



# Jornal Ser ou Não Ser

36° EDIÇÃO | JANEIRO | 2021

## EDIÇÃO ESPECIAL • JANEIRO BRANCO

### EU E O OUTRO

Uma das coisas mais difíceis que eu acho é saber onde eu termino e onde eu começo a ser o outro.

O outro em mim. Que amo tanto, mas que as vezes, por tanto amor e proteção, me sufoca, me orienta, me briga, me namora, me xinga, me enche de elogios, me detona, e me ama de novo.

Esse ciclo sem fim se alimenta das minhas emoções que alimentam as suas emoções.

Emoções.

Sentimentos.

Amores.

Amor. Amor. Amor.

Tudo de bom, tudo de ruim.

Você me faz ser o meu melhor.

Mas também me faz ser o meu pior.

Parece que também o faço com você. Talvez.

Sinto que é o melhor que conseguimos. Eu e você.

Eu e vc. Assim mesmo. Prefiro. Com duas letras cada um de nós: eu, vc.

Não sei o que será de mim, de vc, de nós.

Só sei que te amei, que te amo, que te amarei.

Uma pena eu precisar de espaço no tempo agora para me ver um pouco só. Sinto que vc também precisa.

Essa estória poderia ser sobre mim, sobre nós, ou sobre qualquer casal.

Mas tb, para além de uma história de amor, poderia ser tb um colóquio sobre os limites do ser.

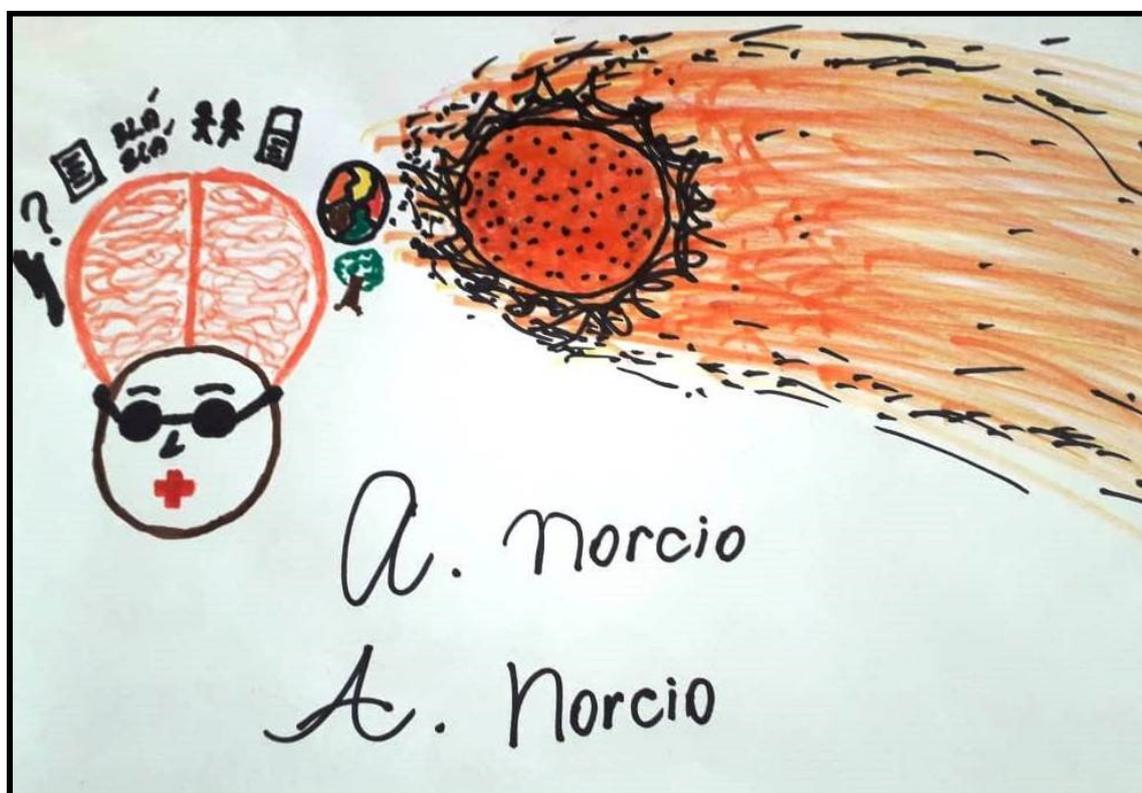
Pq sei e sinto que vc me muda, eu me mudo e nós nos mudamos.

E agora, voltando ao início, sigo sem saber onde eu começo, onde eu termino, onde nós dois começamos e onde nós dois terminamos.

**Robson C.**



*Imagem: Robson C.*



*Ilustração: A. Norcio*

## AVALIANDO A SITUAÇÃO

Existe no consciente da sociedade uma busca infalível e exaustiva por significado e preenchimento existencial, poucos ousam falar sobre isso, mas o não falar sobre algo, não quer dizer que ele não existe, pare e observe, cada vez fica mais nítido que estão todos sedentos, mas pouquíssimos são os que se saciam, e essa saciedade não tem nada a ver com o comodismo ou atingimento de um status social, se trata de algo que transcende ao mundo que conhecemos.

A humanidade suplica, mas o vácuo existencial continua nos afligindo, não há nada de novo, nos mortais, sempre sentimos dores, os problemas e que apesar do apogeu da ciência, da medicina, da filosofia, da psicologia, da astrologia, da astronomia, “essa dor só aumentou”. Nos últimos 45 anos houve um aumento de 60% de mortalidade por suicídio, algo muito grave e errado está acontecendo, vivenciamos o auge da democracia, como se não bastasse isso, a educação nunca foi tão acessível, mas isso nos fez meros repetidores de informações de críticos pensadores, que estão com a cabeça cheia, mas com o coração vazio. Há dentro das nossas cabeças bastante conhecimento, muito mais do que galileu Galilei, Leonardo da Vinci possuíram, mas isso não trouxe uma real qualidade de vida, muito pelo contrário, estamos desorientados, confusos e ansiosos, sempre almejando no próximo livro ou no próximo periódico a solução salvadora da pátria. Depositamos expectativas na liberdade política, no capitalismo, mas o que colhemos, foram guerras e desigualdades. Já houve quem disse que o socialismo é para santos, enquanto o capitalismo para pecadores.

Carregamos ainda a sensação de que temos a obrigação de passar em uma prova, mas sem ter em mãos, um edital. Não sabemos por que estamos aqui, nem pra que, contudo acredite, há quem saiba e , embora possa não parecer, de fato existe um caminho para luz de volta, e para a saúde espiritual e esse caminho não está em mais um emaranhado de ideias e insights produzidos pela mente humana, na verdade a solução está naquilo que a humanidade jamais consegue manipular e destruir, sobreviver a inúmeras guerras e várias quedas de impérios, houve incontáveis resoluções e ela se manteve inalterada e por mais que a ciência queira desorientarmos do nosso caminho verdadeiro, para alguns fica mais claro que ela é nossa salvação: o verdadeiro evangelho ensinado por Jesus Cristo.

Não estamos menos resilientes ou fracos, estamos na verdade mais vazios e sem propósitos, uma vida sem propósito é insuportável, uma vida com propósitos de valores eternos, firmada sobre a verdade, ela é empolgante até a hora da morte. Existe um presságio de um holocausto nuclear, a humanidade não cansa de ensinar sua própria destruição, mentimos para nos mesmos que a presença de armas nucleares, deixam o mundo mais seguro, o que de fato ocorre e o preparo para a destruição que meteoro nenhum conseguiu, a não ser aquele que deu adeus aos dinossauros.

Existem duas escolhas, ou fingimos que nada disso está acontecendo e seguimos com nossa vida, ou aceitamos a realidade como ela é, ou seja, cruel e aterrorizante, de fato a última escolha parece menos sensata, pois produz mais sofrimento, no entanto, não há um mal para o qual não haja um remédio, acredito sinceramente na aceitação da mensagem que foi há mais de dois mil anos proclamada. Somente um autêntico relacionamento com Jesus e capaz de eliminar o pecado do nosso passado, aliviar a dor do presente e encorajar para enfrentar a morte que está por vir.

**A. Norcio**

## O ESTIGMA ASSOCIADO ÀS DOENÇAS MENTAIS NA SOCIEDADE BRASILEIRA

Existe na sociedade um esforço para a conscientização e tratamento sobre várias doenças orgânicas e físicas por causa do prejuízo à qualidade de vida e risco de morte a elas associadas o que não ocorre em relação à saúde mental. Acredito existir na sociedade uma preocupação em falar sobre fome e situações de vulnerabilidade, o que traz obrigações governamentais constitucionais relacionadas à manutenção da vida, à garantia de meios de manutenção e viabilização da saúde, ações preventivas e atendimentos relacionados.

Muitas filosofias e ciências falam sobre os estudos relacionados à mente e ao corpo. Na sociedade vem sendo comum uma fala “mente sã, corpo são” em diversificados contextos sociais por muitas décadas. Porém perceber e ampliar este conceito, aceitando realmente que a mente faz parte do corpo e o corpo faz parte da mente ainda é um desafio na sociedade ocidental. Muitas pessoas encaram a doença, internação clínica, cirurgias como parte da vida cotidiana do cidadão comum. Alguns acreditam que aquele que não adoece física ou organicamente tem a saúde boa.

Porém, ao se deparar com a doença psíquica se perguntam, impressionados, o que aconteceu com a pessoa que adoeceu, como se fosse algo raro ou, quase impossível de acontecer e até mesmo relacionado a um fator de fraqueza mental, além de se posicionarem como se a mente não fosse parte do corpo e o corpo não fosse parte da mente.

O pensamento socialmente difundido me leva a crer que a sociedade ainda acredita que a doença psíquica diminui o ser o que segmenta ainda mais as pessoas e pode sugerir uma falta de aceitação de si mesmo ao indivíduo que experimenta um caminho inconsciente de adoecimento psíquico que está muitas vezes relacionado a um contexto cultural e social moralmente exigente o que geralmente não ocorre separado do meio ao qual a pessoa está inserida.

Após a difusão do conhecimento experimentado pela sociedade, o avanço em pesquisas, o desenvolvimento do ser como meio de progresso e a evolução de estudos sociais e psicológicos, fica claro que a mente move o mundo, o desenvolve e mantém a humanidade viva e inter-relacionada e isso mostra que, por talvez a mente ser mais poderosa que o corpo, é possível que se exponha mais.

Pelo fato de não aprendermos na escola e com nossos pais como resolver assuntos internos como conflitos resultantes de experiências traumáticas, dores socialmente rejeitadas, inabilidade de lidar com preconceitos sociais e parâmetros morais ocasionalmente exagerados, não temos uma habilidade preventiva para solucionar conflitos internos, o que precede a ocorrência de doenças psíquicas e seu crescimento. Perceber e aceitar o adoecimento mental como um sinal ou uma comunicação do corpo e mente, ou do ser, de que existe algo que precisa ser observado e cuidado pode constituir um avanço sem precedentes na humanidade.

**Diogo**

## PREÂMBULO

Agradeço a oportunidade que tive de aprender a escrever porque desde então não parei. Graduada em jornalismo, hoje, aos 37 anos, não escrevo por profissão. Escrevo porque preciso, porque existo. A escrita me salva de mim.

Quando recebi o diagnóstico de câncer de mama, pensei em me entregar à morte. Naquele momento, a menina em mim quis se entregar a um mundo de loucura e uso de drogas. Mas não sou só uma. Sou muitas, me renovo, me edito.

Este é o primeiro texto escrito depois que eu tive certeza da minha **mortalidade**.

## DIVINAS TETAS

É que já tem um tempo que venho me sentindo assim: nuvem encharcada de sentimentos; prestes a eclodir em tempestade não se sabe bem de quê. Todas as cores, todos os tons. Caminho lento, me deito em prantos, levanto no sufoco. Me afasto e me apego em mim. Não sei de mais nada.

E esse não saber, essa falta de luz bem no meio do peito me congela e queima a alma. Penso em fugir mas aonde vou me escrevo, me levo, me acho. Vejo figuras do meu passado se transformarem em objeto de alegria, culpa, saudade. Enxergo presente enorme e futuro de pura ansiedade.

Sou mãe, filha, amiga irmã, criança...Ao longo da vida me tornei mulher. Perdi a pressa de chegar e aprendi a admirar o caminho. Encontrei o medo de virar sombra, de só passar. De não ser, de perder sonhos, de não mais querer. E nessa bagunça que não sei onde me meto, vou me ajeitando, descubro um novo fio de cabelo branco, um dente quebrado, uma ruga ao lado do olho esquerdo – e essa minha filha garante que apareceu de tanto que morri de rir.

Hoje, mais do que sempre, eu entendo: é dessas nuvens que me acho, é dessas chuvas que transformo. É dessas mortes, raio e relâmpago, que eu renasço.

**C. Flores**



**Ilustração: C. Flores**

As ilustrações e os textos dessa edição foram criados por escritores e artistas da Clínica Ser .

### FACILITADORAS:

Clara Alcântara | Terapeuta Ocupacional  
Luísa Veríssimo | Fisioterapeuta