

INSTANTES QUE TRANSFORMAM: VIVENCIANDO A POSTURA DIALÓGICA

MOMENTOS QUE TRANSFORMAN: EXPERIMENTANDO LA POSTURA
DIALÓGICA

ALEXANDRA DA
ROSA MOREIRA

*Instituto Noos,
São Paulo, SP, Brasil.*

MOMENTS THAT TRANSFORM: EXPERIENCING THE DIALOGICAL STANCE

RESUMO: Este artigo é um ensaio teórico e vivencial que busca, sob uma dimensão poética, explorar a ideia dos instantes que têm o potencial de nos transformar. Para desvelar tais momentos, trago uma reflexão sobre experiências dialógicas cotidianas, que são narradas através de uma crônica e de situações vividas por mim em minha prática profissional. Estes encontros são considerados como metáforas vivas de como o corpo é responsivo e percorre caminhos não-planejados, mas que dependendo dos elementos envolvidos nestes encontros de corpos, eles possuem uma grande capacidade de ampliar nossa forma de pensar e estar no mundo. Além deste trabalho ser entendido por mim como um convite para olhar para a vida de forma geral, tive também a intenção de ampliar a ideia para a prática clínica, uma vez que somos expostos a situações críticas em que nossos corpos perdem facilmente a capacidade de conexão em vários níveis. Convido para este trabalho alguns autores que entendo como relevantes exploradores dos conceitos de dialogia, corporeidade, práticas dialógicas.

Palavras-chaves: postura dialógica; corporificação, práticas dialógicas, encontro.

RESUMEN: Este artículo es un ensayo teórico y experiencial que busca, desde una dimensión poética, explorar la idea de momentos que tienen el potencial de transformarnos. Para revelar tales momentos, traigo una reflexión sobre experiencias dialógicas cotidianas, las cuales son narradas a través de una crónica y situaciones vividas por mí en mi práctica profesional. Estos encuentros se consideran metáforas vivientes de cómo el cuerpo responde y sigue caminos no planificados, pero dependiendo de los elementos involucrados en estos encuentros de cuerpos, tienen una gran capacidad de ampliar nuestra forma de pensar y estar en el mundo. Además de entender este trabajo como una invitación a mirar la vida en general, también pretendí ampliar la idea a la práctica clínica, ya que estamos expuestos a situaciones críticas en las que nuestros cuerpos pierden fácilmente la capacidad de conectarse en varios niveles. Invito a este trabajo a algunos autores que entiendo como exploradores relevantes de los conceptos de dialogismo, corporalidad y prácticas dialógicas.

Palabras clave: postura dialógica; corporalidad, prácticas dialógicas, encuentro.

ABSTRACT: This article is a theoretical and experiential essay that aims, from a poetic perspective, to explore the idea of moments that have the potential to transform us. In order to reveal such moments, I bring a reflection on everyday dialogical experiences, which are narrated through a chronicle and situations experienced by me in my professional practice. These encounters are considered living metaphors of how the body is responsive and follows unplanned paths, but depending on the elements involved in these encounters of bodies, they have a great capacity to expand our way of thinking and being in the world. In addition to understanding this work as an invitation to look at life in general, I also intended to expand the idea to clinical practice, since we are exposed to critical situations in which our bodies easily lose their ability to connect on various levels. I invited some authors to this work who I understand as relevant explorers of the concepts of dialogism, corporeality and dialogical practices.

Keywords: dialogical stance; embodiment, dialogical practices, encounter.

<https://www.doi.org/10.38034/nps.v34i81.770>

Recebido em: 22/01/2024

Aceito em: 10/02/2025



Ouvi dizer que, quando estamos lendo algo escrito por alguém, buscamos tentar fazer um exercício de conversar com quem escreveu. Este é o meu convite para você que me lê neste momento: dialogue comigo. Por meio da dimensão poética e de uma escrita relacional, como nos inspira Gergen (2013), a minha narrativa encontrará a sua e, neste percurso, gostaria que algo meu encontrasse com algo seu e, assim, estaríamos conectados. Aqui, deste lado, é um corpo que lhe escreve. Um corpo que está sentado numa cadeira, numa manhã escura típica do inverno europeu: 4 graus lá fora, chuva fina. Uma xícara de chá quente de gengibre me acompanha. Estou um pouco ansiosa, confesso. Meu corpo não está relaxado. Percebo meu coração bater e a minha respiração um pouco mais rápidos do que o meu usual, mas, pelo que me conheço, isso representa o início. Com a fluidez das palavras, o corpo estará mais à vontade.

Perceba que comecei falando de corporalidade – da minha, em especial. Isso tem um motivo, pois o corpo e a corporeidade são pilares importantes para as práticas dialógicas, minha área de atuação como psicóloga, docente, e também como supervisora clínica. A construção colaborativa do sentido pode ser limitada ou expandida em função do contexto e da encarnação física. Um processo de diálogo é uma condição essencial para que esta manifestação possa acontecer. Há um ritmo, movimentos de conversação tranquilos e atenciosos, que possibilita a experiência integral e exteriorização de sentimentos enquanto estamos com o outro. Na prática do Diálogo Aberto (entendido com uma prática dialógica), por exemplo, para sustentar o processo dialógico, os membros da equipe acolhem a forma como os sentimentos são manifestados pelas polifonias do corpo. Eles são sensíveis à forma como o corpo pode estar tão tenso emocionalmente ao falar de questões extremamente difíceis, a ponto de inibir ainda mais a fala, e respondem com compaixão para extrair palavras em tais momentos. Como pessoas encarnadas, manifestam que estão emocionados com as emoções que acontecem ali, naquela reunião, respondendo como pessoas inteiras. “As experiências que tinham sido armazenadas na memória do corpo como sintomas são ‘vaporizadas’ em palavras” (Seikkula & Trimble, 2005, p. 468. *tradução minha*).

Nas palavras de Shotter (2017, p. 12), “uma vez que aceitemos a importância do papel de nossa responsividade corporal espontânea ao nosso entendimento dos enunciados dos outros, começamos então a ver que outro tipo de narrativa – em lugar da frequente narrativa referencial-representacional – é necessária”. Seikkula e Arnkil (2019) nos lembram que um dos grandes desafios para os profissionais que trabalham com práticas relacionais é justamente estarem presentes no aqui-agora, encarnados, como pessoas vivas e inteiras, para poderem responder cada expressão advinda daquela interação. E convidam Bakhtin para ilustrar: significa viver “participando do ser em um momento que ocorre apenas uma vez” (Seikkula & Arnkil, 2019, p. 103. *tradução minha*).

E você, como está neste momento? Como vou dialogar com você sem saber como está? Sente-se confortável? De onde me lê? Estou te apresentando o meu *Self* de escritora, mas tenho tantos outros, certamente como você. E, enquanto este *Self* fica em mais evidência, convido muitas outras versões para dialogar comigo (Gergen, 1991). Na verdade, eu e você não estamos sozinhos nesta conversa. Nunca estamos sozinhos. Há uma polifonia que nos habita. Neste artigo, aciono muitas vozes para estarem presentes e falarem comigo: a voz da psicóloga, da terapeuta familiar, de docente e supervisora, de docente assistente, de colega, de imigrante, de filha, e algumas outras que você descobrirá enquanto me lê. Fico aqui curiosa para saber que vozes estiveram com você enquanto estivemos juntos e quais te acompanharão depois do nosso encontro. Sim, porque diálogos nunca se encerram. Estamos em constante diálogo desde que nascemos, conosco e com os outros.

Além de minha prática com indivíduos, casais e famílias, tenho também vivenciado a abordagem do Diálogo Aberto, nascida na Finlândia. Atualmente, posso inclusive afirmar que seus princípios estão cada vez mais presentes na minha vivência clínica de forma geral, abraçando meus atendimentos. Convidar, escutar e valorizar cada voz. Tentar acolher e entender cada ponto de vista. Estar em real diálogo. Sentir o corpo, o meu e o do outro. Respeitar e levar em conta as diferenças. Relações menos hierarquizadas. Intolerância à incerteza. Transparência. Construção de redes, construção de sentidos e alternativas de forma colaborativa. Estar no momento presente, inteira na presença do outro. Encontrar palavras para as experiências que não conseguem ser ainda nomeadas. Ampliar repertórios. Eu poderia ir nomeando tudo o que me vem à cabeça quando penso na abordagem do Diálogo Aberto, que surge como um processo interativo que visa promover a compreensão e a resolução de problemas complexos por meio da criação de um ambiente propício para a troca dialógica de perspectivas e o desenvolvimento de soluções colaborativas a partir do convite à polifonia. A prática do Diálogo Aberto nos convida a vivenciar uma interação especial baseada na sensação de sermos ouvidos e respondidos de maneira corporificada. A forma com que essa multiplicidade de vozes é valorizada é considerada como uma característica fundamental da abordagem. Assim, quanto mais vozes forem incorporadas em um diálogo polifônico, mais ricas serão as possibilidades para a compreensão emergente (Seikkula & Trimble, 2005).

Estar em um diálogo transformador requer presença, atenção ao momento vivido sem um, digamos, apego a uma hipótese preconcebida ou pauta específica para aquela conversa. Nas práticas dialógicas, as comunicações dos terapeutas não são resultantes de fórmulas e técnicas, não acontecem em função de uma agenda preestabelecida, mas sim por um modo de ser-estar com o outro, pela capacidade de responsividade dos envolvidos (ser e estar: um corpo). Avaliar a qualidade dialógica de uma conversa envolve, primeiramente, avaliar a responsividade dos facilitadores ou terapeutas envolvidos.

A colaboração entre as diversas vozes contribui para a formação de entendimentos compartilhados, nos quais cada participante desempenha um papel crucial. Conforme essa perspectiva, as palavras pronunciadas por uma pessoa não possuem um significado intrínseco até que recebam uma resposta. Nessa visão, o processo comunicacional é incessante, pois está constantemente sendo construído e transformado pelo imprevisível desenrolar de respostas, seguido por novas interações. Esse processo pode ser interrompido a qualquer momento e em qualquer circunstância, mas nunca pode ser considerado concluído ou finalizado (Seikkula & Trimble, 2005).

Segundo Anderson (2019), essa concepção do diálogo como intrínseco ao processo mútuo de co-construção ou coprodução de novos significados, enquanto nos envolvemos com o outro de maneira autêntica, expressiva e responsiva na relação com ele, delineia novas abordagens psicoterapêuticas – dentre elas, as terapias colaborativas e dialógicas. Como observam Seikkula e Arnkil (2019), “um novo entendimento é criado na fronteira entre as pessoas, porque nenhum ponto de vista é considerado como a definição correta e única” e nisso cabe toda a beleza de uma aventura incerta ao dialogarmos com alguém (e com nós mesmos). Mas uma coisa podemos afirmar: não saímos ilesos desses encontros da vida.

Voltando à ideia da corporeidade, sem corpo não há encontro, não há processo comunicacional, não há diálogo. Mas, antes de prosseguirmos, eu gostaria de convidar você a saber um pouco sobre o meu trajeto profissional, o meu percurso na área dialógica e também o que me fez ir construindo o desejo de escrever sobre este tema: os instantes que transformam. O que me deixava curiosa e com vontade de aprender sobre isto era o fato de que algo tão inato, a nossa capacidade de dialogar, que todos nós fazemos naturalmente (ou achamos que fazemos), transforma-se numa potência

tão grande em relação aos problemas em saúde mental nas práticas denominadas dialógicas. Não poderia ser qualquer diálogo.

Desde o início, quando eu lia os artigos que falavam que vivenciarmos o dialogismo é estarmos radicalmente inteiros perante o outro, o fato de desenvolvermos uma escuta muito conectada com relação ao que eu ouço do outro e, ao mesmo tempo, quando eu também me ouço, isso tudo me fazia pensar na urgência em olharmos para esses pontos nos quais as práticas dialógicas se baseiam com mais profundidade. Além disso, o corpo parecia ganhar uma relevância cada vez mais evidente nos processos dialógicos. Mas do que se tratava isso, exatamente? À medida que minha formação nesta área foi acontecendo, algo foi se transformando em mim, que já me considerava uma terapeuta que trabalhava de uma forma mais colaborativa e dialógica.

O trabalho como docente e supervisora também em outros países (Portugal, França e Bélgica) tem me permitido o contato com diversos casos desafiadores vindos tanto do setor público quanto do setor privado na área de saúde mental, com diferentes níveis de complexidade. Estar e/ou trabalhar nesses lugares significa um desafio para vivenciar os tais instantes que nos transformam: um lembrete um tanto óbvio a mim mesma de que a língua materna não basta, não assegura entendimentos, não garante muita coisa. E, a partir destas experiências, percebo com mais clareza que os instantes vão muito além da linguagem falada. França e Bélgica me apresentaram um mundo além do idioma, por exemplo. Até mesmo Portugal. Meu trabalho nesses lugares varia entre presencial e o modo on-line – essas diferentes modalidades dariam um outro artigo, logicamente. O ponto a ser ressaltado aqui é que o corpo vivencia esses encontros de formas muito distintas (além do idioma), mesmo estando presencialmente com os participantes e/ou clientes. Um corpo com sua cultura adentrando em outra(s) cultura(s): há um jeito de olhar, de se cumprimentar, de tocar, de se expressar. Há rituais de interação que só acontecem justamente por eu estar naquele espaço físico, naquele tempo, naquele contexto de vida, das pessoas envolvidas e no meu. São muitos entrelaçamentos. Na França, por exemplo, começamos a formação preferencialmente apertando as mãos ao nos cumprimentarmos e terminamos a jornada envoltos em abraços (o que me diz muito sobre a potência desses encontros dialógicos transformadores). O tempo tomou outra dimensão, houve uma necessidade de nos ajustarmos ao grupo, à cultura, em buscar entendimentos num ritmo próprio. Havia uma dedicação a trocas acerca de assuntos que naquele contexto eram importantes para eles. Fomos construindo juntos como íamos vivenciando aqueles momentos. Era um tempo novo para mim.

No decorrer de todas essas experiências, fui percebendo o quanto a minha postura, não só na prática clínica como na minha vida pessoal, estava sendo transformada. O meu olhar para o que o outro me apresenta como um problema, o olhar para o então chamado “funcionamento” de uma família, a forma de ouvir a narrativa do outro, em que contexto ela é dita e como a recebo, a minha paciência com determinadas situações da vida, a minha entrega para aquele momento, enfim, a forma de estar com o outro e ouvi-lo, senti-lo; isso me convidou a uma revisita à minha própria ideia do que significava ser uma terapeuta, bem como olhar para mim além do enquadre profissional, perceber o quanto o diálogo com o outro pode me fazer ampliar a minha própria narrativa, mesmo se nesse diálogo o foco estivesse no ouvir a história do outro e não a minha. Fui experienciando cada vez mais o fato de que escutar o outro é também ouvir a mim mesma. Quanto mais eu aprendia a ouvir o outro, mais eu aprendia sobre a minha própria história. O corpo escuta, escuta um outro corpo, os corpos num contexto, num determinado tempo, em como esse diálogo poderia ampliar a minha forma de olhar para o que eu gostaria de olhar, ou para o que eu ainda não sabia que eu poderia ou queria olhar.

Como Seikkula & Arnkil (2019) apresentam, no dialogismo, o falante mantém uma relação dinâmica com o contexto ao seu redor, adaptando-se constantemente aos enunciados das outras pessoas presentes e ao contexto social e geográfico. Isso implica abrir espaço para as palavras em resposta aos enunciados. A resposta, no entanto, não busca resolver a questão de forma definitiva ou oferecer uma solução final. Pelo contrário, ela tem o propósito de ampliar as perspectivas em torno do tema em discussão. No dialogismo, o foco recai sobre o encontro entre as pessoas, destacando a interação e a troca constante como elementos essenciais desse processo.

Lorenzi (2017), comentando sobre um artigo de Shotter, lembra-nos da ideia de que todo processo de comunicação ocorre em um contexto que influencia sua dinâmica, e que este momento de interação, caracterizado pela ação conjunta, é definido por um uso da linguagem que é espontâneo e que está inevitavelmente num corpo, um corpo em movimento, um corpo vivo. Essa espontaneidade, que acontece de forma não planejada, nos convida a considerá-la como uma característica essencial das comunicações dialógicas.

O que acontece em alguns instantes num diálogo corporificado, em que algo parece fazer mais sentido, em que a fala do outro ou até mesmo um gesto parece abrir uma porta a um mundo antes desconhecido? Como uma palavra, uma frase, uma pergunta, um movimento, podem nos levar a reflexões antes nunca pensadas? Quantos elementos são necessários para que essa certa “química” possa ‘magicamente’ acontecer? Com o intuito de conhecer mais sobre esse processo, este artigo me convida (e gostaria de estender esse convite a você também) a mergulhar um pouco nestes instantes preciosos. Poderia relatar muitos momentos, muitos instantes, mas algum recorte é necessário para adentrarmos neles.

Compartilho com você um momento em que ilustra de forma bastante explicitada como esta vontade de escrever começou a tomar forma. Era janeiro de 2020, Lisboa. Estávamos inaugurando a nossa primeira turma em Portugal. À época, havíamos convidado os participantes a fazerem, em duplas, um exercício chamado “Escutando e sendo escutado”, em que, por meio de perguntas norteadoras, entramos em contato acerca de como esse processo acontecia na nossa família desde a infância aos dias atuais. Ao final do exercício, há uma pergunta que questionava o seguinte: quando você se sentiu verdadeiramente escutado? E quando você não se sentiu escutado? Que elementos estavam presentes que facilitaram ou dificultaram a escuta? Em seguida, depois de um momento individual, sugerimos a partilha com uma dupla, a fim de falarem sobre aquela experiência. Eu já havia feito esse exercício pelo menos duas vezes, anos antes; naquele dia, resolvi refazê-lo. Na hora da partilha, relato que tenho a sensação de que não sou ouvida quando sou interrompida enquanto falo. Minha dupla, por sua vez, diz que com ela era um pouco diferente. Ela não se sentia ouvida quando a pessoa que “a escuta” sugere que ela faça algo, sem ela ter perguntado. Ou então, diz: “se eu fosse você...”

Naquele momento, pensei: “sim, é mesmo”. Não havia me dado conta de que isso também me traz uma sensação de que não sou verdadeiramente escutada. A partir daquela troca dialógica, aumentei meu próprio repertório de vida. Desde então, quando não me sinto escutada por alguém, minhas reflexões ganharam outra dimensão. Posso sinalizar ao outro que, quando isso acontece, eu me sinto desconectada dele.

A princípio parece algo banal, certo? Mas o que aconteceu das outras vezes em que fiz o mesmo exercício e não tive essa sensação de ampliação de repertório? Que fatores estavam presentes desta vez e não na outra? O que mudou em mim? Minha escuta estava menos atenta? E a minha dupla? O que aconteceria se ela tivesse dito a mesma coisa e eu não estivesse tão presente naquele momento? Ou se não fosse ela a falar, mas dissesse “a mesma” coisa? O efeito teria sido o mesmo? Entre ela e eu, o que aconteceu, afinal?

E então convido Shotter (2008) para conversar comigo. Essas perguntas me fizeram lembrar do conceito apresentado por ele, denominado de “conhecimento de terceiro tipo”, algo que é corporificado, encarnado, difícil de ser explicado, mas que só acontece na interação entre as pessoas, no aqui-agora. É justamente na fronteira, quando eu e o outro nos encontramos, portanto, algo que, sem esse outro, seria impossível que acontecesse. É num contexto de conversa, de troca, por meio de uma ação conjunta, como ele dizia, e, desse encontro, nascem respostas, impulsos, espontaneidade, autenticidade. Frente às perguntas que faço no parágrafo anterior, Shotter consegue me dar uma luz, um contorno ao que venho sentindo.

Um outro “instante” durante a formação, desta vez em Paris, foi um atendimento ao vivo a uma família em que Jaakko Seikkula e Sofia Cálceia estavam no campo e eu e mais duas participantes da formação estávamos na equipe reflexiva (num formato norueguês, digamos, mais didático). A filha, centro das preocupações da família, falava da sua dor, o quanto era difícil não ter vontade de levantar-se, de comer, de viver. Ela não via sentido em viver tamanha dor. Durante uma boa parte da sessão, sua fala pautava-se na sua dor. Jaakko, então, olha para ela e pergunta: “e aonde dói? Você consegue me mostrar?”. Ela para, olha para o próprio corpo, como que buscando algo. Fica quase atônita por perceber que a dor é concreta, as células doem, o corpo dói. Ela olha para cada um da família, um silêncio de alguns segundos se instaura. Ela responde: “dói tudo, o corpo todo”. Jaakko pergunta a ela quão forte era aquela dor e gesticula com as mãos a possível intensidade. Ela responde também com as mãos. Ali, aquele corpo acorda e a sessão é vivenciada de forma mais presente. Terapia não acontece na “mente”, mas no corpo todo. Trazer a experiência para o momento presente é dar a oportunidade para uma nova experiência a ser vivida. Neste presente estão o passado e o futuro juntos. A pessoa é um corpo. Eu sou um corpo, você também. Somos narrativas num corpo. Quando entro em contato com a minha narrativa, é o meu corpo que fala e que sente. Um corpo circunscrito, datado, autor da minha própria vivência.

Saí daquele atendimento repensando minha prática, meu corpo, os corpos de quem se relaciona comigo. Eu havia prestado a devida atenção neles? A partir daquele encontro, percebi o corpo não somente como porta-voz, mas sim como uma outra voz dentro da polifonia que nos habita.

Lannamann (1998) nos lembra que nossa responsividade corporificada aos outros é uma condição que pode facilitar ou limitar a ação social. Focar apenas na construção do sentido como algo abstrato e negligenciar a pessoa corporificada é, de certa forma, não olhar uma parte da história, contextualizada e viva. A corporificação relacional surge conforme cada pessoa se ajusta aos ajustes da outra, segundo o autor. Shotter (2011) nos proporcionou entender que, em vez de nos removermos da situação e pensarmos sobre elas, devemos aumentar o nosso envolvimento com elas.

Lannamann (1998) também nos apresenta a ideia de que a interação responsiva implica uma coordenação de corpos que coexistem em um espaço e tempo específicos. Essa coordenação não está confinada a um único corpo, ela surge à medida que os corpos se envolvem mutuamente — uma incorporação relacional.

CRÔNICA: MEU PAI, MINHA AMIGA ARGELINA E O PAI DELA

Hoje falei com meu pai ao telefone. Estava muito tocada pelo jantar que havia tido ontem à noite na casa de uma colega psiquiatra, que me descreveu o amor pelo seu pai (falecido há dois anos) e pela saudade que às vezes a arrebatava o peito. Falamos das nossas famílias, das andanças pelo mundo, do amor face a face, do amor que, por maior que seja, não invalida nem abrandava momentos de solidão e de vazio. As histórias das

duas famílias, a minha e a dela, foram contadas enquanto degustávamos um bom vinho branco e comíamos pratos deliciosos feitos por ela, uma argelina que mora na França há mais de 20 anos. Não esquecerei jamais o frango com molho agridoce de damasco e a sobremesa, uma espécie de manjar com água de flor de laranjeira, pistache e flores de jacinto. Nós nos emocionamos juntas ao som de músicas lindas, ligadas à cultura de sua família de origem. Conversamos sobre as nossas escolhas profissionais e sobre os entrelaces familiares que nos fazem nos aproximar das famílias que atendemos de uma forma, digamos, particularmente dialógica, presente. Como recebemos e ouvimos as famílias que nos chegam a partir da vivência com a nossa própria família? Como os vínculos com a nossa família de origem nos ensinam hoje a sentir, a estar com as outras pessoas? Que referências carregamos, valores e ensinamentos que gostaríamos que permanecessem conosco? Ao falar hoje com meu pai, que sempre me atende da forma mais doce possível, ele havia me dito que aguardava mais uma crônica minha. Ele diz que virou meu leitor favorito e que não imaginava se emocionar tanto ao se deparar com a minha escrita. Sugeriu jocosamente que o texto de hoje deveria começar assim: “hoje falei com o meu pai...”. Pedido aceito. Resolvi então não contar sobre o jantar de ontem para que ele pudesse degustar das palavras. Dele, o que quero sempre levar comigo é a forma com que escuta as pessoas, o jeito genuíno de olhar uma criança - um olhar tão puro quanto o dela. A gargalhada alta e gostosa que ele dá, a apreciação de uma boa conversa à mesa durante e depois de um jantar, o gosto pela música, pela melodia, pela voz. A sensibilidade para se deixar levar pelo som de um instrumento musical, a generosidade para com as pessoas, a sua honestidade. Queria que meu pai tivesse conhecido o pai dela. Bem, de alguma forma se conheceram. Estávamos todos juntos ontem à noite, falando de amor, pois, em mim e nela, nossos pais têm morada.

REFLEXÕES DIALÓGICAS

As crônicas são metáforas vívidas que ajudam a construir novos significados (Paschoal & Grandesso, 2016). Música e pratos argelinos nunca mais terão o sentido de antes. O gosto agridoce e a delicada sobremesa; a dança e o vinho, que davam contorno àquelas histórias bonitas e também duras, amaciadas pela graça do encontro. Um momento de passeio pelas emoções, pelo corpo que se emociona.

A escolha dessa crônica tem a ver com o efeito que aquele instante teve em mim. A história de vida da colega argelina se uniu à minha numa espécie de polifonia intercultural. Ela era uma participante da nossa formação em Paris, sua vida de imigrante, o amor à sua terra, a trajetória de interesses profissionais, a complexidade e a beleza das relações familiares, os dilemas causados pela distância da família, a paixão pela cozinha e pela música, seu gosto por receber pessoas em sua casa: era um contexto realmente de entrelaçamentos. Enquanto a ouvia, eu me revisitava, mais curiosidade tinha também sobre a sua vida, pela receita daquele prato, daquela flor que embelezava a sobremesa. O telefonema ao meu pai na sequência. Quantas possibilidades de conversas vão abrindo meu repertório emocional, meu jeito de olhar para as coisas, meu conhecimento. Que elementos estiveram presentes para que isso se tornasse possível? É preciso olhar para o contexto relacional como contextos férteis de conversação, de trocas genuínas. Eles carregam histórias, histórias de pessoas que, naquele exato momento, ofereceram a mim uma palavra, uma frase, uma pergunta que produziu em mim “o olhar excedente da visão”, como dizia Bakhtin.

Bakhtin (2003) dizia que uma relação dialógica produtiva é aquela que cria exotopia, ou seja, quando, a partir do que percebo no que você vê em mim, consigo ver-me de maneira diferenciada e não coincidente com a visão que eu tinha a meu próprio respeito

antes, o que significará um acréscimo de visão e consciência. O processo exotópico se realiza justamente quando, munido desse olhar do outro, retorno a mim mesma e efetivamente coloco em ação o excedente de visão que o outro me proporcionou, o que atualiza muito do que penso sobre o mundo (Bakhtin, 2003). É quase como se eu agora fosse uma outra pessoa. Isso tem um motivo; estamos cotidianamente imersos nesses encontros, que Shotter (1994) chamou de ação conjunta, que pode ser compreendido a respeito de como atribuímos significado a partir de uma intencionalidade compartilhada e responsiva. O que ocorre naquele momento interativo surge de dentro de uma situação dialógica, ou seja, na interação, no instante compartilhado com o outro.

O que resulta dessa ação não pode ser singularmente creditado a uma pessoa específica, mas sim ao coletivo de seus participantes. Essa característica confere às ações conjuntas uma singularidade notável, uma vez que são constantemente criativas na geração de novas respostas diante das circunstâncias e da presença do outro. Próximo ao fim de sua vida, ele seguiu apresentando novas camadas ao conceito, trazendo-nos a compreensão de que devemos olhar para esses momentos de interação comum na interação dialógica (Shotter, 2017).

Ao explorar as ideias de Bakhtin (2003), o autor me recorda da importância da comunicação responsiva ao introduzir a noção de que toda compreensão é intrinsecamente responsiva, prenhe de respostas. A dinâmica entre falante e ouvinte transcende a simples alternância de papéis, uma vez que cada falante também desempenha o papel de respondente. Não há voz inaugural nem voz final nesse processo, a comunicação é tecida por elos e enunciados, e cada enunciado representa uma resposta a algo. Um enunciado proferido por alguém se torna parte integrante de todos os outros, não há dissociação; a palavra do outro pode transformar-se na minha própria palavra. Nesse diálogo constante, estamos sempre em processo de alteração, uma constante transformação caracterizada por uma polifonia, em vez de sermos orientados para uma síntese unificadora, um consenso.

Hoje, aquele instante faz parte de mim e me compõe. Com ele, vivenciei mais uma vez a dimensão corpórea da dialogia. Aceitei o convite do outro e de todos os elementos presentes nesses instantes: a responsividade dialógica, o tempo, o cenário, o contexto, a minha abertura para essas trocas e a do outro, o meu desejo e o dele para vivenciarmos aquele instante. Esses momentos me fazem pensar na ideia de revisitar certezas, de se sentir de alguma forma presenteada por descobrir algo novo, intrigada por alguma nova informação, instigada com uma dúvida nova, ou por até mesmo algo que o outro falou e que nos leva para uma reflexão que sozinhos não teríamos, para uma lembrança que já havíamos esquecido. Considero esses momentos como instantes de transformação e, pessoalmente, não acredito que a transformação ocorra apenas quando descobrimos algo novo, mas também quando revisitamos dúvidas, quando fazemos novas conexões, quando ressignificamos uma lembrança, quando nos permitimos gaguejar metaforicamente (Haraway, 1995) perante o outro mundo.

Nos exemplos acima ilustrados pela crônica e pelas duas situações citadas na formação, esse efeito “transformador” foi evidenciado por meio das palavras, dos momentos de silêncio mais prolongado, nas expressões corporais, nas expressões faciais, no contexto em diferentes níveis, no entorno. Somos corpos com arredores, inseridos na história.

Em minha reflexão, corremos o risco de focar apenas no que comumente chamamos de *insight*, algo revelador, mais marcante, e podemos não dar atenção ao processo dialógico que acontece durante uma conversa, uma troca. O *insight* ocorre e é bem-vindo, mas há preciosidades na responsividade, no eco, na resposta do outro, algo que inevitavelmente vai nos convidar ou a engancha, ou a relembrar, ou a duvidar, ou a somar, ou a repelir. É um convite amplo que somente vamos perceber se entramos na dinâmica, na experiência. É uma espécie de captura de um momento efêmero, que fica.

Converso com essas pessoas e com esses instantes até hoje, a ponto de tentar teorizar a vivência, querer dividir a experiência vivida. Penso que integrar o elemento desejo na vivência dos instantes possa ser importante para que eles se tornem de alguma forma transformadores. Apesar de acreditar que não saímos ilesos deles, pois de alguma maneira eles nos tocam, parece haver algo a mais nessa experiência: a de querer vivê-las.

Chamo mais uma vez Tom Arnkil (2019) para conversar comigo, um dos autores que discutem acerca dos espaços dialógicos e amplamente conhecido pelo seu trabalho direcionado aos diálogos antecipatórios. Ele adiciona elementos ao conceito denominado “Ba” (um espaço físico de presença e um espaço mental gerado em encontros, que acontecem ao mesmo tempo), ideia originalmente do filósofo japonês Kitaro Nishida. Arnkil adiciona mais alguns aspectos que, para ele (inspirado em Mikhail Bakhtin e em Emmanuel Lévinas), pertencem simultaneamente aos espaços dialógicos: espaços físicos, espaços no tempo, espaços sociais, espaços mentais e espaços discursivos.

O autor, em sua obra, dentre outros pontos relevantes, diz que a principal fonte de encontros e espaços dialógicos não acontecem em contextos profissionais, mas na vida cotidiana, e nos diz também que os ambientes físicos não são tão inocentes quanto parecem – eles “sintetizam” ideias. Aponta que os espaços e arranjos físicos não permitem ou inibem a dialogicidade em si, mas podem melhorar ou dificultar as possibilidades de forma significativa. Segundo suas ideias, há igualmente que se dar importância à noção de tempo: diálogo precisa de tempo. Afirma que, se adicionarmos espaços no tempo e analisarmos as combinações de espaços físicos e temporais, começaremos a ver como os espaços dialógicos surgem ou não.

Arnkil (2019) discute a diferença em contextos profissionais comparados aos da vida cotidiana, pois no âmbito profissional os espaços dialógicos usualmente exigem mais determinação para serem gerados e, principalmente, para serem preservados. Por mais que essa obra dele esteja mais voltada à discussão dos desafios na coeração de espaços diálogos voltados na prática dos diálogos antecipatórios e a abordagem do diálogo aberto, entendo que nos atentarmos a esses aspectos trazidos aqui enriquecem minha leitura sobre o que tenho chamado de instantes que transformam e tudo o que os envolvem.

ÚLTIMAS REFLEXÕES

E então, como foi para você esta experiência? Sempre me interessei por ouvir histórias de vida. Digamos que meu *Self* de ouvinte foi percebido um tanto cedo, era criança e já gostava de escutar conversas de adultos. A entonação da voz, a expressão facial, a reação do outro ao ouvir. Ficava sempre curiosa sobre os desfechos, sobre o devir. Mas entendi com o tempo que a escuta é também uma habilidade que se aprende – não havia imaginado essa faceta com relação a algo que me parecia tão natural e até mesmo passivo. E quando “se aprende” a escutar com presença, a levar o corpo junto para ouvir, a se abrir para o outro com vontade, quanta transformação pode acontecer! Ouvir com presença nos modifica e é na escuta que o vínculo acontece. A fluidez de um diálogo, proporcionada pela comunicação responsiva, é convite irrecusável aos instantes que transformam. E estamos rodeados deles.

Nesses instantes, encontram-se corpos não somente que ouvem, mas corpos que se movem, que falam, que refletem, que sentem, que estão num determinado espaço e num determinado tempo da vida. Corpos que compõem a polifonia, que são compostos por outros instantes que já os marcaram. Corpos relacionais.

Em que medida nos deixamos, como profissionais, transformar-nos nos encontros terapêuticos? Olhamos para todos os elementos que os compõem? Praticar na vida essas transformações no cotidiano nos encoraja e nos inspira a estarmos de uma maneira mais conectada, dialógica e presente com nossos clientes e famílias. Eu, como terapeuta, também preciso sair transformada.

Quando estamos na atividade clínica, principalmente em contextos de saúde mental, essa conexão se perde facilmente, uma vez que a escuta da palavra e do corpo da pessoa em sofrimento podem correr o risco de perderem a validade. O valor da palavra e da experiência vivida podem se tornar questionáveis em meios a situações de crise, por exemplo. Não encontramos facilmente pontos de abertura. Adicionar espaços de tempo, cuidar do espaço físico, atentar-nos ao que é dito, perceber no corpo as emoções ou a falta delas, escutar. Viver o atendimento. Há algo naquele encontro que só se produzirá ali, porque você está com aquelas pessoas naquela exata hora. Tudo será novo e inaugurado ali.

Nossos contextos clínicos em saúde mental na maioria das vezes não favorecem a dialogia. Todo comportamento tem uma história e os chamados “sintomas” são feitos delas. São histórias corporificadas. Como é possível focar num sintoma excluindo o componente humano? Uma abordagem que se interessa por estar com pessoas, por ouvi-las, por falar com, sentir com. Agora entendo o motivo pelo qual ser uma profissional dialógica não é uma ferramenta, mas uma postura de vida. Quantas vezes estamos deixando de ouvir em nossas práticas profissionais? Quantas palavras vamos colocando autoritariamente na fala do outro, qualificando e interpretando a sua experiência vivida? Que instantes perdemos ao nos fecharmos em nosso próprio dicionário, em nossas próprias certezas, em nossa história?

Neste artigo, tive o desejo de dividir parte da minha vivência nas práticas dialógicas e na vida, que cada vez mais se torna dialógica. Nele, me deixei levar pelo caminho da experiência, sem me ater tanto a um formato pré-definido, com início, meio e fim, ou a uma pergunta com a sua respectiva resposta. Arrisco dizer que seria quase como se estivesse sendo contraditória, caso o fizesse. Essa prática tornou-me uma ouvinte diferente e me convidou a olhar para o meu próprio corpo, como a filha daquele casal no atendimento relatado anteriormente. E isso impactou enormemente a minha maneira de viver.

Neste relato, além do prazer pela partilha da vivência, pude exercitar outra paixão, a escrita. Ela me permite um tempo diferente de entrar em contato, de forma corporificada, com a experiência. Como nos encontros terapêuticos de Diálogos Abertos ou em outras práticas dialógicas, a escrita me convida a pausar, a desacelerar, a sentir. Contar uma história já vivida como se fosse a primeira vez. Como se fosse não, é sim, a primeira vez. O sentir só acontece no aqui-agora. Meu corpo a escrever é outro. Já carrego comigo outros instantes que me transformaram. Estivemos, eu e você juntos, inaugurando esta conversa. A minha narrativa encontrou a sua, pois você estava aqui, interessado no que eu iria lhe dizer, e a sua leitura carrega com ela as suas histórias. Nós nos encontramos na fronteira; não na que divide, mas na que possibilita algo inexplicável. Temos, agora, uma narrativa nova em comum.

Este encontro foi inédito. Assim como os instantes da vida.

REFERÊNCIAS

Anderson, H. (2019). Prática colaborativo-dialógica: uma orientação para maneiras de ser e vir a ser com outros convidando o potencial para generatividade e transformação. In M. A. Grandesso (Ed.), *Construcionismo social e práticas colaborativo-dialógicas: contextos de ações transformadoras*. (p. 259-269). Editora CRV.

- Arnkil, T. E.** (2019). Co-generando espacios dialógicos. Desafíos para los Diálogos Abiertos y Anticipatorios y las Prácticas Dialógicas en General. *International Journal of Collaborative-Dialogic Practices*, 9(1), 51-64.
- Bakhtin, M.** (2003). *Estética da criação verbal*. Tradução de Paulo Bezerra. 4. Ed. São Paulo: Martins Fontes, (Tradução Paulo Bezerra).
- Gergen, K. J.** (1991). *The saturated self: Dilemmas of identity in contemporary life*. Basic Books.
- Gergen, K. J.** (2013). The poetic dimension: therapeutic possibilities. In Deissler, K. & McNamee, S. (Ed) *Filo and Sofia in dialogue*. (pp. 68-75). Ohio, USA: Ed. Taos Institute Publication.
- Haraway, D. J.** (1995). Saberes localizados: a questão da ciência para o feminismo e o privilégio da perspectiva parcial. *Cadernos Pagu*, 0(5), 7-41. ISSN 1809-4449. Disponível em: <https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/cadpagu/article/view/1773>.
- Lannamann, J. W.** (1998). Social construction and materiality: the limits of indeterminacy in therapeutic settings. *Family Process*. Winter; 37(4), 393-413. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.1998.00393.x>
- Lorenzi, C. G.** (2017). Comunicação dialógica: ecos e movimento. *Nova Perspectiva Sistêmica*, 26(58), 117-120. Recuperado de <https://www.revistanps.com.br/nps/article/view/303>
- Paschoal, V. N., & Grandesso, M.** (2016). O uso de metáforas em terapia narrativa: facilitando a construção de novos significados. *Nova Perspectiva Sistêmica*, 23(48), 24-43. Recuperado de <https://www.revistanps.com.br/nps/article/view/48>
- Seikkula, J., & Arnkil, T. E.** (2019). *Diálogos abiertos y anticipaciones terapéuticas: Respetando la alteridad en el momento presente*. Herder Editorial.
- Seikkula, J., & Trimble, D.** (2005). Healing elements of therapeutic conversation: Dialogue as an embodiment of love. *Family process*, 44(4), 461-475. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.2005.00072.x>
- Shotter, J.** (1994). Making sense on the boundaries: on moving between philosophy and psychotherapy. In A. P. Griffiths (Org.), *Phylosophy, psychology and psychiatry* (pp. 55-72). Cambridge: Cambridge University Press.
- Shotter, J.** (2008). *Conversational realities revisited: Life, language, body and world*. Ohio, USA: Taos Institute.
- Shotter, J.** (2011). Embodiment, abduction, and expressive movement: A new realm of inquiry? *Theory & Psychology*, 21(4), 439-456.
- Shotter, J.** (2017). Persons as dialogical-hermeneutical-relational beings–New circumstances ‘call out’ new responses from us. *New Ideas in Psychology*, 44, 34-40.

ALEXANDRA DA ROSA MOREIRA

Psicóloga clínica, terapeuta de casal/família, mestra em Psicologia (Universidade Católica de Lisboa) e pedagoga. Integra a equipe de Saúde Mental do Instituto Noos. Docente e supervisora em práticas dialógicas e na abordagem do Diálogo Aberto. É membro titular da APTF/ABRATEF e da Sociedade Portuguesa de Terapia Familiar, além de fazer parte do comitê internacional Network for Dialogical Practices.

E-mail: alexandramoreira.psicologa@gmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3356-0982>