

Conversações com Marília Muylaert: o cuidado de si em tempos de crise

Conversations with Marília Muylaert: caring for yourself in times of crisis

Camila Cristiana de Oliveira Rodrigues

Resumo

A presente entrevista foi o modo encontrado para dar expressividade escrita a narrativa apresentada pela Dra. Marília Muylaert no evento Conversações em Esquizoanálise: o cuidado de si em tempos de crise. Nesta entrevista, a Dra. Marília nos presenteia com suas últimas reflexões sobre um dos temas mais relevantes de nossa época: pensar a crise no contexto brasileiro desde o paradigma ético-estético-político. A entrevistada dialoga com autores como Foucault, Nietzsche e Deleuze, sendo que a noção do cuidado de si foi eleito como dispositivo principal para desenvolver uma espécie de cartografia da crise atual. Além disso, noções como a ética, a potência da vida e a confiança são recuperadas ao longo desta conversação objetivando direcionar o pensamento para um projeto ativo de futuro.

Palavras-chave

Crise, Cuidado de si, Filosofia da Diferença.

Abstract

The present interview was the way found to give written expressiveness to the narrative presented by Dra. Marília Muylaert at the event Conversations in Schizoanalysis: self-care in times of crisis. In this interview, Dra. Marília presents us with her latest reflections on one of the most relevant themes of our time: thinking about the crisis in the Brazilian context from the ethical-aesthetic-political paradigm. The interviewee dialogues with authors such as Foucault, Nietzsche and Deleuze, and the notion of self-care was chosen as the main device to develop a kind of cartography of the current crisis. In addition, notions such as ethics, the potency of life and trust are recovered throughout this conversation with the aim of directing thought towards an active project for the future.

Keywords

Crises, Take Care of Yourself, Difference Philosophy.

Camila Cristina de Oliveira Rodrigues
Faculdade de Ciências e Letras – UNESP – Campus de Assis/SP

Psicóloga formada pela UNESP/Campus de Assis (SP), com aprimoramento em Saúde Mental pela FCM (UNICAMP), mestra em Saúde Coletiva pela FCM (UNICAMP) e doutoranda em Psicologia pela UNESP/Campus de Assis (SP).

camila.rodrigues888@gmail.com

Introdução

A Dra. Marília Aparecida Muylaert é graduada em Psicologia pela Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho (1982), fez mestrado em Psicologia Social na Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (1992) e concluiu seu doutorado em Psicologia Clínica na mesma universidade em 2000. Foi Professora Assistente do Departamento de Psicologia Clínica da Faculdade de Ciências e Letras da Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho até 2018. Seus principais temas de investigação e atuação são Filosofia da Diferença, Acompanhamento Terapêutico, Análise Institucional, Psicologia Hospitalar e Formação em Psicologia em Clínica-Escola.

Nesta entrevista, Marília aborda o tema “O cuidado de si em tempos de crise” e tentar compreender algo sobre o mal-estar de nossa época. A noção de crise é analisada e conectada a do cuidado de si produzindo potentes reflexões e apontando pistas e estratégias de resistência para enfrentarmos de modos mais ativos os problemas que vivemos no presente.

Buscar possibilidades de atravessar uma espécie de paralisia e pôr em movimento os corpos frente à eminente necessidade de inventar respostas para algumas das questões do presente não é algo fácil. Por esta razão, inspirada pelos estudos da obra de Foucault, a entrevistada agencia multidões minoritárias para tratar de questões que não devem ser deixadas de lado.

O jogo parresiasta proposto nesta conversação implica uma força disruptiva que quer romper com falsos problemas e anunciar uma verdade que apresenta outro ponto de vista: o problema do presente não pode ser buscado na suposta crise da qual acreditamos que padecemos, mas sim na impossibilidade de cultivarmos e colhermos novos projetos de futuro, apesar de todos os dias eles brotarem em nossas relações.

Assim, nesta entrevista, Marília compartilha com os leitores um pouco desta fertilidade possível que atravessa o cotidiano de distintas e múltiplas maneiras. Por meio de suas reflexões, ela lembra que para as práticas do cuidado de si, um dos pontos mais relevantes da produção de uma vida ativa é a capacidade de reativar em si mesma sua força de transformação.

Como dizia Epicuro: não se deve temer o futuro.

Quem afirma que a hora de dedicar-se à filosofia ainda não chegou, ou que ela já passou, é como se dissesse que ainda não chegou ou que já passou a hora de ser feliz. Desse modo, a filosofia é útil tanto ao jovem quanto ao velho: para quem está envelhecendo sentir-se rejuvenescer através da grata recordação das coisas que já se foram, e para o jovem poder envelhecer sem sentir medo das coisas que estão por vir; é necessário, portanto, cuidar das coisas que trazem a felicidade, já que, estando esta presente, tudo temos, e, sem ela, tudo fazemos para alcançá-la (EPICURO, 2002, p.21-23).

Ativar a potência de criação de novos mundos, afirmar a positividade da vida e produzir novos projetos de futuro, esta seria uma aposta do verdadeiro cuidado de si e também do coletivo de forças reunido nesta conversação da qual agora o leitor também é convidado a fazer parte.

Conversação

O que você entende por crise na atualidade?

Marília Muylaert: Então, a crise para mim é crise de valor. O que a gente vive hoje no Brasil é uma crise de valor, onde valores que a gente não imaginava estão tomando a cena e produzindo realidade. Os valores perderam lugar no *socius* e mudaram a sua temporalidade. Este é o nosso campo social hoje.

A crise também me diz um pouco sobre essa concretividade pela qual somos atravessados nos novos modos de subjetivação. Isto diz respeito também a nossa pequena intimidade com o finito limitado. Lembrando que o finito limitado é um conceito do Bergson. Deleuze (2008) vai nos explicar esse conceito partindo da seguinte consideração: Tudo o que existe é finito. Tudo vai acabar. Entretanto, enquanto isso existe, infinitas são as possibilidades de conexão nesse arranjo. Portanto, embora tudo acabe em algum momento, nós podemos nos expandir infinitamente nesse horizonte de possibilidades. E isso se dá expressa de diversas formas corporais e incorporais.

No indivíduo, a crise pode produzir dor, tristeza, ansiedade, entre outros afetos. No social, a crise vai produzir esses desvios que começam a emergir. São movimentos que expressam esse pouco cuidado com a vida e que nada mais são do que pequenas manifestações incorporais dos modos de subjetivação que estamos vivendo.

E o mais importante é que na crise a gente coloca as nossas forças constituintes em análise e as forças constituintes são forças ativas e reativas. É neste ponto da reflexão que de fato nos aproximamos da noção de crise e podemos compreender seu significado e as razões pelas quais devemos cuidar dela.

Não é à toa que Foucault (2010) escreveu aquele texto “Por uma vida não fascista”. O que o Foucault quer nos chamar a atenção nesse texto? Não adianta você procurar lá no outro onde está o fascista. O fascista está em você e é você quem precisa se responsabilizar por ele. Se cada um de nós se compromettesse eticamente com o seu próprio fascista ... Isto aparece nas menores expressões, em todo uso de poder que a gente faz para barrar o fluxo e impedir o movimento, em toda força que a gente dá para investir no movimento que barra a produção de vida. Se nós não colocarmos isso em análise nós nunca vamos conseguir explicar o porquê as forças fascistas voltam. As forças fascistas são constituintes. Nós não somos feitos só de alegria!

É por isso também que abandonei o termo Esquizoanálise e passei a utilizar Filosofia da Diferença. Ao longo dos anos, a Esquizoanálise foi adquirindo uma certa expressividade de que tudo pode, de que qualquer coisa vale... Já na Filosofia da Diferença esse critério de valor é bastante ressaltado. Este cuidado com o acompanhamento das forças fascistas em nós, que nos adverte Foucault, é fundamental. Portanto, na Filosofia da Diferença toda e qualquer coisa tem seu valor, mas não é qualquer coisa que vale qualquer coisa.

Passos e Barros, parafraseando Deleuze, vão nos dizer:

Um conceito-ferramenta é aquele que está cheio de força crítica. Ele está, portanto, cheio de força para produzir crise, desestabilizar. É assim que entendemos a idéia de “intercessor” (DELEUZE, 1992). O conceito é um intercessor quando é capaz de produzir tal tipo de efeito (PASSOS; BARROS, 2000, p.77)

Assim, na Filosofia da Diferença a gente desloca o nosso lugar. Nós abandonamos essa posição de analisar o outro e assumimos o papel de intercessor. Intercessor dos processos. O intercessor é aquele que suporta junto a crise. A primeira crise que a gente tem que cuidar é a crise que acontece em nós por que o cuidado consigo é revolucionário.

Você poderia nos explicar mais que tipo de cuidado é este?

Marília Muylaert: O cuidado de si não é “tomar banho”, “tomar o remédio”. Os gregos vão dizer que o cuidado de si diz respeito ao ocupar-se consigo, ocupar-se dos próprios processos. E esta mirada ampla de si, abarca um ocupar-se de todas as forças de tal maneira que cuidar implica,

inclusive, ocupar-se das forças reativas em nós. Isto implica ouvir o máximo possível a si próprio.

Desta perspectiva, o corpo já é uma outra coisa. O corpo não está pronto. Ele pode ser reconstruído ininterruptamente. Portanto, o si não é isso que eu vou buscar e encontrar dentro de mim. Não é um dentro cavado na profundidade. Não é esse interior inacessível produzido pelos modos capitalísticos de subjetivação. Isto serve para pensar a subjetividade também.

Se você acha o movimento fascista em você, você vai se deparar com as normas que insistem em te dizer o que é certo, o que é ideal, o que é perfeito. Nós temos que trabalhar com a realidade e não com ideias perfeitas. A realidade é o que nós temos, é aquilo que nós podemos acessar e modificar.

Então, como nós podemos cuidar de si em tempos de crise? Primeiro, nós sempre estamos em crise senão de um jeito, de outro! Esta crise que está acontecendo no país é uma crise que nos obriga a nos dobrar sobre nós mesmos e pensar. São tantos absurdos cotidianos que pululam que é impossível não se perguntar onde eles estavam? Pois bem, eles estavam aqui e nós não quisemos nem ver, nem cuidar deles.

Qual é a lição que os gregos nos ensinam? Para governar a cidade, é preciso governar a si. Este é um princípio antes de mais nada ético e o governo de si não é se formatar em um determinado modo de subjetivação. Ao contrário, governar a si é ampliar a nossa capacidade de saber o que põe vida na nossa vida e o que põe escuridão na vida. Quanto menos problema nós tivermos em se apropriar do fascista em nós, menos dificuldade nós teremos em saber como podemos governá-lo.

Este é o trabalho o qual se propõe a Agonística. A Agonística é como um trabalho sobre si e requer que se exercite de um olhar mais profundo e o afeto mais verdadeiro na relação. Implica em duvidar e perguntar. É um exercício dos valores éticos.

Qual seria a relação entre a Agonística e o corpo?

Marília Muylaert: A Agonística significa esse jogo lúdico das forças ativas e reativas em nós. Se você não julga estes processos e permite avaliar os jogos estabelecidos entre as forças ativas e reativas que te compõe, você permite o cuidado de si! Por que cuidar de si é saber de quais forças você se compõe em cada acontecimento e governar a si é cuidar para que as forças reativas não destruam tudo e permitam que algo finalmente se produza, para que possamos finalmente entrar em processo.

Não se trata aqui de dar passagem para o desejo individual, mas sim para a vontade de vida. Nós estamos falando de uma qualidade das forças que nos habitam. O cuidado de si é justamente isto, cuidar das qualidades de força que nos atravessam. De que qualidades elas são? Você só poderá descobrir se você se permitir entrar em contato com ela sem julgar!

Então, fica o convite: Vamos nos ocupar de nós mesmos. Vamos pensar sobre nós. Vamos falar conosco para que possamos nos entender.

E o corpo neste processo?

Marília Muylaert: O corpo, por sua vez, é o campo de batalha onde a agonista se dá. Portanto, é preciso ouvir o corpo. Ele sempre tenta expressar que algo está acontecendo. Assim, neste empreendimento do cuidado de si, nós temos acesso a esse exercício de si que implica não só o governo sob as forças reativas, mas também a ativação das forças ativas. Essa possibilidade de fazer com que as forças ativas proliferem, conectem, durem.

Tudo que atravessa nosso corpo de alguma forma nós conhecemos, pois não há nada em nós que nos é estranho. Nós só temos que ter a coragem de acessá-las sem julgamentos. Nessa travessia, vamos encontrar

coisas super bonitas e coisas feias em nós. As variações que são trazidas nesse jogo lúdico são experimentadas por nós de modo sempre provisório, ou seja, nunca experimentamos algo de uma vez por todas. Por quê? Por que as forças ativas e as reativas são constituintes.

Assim, o processo de subjetivação vai acontecendo na provisoriedade de suas regras facultativas. Quando Deleuze (2007) fala em regras facultativas é porque o pensamento pode se facultar a obedecer a aquela regra em prol de uma maior expressividade ou uma melhor aproximação. E isso, em outro momento, pode mudar. É fundamental compreender que quem inventa as regras somos nós. Portanto, do mesmo modo que somos nós quem colocamos as regras, somos nós que podemos retirá-las. É então que entre a nossa possibilidade de criação. Nós só podemos criar com valores transitórios. Não se cria com valores eternos. E a duração da criação vai depender da força expressiva que ela ganha.

Você poderia explicar um pouco mais como são as força ativas, as forças reativas e a agonística?

Marília Muylaert: Isto está em Nietzsche e a verdade do Roberto Machado (2017). De maneira bem simplificada, as forças ativas são as forças que tomam em consideração as forças da vida. Já as forças reativas são as que tomam em consideração as forças da verdade. E a agonística é o jogo, é este embate entre as forças ativas e reativas.

O ativo e reativo está ligado aos modos de existir. Eles compõem os constructos sociais. O fato de nós termos um corpo, por exemplo, e não sermos luz ou pensamento, diz respeito à força reativa operando em nós. A força reativa é uma força da forma, é uma força que busca o certo e a verdade. Lembrando que esta força não está longe, ela está em nós. E como força é fluxo, a força reativa, portanto, nos atravessa.

Observem o tamanho do problema que nós temos que nos haver! Vocês conseguem perceber porquê nós precisamos do cuidado de si e do governo de si? A partir dessa perspectiva como muda toda nossa percepção do que implica ocupar-se do outro?

Desde esta posição, não tem como, antes de tudo, você não se ocupar de si próprio, daquilo que faz o seu olho brilhar. Vocês conseguem perceber como, neste caso, “o si” está em permanente construção e que não tem o bom nem o mau a priori? É somente a experiência que poderá te auxiliar a construir os valores que serão próprios dela mesma. Dessa maneira, você pode viver algo e achar que aquilo estava certo hoje e mudar de ideia amanhã. Aliás, você pode achar que algo que está acontecendo é bom e mau ao mesmo tempo.

E do ponto de vista da clínica, o que caberia a nós como psicólogos?

Marília Muylaert: A primeira coisa que a Psicologia pode fazer com a ajuda da Filosofia é transformar um problema em um campo de problematização aberto. Por exemplo, um problema escolar nunca é só um problema escolar. Ao abrir esse problema você vai notar que no seu campo tem a escola, os amigos, os professores, a comunidade, os pais, etc. Então quais são os agenciamentos que sustentam o problema escolar? O que sustenta esse problema? Por isto é um campo, nunca é só um problema.

Então, neste campo de problematização, onde eu encontro parcerias para trabalhar? Onde eu tenho que tomar cuidado? Quais são as redes afetivas e materiais que podemos agenciar para trabalhar? Quais serviços podem trabalhar em conjunto? E atenção, nós nunca vamos resolver algo sozinhos, é sempre em conjunto que encontramos alguma saída. Cartografar

as redes, criar, fortalecer, inovar, produzir desvios é isto que cabe a nós psicólogos fazer.

Nós vivemos em um determinado regime de sensibilidade e, na clínica, nós precisamos investigar o regime de sensibilidade dos corpos nas relações. O nosso corpo está sensível a algumas coisas e não a outras. O que sustenta os nossos modos de sentir? O que faz com que nosso corpo seja sensível a isso e não seja sensível àquilo? O regime de sensibilidade é determinado pelos valores que cada corpo sustenta. O que tem valor para aquele corpo? O que importa para aquele corpo?

Então mexer nos regimes de sensibilidade dos corpos significa mexer nas suas afecções, nos seus valores. Quando a gente abre a agonística para trabalhar com as forças ativas e as reativas o que a gente procura conhecer é o regime de sensibilidade daquele corpo naquele momento. É neste lugar quando a gente mexe que reencontramos a vontade de viver.

Nós nunca podemos esquecer que quando eu estou com o outro é vida que avalia vida. Então na clínica, a gente vai intervir e acompanhar aquele processo com outro, pois muitas vezes tudo que a gente precisa para atravessar determinadas situações é uma boa companhia, uma presença. Além disso, nunca devemos duvidar de que para fazer este trabalho, o terapeuta tem que estar constantemente implicado nesse processo. Não tem ciência neutra.

Portanto, não deixe ninguém te dizer como você tem que se pensar. É você quem deve se apropriar do seu próprio processo de pensar. E esta é a coragem da paresia, essa é a coragem de dizer a verdade, o que significa ainda você visitar os seus campos escuros e conversar com eles.

A apropriação deste processo é feita a partir da construção de uma confiança e uma positividade. E a confiança diz respeito a esta força que acredita que a vida é capaz de solucionar os problemas que ela produz. É confiar que a vida vai te produzir encontros, que ela vai promover desvios e que a cada vez você se sentirá mais e mais atento e capaz de enfrentar aquilo que você quer ou tem que viver.

Por isso, nós falamos que no paradigma ético-estético-político, nós nos baseamos nos valores produzidos nas relações, não de fora delas, nem em valores produzidos em outro lugar. É se conectar com a vida, com a vontade de vida, pois a vida só existe na sua produção, na sua expansão. Por isso, nós temos que estar conectados com esta positividade e esta confiança na capacidade da vida se produzir.

Isto é o que Foucault (2006) quer dizer quando ele trata da construção de uma vida ética. É se fazer a pergunta: que história você quer que contem de você? Este é o dilema ético de todo homem. A vida ética é a produção da melhor vida que você pode produzir, a mais legal, a mais intensa, a mais bela. Aquela que mais expanda os valores da vida. É conectar a experiência do corpo com a produção incessante de si. É criar intimidade com o finito limitado. O que meu corpo produz? Ele produz expansão ou retraimento. Este é o princípio de auto superação da vida. A vida, portanto, tem esta potência de se superar e a gente tem que investir nisso!

Sobre o artigo

Recebido: 07/08/2021

Aceito: 19/09/2021

Referências bibliográficas

EPICURO. **Carta sobre a felicidade: (a Meneceu)**. Tradução e apresentação Álvaro Lorencini e Enzo del Carratore. São Paulo: Editora UNESP, 2002.

DELEUZE, G. **Bergsonismo**. São Paulo: Editora 34, 2008.

DELEUZE, G. **Conversações**. São Paulo: Editora 34, 1992.

DELEUZE, G.; GUATTARI, F. **O que é a filosofia?** São Paulo: Editora 34, 1992.

FOUCAULT, M. **A Hermenêutica do Sujeito**. 2ª ed. São Paulo: Martins Fontes, 2006.

FOUCAULT, M. Anti-Édipo: Introdução à vida não-facista. In: DELEUZE, G.; GUATTARI, F. **O anti-Édipo: capitalismo e esquizofrenia**. São Paulo: Editora 34, 2010, p. 11-13.

MACHADO, R. **Nietzsche e a verdade**. São Paulo/ Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2017.

PASSOS, E.; BARROS, R.B. de. A construção do plano da clínica e o conceito de transdisciplinaridade. **Psicologia: teoria e pesquisa**. Brasília, v.16, n.1, p.71-79, 2000.