

Drummond e a escrita como terapia

» ANDRÉ VIANNA
Psicanalista, membro da Sociedade de Psicanálise de Brasília

Quando a maioria das pessoas pensa em psicoterapia, o que imediatamente lhes vem à mente é uma forma de tratamento de distúrbios psíquicos conduzida por um agente externo, na pessoa de um terapeuta. Ao seguir um dos diversos modelos, ou escolas de pensamento, o profissional dirige o processo nesta ou naquela direção, segundo suas convicções teóricas e experiência clínica.

O que apresentamos aqui é a possibilidade de que o ser humano, com recursos próprios, possa praticar ao longo da vida alguma atividade psíquica que por si mesma possa ser designada como “terapêutica”. Em outras palavras, desenvolver atividades mentais que preservem (antes de tudo), ou restaurem (quando necessário) o bom funcionamento da psique.

As pessoas cobrem as paredes de suas casas com quadros, enfeitam-nas com esculturas, os museus estão repletos de gente que quer ver a obra dos mais renomados artistas, a música, a literatura, as mais distintas formas de arte preenchem a vida de todos nós, e isso parece nos reconfortar. Entretanto, tudo isso vem de fora para dentro (exceto quando diz respeito ao desempenho do próprio artista).

Se não somos artistas natos, o que podemos produzir ou criar, e que possa vir a ser experimentado como terapêutico? Não se trata necessariamente de algo artístico, na concepção mais estrita e rigorosa do termo. O mergulho mais profundo que podemos realizar nas diversas formas de arte, parece-nos que seja na literatura, e todos entendemos quando se fala em mergulhar em Dostoiévski, Tolstói ou Guimarães Rosa: submergir no mundo ficcional e particular de cada um desses autores.

Vejamos o que escreveu sobre isso Carlos Drummond de Andrade, em entrevista recentemente publicada pelo jornal *Folha de S. Paulo*: “De fato, a poesia exerceu sobre mim um papel bastante salubre ou tonificante, procurando, sem que eu percebesse, clarear os aspectos sombrios da minha mente. Tive uma infância bastante confusa e triste, e uma mocidade tumultuada. Sentia necessidade de expandir-me sem que soubesse como. A conversa com os amigos não bastava porque, talvez, eles não entendessem bem os meus problemas. Eram questões que vinham, digamos, de gerações anteriores, de casamentos de tios com sobrinhas, de primos com primas, tudo isso se acumulando na mente, criando problemas de adaptação ao meio, de dúvida, de perplexidade etc. Então comecei a fazer versos sem saber fazê-los, por um movimento automático. Foi uma tendência natural do espírito e senti que, pouco a pouco, ia aliviando a carga de problemas que eu tinha. Como se vomitasse. Nesse sentido, a poesia foi, para mim, um divã”.

Quando o poeta fala em “clarear os aspectos sombrios da minha mente”, não fala de outra coisa senão no cumprimento, pela poesia, de uma função terapêutica, ao tornar consciente, por meio da linguagem simbólica do poema, aquilo que ainda é inconsciente.

A “necessidade de expandir-se” faz parte desse processo e pode ser desencadeada pelo ato disciplinado e persistente da escrita. A expansão psíquica — é dela que estamos falando — é algo que podemos perseguir durante toda nossa vida, sob as mais variadas formas (por intermédio da arte, do aprendizado de línguas estrangeiras, da psicanálise). Trata-se de um projeto para a vida inteira.

Ao dizer dos “problemas que vinham de gerações anteriores”, Drummond refere-se àquilo que Freud chamou de “romance familiar”, e que também pode ser elaborado pelo trabalho da escrita. A ficção traz quase sempre um tanto de autobiografia. O exemplo mais eloquente pode ser encontrado na *Carta ao pai*, de Franz Kafka, na qual o autor afirma: “Meus escritos tratavam de você [o pai], neles eu expunha as queixas que não podia fazer no seu peito”.

Ao iniciar o que aqui estamos chamando de terapia pela escrita, Drummond parecia não estar preocupado com o sentido artístico do que produzia, apenas obedecia a uma necessidade interna: “Então comecei a fazer versos sem saber fazê-los”. O resultado não tardou em aparecer: “...senti que, pouco a pouco, ia aliviando a carga de problemas que eu tinha”, o que significa a expressão mais evidente da função terapêutica da escrita.

E o poeta conclui: “A poesia foi, para mim, um divã”. É bem provável que não surjam muitos Drummonds em nosso país, porém, muitos de nós poderemos nos beneficiar da experiência do poeta, ao experimentarmos o efeito terapêutico da escrita. Você, caro leitor, deseja tentar?

┘