. São Paulo: Ed. WMF Martins Fontes.

FOUCAULT, M. (2004). “Os corpos dóceis”. Vigiar e punir: nascimento da prisão. 29ª ed. Tradução de Raquel Ramallete. Petrópolis, RJ: Vozes.

FREIRE, P. (1996). Pedagogia da Autonomia: saberes necessários à prática educativa / Paulo Freire. – São Paulo: Paz e Terra. – (Coleção Leitura)

GONZALEZ, Lélia. (1983) “Racismo e sexismo na cultura brasileira”. In: SILVA, L. A. et al. Movimentos sociais urbanos, minorias e outros estudos. Ciências Sociais Hoje, Brasília, ANPOCS n. 2, p. 223-244, 1983.

GONZALEZ, Lélia. (2008). Mulher negra. In: NASCIMENTO, Elisa L. (Org.). Guerreiras de Natureza: Mulher negra, religiosidade e ambiente. São Paulo: Selo Negro, p. 29-47.

GONZALEZ, Lélia. (1982). A mulher negra na sociedade brasileira. a. In. LUZ, Madel T (Org.). O Lugar da Mulher: Estudos sobre a Condição Feminina na sociedade atual. Rio de Janeiro: Edições Graal.

GROSGUÉL, Ramón. (2008). Para descolonizar os estudos de economia política e os estudos pós-coloniais: Transmodernidade, pensamento de fronteira e colonialidade global. Revista Crítica de Ciências Sociais. Centro de Estudos Sociais da Universidade de Coimbra, p. 115-147. Doi: <https://doi.org/10.4000/rccs.697>

GROSGUÉL, Ramón (2005), “The Implications of Subaltern Epistemologies for Global Capitalism: Transmodernity, Border Thinking and Global Coloniality”, in William Robinson; Richard Applebaum (orgs.), Critical Globalization Studies. London: Routledge.

GONZALEZ, Lélia e HASENBALG Carlos. Lugar de negro. 2ª ed, Rio de Janeiro. Editora ZAHAR. 2022.

HIRATA, Helena. (2016). O trabalho de cuidado. Comparando Brasil, França e Japão. Sur - Revista Internacional de Direitos Humanos. 24 - v.13 n.24 • 53 - 64 | 2016. Disponível em: <https://sur.conectas.org/wp-content/uploads/2017/02/5-sur-24-por-helena-hirata.pdf>. Acesso: 12 de maio de 2020.

HOBBS, T. (2000). Tratado sobre el cuerpo. Trad. Joaquín Rodríguez Feo. Madrid: Editorial Trotta.

IBGE - Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Disponível em: <<https://www.ibge.gov.br/>>. Acesso: 28 de maio de 2020.

IDADOS Consultoria (2020). Disponível em: <https://www.agazeta.com.br/revista-ag/comportamento/metade-das-familias-brasileiras-sao-chefiadas-por-mulheres-0320>. Acesso: 28 de maio de 2020.

INSTITUTO POLIS (2020). Disponível em: <https://polis.org.br/estudos/raca-e-covid-no-msp/>. Acesso: 28 de maio de 2020.

KILOMBA, Grada. (2019). Memórias da Plantação: episódios de racismo cotidiano. Lisboa: Orfeu Negro. Rio de Janeiro: Editora Cobogó, 244p.l

LORDE, Audre. Textos escolhidos. Disponível em: <difusionfeminista@riseup.net> Acessos em 19 de novembro de 2020.

NASCIMENTO, Valdecir. (2021). AUTO CUIDADO: O que nós temos a ver com isso!? Disponível em: <https://institutoodara.org.br/auto-cuidado-o-que-nos-temos-a-ver-com-isso/>. Acesso em: 10 março 2021.

NOVIKOFF, Cristina. CAVALCANTI, Marcus Alexandre de Pádua. Pensar a potência dos afetos na e para a educação. Conjectura: Filos. Educ., Caxias do Sul, v. 20, n. 3, p. 88-107, set./dez. 2015.

NOTÍCIA PRETA, (2021). Maioria dos brasileiros inscritos no Cadastro Único é mulher, negra e com renda de R\$ 285 por mês. Disponível em: <https://noticiapreta.com.br/majoria-dos-brasileiros-inscritos-no-cadastro-unico-e-mulher-negra-e-com-renda-de-r-285-por-mes/>. Acesso: 19 de maio de 2021.

OMS. Organização Mundial de Saúde. (2020) Brasil. Pontos Focais. Disponível em: <<https://www.who.int/eportuguese/countries/bra/pt/>>. Acesso: 28 de maio de 2020.

ONU - Organização das Nações Unidas. Disponível em: <<https://nacoesunidas.org/>>. Acesso: 28 de maio de 2020.

PANKSEPP, J. *Affective Neuroscience: the foundations of human and animal emotions*. New York: Oxford University Press, 1998.

SOUZA, Neusa Santos. (2021). Tornar-se negro ou As vicissitudes da identidade do negro brasileiro em ascensão social. Rio de Janeiro: Zahar. 171p.

SILVA, Ednaldo Isidoro da, (2018). A teoria cartesiana da substância e a possibilidade de direito da união substancial / Ednaldo Isidoro da Silva. – Campinas, SP : [s.n.] Tese (doutorado) – Universidade Estadual de Campinas, Instituto de Filosofia e Ciências Humanas.

SINGER, M (1994). AIDS and the health crisis of the U.S. urban poor; the perspective of critical medical anthropology. *Soc Sci Med* 39:931-48.

SOF - Sempre Viva Organização Feminista (2020). Sem parar: O trabalho e a vida das mulheres na pandemia. Disponível em: <http://mulheresnapandemia.sof.org.br/> Acesso em: 25 abril 2021.

WINNICOTT, Donald W. (1975). O brincar e a realidade. Rio de Janeiro: Imago.

WINNICOTT, Donald. W. (1999). Os bebês e suas mães. Trad. Jefferson Luiz Camargo. Ed. Martins Fontes. São Paulo.

WORLD BANK. (2020). World Development Report 2020: Trading for Development in the Age of Global Value Chains. Washington, DC: World Bank. doi:10.1596/978-1-4648-1457-0. License: Creative Commons Attribution CC BY 3.0 IGO.