



Universidade de Brasília – UnB

Instituto de Letras – IL

Departamento de Teoria Literária e Literaturas – TEL

Programa de Pós-Graduação em Literatura

Amanda de Souza Xavier

DE MÃOS DADAS COM A LITERATURA: UMA JORNADA TERAPÊUTICA

Brasília - DF

2022

Amanda de Souza Xavier

DE MÃOS DADAS COM A LITERATURA: UMA JORNADA TERAPÊUTICA

Dissertação de Mestrado apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Literatura, do Departamento de Teoria Literária e Literaturas do Instituto de Letras da Universidade de Brasília, como requisito parcial para a obtenção do título de Mestra em Literatura.

Profa. Dra. Patrícia Trindade Nakagome

Brasília – DF

2022

Ficha catalográfica elaborada automaticamente,  
com os dados fornecidos pelo(a) autor(a)

dX 3m

de Souza Xavier, Amanda

De mãos dadas com a literatura: uma jornada terapêutica

/ Amanda de Souza Xavier; orientador Patrícia Trindade Nakagome. -- Brasília, 2022.

94 p.

1. Literatura. 2. Terapêutico. 3. Biblioterapia. 4. Catarse. 5. Clarice Lispector. I. Trindade Nakagome, Patricia, orient. II. Título.

Data da defesa: 25 de outubro de 2022

**BANCA EXAMINADORA**

---

Profa. Dra. Patrícia Trindade Nakagome – UnB (Orientadora)

---

Profa. Dra. Ana Paula Aparecida Caixeta – UnB

---

Profa. Dra. Marta Francisco de Oliveira – UFMS

---

Prof. Dr. Augusto Rodrigues da Silva Júnior – UnB (Suplente)

## Agradecimentos

À Patrícia, que não poderia ter sido mais presente, atenciosa, compreensiva. Obrigada por acreditar na minha pesquisa e em mim, por ter sido a mão que me orientou na travessia que precisava ser feita. Você foi tão mais que uma orientadora.

Aos meus pais, Luciana e Hermano, que me deram todo o apoio que eu poderia precisar. Vocês souberam me acalmar na aflição e dar o incentivo necessário.

A Marta e Ana Paula, membras da banca examinadora, que com tanta dedicação e delicadeza leram e comentaram minha dissertação, ajudando-me a repensar e enxergar os ajustes necessários. Seus questionamentos e reflexões foram muito pertinentes. Obrigada.

A Alessandra e Renato, que me ajudaram a respeitar meus limites e continuar acreditando na minha capacidade. Foi fundamental poder ir até vocês.

Aos meus amigos, que sempre estiveram de braços abertos para o que eu precisasse. Obrigada, queridos.

À CAPES, que possibilitou a bolsa de estudos para que eu pudesse me capacitar, fazer minha pesquisa e entregar esta dissertação.

Só tenho a agradecer a todos vocês.

“Enquanto escrever e falar vou ter que fingir que alguém está segurando a minha mão.”

Clarice Lispector, em *A paixão segundo G.H.*

## Resumo

A vida está sempre à espreita, com sua imprevisibilidade nem sempre amistosa, seus acasos e incidentes improváveis. Diante de uma realidade muitas vezes hostil, vemo-nos buscando o retorno ao bem-estar, algum tipo de cura ou ao menos certo alívio. Para algumas pessoas, a literatura já demonstrou possuir esse poder. Nesse sentido, esta dissertação é uma jornada terapêutica pela literatura, sem delegar a ela a cura milagrosa dos problemas do mundo, mas buscando difundir algumas de suas propriedades e modalidades terapêuticas para colocar em discussão os seus efeitos e reverberações. No processo, foi necessário pensar a definição de literatura como algo que transpassa direitos humanos, valor, poder, cânone. Além disso, falou-se em sentido, interpretação. Esta dissertação também é atravessada pela literatura de Clarice Lispector, que dialoga conosco lado a lado da teoria e transmite seu potencial terapêutico, especialmente no que se refere à obra *A paixão segundo G.H.*

Palavras-chave: Literatura. Terapêutico. Biblioterapia. Catarse. Clarice Lispector.

## Abstract

Life is always lurking, with its unpredictability not always friendly, its chances and unlikely incidents. Faced with a reality that is often hostile, we find ourselves looking for a return to well-being, some kind of cure or at least some relief. For some people, literature has already demonstrated this power. In this sense, this dissertation is a therapeutic journey through literature, without delegating to it the miraculous cure of the world's problems, but seeking to disseminate some of its therapeutic properties and modalities to discuss its effects and reverberations. In the process, it was necessary to think about the definition of literature as something that transcends human rights, value, power, canon. In addition, we talked about meaning, interpretation. This dissertation is also crossed by the literature of Clarice Lispector, who dialogues with us side by side theory and transmits its therapeutic potential, especially about the work *The passion according to G.H.*

Keywords: Literature. Therapeutic. Bibliotherapy. Catharsis. Clarice Lispector.



## Sumário

Introdução.....	10
1. O direito à literatura e ao terapêutico.....	15
2. Quando a literatura é terapêutica.....	36
3. Um olhar terapêutico sobre <i>A paixão segundo G.H.</i> , de Clarice Lispector.....	65
Considerações finais.....	88
Referências.....	91

## Introdução

Estou à procura de um livro para ler. É um livro todo especial. Eu o imagino como a um rosto sem traços. Não lhe sei o nome nem o autor. Quem sabe, às vezes penso que estou à procura de um livro que eu mesma escreveria. Não sei. Mas faço tantas fantasias a respeito desse livro desconhecido e já tão profundamente amado. Uma das fantasias é assim: eu o estaria lendo e de súbito, a uma frase lida, com lágrimas nos olhos diria em êxtase de dor e de enfim libertação: “Mas é que eu não sabia que se pode tudo, meu Deus!”. (LISPECTOR, 2020, p. 299)

Esse é um trecho do livro *A descoberta do mundo*, de Clarice Lispector, que reúne todas as “crônicas”<sup>1</sup> que a autora escreveu para o *Jornal do Brasil* de agosto de 1967 a dezembro de 1973. O texto em questão data de 20 de setembro de 1969. Lispector escrevia semanalmente para o jornal e pode-se dizer que seus escritos contavam com a presença do leitor, pois, no dia da publicação, era permitido até mesmo que os leitores enviassem respostas à redação do jornal.

É curioso como a autora imagina que deva ser esse tal livro que ela procura, revelando suas expectativas. Ela tece uma relação toda especial com ele e conta um pouco do que seria sua experiência ao lê-lo. Isso leva a algumas perguntas para nós mesmos. Afinal, é possível nos imaginarmos no lugar de Clarice e criarmos nossa própria impressão desse livro pelo qual estaríamos à procura, a partir do seguinte: o que buscamos na literatura? O que encontramos? O que essa relação repercute em nós? Respostas para essas perguntas vão e vêm... Dentre elas, já ouvimos falar de função cognitiva, lúdica, estética, político-social, catártica... Por ora, pensemos na propriedade terapêutica da literatura, um outro nome para a função catártica que prefiro usar por achá-lo mais abrangente. Terapêutico é algo que nos ajuda em alguma medida, que, se não cura, pelo menos alivia/previne certos sofrimentos (de ordem física e/ou psicológica), e não deve ser confundido com a medicina e a psicoterapia.

Ao pensarmos agora sobre nossas experiências pessoais, já teremos sentido algum efeito terapêutico a partir da literatura? Se sim, como foi? Estávamos buscando por isso? Costumamos buscar por isso? Essas são perguntas que eu me fazia, quando eu me via com um livro no colo, buscando, talvez, que alguém me desse a mão. E esse alguém acabava sendo a literatura, com sua enorme mão imaginária, que às vezes aparecia,

---

<sup>1</sup> Lispector havia sido convidada a escrever crônicas para o *Jornal do Brasil*, no entanto tais textos “não se enquadram facilmente como crônicas, novelas, contos, pensamentos, anotações”, como aponta Paulo Gurgel Valente em nota no livro *A descoberta do mundo* (2020).

inclusive, quando eu não estava buscando por ela. Às vezes ela surgia de repente, surpreendendo-me com conforto e a oportunidade de tomar fôlego. Eu começava a me perguntar se era assim para as outras pessoas, se o terapêutico não era afinal esse “dar as mãos”.

Assim, quando pensei no tema da minha pesquisa, eu quis escrever uma dissertação que não só falasse a partir da teoria, eu queria que a própria literatura tivesse voz de um jeito mais explícito, sendo experienciada e sentida de dentro da dissertação. Desse modo, tomei a liberdade de trazer trechos literários que me pareciam dialogar com a discussão tanto quanto a teoria. Como um extra, eu também suspeitava que alguns leitores encontrariam neles o terapêutico de que tanto estaríamos falando, porque assim foi comigo.

Um mestrado não é em si algo simples, mas um mestrado em uma pandemia é ainda mais árduo. Eu me vi diversas vezes tomada pela angústia e ansiedade que o mundo estava vivendo, somada à minha própria angústia e ansiedade. Isso me fez olhar o terapêutico e a literatura de forma muito mais intensa. Mais do que nunca eu precisava do terapêutico naquele momento, que pode ser encontrado em diversas fontes, sendo a literatura apenas uma delas. No entanto, muitas dessas fontes não estavam mais disponíveis em um contexto de pandemia. A literatura, contudo, ainda podia ser acessada. Muitas pessoas se lançaram aos livros, e eu fui uma delas. Precisei muitas vezes estar de mãos dadas com a literatura para que fosse possível atravessar o mestrado. A literatura não resolvia todos os meus problemas, mas os tornava mais suportáveis. Assim, seu potencial terapêutico se fez ainda mais evidente para mim.

Como a filosofia e as ciências humanas, a literatura é pensamento e conhecimento do mundo psíquico e social em que vivemos. A realidade que a literatura aspira compreender é, simplesmente (mas, ao mesmo tempo, nada é assim tão complexo), a experiência humana. Nesse sentido, pode-se dizer que Dante ou Cervantes nos ensinam tanto sobre a condição humana quanto os maiores sociólogos e psicólogos e que não há incompatibilidade entre o primeiro saber e o segundo. (TODOROV, 2009, p. 77)

Se a literatura nos ensina tanto sobre a condição humana quanto sociologia e psicologia, ela pode funcionar como “teoria” nesta dissertação quando aparece na forma das citações literárias trazidas aqui.

Outro ponto importante foi optar pelo uso da primeira pessoa, que teve um papel significativo. Foi uma maneira de incorporar a autoria do processo, já que a abordagem terapêutica dá maior protagonismo à pessoa a partir de seus pontos de vista e experiências. Há momentos, inclusive, em que trago meus próprios escritos, desde um poema autoral até as “imagens” narrativas que crio abrindo cada capítulo, buscando me aproximar de uma escrita mais literária. Talvez assim o meu leitor pudesse se relacionar de maneira mais íntima com o que estivesse a ler aqui e isso favorecesse a identificação com o “sujeito” que criei como personagem, como um retrato de cada um de nós.

No capítulo 1, trato de questões que acredito serem introdutórias à discussão sobre o terapêutico na literatura. A primeira delas é a própria definição de literatura. Se estou falando das propriedades terapêuticas da literatura, é preciso delinear o que estou entendendo por literatura, já que não há unanimidade sobre o seu conceito. É uma definição que depende, inclusive, de relações de poder que revelam a desigualdade nesse campo. Assim, depois falo do direito à literatura, a partir do icônico texto de Antonio Candido de mesmo nome. Não se trata apenas do direito de acessar a literatura para se alcançar terapêuticidade, mas acessar qualquer literatura, pois algumas serão terapêuticas para uns, mas não para outros. Isso é importante porque algumas definições literárias excluem obras, autores e leitores.

No capítulo 2, começo a falar do terapêutico na literatura de forma mais acentuada, inclusive mostrando como a literatura pode causar efeitos negativos, não terapêuticos. Não há uma garantia de que a literatura será terapêutica e tampouco há essa obrigatoriedade. Mas, quando ela é, alguns dos fatores que contribuem para isso são a identificação com personagens, com a narrativa; a maior compreensão sobre o ser humano; a ludicidade; a catarse; a liberdade, entre outros. Essas “modalidades terapêuticas” vão sendo aprofundadas ao longo do capítulo. Por fim, passo a tratar da biblioterapia, uma prática que busca alcançar fins terapêuticos por meio da literatura, e mostro por que dou maior destaque a ela e o que seus pressupostos têm a contribuir em outros campos, como no ensino, na crítica.

No capítulo 3, finalizei a dissertação abordando terapêuticamente o primeiro capítulo de *A paixão segundo G.H.*, de Clarice Lispector, pois entendi que ele possuía esse potencial e que seria importante mostrar um viés mais prático para complementar tudo que eu viera discutindo até então. As leituras que faço dos trechos e das sugestões que dou tentam estimular reflexões terapêuticas e podem levar à identificação, à catarse,

à introspecção, os elementos que Clarice Caldin aponta como sendo os constituintes de um processo terapêutico-literário. Antes de escrever o capítulo 3, tive a oportunidade de mediar uma roda de leitura e escrita terapêutica com 6 pessoas, contando comigo, em que pudemos ler trechos de *Lispector*, partilhar nossas impressões, escrever e nos emocionar. Um encontro como esse gera muitas vivências e, apesar de não fazer parte desta dissertação, me inspirou a escrever o capítulo. Isso mostra como o terapêutico acaba surgindo também de encontros informais.

As propriedades terapêuticas da literatura se realizam de maneira simples, com efeitos que datam de tempos muito antigos. Não é novidade o que a literatura pode fazer, muitas pessoas já sentiram na pele seus efeitos sem precisar ler uma dissertação como esta ou participar de uma roda de biblioterapia. No entanto, ainda é a minoria da população que tem acesso a livros. A literatura oral já é mais acessível, mas grande parte da literatura que existe é escrita e acaba ficando fora do alcance por diversos motivos, seja por falta de recursos, seja por falta de informação e incentivo. O analfabetismo é uma realidade presente, mas, mesmo para aqueles que sabem ler e escrever, a literatura pode estar distante. Ao longo da dissertação, busquei expor quais são alguns desses empecilhos. Talvez, tomando consciência deles, possamos fazer mais pela literatura e, por meio dela e do terapêutico, pelas pessoas que não têm acessibilidade. Em um contexto de pandemia (e não só nele), se faz sobretudo necessário encontrar maneiras de reduzir o sofrimento e preveni-lo. Nesse sentido, espero que esta dissertação possa difundir maneiras de usar a literatura para esse fim.

Isso posto, também encontrei problemáticas no próprio sistema de ensino que podem inviabilizar o acesso a literaturas preteridas por quem detém e mantém o poder em nossa sociedade. É importante ter liberdade para ler e escrever o que se desejar, pois só na liberdade é que o terapêutico pode fluir. A desigualdade também está presente na marginalização de certas obras e de seus leitores e escritores, que carecem de representatividade e expressão. A educação bancária criticada por Paulo Freire é um exemplo desse modelo opressor. A partir disso, ponho em discussão as problemáticas que enxergo e sugiro alguns dos pressupostos da própria abordagem terapêutica que parecem ser mais pautados em uma educação libertadora. Não é que o terapêutico não esteja presente no ensino e na crítica, mas ele me parece obliterado por algumas de nossas práticas e abordagens.

Uma dúvida que pode surgir é se o ensino de literatura tem ou deve ter caráter terapêutico. O terapêutico pode sim ocorrer. Muitas vezes ele ocorre simplesmente durante a leitura/escrita de um texto, até mesmo sem que tenha havido intenção de que isso acontecesse. Tampouco é necessário haver uma mediação por parte do educador. Acredito que o ensino de literatura, em um contexto ideal, deveria oferecer condições favoráveis para o aluno conhecer e experienciar a literatura em todas as suas possibilidades, dentre elas a sua propriedade terapêutica. Oferecer condições favoráveis, no entanto, não significa dizer que a literatura funcionará terapêuticamente sempre e para todos.

Técnica, conhecimento ou preparo não são requisitos para o terapêutico acontecer ou para mediar práticas terapêuticas usando literatura. Uma pessoa pode não saber o que é terapêutico ou como ele funciona e ainda assim viver um efeito terapêutico simplesmente ao ler/escrever literatura. A questão é que a função terapêutica da literatura já ocorre em sala de aula, estejam os professores preparados ou não para lidar com reverberações. Professores não são psicólogos, nem devem exercer esse papel, mas não raro são expostos a situações delicadas e também não podem ser impedidos de falar sobre elas. Talvez o importante seja o professor saber estabelecer limites, identificando o que concerne à profissão de professor e à de psicólogo.

Esta dissertação é uma tentativa de contribuir para discussões no campo da literatura e do que ela pode realizar, mas também difundir a literatura como um recurso a mais na busca pelo bem-estar quando voltada para a terapêuticidade. No mais, desejo a todos uma boa leitura.

## 1. O direito à literatura e ao terapêutico

A imagem a ser evocada é a de um sujeito em um canto do quarto, o semblante evidenciando que algo não vai bem. O próprio quarto, um retrato de seu incômodo: organizado para compensar o caos interior? Desorganizado para inconscientemente retratar o que se passa por dentro? Essa pessoa, que tem todos os gêneros e idades e demais traços que todos os seres humanos podem vir a ter (exceto talvez pelo quarto, porque direitos básicos para todos ainda são vergonhosamente uma utopia). Essa pessoa, que sente vibrar no peito a angústia da existência, aquilo que muitos de nós sentem, já sentiram ou virão a sentir. Ou será apenas um dia ruim? Um mal-estar inesperado, alguma pequena ou grande tragédia externa, qualquer coisa que venha a perturbar a sua paz? O que se passa é na verdade aquilo que vemos no espelho, esse objeto invocado agora para o leitor diante deste texto. O espelho em que o sujeito se enxerga, o espelho para o qual todos nós olhamos e no qual vemos a nós mesmos.

O movimento primordial é se desprender do incômodo; em outras palavras, a busca pelo bem-estar. De um inseto até uma pessoa, todos os seres parecem partilhar um instinto em comum, atrelado à sobrevivência, que pode ser definido da maneira mais básica e ampla possível: o bem-estar? A saúde? O livramento? Simplesmente sair do que incomoda, entristece, adocece. O sujeito, então, se encolhe na cama; em posição fetal, parece literalmente querer encolher, como que para retornar ao ventre, nessa posição a que instintivamente retornamos no momento da angústia, do mal-estar. Em suas mãos, poderia estar um celular, tão comum na nossa era da informação. A tela do aparelho parece ser a única luz, ainda que esteja ou não de dia. Qual a válvula de escape? Como curar o que perturba, o que dói, estando, no entanto, em demasiado sofrimento? Para que plano se abre a internet que o sujeito adentra? Qual a realidade que ele encontra?

“Buscar una cosa es siempre encontrar outra.” Digamos que nosso sujeito, alheio a tudo isso, apenas tenha se deparado com esse excerto que, em seguida, verá ser de um tal poeta, um excerto que alguém nas redes sociais por acaso decide postar. Movendo-se em sua própria existência, nosso sujeito se depara com o que não esperava encontrar. Ele continua a ler o poema porque algo ali o toca, como tocou alguém antes dele:

Buscar una cosa  
es siempre encontrar otra.

Así, para hallar algo,  
hay que buscar lo que no es.

Buscar al pájaro para encontrar a la rosa,  
buscar el amor para hallar el exilio,  
buscar la nada para descubrir un hombre,  
ir hacia atrás para ir hacia delante.

La clave del camino,  
más que en sus bifurcaciones,  
su sospechoso comienzo  
o su dudoso final,  
está en el cáustico humor  
de su doble sentido.

Siempre se llega,  
pero a otra parte.

Todo pasa.

Pero a la inversa. (JUARROZ, 1958, p. 157)

Digamos que nosso sujeito, ou nós mesmos, tem um insight — isto é, uma clareza súbita: um entendimento de algo, uma epifania, a solução de um problema, um discernimento. Ele tem esse insight não com o que esperava encontrar, não com o que buscava, mas com o que acaba se mostrando aquilo que precisava ler. “Todo passa. Pero a la inversa”, outro excerto ecoa em sua mente anuviada que começa a clarear.

O que acabo de descrever talvez seja muito do que eu mesma viveria em minhas excursões pela existência, deparando-me também com tantas outras pessoas que, como eu, querem algo com a literatura. Mas não só pelas redes sociais. Por vezes estendo a mão e pego um livro na estante, de casa, da biblioteca, da livraria, de autores conhecidos ou não. Amigos já me recomendaram livros e também eu já os receitei a eles ao confidenciarmos nossos medos, dores, tristezas, mágoas. Alguns autores já são antigos companheiros no divã no qual me imagino ao ler determinados trechos. Alguns destes, inclusive, são pílulas frequentes, lidos repetidas vezes. De meu divã imaginário, ouço a literatura falar,



interpreto o que preciso, sinto o que só se sente, escrevo quando a leitura me impele e não cabe em mim. Escrevo agora para ir ao encontro do outro, pela ponte que a literatura é capaz de estender de uma maneira muito específica, como cada arte tem sua maneira. Escrevo para, quem sabe, tocar como a literatura toca tantos e para somar à discussão já iniciada nesta dissertação.

Este é um trabalho sobre o caráter terapêutico da literatura, mas não podemos partir para isso sem antes falar de direito à literatura, uma vez que nem sempre a literatura é disponibilizada a todos. Algumas obras serão terapêuticas para uns, outras para outros. Assim, se são disponibilizadas apenas certas obras em detrimento de outras, alguns leitores serão contemplados, outros não. Ainda que a literatura não funcione terapêuticamente sempre para todos, é preciso garantir acesso a toda literatura, de todos os tipos, para que esse efeito terapêutico pelo menos não seja prejudicado. Senão o que pode ocorrer são pessoas não acreditando que exista de fato uma função terapêutica da literatura ou que não se interessam por literatura porque só foram apresentadas a uma parte dela. Não quero dizer que seja possível conhecermos e lermos todas as obras que existem. O que defendo é que possamos ter acesso às obras que quisermos e que a escola indique obras que busquem atrair seus estudantes, e esse direito independe de estarmos tratando da função terapêutica, é um direito que toca na discussão sobre direito à literatura. Acredito que, na academia, obras distantes do cânone poderiam ser mais veiculadas, que seus leitores fossem ouvidos e respeitados em vez de julgados pelo que leem e escrevem. O texto “O direito à literatura”, de Antonio Candido, que discutirei aqui, trata mais do direito de *todos* à literatura do que do direito a *toda* literatura. Acho importante pensarmos nesse enfoque que se dá, pois ambas as frentes são significativas para a garantia de direitos e o acesso ao terapêutico.

Outro ponto a ser tratado neste capítulo é a liberdade que devemos ter ao nos relacionarmos com a literatura para que ela possa ser terapêutica. Afinal, muito depende da maneira como lemos um texto. Isso veremos mais à frente ao abordarmos a definição de literatura. Assim, neste capítulo também discutiremos os limites da interpretação e do sentido dado aos textos.

Antes, porém, de nos aprofundarmos no direito à literatura, é preciso perguntar: de que literatura estamos falando? Que noção de literatura nos acompanha quando pensamos em seu potencial terapêutico? Esse será o primeiro tópico de que trataremos.

Os limites para defini-la são instáveis, não há unanimidade, é até difícil dizermos o que não é literatura. Afinal, parece que “a definição de literatura fica dependendo da maneira pela qual alguém resolve *ler*, e não da natureza daquilo que é lido” (EAGLETON, 2019, p. 13, grifo do autor). O que posso oferecer ao meu leitor é uma definição de literatura que se parece mais com uma não definição e que o convida a fazer parte dela. Tentar definir o que é literatura é cair em um terreno escorregadio entre dois extremos: se tento dizer o que é literatura, corro o risco de estar excluindo algo<sup>2</sup>, mas, se não a defino, soa como se pudesse ser tudo e qualquer coisa, e isso é amplo demais, sendo tão perigoso quanto. Penso que “o que importa pode não ser a origem do texto, mas o modo pelo qual as pessoas o consideram” (EAGLETON, 2019, p. 13). “Para aquele que lê, o que ele lê é sempre literatura” (COMPAGNON, 2010, p. 33), sejam os clássicos do cânone, seja a literatura das massas. Dada a complexidade do debate em torno da definição de literatura, escolhi eleger um autor que melhor expressasse o que penso para me centralizar nele. Nesse caso, optei por Eagleton, apesar das citações igualmente importantes de Compagnon que trago aqui.

Um segmento de texto pode começar sua existência como história ou filosofia, e depois passar a ser classificado como literatura; ou pode começar como literatura e passar a ser valorizado por seu significado arqueológico. Alguns textos nascem literários, outros atingem a condição de literários, e a outros tal condição é imposta. [...] O que importa pode não ser a origem do texto, mas o modo pelo qual as pessoas o consideram. Se elas decidirem que se trata de literatura, então, ao que parece, o texto será literatura, a despeito do que o seu autor tenha pensado. (EAGLETON, 2019, p. 13)

Trazer essa citação é importante porque mostra como há um movimento histórico, baseado em uma série de valores, que faz com que certas obras passem a ser ou deixem de ser consideradas literatura ou “boa literatura”. Sobre isso, como recorda Eagleton, “valor é um termo transitivo: significa tudo aquilo que é considerado como valioso por certas pessoas em situações específicas, de acordo com critérios específicos e à luz de determinados objetivos” (EAGLETON, 2019, p. 16). Não há, portanto, unanimidade

---

<sup>2</sup> “Todo julgamento de valor repousa num atestado de exclusão. Dizer que um texto é literário subentende sempre que um outro não é” (COMPAGNON, 2010, p. 33).

quanto ao que é boa literatura e muito menos quanto ao que é literatura, mas, mais importante do que isso nesse trecho, é ver que poucos têm o poder de definir o que é literatura.

Tentar delimitar o que é literatura não envolve apenas categorias como ficcionalidade e linguagem não pragmática; há, também, o impacto das relações de poder. Os juízos de valor que estabelecem o que é literatura (e “Literatura”) não são inquestionáveis; pelo contrário, “são historicamente variáveis” e “têm, eles próprios, uma estreita relação com as ideologias sociais. Eles se referem, em última análise, não apenas ao gosto particular mas aos pressupostos pelos quais certos grupos sociais exercem e mantêm o poder sobre outros” (EAGLETON, 2019, p. 24). “Se há uma valoração sistematicamente positiva de uma forma de expressão, em detrimento de outras, o resultado é fazer da manifestação literária o privilégio de um grupo social” (DALCASTAGNÈ, 2002, p. 37). O que ocorre é a literatura de uns se sobrepondo sobre a literatura de outros, de modo que a desigualdade impera sobre aqueles que possuem menor poder. Em última instância, não é o gosto que decide, mas o quanto de poder está envolvido no julgamento dos juízos de valor.

Não se pode dizer que a literatura seja somente o que é ficcional, pois ela também compreende, por exemplo, as cartas de Clarice Lispector, de Frida Kahlo, de Fernando Sabino, de Pero Vaz de Caminha, autobiografias, os sermões do padre Antônio Vieira, entre outros. “A distinção entre ‘fato’ e ‘ficção’, portanto, não parece nos ser muito útil, e uma das razões para isso é que a própria distinção é muitas vezes questionável” (EAGLETON, 2019, p. 2). Há quem leia a Bíblia como fato e quem a leia como ficção, por exemplo. Há também uma parcela da escrita ficcional que acaba sendo deixada de fora, não sendo considerada literatura, e muito menos Literatura, por muitos, como as histórias em quadrinhos. Além disso, “o fato de a literatura ser a escrita ‘criativa’ ou ‘imaginativa’ implicaria serem a história, a filosofia e as ciências naturais não criativas e destituídas de imaginação?” (EAGLETON, 2019, p. 3).

Conforme Eagleton progride em sua argumentação, ele conclui que “qualquer coisa pode ser literatura, e qualquer coisa que é considerada literatura, inalterável e inquestionavelmente — Shakespeare, por exemplo —, pode deixar de sê-lo” (EAGLETON, 2019, p. 16). Com isso, o autor não quer dizer que tudo é literatura, mas que aquilo que é considerado literatura pode ser movediço. Não existe algo que esteja protegido de deixar de ser considerado literatura. Algo ser literatura é um estado, não uma

verdade definitiva, no entanto isso não significa que para Eagleton qualquer pessoa possa definir o que é literatura. Tudo irá depender de critérios e valores sociais, de relações de poder e da maneira como se lê, abandonando a ideia de que é possível definir literatura e caracterizar obras de modo concreto, objetivo e unânime. Afinal,

Alguns tipos de ficção são literatura, outros não; parte da literatura é ficcional, e parte não é; a literatura pode se preocupar consigo mesma no que tange ao aspecto verbal, mas muita retórica elaborada não é literatura. A literatura, no sentido de uma coleção de obras de valor real e inalterável, distinguida por certas propriedades comuns, não existe. (EAGLETON, 2019, p. 16)

A partir disso, e retomando uma fala de Compagnon, “para aquele que lê, o que ele lê é sempre literatura” (COMPAGNON, 2010, p. 33), o que posso fazer é convidar o leitor a, junto comigo, também uma leitora, tentar tomar consciência de quais critérios e valores<sup>3</sup> norteiam sua própria noção de literatura e de que maneira ele se debruça sobre o texto, além das forças de poder que operam tais dinâmicas. Assim, talvez possamos ir descobrindo juntos o que é a literatura para cada um de nós em cada momento de nossa existência, porque até aquilo que não era literatura para nós em dado momento pode vir a ser em outro e vice-versa.

Por mais autoridade que uma pessoa ou grupo tenha, esse poder não deveria tirar do outro a liberdade de olhar para um texto como literatura. Tento, portanto, dentro de minhas possibilidades, ser inclusiva no que entendo por literatura, e acredito que tudo bem o que é literatura para mim não o ser para o outro e vice-versa. Ciente de minhas limitações, venho tentando ser justa com a alteridade.

Quanto à terapeuticidade literária, não serei eu a chamar de não literatura ou má literatura o texto que, para uma pessoa, lhe for terapêutico. Isso faz parte do seu direito, o que nos faz entrar em um segundo momento do capítulo. A cena com que inicio este capítulo, descrita em um quarto, na verdade não seria possível para muitas pessoas, por falta do quarto, de acesso à internet, de acesso a livros físicos ou não, por falta até de

---

<sup>3</sup> Conforme já citado, “‘valor’ é um termo transitivo: significa tudo aquilo que é considerado como valioso por certas pessoas em situações específicas, de acordo com critérios específicos e à luz de determinados objetivos” (EAGLETON, 2019, p. 17).

saber ler, escrever. Direitos básicos como moradia e educação, o próprio acesso à informação, são negados a muitos. Com eles, são negadas também muitas formas de literatura. Pode parecer que falar em direito à literatura, quando há tantas necessidades mais urgentes em jogo, é um tanto elitista. Porém, o amplamente conhecido texto de Antonio Candido, chamado justamente “O direito à literatura”, mostra outro viés:

Porque pensar em direitos humanos tem um pressuposto: reconhecer que aquilo que consideramos indispensável para nós é também indispensável para o próximo. [...] Na verdade, a tendência mais funda é achar que os nossos direitos são mais urgentes que os do próximo. (CANDIDO, 2011, p. 174)

Quando achamos que precisamos de mais do que o outro, ou com mais urgência, estamos de alguma forma nos colocando em uma posição acima. Em outras palavras, agiríamos como se tivéssemos mais direito do que o outro é fazer imperar a desigualdade. Isso ocorre especialmente entre quem detém o poder em uma sociedade (que possui muito mais recursos e acesso) e quem está em uma posição abaixo nesse sentido. Candido questiona como é que decidimos o que é uma necessidade básica ou não. Ele aponta como é fácil concordarmos que, sim, o outro deve ter direito a comida, casa, escola, hospital. Defendemos vorazmente em nossos discursos como é absurdo que isso seja utópico para a maioria da população mundial, especialmente quando há recursos e tecnologia que poderiam tornar possível uma realidade mais igualitária. Mas o que aconteceria se um pobre quisesse comer camarão? Como em um almoço do Movimento dos Trabalhadores Sem Teto (MTST), em que o ator Wagner Moura foi fotografado comendo uma marmita de acarajé junto com membros do movimento, depois que *Mariguella*, seu filme mais recente, foi exibido em um evento do MTST (13/11/2021). Integrantes da direita brasileira, como o deputado Eduardo Bolsonaro (PSL/SP), criticaram o episódio como sendo uma “contradição”. Mas os mesmos que criticam podem imaginar para si uma qualidade de vida que não envolva ir ao seu restaurante favorito às vezes, ter aulas de pilates ou violão duas vezes na semana? Será que aceitariam de bom grado investir dinheiro público para que o pobre tenha acesso a essas “superficialidades”? Ou, como diria Candido, “mas será que pensam que o seu semelhante pobre teria direito a ler Dostoiévski ou ouvir os quartetos de Beethoven?” (CANDIDO, 2011, p. 174). Lula comentou o episódio do camarão em sua participação no Podcast PodPah, quando lhe foi

perguntado se o pobre pode comer camarão, e a fala viralizou: “[O pobre] deve e pode comer. Até porque é ele quem pega o camarão. É ele quem constrói o carro, é ele quem faz a roupa que você tá vestindo, então ele tem o direito de ter as coisas que ele produz.”<sup>4</sup>

A desigualdade econômica, sabemos, colabora para o estabelecimento de outros tantos abismos. Não estão separados apenas aqueles que podem dos que não podem comprar. Estão também separados aqueles que podem e os que não podem dizer; os que podem e os que não podem gostar; os que podem e os que não podem acreditar. (NAKAGOME, 2015, p. 11)

Cada um de nós tem direitos culturais: o direito ao saber, mas também o direito ao imaginário, o direito de se apropriar dos bens culturais que contribuem, em todas as idades da vida, à construção ou descoberta de si mesmo, à abertura para o outro, ao exercício da fantasia, sem a qual não há pensamento, à elaboração do espírito crítico. (PETIT, 2013, p. 23)

É aí que entra o direito à arte, à literatura. Na desigualdade, não se garante direitos dignamente. O dinheiro em si pode não trazer felicidade, mas ele é o passaporte capitalista para acessarmos muito daquilo que deveria nos ser ofertado por direito, como revelam Nakagome e Petit. Quem tem recursos compra arte, compra literatura. Ter dinheiro abre portas para acessar posições de poder, até sobre o discurso, isto é, sobre quem pode falar e ser ouvido com credibilidade e respeito. Custa para acessar a internet, custa para acessar livrarias, e muitas vezes as bibliotecas públicas não são abastadas, além do custo e do tempo para se transportar até elas. Essa falta de investimento na esfera pública faz com que a maior parte da população seja preterida. Para a antropóloga Michèle Petit, o dinheiro não é o único obstáculo importante. Há barreiras invisíveis — culturais e psicológicas — para quem vive nas periferias ou no campo: lá, “livros são objetos raros, pouco familiares, investidos de poder, que provocam medo” (PETIT, 2013, p. 24).

Diante disso, apesar de nem sempre se ter acesso à internet, talvez as redes sociais se apresentem como um cenário mais democrático para a leitura e a escrita, e é por isso que não deixei de trazer e referenciar, também, trechos literários difundidos no próprio Instagram para esta dissertação. É preciso reconhecer os muitos lugares não tradicionais que a literatura ocupa. Às vezes não veremos as pessoas com livros físicos em mãos ou frequentando bibliotecas e livrarias, mas as veremos baixando e-books no celular e

---

<sup>4</sup> Disponível em <https://www.youtube.com/watch?v=1KIiKX3eGMw>. Acesso em 18/05/2022.

compartilhando posts de poesia, além de poderem exercer seu direito de escrita por meio de redes sociais e outras plataformas, como o Wattpad. Essa “literatura digital” aponta para uma ampliação dos meios em que a literatura se manifesta nos dias de hoje, e é o leitor/escritor que redireciona essas novas compreensões e formatos múltiplos de textos e sua circulação.

Leyla Perrone-Moisés, em “Literatura para todos”, diz que “o livro ainda é o objeto cultural mais barato e acessível” (PERRONE-MOISÉS, 2006, p. 28) quando argumenta que “o ensino de literatura, de qualquer nacionalidade, não é elitista, mas democratizante” (PERRONE-MOISÉS, 2006, p. 28). Muitos não discordam de Perrone-Moisés e afirmam que nem em 2006, data da publicação desse artigo, o livro era tão acessível quanto a internet para acessar literatura, e que a internet teve e tem grande papel na democratização literária, seja na leitura, seja na escrita. Por mais bem intencionado que se esteja, será que, ao argumentar que as pessoas não têm lido ou que são ignorantes<sup>5</sup>, não é por desejar ver a literatura em locais específicos de maior prestígio do que as redes sociais? Querer isso é, conseqüentemente, eleger muito mais a elite para acessar a literatura e ocupar suas posições de poder, descartando outras formas de leitura e seus leitores, como quem lê pelas redes sociais. Não é, portanto, democrático, mas excludente.

Em seu texto “O direito à literatura”, Candido levanta a questão dos ditos bens “compressíveis”, dispensáveis, e os “incompressíveis”, indispensáveis, que remete à polêmica do camarão e que também nos faz refletir sobre que categoria a literatura ocuparia nesse sentido:

Certos bens são obviamente incompressíveis, como o alimento, a casa, a roupa. Outros são compressíveis, como os cosméticos, os enfeites, as roupas supérfluas. Mas a fronteira entre ambos é muitas vezes difícil de fixar, mesmo quando pensamos nos que são considerados indispensáveis. (CANDIDO, 2011, p. 175)

Isto é,

---

<sup>5</sup> “Os alunos nos chegam cada vez mais ignorantes, isso é lamentável, mas não podemos fazer nada a esse respeito — é o que geralmente se ouve dizer” (PERRONE-MOISÉS, 2006, p. 19).

[...] o valor de uma coisa depende em grande parte da necessidade relativa que temos dela. O fato é que cada época e cada cultura fixam os critérios de incompressibilidade, que estão ligados à divisão da sociedade em classes, pois inclusive a educação pode ser instrumento para convencer as pessoas de que o que é indispensável para uma camada social não o é para outra. (CANDIDO, 2011, p. 175)

No episódio do camarão, acredito que os membros do MTST é que deveriam dizer se comer acarajé naquele momento é um bem compressível ou incompressível para eles. Em vez disso, o que se viu foram certas pessoas querendo estabelecer o valor do camarão para uma realidade social da qual sequer pertenciam. No fim das contas, quem mais criticou o fato do pobre comer camarão é quem já come o camarão, e com frequência, por estar em uma camada social de poder mais elevado. Uma dinâmica similar acontece com a literatura quando é cultivada essa narrativa desigual de que a literatura deve pertencer apenas a quem possui recursos. Como apontado por Petit anteriormente, esse discurso cria barreiras invisíveis, não menos potentes por serem invisíveis. Essa discussão do camarão é importante para o caráter terapêutico da literatura porque, se não há acesso à literatura para todos, e, mais especificamente, a qualquer literatura, as pessoas terão dificuldades em encontrar a literatura que será terapêutica para elas.

Precisamos lembrar, ainda, que o que está em jogo não é garantir apenas uma sobrevivência física, como se fôssemos máquinas e não corpos com pensamentos, emoções, sentimentos. Não. É necessária melhor qualidade de vida, lutar por um verdadeiro bem-estar que una físico e psicológico, que jamais deveriam ser separados. Candido argumenta que, para isso, é fundamental termos “direito à crença, à opinião, ao lazer e, por que não, à arte e à literatura” (CANDIDO, 2011, p. 176). De fato, por que não? Porque é preciso saber em que medida a literatura é um bem incompressível. Este é definido por Candido como “necessidades profundas do ser humano”, “necessidades que não podem deixar de ser satisfeitas sob pena de desorganização pessoal, ou pelo menos de frustração mutiladora” (CANDIDO, 2011, p. 176).

Diante disso, viver sem literatura seria para mim um martírio, considerando minha história, minha personalidade, minha realidade, meu contexto pessoal e social. E não só sem literatura, sem as demais artes. Não basta a esfera individual, no entanto. Depois de refletirmos sobre como viver sem literatura impactaria a nós mesmos, é preciso pensarmos nos outros, na alteridade, em como a realidade de cada ser humano influenciaria essa resposta. Afinal, não é porque a literatura tem forte presença em minha



vida que terá na do outro. Posso ter a melhor das intenções ao desejar ao outro a literatura, algo que tanto me deslumbra, ajuda e conscientiza, mas não posso passar por cima do direito do outro, supor que ele deva desejar o mesmo que eu e precise do mesmo que eu. A literatura faria mesmo falta para esse alguém? Talvez essa pessoa tenha tido acesso a ela, já a experienciou e simplesmente não a quer, nem precisa dela. Por que qualquer um de nós deveria se revoltar diante do direito do outro de não querer o mesmo que queremos?

Outra questão é: como avaliar uma escala de prioridade, de necessidade? Quando penso no que é universal para o ser humano, penso em beber água. Não que se tenha que beber só água sempre, já vimos como é importante ter direito a variações, alternativas, por exemplo suco, chá, refrigerante, mas isso me faz refletir em que medida a literatura seria uma necessidade universal para ser considerada um dos direitos humanos.

No texto de Candido, a literatura é definida

[...] da maneira mais ampla possível, [como] todas as criações de toque poético, ficcional ou dramático em todos os níveis de uma sociedade, em todos os tipos de cultura, desde o que chamamos folclore, lenda, chiste, até as formas mais complexas e difíceis da produção escrita das grandes civilizações. (CANDIDO, 2011, p. 176)

Ele prossegue dizendo que, nesse sentido, a literatura “aparece claramente como manifestação universal de todos os homens em todos os tempos. Não há povo e não há homem que possa viver sem ela, isto é, sem a possibilidade de entrar em contato com alguma espécie de fabulação” (CANDIDO, 2011, p. 176). Da maneira como Candido coloca, fica difícil delinear o que *não* seria literatura, o que, como dito antes, também é problemático. Afinal, não é tudo que é literatura. Outra questão é: se a literatura é de fato universal, por que é que seria preciso lutar por algo que já é inerente a todos nós em todos os tempos? Por que lutar por algo que já temos? É um ponto que, a meu ver, não parece se sustentar. Afinal, se estamos precisando lutar por um direito à literatura, é porque esta não necessariamente pertence a nós, não é universal.

Por tudo isso, responder se a literatura é ou não um bem incompressível sempre dependerá do que se considera literatura e se ela é universal ou não. Há obras e autores

que se afastam dos referenciais canônicos que sequer são tidos como literatura, o que também exclui seus leitores e escritores. Ademais, se manifestações dramáticas como o cinema, por exemplo, não forem consideradas literatura, e literatura for excepcionalmente algo escrito, poético, ficcional (como o é para alguns, excluindo diversas outras modalidades literárias), então já não poderemos dizer que não se pode viver sem literatura. Na verdade, muitas pessoas não se interessam por esse tipo de literatura, só pegam em livros técnicos, pelos estudos e/ou pelo trabalho, e preferem chegar em casa e assistir à televisão, jogar videogame, que contêm um outro formato de fabulação. Assim, saciariam sua necessidade desta.

Aqui acredito haver um impasse, pois entendo que o que Candido chama de fabulação pode se estender a outros campos que não necessariamente são literatura para certos grupos, épocas, contextos. No meu modo de ver, a fabulação abrangeria a literatura, como abrangeria os filmes, os seriados, o ato de sonhar e o próprio ato de fofocar, de contar histórias, como fazemos no nosso dia a dia em nossos bate-papos com outras pessoas. Segundo aponta Nathalie Letouzé, acerca do livro *Sapiens - Uma breve história da humanidade* (2018), do doutor em história pela universidade de Oxford, especialista em história mundial, Yuval Noah Harari:

Aparentemente, a capacidade de narrar histórias é o que nos torna tão humanos. [...] O que desenvolveu a nossa linguagem de modo tão único não é a capacidade de informar onde há alimento ou água, ou se há algum perigo iminente, isso várias espécies são capazes de fazer, e sim a capacidade de, nas palavras de Harari (2018), fofocar. Informar quem é confiável e quem não é, quem está transando com quem em um grupo social etc. [...] No meu entender a fofoca, nada mais é do que a narrativa a respeito da vida do outro, de modo que, somos quem somos, porque somos capazes de narrar. (LETOUZÉ, 2019, p. 88-89)

Assim, “a manifestação universal de todos os seres humanos em todos os tempos” não me parece ser inquestionavelmente a literatura, mas a fabulação.

Em seguida, Candido afirma que a literatura “é fator indispensável de humanização e, sendo assim, confirma o homem na sua humanidade” (CANDIDO, 2011, p. 177). “Humanização” é um termo bastante comum, empregado por várias pessoas na melhor das intenções, basta digitar no Google as palavras-chave “literatura humanizadora” que aparecerá uma série de artigos, ensaios e outros trabalhos acadêmicos

da área de literatura fazendo essa constatação. Eu me pergunto, no entanto, se essa seria a melhor palavra para o sentido que se quer dar. Nos dicionários, humanizar significa tornar-se humano ou alguém melhor. A partir dessa definição, parece-me que esse termo poderia levar a concluir que uma pessoa que não vive a literatura é menos humanizada ou até menos humana do que quem a acessa. Esse, porém, não é um pensamento que se alinhe com o que Candido e sua obra diziam, o que me faz acreditar que o termo foi mal empregado. De todo modo, não precisamos da literatura para nos humanizarmos, no sentido de nos tornarmos humanos ou pessoas melhores. Seria absurdo dizer que alguém que não faz uso da literatura é menos humano do que alguém que faz. A literatura pode nos tornar melhores, mas ela não é o único meio. Há pessoas que não se interessam por literatura, mas têm outros interesses e ocupações. Seriam essas pessoas inferiores? Discordo. Nesse caso, não é que não tenham acesso à literatura, simplesmente preferem outras coisas, pois, da mesma forma que o direito à literatura deva ser assegurado a todos, estes também devem ter o direito de recusá-la. Quanto a isso, incluo um poema de Wislawa Szymborska para nos fazer pensar e sentir:

Alguns gostam de poesia

Alguns -

ou seja nem todos.

Nem mesmo a maioria de todos, mas a minoria.

Sem contar a escola onde é obrigatório

e os próprios poetas

seriam talvez uns dois em mil.

Gostam -

mas também se gosta de canja de galinha,

gosta-se de galanteios e da cor azul,

gosta-se de um xale velho,

gosta-se de fazer o que se tem vontade

gosta-se de afagar um cão.

De poesia -

mas o que é isso, poesia.

Muita resposta vaga

já foi dada a essa pergunta.

Pois eu não sei e não sei e me agarro a isso

como a uma tábua de salvação. (SZYMBORSKA, 2011, p. 91)

Sim, nem todos gostam de poesia, nem todos gostam de literatura. Eu só não saberia afirmar se é a maioria ou a minoria, como faz Szymborska. Por vezes, o que gostamos sequer é considerado literatura. A autora toca num ponto importante, a obrigatoriedade na escola, que impõe o que deve ser lido, muitas vezes oferecendo como literatura e “boa literatura” algo que não condiz com o gosto de todos nem representa a todos. Assim, na escola, tantos são levados a achar que não gostam de literatura, por só conhecerem uma parte dela. Por qual literatura estamos lutando? O direito à literatura deveria englobar toda e qualquer literatura. Todos deveriam ter o direito de ler e escrever e falar do que leram e escreveram com respeito, sem serem inferiorizados por isso ou até mesmo impedidos. Não é que só se deva ler o que se gosta, podemos tirar proveito até daquilo de que não gostamos. Contudo, o que parece é que há muito mais alunos desinteressados nas obras literárias que a escola disponibiliza do que interessados.

Vejamos este excerto de Mario Quintana:

Agora, que poetas deves ler? Simplesmente os poetas de que gostares e eles assim te ajudarão a compreender-te, em vez de tu a eles. São os únicos que te convêm, pois cada um só gosta de quem se parece consigo. Já escrevi, e repito: o que chamam de influência poética é apenas confluência. Já li poetas de renome universal e, mais grave ainda, de renome nacional, e que no entanto me deixaram indiferente. De quem a culpa? De ninguém. É que não eram da minha família. (QUINTANA, 1987, p. 112)

Com essa fala, Quintana desmonta a ideia de que certas obras seriam universais; afinal, algo universal se trata daquilo que concerne a todos. Se um único indivíduo se sente indiferente a determinada obra, não faz sentido tal obra ser chamada universal. A culpa não é do leitor, que muitas vezes acaba sendo chamado de mal leitor, tampouco a culpa é do autor por ter escrito mal, a culpa é de ninguém, simplesmente. Não há sentido em culpar. Não há sentido em supor que uma obra será, por excelência, significativa para todo e qualquer ser humano.

Além disso, há uma obrigatoriedade em ler que rouba a liberdade, a vontade. Petit questiona se não deveríamos suspeitar da maneira como tem sido feito o elogio à leitura:

Por [esses discursos] virem dos poderes públicos, dos professores, dos pais ou dos editores, podem ser percebidos como outras tantas ordens, como testemunhos de impaciência, de uma vontade de controle, de domínio. “Você deve gostar de ler”, ou, em outras palavras, “deve desejar o que é obrigatório”. (PETIT, 2013, p. 22)

A partir disso, a autora reflete que lugar resta para o desejo, diante de jovens cheios de culpa que suspiram dizendo “Sei que eu deveria ler”, “sei que não leio muito” (PETIT, 2013, p. 22). Isso pode ser pensado à luz do poema de Szymborska, em que se fala do que se gosta, e há tanto para se gostar. Estou aqui pregando a palavra da literatura enquanto outros defendem outras coisas e lutam por mais visibilidade e acesso para elas. Estamos cada um com nossas pautas lutando pelo que acreditamos. Por isso, não posso defender o direito ao acesso sem defender o direito à recusa.

E a poesia? E a literatura? Sim, Szymborska, estamos cheios de respostas vagas, mas às vezes fazer perguntas talvez já baste. Creio mesmo que tudo bem não saber, há tanto que jamais saberemos. Como você, sigo agarrada à tábua de salvação da literatura sem tampouco acreditar que ela salvará a tudo, a todos, inclusive a mim sempre. E, novamente, tudo bem não saber. Há um trecho de Clarice Lispector em “O ovo e a galinha” que citarei a seguir e que fala por si mesmo: “Olho o ovo na cozinha com atenção superficial para não quebrá-lo. Tomo o maior cuidado de não entendê-lo. Sendo impossível entendê-lo, sei que se eu o entender é porque estou errando. Entender é a prova do erro. Entendê-lo não é o modo de vê-lo” (LISPECTOR, 2016, p. 304). Outro excerto diz: “Outro sinal de se estar em caminho certo é o de não ficar aflita por não entender; a atitude deve ser: não se perde por esperar, não se perde por não entender” (LISPECTOR, 2020, p. 23). É impossível determos todo o conhecimento do mundo ou termos garantia de que esse conhecimento é verdadeiro. Assim, Clarice expressa o entender como uma espécie de cilada em que caímos em nossa aflição de querermos saber tudo, nosso desejo de controle. Se ninguém sabe tudo, a postura mais indicada parece ser nos despreocuparmos um pouco com essa ambição.

Retomando a questão da escola iniciada por Szymborska, cito um trecho de um texto chamado “A educação do ser poético”, em que Carlos Drummond de Andrade

investiga como é que a escola vai roubando das crianças sua capacidade poética. Ele, então, faz um apelo:

O que eu pediria à escola, se não me faltassem luzes pedagógicas, era considerar a poesia como primeira visão direta das coisas e, depois, como veículo de informação prática e teórica, preservando em cada aluno o fundo mágico, lúdico, intuitivo e criativo, que se identifica basicamente com a sensibilidade poética.<sup>6</sup>

Ou seja, na escola, muitas vezes mergulhamos em um texto para analisá-lo apenas, em vez de experienciá-lo livremente primeiro. “Na escola, não aprendemos acerca do que falam as obras, mas sim do que falam os críticos” (TODOROV, 2009, p. 27). Acredito que isso rouba do indivíduo sua liberdade poética e vai transformando a literatura em algo técnico, um corpo a ser dissecado em laboratório. Eu pensava nisso quando escrevi o seguinte poema:

esmiuçar uma rosa  
entender a pétala  
construir análises  
a partir do caule  
tecer considerações  
escrever um tratado  
sobre os espinhos  
anotar a química  
do aroma, do rubro  
racionalizar a rosa  
até não haver  
rosa alguma

---

<sup>6</sup> Disponível em <http://www.jornalescolar.org.br/wp-content/uploads/2019/04/texto-poesia-a-educacao-do-ser-poetico-13062012.pdf>. Acesso em 09/05/2022.

Isso me faz lembrar de quando o filósofo André Gorz relata o quanto ele próprio precisava da teoria para estruturar seu pensamento, enquanto sua esposa, Dorine, respondia a ele que “a teoria sempre ameaça se tornar um constrangimento que nos impede de perceber a complexidade movediça da realidade” (GORZ, 2018, p. 60). Há um poema de Michaela Schmaedel, no livro *Quênia: poemas de viagem*, que creio complementar esse raciocínio:

Interpretar  
tanto  
a verdade  
até que ela  
desapareça. (SCHMAEDEL, 2021, p. 57)

A intenção aqui não é desmerecer a teoria, o racional, a análise, mas propor equilibrar esses processos com outros igualmente válidos, o subjetivo, o sensorial, o sensível, que percebo serem preteridos em muitos espaços de nossa sociedade. Também eles realizam coisas importantes, também eles são formas de conhecimento. Estes e aqueles são processos complementares entre si, não deveríamos desvinculá-los e fazê-los competir.

Em *Contra a interpretação*, Susan Sontag defende que interagimos com a literatura mais pelo intelecto do que pelos sentidos, e propõe uma abordagem mais sensorial. De fato, a sociedade ocidental está assentada em uma intensa valorização do intelecto em detrimento dos demais modos de se assimilar algo. No entanto, acredito que leitores e escritores não deveriam ser desqualificados em suas diferentes maneiras de interagir com a literatura, e que nosso sistema de ensino poderia valorar e explorar melhor as outras maneiras, como no apelo feito por Drummond.

Vejamos o poema a seguir, de Raquel Serejo Martins:

E se um poema fosse apenas isto,  
quero dizer: silêncio,  
tu e o teu silêncio,  
tu e o teu corpo e os teus sentimentos,

E se nos permitíssemos, por alguns momentos apenas, ficarmos em silêncio com a literatura?

Não há uma única maneira de ler literatura, muitas vezes acabamos condicionados a uma ou outra maneira sem nem mesmo nos darmos conta. Mesmo quando temos consciência disso, há contextos que só admitem certas leituras, como para nós de Letras, que somos treinados a “dissecar” e “traduzir” textos. Um exemplo é o relato de Júlia Hansen a seguir:

Enquanto escrevia este texto eu me sentia novamente aluna da Universidade. Lembrei da confusão teórica que eu sentia nos primeiros anos da faculdade de Letras, pela urgência de explicar o invisível dos textos. Era preciso conquistar as sequências de palavras, decalcar interpretações possíveis, cobrir-me com todo um aparato de conhecimento dos que vieram antes para legitimar as minhas sensações, dinamizando sentidos, transportando o invisível para um suporte coerente, em que ele pudesse ser mostrado. Quando trabalhamos com literatura, estamos interessados em decifrar, interpretar, coincidir e discutir com alguma leitura. Cada vez mais, a maior parte das leituras que faço saíram de um suporte em papel e tomaram conta do ar, da carne, dos olhos, da respiração. Neste ensaio tento tecer algumas considerações, alguns pontos de partida marcados por experiências sensíveis que tenho através da poesia [...] (HANSEN, 2017, p. 2)

É importante trazer essa citação porque ela dialoga com a ideia de liberdade, na medida em que esse ensaio de Hansen é escrito de um modo que vai além dos padrões acadêmicos na forma e no conteúdo, e ter liberdade na maneira como nos relacionamos com a literatura é relevante até para o fator terapêutico fluir.

Geralmente, nosso modo de ler literatura, não só em Letras, é sinônimo de interpretá-la, segundo a ideia de que “uma obra de arte, por definição, *diz* alguma coisa.

---

<sup>7</sup> Poema de Raquel Serejo Martins, disponível em <https://www.instagram.com/p/Ca9teAgMY4o/>. Acesso em 09/05/2022.



(‘O que X está dizendo é...’; ‘O que X está tentando dizer é...’; ‘O que X disse é...’ etc.)” (SONTAG, 1987, p. 12). Como afirma Sontag em *Contra a interpretação*,

A tarefa da interpretação é praticamente uma tarefa de tradução. O intérprete diz: “Olhe, você não percebe que X em realidade é — ou significa em realidade — A? Que Y é em realidade B? Que Z é de fato C?”. (SONTAG, 1987, p. 14)

Nesta dissertação, não vejo a interpretação como uma maneira necessariamente ruim ou indevida de ler, mas como uma diversificação do texto literário que cada leitor realiza em sua liberdade e visão particular da realidade. Como diria Ricardo Piglia, “A crítica é a forma moderna da autobiografia. A pessoa escreve sua vida quando crê escrever suas leituras” (PIGLIA, 2004, p. 117). Além disso, o leitor não é passivo, ele participa da obra e possui esse direito, pois a literatura não pertence somente ao seu autor. Não há como o autor controlar de que forma sua obra será lida — em tantos casos, tampouco ele deseja isso. A própria ambiguidade é um recurso bastante utilizado na literatura, possibilitando essa variedade de sentidos que, por vezes, é até intencional. “A leitura é um encontro entre duas subjetividades, a do leitor e a do autor, que se enriquecem mutuamente” (OUAKNIN, 1996, p. 199). Portanto, vejo a interpretação apenas como uma dentre as várias maneiras de se experienciar a literatura. Interpretar é, de acordo com o filósofo Marc-Alain Ouaknin, inerente ao ser humano, pois “o homem não tem sentido, ele se dá um. O mundo tampouco tem sentido, o homem vai dar-lhe um” (OUAKNIN, 1996, p. 25). Com isso,

A interpretação implica a própria possibilidade da existência, transcendência e liberdade. [...] O papel da interpretação e, mais precisamente, do processo de interpretação é a produção de um conjunto de palavras e de significações irreduzíveis ao existente dado anteriormente, de novas significações que não se deixam absorver como uma coisa tomada do mundo, mas que pretendem elas mesmas oferecer novas perspectivas sobre este mundo. (OUAKNIN, 1996, p. 25)

Assim, acredito que a interpretação se torna problemática somente quando pretende ditar a “verdade” sobre o texto literário, como se houvesse uma única maneira de ler ou um único sentido interpretativo.

Pensemos agora na literatura oral. Não é necessário saber ler e escrever para experienciá-la, e por isso ela está muito mais à disposição das pessoas do que a literatura escrita. A menos que algo ou alguém intermedeie pelo outro, saber ler e escrever é indispensável para acessar a literatura escrita. É uma questão de autonomia também. Isso assinala um outro déficit na sociedade, as altas taxas de analfabetismo. E acredito que não deva se tratar apenas do direito de consumir literatura, mas de produzi-la, pois ter acesso a falar e escrever — e não apenas falar e escrever, mas ser ouvido e lido com reconhecimento — diz respeito às forças de poder vigentes na sociedade, que controlam essa dinâmica. Grupos oprimidos são sempre excluídos das posições valoradas para que acabem destituídos de poder. Sobre isso,

O fundamental é perceber que não se trata apenas da possibilidade de falar — que é contemplada pelo preceito da liberdade de expressão, incorporado no ordenamento legal de todos os países ocidentais — mas da possibilidade de “falar com autoridade”, isto é, o reconhecimento social de que o discurso tem valor e, portanto, merece ser ouvido. (DALCASTAGNÈ, 2002, p. 36)

Ajudar o ser humano em sua busca pela libertação da opressão é um dos vários papéis que a literatura pode ter. Porém, isso não quer dizer que a mudança dependa somente da educação e da literatura. A libertação depende não só do sujeito, mas dos recursos que ele possui e de suas reais possibilidades de ação diante daqueles que o oprimem. Cabe lembrar que a educação e a literatura podem ser usadas, inclusive, com propósitos dominadores. A literatura é uma linguagem, um veículo de informação e de difusão de ideologias, valores, juízos. Ela não é neutra, tampouco a educação. Por isso, vemos literatura racista, misógina, homofóbica em circulação e sendo consumida. Por violar os direitos humanos, ocorre de ser barrada em alguns contextos, mas temos o registro de literaturas preconceituosas de gerações anteriores, refletindo que esses ideais eram ainda mais aceitos antigamente. Não é que se deva ocultar a história, mas adotar um viés crítico ao abordá-la com as próximas gerações.

Chego ao fim deste capítulo retomando por que entramos nele, por que é primordial falar sobre direito à literatura, definição de literatura, liberdade, interpretação e sentido antes de seguirmos pelas propriedades terapêuticas da literatura. A própria discussão sobre o caráter terapêutico da literatura fica invalidada se as pessoas não puderem ter direito a uma literatura com que se identifiquem, que as represente. Se lhes

for dado acesso apenas a literaturas que não tiverem esse efeito, como poderão experienciar a terapeutividade literária? Além disso, a terapeutividade não poderá fluir se não houver liberdade na maneira como se lê e se escreve. Outro ponto é a própria definição de literatura, que muitas vezes exclui diversas obras e seus leitores. Isso não deveria acontecer, pois também impede a liberdade de se ler e escrever o que se queira. E há a liberdade que deve ser possibilitada quando interpretamos e vemos sentido nas obras, pois, como visto, não há uma única maneira de lidar com a literatura. Assim, depois de vermos, neste capítulo, como discutir esses pontos é imprescindível, posso partir para o cerne desta dissertação de modo mais enfático: o lado terapêutico da literatura.

Mostrarei os benefícios terapêuticos dos quais as pessoas podem se beneficiar ao experienciar a literatura. Contudo, ter direito não é o mesmo que impor. Por isso, não acredito que a literatura deva ser imposta a ninguém. Preocupo-me com o bem-estar individual e social, é o que me motiva a produzir e divulgar esta dissertação, mas há uma série de outras maneiras de se alcançar a terapeutividade, sendo a literatura apenas uma delas. Assim, não tenho a pretensão de passar a literatura à frente das demais, mas somá-la à busca por um maior bem-estar geral. Esse não é um apelo para que, a uma pessoa com fome e uma perna quebrada, seja dado um livro em vez de um prato de comida e um leito no hospital. Digo isso para não cairmos em uma romantização muito bonita, mas ingênua, de que a literatura salva sempre. Podemos dizer que ela salva sim, às vezes. Talvez, então, pudessem ser dados comida, um leito e um livro.

## 2. Quando a literatura é terapêutica

Um sujeito ganha um livro de um amigo para quem havia desabafado algumas angústias um dia desses. O amigo garante: “Depois que você ler esse livro, seus problemas vão acabar!”. É um livro que o amigo já leu e adora. Animado, o sujeito vai para casa e se senta com o livro no colo. Ele começa a leitura. A princípio, nada lhe chama a atenção. “Deve ser o início que é chato, vou seguir adiante”, o sujeito pensa. Mais adiante, porém, o livro vai se tornando mais maçante e desinteressante, não lhe comunicando nada que sirva. Mesmo assim, o sujeito insiste em seguir, de modo que chega ao final do livro. O que sente, no entanto, não é nada que seu amigo lhe prometeu, mas grande frustração...

Bom, o leitor que aqui chegar algo quer com a literatura. Imagino que o título desta dissertação seja uma pista para aqueles que acreditam, duvidam ou querem acreditar que a literatura cura. Infelizmente não há um resultado unânime, como nosso sujeito percebeu. Seria muito bom ter a garantia de um antídoto, mas essa garantia não vem. Ser terapêutico não é assegurar uma cura, apesar desta ser possível. Ser terapêutico é diminuir o sofrimento, trazer bem-estar em alguma medida.

¿Los poemas?  
Algunos funcionan,  
otros no.  
Si lo que quieres  
es una garantía,  
comprate un televisor. (WOLFE, 2008, p. 269)

A garantia à qual o poema se refere parece ser a garantia que certas empresas dão ao consumidor de que aquele produto deverá funcionar por pelo menos determinado tempo. Se ele estragar dentro desse tempo, o consumidor geralmente tem o direito de receber um exemplar que funcione em troca do que estragou. Isso é comum quando se lida com televisores, mas não se vê isso acontecer com a literatura. O que seria esperar que a literatura funcionasse? A palavra “funcionar” vem de função. Portanto, que funções são essas que esperamos que a literatura tenha? Talvez algumas delas sejam a cognitiva,

lúdica, estética, político-social, catártica. A existência dessas, no entanto, não é certeza de que toda obra literária realizará todas elas ou mesmo alguma.

Desconheço livros com bula e seus efeitos colaterais. Como uma substância que reage de modo diferente a cada organismo, assim eu poderia dizer ser a literatura e cada obra. Ela não gerará o mesmo efeito porque cada pessoa carrega em si a marca de ser única no mundo, e o que sei é que “cada um lê no poema o poema que traz em si”<sup>8</sup>. Veja bem, é tão particular ser tocado ou não por um texto e a partir disso ser mobilizado por ele de maneira terapêutica. Certas vezes a literatura será terapêutica, outras não. Como, então, categorizar obras em terapêuticas ou não, se cada indivíduo é um ser tão particular? Parece-me impossível bater o martelo. O que se pode é arriscar, como arriscamos ao recomendar um livro e dizer “Esse tem tudo a ver com o que você está sentindo, você precisa lê-lo!”.

Um ponto, no entanto, é que, para experienciarmos as propriedades terapêuticas da literatura, não é preciso irmos ao texto com essa finalidade. Quantas vezes não somos surpreendidos? De repente, nos deparamos com algum trecho que descreve exatamente nossos sentimentos, pondo em palavras o que antes não conseguíamos elaborar. Assim, também nos sentimos compreendidos e menos solitários ao ver que outros passam pelo mesmo que nós, uma vez que “a leitura reflete as experiências humanas de todas as épocas e lugares”, “dá acesso aos registros de vidas, atitudes e sentimentos”, ou seja, “ao ler e aprender que um problema não é único, o problema parece menos amedrontador”, um livro “pode oferecer muito no sentido de comunicar situações humanas e permitir ao leitor aplicá-las à sua própria realidade” (PEREIRA, 1996, p. 64, 65). Como Todorov nos lembra,

A literatura amplia o nosso universo, incita-nos a imaginar outras maneiras de concebê-lo e organizá-lo. Somos todos feitos do que os outros seres humanos nos dão: primeiro nossos pais, depois aqueles que nos cercam; a literatura abre ao infinito essa possibilidade de interação com os outros e, por isso, nos enriquece infinitamente. Ela nos proporciona sensações insubstituíveis que fazem o mundo real se tornar mais pleno de sentido e mais belo. (TODOROV, 2009, p. 23-24)

---

<sup>8</sup> TECEDIRO, André. *A axila de Egon Schiele*. Porto Editora. Disponível em <https://www.instagram.com/p/CGmQIcnIOXE/>. Acesso em 19/05/2022.

Há vezes em que nos identificamos tanto com um personagem que nos projetamos nele e acabamos descobrindo mais sobre nós mesmos — o autoconhecimento facilita o controle das emoções, a definição dos nossos objetivos, o discernimento quanto ao que nos é mais benéfico. Em *Leitura subjetiva e ensino de literatura*, Vincent Jouve diz:

Com efeito, cada um projeta um pouco de si na sua leitura, por isso a relação com a obra não significa somente sair de si, mas também retornar a si.<sup>1</sup> A leitura de um texto também é sempre leitura do sujeito por ele mesmo, constatação que, longe de problematizar o interesse do ensino literário, ressalta-o. De fato, não se trata, para os pedagogos, de uma oportunidade extraordinária que a leitura seja não somente abertura para a alteridade mas, também, exploração, quase construção de sua própria identidade? (JOUVE, 2012, p. 53)

Na leitura, saímos de nós quando nos vemos diante da alteridade, mas retornamos ao nosso interior porque aquilo com que nos identificamos na obra é sempre aquilo que, de alguma forma, já possuíamos em nós mesmos. O leitor não lê só a obra, mas a si mesmo. Sobre isso, Jouve conclui sua fala afirmando que “a finalidade dos cursos de Letras não é apenas enriquecer nossa cultura, mas também — e, talvez, sobretudo — saber melhor quem nós somos” (JOUVE, 2012, p. 65). Acredito que isso mostre a potencialidade dos aspectos terapêuticos que também podem ser evidentes nos cursos de Letras.

Também sobre a identificação, diz Ouaknin:

Além do “prazer do texto”, a leitura oferece ao leitor, por identificação e “cooperação textual”, por apropriação e projeção, a possibilidade de descobrir uma segurança material e econômica, uma segurança emocional, uma alternativa à realidade, uma catarse dos conflitos e da agressividade, uma segurança espiritual, um sentimento de pertencimento, a abertura a outras culturas, sentimentos de amor, o engajamento na ação, valores individuais e pessoais, a superação das dificuldades etc. (OUAKNIN, 1996, p. 18)

A fala de Ouaknin acaba exemplificando muito do que pode ser buscado na literatura e o que ela pode proporcionar em diferentes formas, a depender da necessidade de cada indivíduo.

Há questões que antes nos angustiavam e que vemos elucidadas numa narrativa, ou mesmo quando aquilo que está escrito nos inspira a mudar de pensamento, de conduta, de vida, transformando-nos positivamente:

A literatura pode muito. Ela pode nos estender a mão quando estamos profundamente deprimidos, nos tornar ainda mais próximos dos outros seres humanos que nos cercam, nos fazer compreender melhor o mundo e nos ajudar a viver. Não que ela seja, antes de tudo, uma técnica de cuidados para com a alma; porém, revelação do mundo, ela pode também, em seu percurso, nos transformar a cada um de nós a partir de dentro. (TODOROV, 2009, p. 76)

Essa transformação ser a partir de dentro pode explicar por que o caráter terapêutico é específico a cada um, pois o que “está dentro” é o que pensamos e sentimos. O que pensamos e sentimos é justamente aquilo do que a literatura trata. O que pensamos e sentimos pode ser transformado pela literatura de acordo com nossas próprias necessidades. Apesar de sermos semelhantes, também somos únicos, assim como as necessidades que temos.

Um personagem também pode tomar caminhos e decisões que nos ajudam a visualizar o que aconteceria conosco, influenciando nossas próprias escolhas. Quando entramos em contato com diferentes realidades e perspectivas apresentadas pela literatura, podemos ser levados a uma melhor compreensão do ser humano. Mas não é só a identificação com os personagens ou com o texto que nos acrescenta algo, o contrário também pode ser muito fértil, a literatura pode influenciar a maneira como nos relacionamos com a alteridade:

Conhecer novas personagens é como encontrar novas pessoas, com a diferença de que podemos descobri-las interiormente de imediato, pois cada ação tem o ponto de vista do seu autor. Quanto menos essas personagens se parecem conosco, mais elas ampliam nosso horizonte, enriquecendo assim nosso universo. Essa amplitude interior [...] representa, antes, a inclusão na nossa consciência de novas maneiras de ser, ao lado daquelas que já possuímos. [...] O que o romance nos dá não é um novo saber, mas uma nova capacidade de comunicação com seres diferentes de nós. (TODOROV, 2009, p. 80-81)

Além disso tudo, há o fator lúdico; o prazer que temos ao ler relaxa, diverte, distrai, de modo que as tensões são aliviadas. É comum encontrarmos até uma válvula de escape na leitura, já que focamos nela e esquecemos, pelo menos por um momento, obrigações e problemas, descansando a mente e o corpo. Esse repouso é por si só terapêutico. Muitos de nós já pegaram um livro no fim do expediente para se sentar em sua poltrona e ler um pouco, contando com essa atividade para desanuviar a mente.

Mas não é só a leitura que pode ser terapêutica. Recorrer à escrita é terapêutico na medida em que damos vazão ao que estava preso. Isso pode ser comparado a quando ingerimos algo estragado e nosso organismo precisa expeli-lo para não adoecermos. Com a escrita, tiramos de nós e colocamos no papel. Mas não só com a escrita, extravasar pela fala também é catártico.

Escrever é uma liberdade: pode-se escrever qualquer coisa e de todas as formas (ao menos quando o escrito é mantido em nossa intimidade). Isso cria uma vastidão de alternativas para a criatividade, de modo que quem escreve pode “vivenciar” o que quiser. Por exemplo, pode-se criar um personagem que viva como o seu autor gostaria de viver. O escritor pode realizar uma infinidade de coisas que, por alguma razão, não seriam possíveis na vida real.

Ninguém precisa ler o que escrevemos se não quisermos, ainda que venhamos a mudar de ideia depois, e pensar assim ajuda muitas pessoas a se sentirem mais à vontade para escreverem sem filtros, sem julgamentos e até sem a obrigação de “fazer sentido”. “Vocês veem como estou escrevendo à vontade? Sem muito sentido, mas à vontade. Que importa o sentido? O sentido sou eu” (LISPECTOR, 2020, p. 249). Essa reflexão de Clarice aponta para uma maneira de escrita que se afasta do controle do intelecto. Sim, é possível afrouxar a racionalidade e deixar que as palavras fluam inadvertidamente. A escritora toca nisso no trecho a seguir:

Assim, tantas vezes tomo um ar involuntariamente hermético, o que acho bem chato nos outros. Depois da coisa escrita, eu poderia friamente torná-la mais clara? Mas é que sou obstinada. E por outro lado, respeito uma certa clareza peculiar ao mistério natural, não substituível por clareza outra nenhuma. E também porque acredito que a coisa se esclarece sozinha com o tempo: assim como num copo d'água, uma vez depositado no fundo o que quer que seja, a água fica clara. Se jamais a água ficar limpa, pior para mim. Aceito o risco. Aceitei risco bem maior, como todo o mundo que vive. E se aceito o risco não é por liberdade arbitrária ou inconsciência ou arrogância: a



cada dia que acordo, por hábito até, aceito o risco. Sempre tive um profundo senso de aventura, e a palavra profundo está aí querendo dizer inerente. Este senso de aventura é o que me dá o que tenho de aproximação mais isenta e real em relação a viver e, de cambulhada, a escrever. (LISPECTOR, 2020, p. 304)

Em outro momento, ela afirma: “Mas se não compreendo o que escrevo a culpa não é minha. Tenho que falar pois falar salva” (LISPECTOR, 2020, p. 315). E não é a primeira vez que escutamos sobre essa tal “salvação” mediada pela palavra. Muitas pessoas podem experimentar esse sentimento de que “foram salvas”, é um sentimento válido. Contudo, é importante lembrar, como já discutido, que a literatura não oferece garantia de salvação ou de cura.

Um ponto digno de atenção é também a ideia que algumas pessoas têm de que precisamos compreender tudo que escrevemos (e lemos). Porém, de um viés terapêutico, pode ser até interessante nos vermos diante de algo que foi escrito por nós, mas que mesmo assim não entendemos. O que nosso subconsciente tem a dizer? O que nosso corpo projetou no papel? Será um texto passível de ser interpretado tal como os psicólogos fazem com os sonhos? Lispector faz alusão a isso em uma de suas crônicas: “É na hora de escrever que muitas vezes fico consciente de coisas, das quais, sendo inconsciente, eu antes não sabia que sabia” (LISPECTOR, 2020, p. 328).

Há textos incompreensíveis, cujo significado e razão desconhecemos mesmo sendo eles de nossa autoria. Quem sabe venham a revelar algo em algum outro momento? Se isso não ocorrer, talvez as palavras quisessem sair e pronto e só precisassem disso, da catarse. Também pode ser um texto que o racional não alcance, um texto que sirva mesmo para ser sentido. Há coisas para as quais não há mesmo explicação. Pode acontecer de nossos leitores encontrarem sentido em algo de nossa autoria que parece ininteligível para nós, e também pode acontecer de encontrarmos sentido em um texto de outro autor não compreendido por ele mesmo. É possível. Mas também pode ser como certa vez Hilda Hilst colocou,

É triste explicar um poema. É inútil também. Um poema não se explica. É como um soco. E, se for perfeito, te alimenta para toda a vida. Um soco certamente te lembra e, se for em cheio, faz cair tua máscara, essa frívola, repugnante, empolada máscara que tentamos manter para atrair ou assustar. Se pelo menos um amante da poesia foi atingido e levantou de cara limpa depois de ler minhas esbraseadas evidências líricas,

escreva, apenas isso: fui atingido. E aí sim vou beber, porque há de ser festa aquilo que na Terra me pareceu exílio: o ofício de poeta. (HILST, 2018, p. 76)

E quando nos vemos diante de um texto que não foi escrito por nós e que não compreendemos? O que acontece entre nós e esse texto? Possivelmente não estará ao nosso alcance o que a consciência e a subconsciência do autor de fato queriam expor; penso, contudo, que isso não tem grande importância. Penso que não é somente na intenção ou na inconsciência do autor que está a verdade. A verdade de um texto reside também no que o leitor absorve ou interpreta<sup>9</sup>, ainda que isso se distinga muito do que pretendia o autor (ou o subconsciente do autor).

A escrita e a leitura podem trazer sensações muito libertadoras, que desafogam quem antes sufocava. Há uma grande expressão do ser. É por isso que, nesse sentido, se ater a gêneros textuais também poderia ser uma preocupação limitante dependendo do caso. Há vezes, inclusive, em que começamos a escrever sem nos apegarmos a definições literárias, e aquilo mesmo assim acaba se tornando uma crônica, um conto, um romance, ou mesmo algo sem nome<sup>10</sup>. Há tantos textos que transitam entre um gênero e outro. Durante anos, Clarice Lispector escreveu para o *Jornal do Brasil*, que a convidara para ser cronista. Em uma dessas “crônicas”, ela diz: “Vamos falar a verdade: isto aqui não é crônica coisa nenhuma. Isto é apenas. Não entra em gênero. Gêneros não me interessam mais. Interessa-me o mistério” (LISPECTOR, 2020, p. 447).

E quanto às cartas, nas quais por tanto tempo foram confidenciais nossas constatações mais íntimas?<sup>11</sup> Há tantas delas que hoje são lidas como literatura e que não foram escritas necessariamente com esse intuito, ainda que nem toda carta chegue a ser lida assim ou possa suscitar efeitos terapêuticos. Um exemplo de leitura literária é o livro *Cartas a um jovem poeta* (2013), que condensa uma série de correspondências escritas por Rainer Maria Rilke a Franz Kappus, que procurara Rilke para orientá-lo. Há também o já citado *Carta a D.: História de um amor* (2018), que André Gorz escreveu

---

<sup>9</sup> “Não nos esqueçamos, o leitor não consome passivamente um texto, ele se apropria dele, o interpreta, deturpa seu sentido, desliza sua fantasia, seu desejo, suas angústias entre as linhas e as mescla com as do autor” (PETIT, 2013, p. 27).

<sup>10</sup> Essa classificação irá depender muito de quem lê e como lê determinado texto, podendo variar de leitor para leitor, de autor para autor, de crítico para crítico.

<sup>11</sup> Ainda hoje há aqueles que não deixaram de escrevê-las. Ao redor do mundo, são encontrados *penpals*, termo que identifica as pessoas que, mesmo com a digitalização e modernização das formas de comunicação, não abandonaram a escrita e troca de cartas.

para sua esposa Dorine; o livro *Cartas* (2002), que reúne as várias escritas por Caio Fernando Abreu, um amante do gênero; *Cartas perto do coração* (2001), que traz Fernando Sabino e Clarice Lispector. Além dessas, há várias outras correspondências que vão a público, por tanto interessarem os leitores. Ao lê-las, vemos como seus autores tantas vezes buscavam e encontravam conforto nessas trocas com seus correspondentes. Da mesma forma, também nós acabamos encontrando identificação. Certa vez, Clarice Lispector escreveu para sua irmã Tania:

Até cortar os próprios defeitos pode ser perigoso. Nunca se sabe qual é o defeito que sustenta nosso edifício inteiro. [...] Minha irmãzinha, ouça meu conselho, ouça meu pedido: respeite a você mais do que aos outros, respeite suas exigências, respeite mesmo o que é ruim em você — respeite sobretudo o que você imagina que é ruim em você — pelo amor de Deus, não queira fazer de você uma pessoa perfeita — não copie uma pessoa ideal, copie você mesma — é esse o único meio de viver. (LISPECTOR, 2002, p. 165-166)

Alguém que lesse esse trecho da carta poderia ter insights terapêuticos. Um perfeccionista, por exemplo, talvez pudesse encarar defeitos e erros com maior aceitabilidade, já que Clarice os coloca como uma parte importante de nós mesmos que possui até uma utilidade. Essa nova perspectiva, portanto, poderia auxiliar o perfeccionista a alcançar um nível mais balanceado de exigência, o que diminuiria o incômodo, o estresse, a frustração. Além disso, há uma súplica para que nos respeitemos e priorizemos nossas necessidades. Para os muito solícitos, como podemos ajudar os demais se nem nós mesmos estamos bem? Quanto melhor estamos, mais conseguimos fazer pelo mundo e pelos outros. Clarice também coloca em dúvida se nossos defeitos são realmente defeitos, pois o que acreditamos ser negativo pode não o ser. Esse é um questionamento importante, já que existem tantas formas de manipulação social. Em relacionamentos abusivos, muitas vítimas têm sua autoestima abalada e são levadas a crer que são o problema, que possuem inúmeros defeitos, de modo que o abusador mantenha seu controle sobre elas. Uma leitura como essa poderia auxiliar a vítima na tomada de consciência de que sofre manipulação. Essas são apenas algumas das leituras possíveis que poderiam gerar efeitos terapêuticos, os quais não são garantidos e dependem de quem lê.

Em sua autobiografia, o filósofo John Stuart Mill conta que, aos 20 anos, viveu uma depressão profunda que durou pelo menos dois anos — e foi um livro de poemas de William Wordsworth que teve grande participação em sua cura:

What made Wordsworth's poems a medicine for my state of mind, was that they expressed, not mere outward beauty, but states of feeling, and of thought coloured by feeling, under the excitement of beauty. They seemed to be the very culture of the feelings, which I was in quest of. In them I seemed to draw from a source of inward joy, of sympathetic and imaginative pleasure, which could be shared in by all human beings [...]. From them I seemed to learn what would be the perennial sources of happiness, when all the greater evils of life shall have been removed. And I felt myself at once better and happier as I came under their influence. [...] The result was that I gradually, but completely, emerged from my habitual depression, and was never again subject to it. I long continued to value Wordsworth less according to his intrinsic merits, than by the measure of what he had done for me. (MILL, 2003, p. 54)

Mill diz que o que fez esses poemas funcionarem como remédio para ele foram seus “states of feeling, and thought coloured by feeling” (MILL, 2003, p. 54), ou seja, a possibilidade de sentir novamente, que era do que ele estava em busca.

Mill também relata que foi ao encontro desses poemas por curiosidade, sem nenhuma expectativa de alívio: “I took up the collection of his poems from curiosity, with no expectation of mental relief from it, though I had before resorted to poetry with that hope” (MILL, 2003, p. 53). Em outra ocasião, ele já havia recorrido à poesia com essa finalidade, mas não obtivera êxito. Pelo contrário, o que lera antes havia feito com que se sentisse ainda pior:

In the worst period of my depression, I had read through the whole of Byron (then new to me), to try whether a poet, whose peculiar department was supposed to be that of the intenser feelings, could rouse any feeling in me. As might be expected, I got no good from this reading, but the reverse. The poet's state of mind was too like my own. His was the lament of a man who had worn out all pleasures, and who seemed to think that life, to all who possess the good things of it, must necessarily be the vapid, uninteresting thing which I found it. His Harold and Manfred had the same burden on them which I had; and I was not in a frame of mind to desire any comfort from the vehement sensual passion of his Giaours, or the sullenness of his Laras. But while Byron was exactly what did not suit my condition, Wordsworth was exactly what did. (MILL, 2003, p. 53-54)

Essa experiência de Mill é a experiência dos que não encontraram na literatura auxílio em seus sofrimentos, o que prova que nem sempre ela será terapêutica — e, cabe dizer, não possui essa obrigatoriedade —, mas isso não significa que uma pessoa não possa encontrar esse alívio em outro momento com outro autor ou obra, como também foi o caso de Mill. Tampouco escrever será necessariamente benéfico. Lispector recorda que escrever é perigoso:

É perigoso porque nunca se sabe o que virá — se se for sincero. Pode vir o aviso de uma destruição, de uma autodestruição por meio de palavras. Podem vir lembranças que jamais se queria vê-las à tona. O clima pode se tornar apocalíptico. [...] Não se brinca com a intuição, não se brinca com o escrever: a caça pode ferir mortalmente o caçador. (LISPECTOR, 2020, p. 232)

Ou seja, da mesma forma que a leitura pode dar gatilhos, também há esse risco na escrita. Em outro momento, a autora afirma que escrever é uma maldição e uma salvação:

É uma maldição porque obriga e arrasta como um vício penoso do qual é quase impossível se livrar, pois nada o substitui. E é uma salvação. Salva a alma presa, salva a pessoa que se sente inútil, salva o dia que se vive e que nunca se entende a menos que se escreva. Escrever é procurar entender, é procurar reproduzir o irreproduzível, é sentir até o último fim o sentimento que permaneceria apenas vago e sufocador. Escrever é também abençoar uma vida que não foi abençoada. (LISPECTOR, 2020, p. 170)

Podemos concluir, portanto, que a terapêuticidade é apenas uma dentre as várias possibilidades da literatura. Um mesmo texto pode ser, inclusive, efetivo nisso para uns e não o ser para outros. Não se trata só da possibilidade de gerar efeitos neutros ou benéficos, mas de gerar efeitos negativos, ou seja, há riscos para quem mergulha na literatura. Nem sempre ela será terapêutica, podendo ser o contrário disso, como Mill e Lispector exemplificam.

Como visto anteriormente, não é preciso estar buscando efeitos terapêuticos para se deparar com a propriedade terapêutica da literatura. No entanto, há pessoas que a procuram já com esse intuito, como Mill e Lispector em determinados momentos, além dos biblioterapeutas, que buscam identificar obras que acreditem ter maior potencial

terapêutico para os grupos e indivíduos com que trabalham. Essa prática, contudo, já existia muito antes de “biblioterapia” surgir — o primeiro registro do termo é atribuído ao americano Samuel Mcchord Crothers, em seu artigo *Literary Clinic* publicado em 1916 no periódico *Atlantic Montly*. A terapeutividade literária não se restringe à biblioterapia e é muito mais antiga, o que será aprofundado logo adiante.

Há a literatura que não necessariamente foi criada com propósito terapêutico e que ora pode ser lida enquanto terapêutica, ora não, pois pode ir além, afinal ninguém tem poder sobre o que uma obra irá realizar. Mas o mesmo não serve para a literatura de intenção explicitamente terapêutica? Não é porque uma obra tenha esse propósito, como obras do campo da autoajuda, que será efetiva nele. Logo, ambas ficam dependendo da leitura que as pessoas farão delas e da afinidade que estas sentirão ou não. Há, inclusive, a polêmica de se considerar ou não autoajuda literatura. Mas e as obras que não se pretendem autoajuda? Não há nada que impeça um leitor de se relacionar com elas como se fossem autoajuda. E nada que impeça um leitor de se relacionar com a autoajuda enquanto literatura. Com isso quero dizer que o que ocorre na prática foge ao controle daqueles que tentam prender obras dentro de classificações, delegar umas à literatura e outras não. Novamente, “Para aquele que lê, o que ele lê é sempre literatura” (COMPAGNON, 2010, p. 33). Quem detém o poder necessário pode instituir que autoajuda não é literatura, mas para o senso comum ela parece ser. Um problema, no entanto, são as promessas que a autoajuda vende. Há todo um mercado que lucra justamente com as promessas feitas a partir desses livros. Vimos que a literatura não pode garantir promessas, tampouco a autoajuda, se ela for literatura. Portanto, o marketing que é feito não é real, no sentido de que não irá funcionar 100% das vezes. Alguns desses livros funcionarão para uns, ao passo que para outros não.

Isso posto, interessa-nos como podemos usufruir da literatura perante mal-estares — de amplitude social e/ou individual —, tanto no seu tratamento quanto na sua prevenção, em diversos espaços e circunstâncias. Pensemos na função catártica da literatura, que me parece muito próxima do que chamo de terapêutico, uma vez que terapêutico é algo que nos ajuda em alguma medida, que, se não cura, pelo menos alivia/previne certos sofrimentos (de ordem física e/ou psicológica).

O termo *catarse* (do grego, *kátharsis*) surgiu na literatura pela primeira vez com Aristóteles, na *Poética*, quando o filósofo empregou tal palavra para dizer que a tragédia, “suscitando a compaixão e o terror, tem por efeito obter a purgação dessas emoções”

(ARISTÓTELES, 2005, p. 35). Desse modo, catarse ou *kátharsis* é traduzido literalmente como purificação, expurgação. O termo, que já era usado pela medicina e religião, é tomado emprestado por Aristóteles e transferido para o terreno da estética. Na medicina, significava “a eliminação dos humores corporais maléficis para restabelecer o equilíbrio próprio da saúde”; antes ainda, a religião já empregava o termo: “consistia na purificação ritual, espécie de batismo ou cerimônia de iniciação” (MOISÉS, 1978, p. 79). Já na tragédia, para Aristóteles, o espectador,

[...] assistindo à representação, “descarregaria” suas tensões através das emoções com as quais se identificaria, mas ao mesmo tempo dar-se-ia conta do drama que o aflige; vendo o herói padecer, o espectador tomaria consciência de que vive idêntica situação e livrar-se-ia das angústias que o agitam. Ou, caso não esteja abalado por tais sentimentos, experimentaria na carne o possuí-los, aprenderia a rechaçá-los e ainda gozaria o prazer de estar livre deles. Nas duas circunstâncias, no fim da tragédia deverá ser invadido por uma profunda sensação de bem-estar físico e moral, por saber que tudo, felizmente, se passou no mundo imaginário do dramaturgo e não com ele próprio. (MOISÉS, 1978, p. 80)

Não posso deixar de enfatizar que algo terapêutico não é (necessariamente) sinônimo de psicoterapia ou medicina. Essa é uma noção importante de se ter antes de partirmos para a biblioterapia, que faz uso da função catártica/terapêutica da literatura para, se não curar, ao menos aliviar/prevenir sofrimentos físicos e/ou psicológicos, visto que o físico e o psicológico estão associados.

O termo biblioterapia aparece pela primeira vez a partir do século XX, entendido como uma “leitura compartilhada e a posterior discussão em grupo” (CALDIN, 2009, p. 10). Mas são muito anteriores a isso os efeitos terapêuticos da literatura, inerentes a esta. São encontrados registros desde a Antiguidade, em civilizações como a egípcia, a grega, a romana, que viam as bibliotecas como espaços sagrados, aliados na cura de enfermidades. “Na Grécia antiga e na Índia recomendava-se a leitura individual como parte do tratamento médico e, desde o século XIX, nos Estados Unidos da América se utiliza leitura individual em hospitais como coadjuvante no processo de recuperação do doente” (CALDIN, 2009, p. 10). Assim, a biblioterapia parece apenas um nome mais formal para o que já vinha sendo praticado e é praticado até hoje. Apesar disso, dou destaque a ela na dissertação por ser uma área que tem a terapêuticidade literária como centro, diferentemente de outras áreas. Na educação, por exemplo, há professores que

medeiam com seus alunos atividades terapêuticas com literatura, mas o ensino não trabalha somente a terapeutividade literária, não é o seu foco.

Biblioterapia surge da união de duas palavras gregas: *biblíon* (livro) e *therapeía* (terapia), significando, etimologicamente, terapia por meio de livros. Essa definição, no entanto, não contempla tudo que é a biblioterapia nos dias atuais, e ainda levanta alguns questionamentos. O que é um livro? O que é terapia? O conceito mais básico de livro, compreendido pelo senso comum, consiste em um conjunto de folhas de papel (ou material semelhante) geralmente encadernadas, que possui textos e/ou imagens, impressos ou criados manualmente. Com a tecnologia, surgiram também os livros digitais ou e-books (conjuntos de arquivos digitais) e os audiolivros (leitura em áudio gravada de uma obra). No entanto, um livro pode ter outros formatos e identidades visuais, como proposto pelos livros-objeto ou livros de artista, que são construídos como uma obra artística por si só, indo muito além de seu conteúdo. Quem conhece a biblioterapia sabe que o que ela utiliza não precisa estar rigorosamente em um livro, pode-se recorrer a conteúdos avulsos.

Também não se deve confundir terapia/terapeuta com psicoterapia/psicoterapeuta. Os termos terapia e terapeuta, apesar de comumente usados como se fossem uma abreviação de psicoterapia e psicoterapeuta, não são sinônimos destes últimos. A psicoterapia atua no diagnóstico e tratamento de transtornos psicológicos e exige que o seu profissional — chamado psicoterapeuta ou psicólogo — seja graduado em Psicologia e esteja devidamente registrado no Conselho Regional de Psicologia (CRP). Deve ser assim ainda que o cliente não possua qualquer transtorno e tenha buscado a psicoterapia para outros fins, como outros sofrimentos emocionais ou mesmo para desenvolvimento pessoal. Já terapia e terapeuta são termos muito mais amplos: terapias abrangem práticas diversas que visam o bem-estar, mas que não necessariamente possuem comprovação científica, e terapeutas não necessariamente possuem a graduação em Psicologia e o registro no CRP. Há práticas, inclusive, que não possuem autorização do CRP para serem usadas dentro da psicoterapia. Nesse sentido, a biblioterapia pode ser considerada uma espécie de terapia.

“Roda de biblioterapia”, diz uma placa pendurada na porta. O sujeito gira a maçaneta e entra. Na sala, há outras pessoas, formando uma roda. São pessoas diferentes e parecidas entre si, de modo que fica difícil identificar o que as difere e o que as assemelha. São, de todo modo, pessoas que algo querem com a literatura, pessoas que



comparecem a encontros de biblioterapia. Nosso sujeito percebe ser uma dessas pessoas e, nesse momento, passa a fazer parte da roda. “Este é um espaço de acolhimento”, diz a biblioterapeuta, “onde podemos falar sem julgamentos. Hoje separei o livro *A paixão segundo G.H.*, de Clarice Lispector. Primeiro eu gostaria de ler um trecho para vocês”. Ela pega o livro e começa a ler em voz alta: “É difícil perder-se. É tão difícil que provavelmente arrumarei depressa um modo de me achar, mesmo que achar-me seja de novo a mentira de que vivo” (LISPECTOR, 2014, p. 10).

O sujeito agora se chamará S. Ele (que também pode ser ela, elu, elx) sente-se tocado pelo que acabaram de ler. S. olha ao redor e mapeia os rostos dos outros participantes, para depois estudar seus corpos e encontrar rastros de emotividade. Eles são como espelhos, pois S. vê a si mesmo: olhos marejados, pelos arrepiados, alívio, susto, certo aperto no peito. Até nos que parecem indiferentes S. vê a si mesmo, pois poderia estar como eles. Mas S. foi tocado pelo texto, como em geral acontece com alguém em encontros de biblioterapia. No que o texto tocou é que é a questão.

Após certo tempo, a biblioterapeuta pergunta: “Que mentiras temos contado para nós mesmos? Que mentiras temos vivido?”. S. poderia, por exemplo, vir inventando para si que “a vida é assim mesmo” quando sente que é infeliz em seu trabalho, pois teme arriscar sua estabilidade atual por um trabalho que realmente o realize. S. também teme desagradar sua família, pois se tornou advogado por insistência dos pais. Agora pensa se não deveria ter cursado Letras ou História. Agora, a verdade no texto o confronta. Isso ele compartilha em voz alta com os demais. Essa verdade dói, mas parece trazer alívio e um sentimento de libertação. Todos ouvem, alguns comentam, e outra pessoa, em seguida, começa a falar de sua própria experiência.

Vendo assim, um círculo de biblioterapia pode lembrar um clube de leitura. Talvez porque alguns sejam de fato a mesma coisa com nomes diferentes. É comum, em clubes de leitura, partilharmos não só nossas impressões sobre a obra, mas também como ela tocou nossas vidas. Não raro os leitores acabam partilhando relatos pessoais, cada vez mais profundos à medida que se vai criando intimidade com o grupo. Até amizades podem ser formadas a partir desse vínculo.

Há muitas semelhanças entre clubes de leitura e círculos de biblioterapia, mas noto uma diferença. Nos círculos de biblioterapia, o que importa mais do que a obra lida é como ela repercutiu no sujeito, que sentimentos, sensações, memórias vieram à tona.

Temos, então, algo prioritário, um objetivo bem definido que não necessariamente é o dos clubes de leitura. Nos clubes de leitura, pode haver diferentes regras e dinâmicas, ora centradas mais na obra, ora no sujeito. Não há como fazer uma generalização, pois há clubes muito distintos entre si. Alguns irão se confundir com práticas biblioterapêuticas mais do que outros.

Um círculo de biblioterapia é necessariamente um espaço de acolhimento, sem julgamentos, mas muitos clubes de leitura também são. Os participantes precisam manter sigilo, demonstrar respeito pelo que o outro irá partilhar, ainda que não encarem com bons olhos. O trecho a seguir, sobre um clube de leitura, atesta como se dá esse acolhimento:

A comunicação oral que ocorre nos encontros leva em conta não apenas o ser ouvido, mas também o outro lado, o da escuta, tão importante quanto o primeiro. Há colaboração e enriquecimento mútuo. O fato de ouvir e ser ouvido aumenta a autoconfiança em falar sobre textos literários. (SCHMITZ-BOCCIA, 2012, p. 109)

Isso é o mesmo que acontece na biblioterapia. Além disso, vejamos mais semelhanças:

Os encontros do clube de leitura contemplam as interpretações pessoais de todos os presentes. O contexto social do diálogo é real, já que alguns se expõem mais do que outros. Mas os comentários não são classificados como melhores ou piores, apenas diferentes. (SCHMITZ-BOCCIA, 2012, p. 108)

Na biblioterapia, podemos comparar nossas interpretações da obra e discuti-las, mas não importa tanto “a verdade” por trás do texto, uma vez que o entendimento que cada um traz é verdadeiro para si. Assim, todas as percepções são válidas e serão acolhidas. O propósito não é teorizar e fazer crítica literária, não que seja esse o de todos os clubes de leitura, é claro, mas nada impede que seja. O importante para a biblioterapia é perceber o que um texto pode suscitar em nós na esfera terapêutica. Minha conclusão, portanto, é a de que um círculo de biblioterapia é um tipo de clube de leitura.

Essa postura de nos apresentarmos como seres inacabados, em contínuo aprendizado, também cria um espaço receptivo para que outras pessoas se sintam à

vontade para tirar suas máscaras e mostrar suas vulnerabilidades. É na vulnerabilidade, abaixando nossos muros, que podemos nos conectar com o outro. “Para a biblioterapia, o ser humano é uma criação contínua, em incessante movimento de tornar-se. Esse tornar-se passa por uma transfiguração, a cada vez nova, de si e do mundo” (OUAKNIN, 1996, p. 97). Além disso, o biblioterapeuta e os participantes devem ter em mente que não estão ali para convencer ninguém, mas para acolher. Podemos explicar nossos pontos de vista para que os demais vejam nosso lado, mas sem impor, sem tentar colonizar o outro.

Isso posto, passemos agora à função que o biblioterapeuta ocupa e como ele atua. É preciso conhecermos quem é esse profissional. Devido às diversas áreas a que essa terapia pode ser aplicada, é mais do que bem-vinda a colaboração de outros profissionais, como a de “profissional da área da saúde quando a biblioterapia é realizada em hospitais, casas de repouso e asilos; de profissional da educação quando é executada em creches, escolas e orfanatos; e de assistente social quando se dá em prisões e centros comunitários” (CALDIN, 2009, p. 11).

No Brasil, os biblioterapeutas encontram-se principalmente dentro da Biblioteconomia ou Psicologia, de modo que Caldin divide a biblioterapia em dois tipos: “biblioterapia de desenvolvimento e biblioterapia clínica, sendo a primeira desenvolvida por bibliotecários e a segunda, por psicólogos clínicos” (CALDIN, 2009, p. 10). A biblioterapia de desenvolvimento também compreende aqueles profissionais que não são nem psicólogos nem bibliotecários, já que não é indispensável ser bibliotecário ou psicólogo para atuar como biblioterapeuta. “Globalmente, por enquanto, não há formação, certificado, nem associação de biblioterapeutas. Como é interdisciplinar, as exigências para compor uma formação estão ainda em discussão” (SEIXAS, 2019, p. 15). Assim, para quem quer ingressar na área, embora não haja uma graduação em biblioterapia, existem workshops, oficinas, minicursos, especializações, livros. Também é comum encontrar biblioterapeutas formados em Letras, Serviço Social, Medicina, Artes e demais áreas da educação e da saúde.

Aqui fica visível por que é tão importante o rigor ao diferenciar terapia de psicoterapia. A formação do psicólogo lhe confere um preparo para lidar com questões severas que um biblioterapeuta não recebe. Portanto, o biblioterapeuta deve mediar até onde o grupo (ou o indivíduo, em atendimento particular) pode se aprofundar para não sair do controle e deixar claro que não se trata de uma psicoterapia. Essa é uma questão

de responsabilidade profissional. Já o psicólogo pode utilizar a biblioterapia dentro do processo psicoterapêutico como recurso auxiliar.

Espera-se que o biblioterapeuta tenha uma grande capacidade empática e criativa, para poder compreender o que a outra pessoa está sentindo e, a partir disso, recomendá-lhe as leituras adequadas. É preciso conhecer não somente o conteúdo literário de quem é atendido necessita, mas o seu estilo, ou seja, forma e conteúdo andam de mãos dadas para que alguém se identifique com uma obra. Por isso, o biblioterapeuta deve ser um grande conhecedor da literatura e ter lido muitos livros, sem, no entanto, cair na falácia de que é possível ler tudo ou de que é preciso ler tudo. Em seu curso “Biblioterapia e liberdade”, Cristiana Seixas, psicóloga e uma das mais conhecidas biblioterapeutas do Brasil, observa que é importante fazermos um recorte para ser possível nos aprofundarmos, isto é, montarmos nosso acervo e nos especializarmos nele em vez de querermos abraçar todos os livros do mundo.

Assim, as funções do biblioterapeuta podem envolver entrevistas (para conhecer o perfil do grupo ou do indivíduo), recomendações personalizadas de livros, disponibilização do material de leitura, contação de histórias, leitura dramática, entre outras habilidades. Há mercado de trabalho em locais variados, como bibliotecas, escolas, empresas, hospitais, prisões, asilos, orfanatos. Vê-se, portanto, que o público é diverso e possui demandas distintas, sendo a biblioterapia utilizada não só para cuidar de sofrimentos, mas para preveni-los. “A biblioterapia vale-se da crença de que a atividade terapêutica tem efeito emancipador (ou catártico) na vida das pessoas que a ela se submetem” (CALDIN, 2010, p. 39).

Seixas explica como se prepara para exercer a profissão. Para um livro ser escolhido, ela o lê pelo menos duas vezes. Na primeira leitura, já marca os trechos de maior relevância. “Além de ler e reler, marcar os trechos significativos, pesquiso a biografia do autor, busco vídeos e reportagens para enriquecer as partilhas” (SEIXAS, 2019, p. 28). Também “há que se ter a preocupação em dar um encadeamento de questões que serão abordadas e buscar uma espécie de fechamento” (SEIXAS, 2019, p. 30-31).

Depois de ler pela primeira vez, Seixas decide quais são os trechos essenciais, pois, se o tempo da roda de leitura for curto, esses não podem faltar. Um grupo grande costuma ter mais participações, portanto é preciso considerar leituras mais breves para que todos tenham vez. No entanto, não há como ter certeza de como o encontro irá

transcorrer, por isso Seixas previne que o biblioterapeuta precisa estar pronto para falta ou excesso de tempo. Ela conta que sempre prepara uma programação prévia, mas se ater demais a ela pode até atrapalhar, como quando Seixas trouxe um livro que era denso e rico demais para ser trabalhado em apenas um encontro, ele poderia ter sido discutido por um mês inteiro.

Quando em grupo, a biblioterapia ocorre por meio de rodas de leitura com o biblioterapeuta fazendo a mediação. Seixas conta que as que ela realiza “acontecem semanalmente, com uma hora e meia de duração, e um material é previamente selecionado para leitura coletiva. Não requer leitura prévia dos participantes, os encontros são interdependentes e há premissas que norteiam sua dinâmica” (SEIXAS, 2019, p. 20).

No momento da roda, a leitura é feita em voz alta, quase nunca com material para acompanhamento, pois, para Seixas, isso estimula a atenção<sup>12</sup>. O que se pode fazer é pedir a releitura quantas vezes for necessário. Os participantes que leem para os demais se voluntariam, não é obrigatório que todos leiam, apesar dos benefícios quanto à melhora da dicção e superação da timidez.

A quantidade de participantes varia bastante. Seixas diz que o maior círculo de biblioterapia que já mediou teve 13 integrantes. A média é de cinco pessoas por encontro, mas há vezes em que o círculo ocorre com duas pessoas ou mesmo uma. É uma decisão pessoal de Seixas não definir um número, visto que não é a quantidade de participantes que determina a intensidade e produtividade do encontro. Se alguma questão começa a ser muito recorrente para alguém ou passa a tomar muito o tempo do grupo, o participante é convidado a uma sessão particular com Seixas para que possam se dedicar ao que foi evocado.

Quanto ao perfil de quem procura a biblioterapia, é bem comum que amantes de livros se interessem por ela, mas não é preciso ser um literato, intelectual ou semelhante para participar. Dentre as premissas norteadoras do trabalho de um biblioterapeuta, está a crença em que o essencial não é o que o autor quis dizer, mas a forma como a obra afetou o leitor. Assim, não há uma faixa etária específica nem qualquer outro critério que determine quem pode ou deve buscar essa prática. Trago uma citação de Todorov para

---

<sup>12</sup> Não haver material para acompanhar a leitura é uma escolha do próprio biblioterapeuta, não é uma regra, pois há pessoas que conseguem ler com mais atenção acompanhando o material, enquanto para outras é melhor apenas ouvir.

dialogar com essa questão, para mostrar que mesmo a crítica, em alguns momentos, vai sendo movida por aspectos da terapêuticidade literária: “Sendo o objeto da literatura a própria condição humana, aquele que a lê e a compreende se tornará não um especialista em análise literária, mas um conhecedor do humano” (TODOROV, 2009, p. 93). Em *A literatura em perigo* (2009), surge o incômodo do próprio crítico com a maneira como a literatura é ensinada: da escola primária até a faculdade, os alunos são apresentados à crítica e teoria literária em vez de aos textos literários propriamente ditos. Ele próprio traz o caso de John Stuart Mill em depressão profunda e o de Charlotte Delbo na prisão e depois em Auschwitz, expondo o que a literatura pôde fazer por eles terapêuticamente. E acrescenta:

Como a filosofia e as ciências humanas, a literatura é pensamento e conhecimento do mundo psíquico e social em que vivemos. A realidade que a literatura aspira compreender é, simplesmente (mas, ao mesmo tempo, nada é assim tão complexo), a experiência humana. Nesse sentido, pode-se dizer que Dante ou Cervantes nos ensinam tanto sobre a condição humana quanto os maiores sociólogos e psicólogos e que **não há incompatibilidade entre o primeiro saber e o segundo.** (TODOROV, 2009, p. 77, grifo meu)

Isso mostra o quanto dos ideais terapêuticos são possíveis de serem trazidos para o ensino e para a crítica literária. O diálogo é mais do que viável, e não só ele, mas práticas que envolvam, por exemplo, o trabalho de Caldin em sala de aula (a ser visto adiante) usando pressupostos da biblioterapia, muitos dos quais coincidem com os de Todorov, presentes nas citações anteriores. Mais uma vez, revela-se como as propriedades terapêuticas da literatura sempre existiram, permeando diversos campos, aparecendo com diferentes nomes ao longo da história, mas tendo os mesmos efeitos.

Talvez o grande diferencial da biblioterapia seja ela não ter hierarquias, diferente de como costuma ser na educação bancária, que impera em nossas escolas. Na educação bancária, utiliza-se uma lógica de hierarquização dos conhecimentos, em que o educador é visto como o único detentor do poder e do saber, enquanto o educando é tido como inferior, subordinado, ignorante. É o educador quem decide o que e como será ensinado, sem espaço para questionamentos. Os educandos, como folhas em branco, devem ouvir e armazenar o que ele diz, para reproduzirem esse conteúdo posteriormente e assim preservarem esse modelo. Por não incentivar o pensamento crítico, a educação bancária

atua na manutenção das forças dominadoras da sociedade, já que não promove problematizações e possíveis mudanças, cultivando uma realidade estática.

Para Paulo Freire, só pode haver uma educação verdadeiramente libertadora se houver diálogo, e para isso educadores e educandos devem ter uma relação horizontal, isto é, sem hierarquização de conhecimentos. Na biblioterapia, a relação entre o mediador e os participantes é horizontal. Para Freire, “o diálogo é uma exigência existencial” (FREIRE, 2013, p. 114), pois é nele que os sujeitos ganham significação enquanto sujeitos. O diálogo é a essência da educação libertadora, porque ninguém se liberta sozinho dos mecanismos opressores da sociedade. A humanidade precisa do social e só assim transforma o mundo. No mesmo sentido, a emancipação só se realiza *com* o outro, e não *sobre* ele, isto é, a educação libertadora deve mediar a autonomia do sujeito, este deve aprender a ser agente em sua transformação, e não um ser dependente do outro e conseqüentemente subordinado a novas amarras.

Outro pressuposto biblioterapêutico é que não há mal em haver diferença de interpretação e opinião, não se está ali para provar o certo e o errado. Todos os pontos de vista são acolhidos. A verdade é a de cada um, como o texto reverberou para cada um e o que isso trouxe à tona. O biblioterapeuta, então, pede que todos escutem sem julgamentos o que o outro quer dividir, que pode ser uma lembrança, um relato, alguma intertextualidade, as possibilidades são múltiplas. A partir disso, o diálogo e a partilha vão se estabelecendo, pois “a função dos trechos literários não se restringe a nomear o que se sente. Outra propriedade fundamental é oferecer uma leitura divergente, interpretar alguma situação por outra perspectiva não imaginada” (SEIXAS, 2019, p. 56). “É preciso, antes de ler, compor o livro; o leitor é realmente um criador. Ler se torna uma atividade, uma produção. Assim, uma infinidade de livros estão presentes no Livro. Não há uma história, mas histórias” (OUAKNIN, 1996, p. 171). Acredito que, quando partilhamos como um texto nos tocou ou o que entendemos dele, contamos nossas histórias, passamos a, de certa forma, fazer parte do texto.

Na biblioterapia, é possível acolher diversas “verdades” porque um dos pressupostos é nos enxergarmos como seres inacabados, em constante aprendizado. Assim, cada um tem um novo conhecimento a ser partilhado, a sua “verdade”. Quando nos enxergamos como inacabados, abrimos espaço para novos saberes e possibilidades de evolução, além de reconhecermos que ninguém detém todo o conhecimento, há sempre algo a ser aprendido com o outro. Por acreditar nisso, Freire defendia que educadores são

também educandos e educandos são também educadores. Só assim pode haver diálogo, pois o educador deixa de ser um dominador para ser um mediador, trocando saberes com os educandos e ajudando-os a construir seu próprio conhecimento. O conteúdo a ser discutido passa a ser eleito em conjunto, e não de forma impositiva; engloba-se a realidade de todos, de modo que cada um traga um pouco de si para o contexto do ensino-aprendizagem. Afinal, só somos participativos quando nos sentimos à vontade para sermos nós mesmos, quando quem somos é reconhecido e acolhido.

Outra ferramenta que o biblioterapeuta e os participantes podem utilizar é criar perguntas que gerem reflexões. Seixas dá o exemplo de um trecho da antologia de Hilda Hilst que foi lido com o grupo: “[...] ninguém está mais vivo dentro de mim do que o meu pai” (HILST, 2012, p. 103). A partir dele, a biblioterapeuta perguntou quem ou o que estava muito vivo dentro de cada participante.

Com tamanha diversidade e quantidade de obras, como selecionar o que será lido? Baseado em seu conhecimento prévio, o biblioterapeuta busca assuntos que acredite serem relevantes para cada grupo, considerando também o gosto dos leitores. Porém, esse papel não é só do profissional, os participantes podem sugerir ou escolher o que gostariam de ler.

Seixas, em seu livro *Vivências em biblioterapia: prática do cuidado através da literatura* (2019), traz uma lista bastante eclética das obras lidas em seus encontros de biblioterapia ao longo de dois anos e meio. Ela defende que “um dos objetivos é justamente expandir o olhar”, com “diversidade e pluralidade de narrativas” (SEIXAS, 2019, p. 25), e relata que chegou a essa seleção por meio de “identificação de conteúdos que potencialmente renderiam boas discussões, sugestões dos participantes, resenhas de críticas literárias, temáticas diversas” (SEIXAS, 2019, p. 23). Em outro momento do livro, a autora conta como o fato dos participantes já serem geralmente leitores influencia a dinâmica de seleção. Uma leitura vai remetendo à outra e de repente já se tem um grande acervo de obras à disposição do grupo esperando para ser lido.

A biblioterapia é um campo que permite uma ampliação de inventividades. Muitos profissionais não ficam só na leitura propriamente dita, recorrem a outros recursos para enriquecer ainda mais a atividade, como imagens, música, teatro, escrita criativa. Caldin conta a seguir sua experiência com um Programa de Leitura Terapêutica que desenvolveu como projeto de extensão com 30 alunos entre 14 e 24 anos de uma escola da rede pública.



Esses adolescentes e jovens mal sabiam ler e tinham índice elevado de repetência e evasão escolar. Em virtude da situação de desvantagem no tocante ao aprendizado, mostravam-se inseguros e agressivos frente às demais turmas, com dificuldade de socialização. [...] A preocupação do Programa de Leitura Terapêutica era despertar o gosto pela leitura, estimular o diálogo, facilitar a socialização pela participação em grupo, diminuir a timidez e aumentar a autoestima desses alunos valendo-se de textos literários infantis e juvenis diversificados que fossem prazerosos e benéficos. Isso significava apresentar a leitura como um exercício de fruição, sem cobranças pedagógicas e sem intenção didática. Tendo em vista a especificidade da turma, era um desafio e tanto. (CALDIN, 2009, p. 31-32)

Com o plano de encontrar os alunos três vezes por semana durante 1h por encontro, Caldin iniciou as atividades apesar da relutância de alguns professores da instituição. O apoio do Diretor, da Orientadora Educacional e da Professora de Língua Portuguesa foram fundamentais, segundo ela.

Muito embora tenha distribuído um questionário aos alunos, tal instrumento pareceu-me insuficiente para diagnosticar o tipo de leitura que poderia agradá-los, haja vista que suas respostas indicavam como prática leitora apenas os textos dos livros didáticos estudados em sala de aula, não havendo histórico de leituras ou de outros livros em casa. (CALDIN, 2009, p. 32)

Aqui, deparamo-nos com uma realidade bastante diferente da narrada anteriormente. Esses participantes não buscaram a biblioterapia, esta é que chegou a eles, e a carência de contato desse grupo com livros colocava em questão se rodas de leitura seriam eficazes.

Assim, após realizar a leitura de textos juvenis e perceber que havia pouco envolvimento dos alunos, como que certa resistência em participar das atividades e uma grande dose de timidez, resolvi adotar um proceder diferenciado. Levei para a Escola duas caixas grandes contendo livros de contos de fadas, animais, mistério, crônicas, humor e poesia. A reação dos alunos foi melhor que a esperada: o interesse suscitado pela novidade os fez sair da letargia habitual e com frenesi vasculhavam as caixas, folheavam os livros e selecionavam o que desejavam ler. Nesse dia, em vez da leitura em voz alta efetuada por mim e seguida por esparsos comentários dos alunos, sugeri que cada um lesse em voz baixa o material escolhido. Como o nível de leitura não era o mesmo para todos, alguns passaram os cinquenta minutos da

aula lendo apenas um livro, ao passo que outros conseguiram ler mais textos. (CALDIN, 2009, p. 32)

Com uma etapa cumprida, Caldin colocou em prática, no encontro seguinte, uma atividade intitulada História Maluca. O objetivo era a turma usar a imaginação e se inspirar nas leituras feitas para criar em conjunto uma história. Os alunos ficaram entusiasmados e atentos, até sua postura corporal relaxou, eles se divertiram muito juntos e deixaram a rivalidade costumeira para trás. Voluntariamente, começaram a trocar ideias e experiências.

Para melhorar ainda mais a socialização da turma, Caldin trouxe material para a construção coletiva de uma maquete que fosse inspirada numa história que haviam lido juntos, *O aguilhão do rei*, uma adaptação de Mogli. Nesse dia, o encontro durou quatro horas, pois puderam aproveitar, além do tempo da aula de Português, o da aula de Artes. A Orientadora Educacional, inclusive, pediu que as maquetes fossem expostas em sala de aula e que alguns alunos contassem a história representada. Depois, Caldin propôs à turma adaptar um livro para peça teatral. A obra escolhida foi *O mágico de Oz*. Logo os alunos se voluntariaram. Todas as turmas, professores e funcionários assistiram ao espetáculo, que se deu no pátio da escola.

Caldin aproveitou o vínculo criado para pôr em prática encontros individuais de meia hora de duração em média, de modo que pôde se dedicar com maior aprofundamento às questões trazidas por cada aluno. Nos encontros, eram disponibilizados livros de diferentes gêneros para o aluno escolher. A leitura era feita por ele se se sentisse à vontade; se não, por Caldin. Depois, ambos conversavam informalmente, o que

Mostrou-se ser a ocasião ideal para abrir os corações, expor os anseios, partilhar a dor, para a intercorporeidade, a intersubjetividade e o descentramento. [...] Respeitados o contexto cultural dos sujeitos, a individuação e a experiência do outro, as significações inferidas nas leituras somaram-se às significações que já faziam parte de suas vivências e, assim, pela fala, pelo corpo e pelas expressões emocionais, foi notório o valor terapêutico das leituras efetuadas, manifestado nas demonstrações de apreço que aconteceram em forma de depoimentos verbais ou escritos em um caderno reservado para essa finalidade, e em forma de abraços carinhosos. (CALDIN, 2009, p. 37)

Um episódio ficou especialmente marcado para Caldin: uma aluna contou que, “até o momento, não tivera amigas, mas agora sentia-se reconfortada por poder desabafar as angústias com alguém de confiança, com uma pessoa que realmente se importava com ela” (CALDIN, 2009, p. 37).

É muito belo o relato do Programa de Leitura Terapêutica em questão, marcado por interdisciplinaridade. Ele demonstra como a biblioterapia pode se adaptar a vários contextos, pessoas, instituições, disciplinas, entre outros. No entanto, esse não é sempre o cenário que se encontra, especialmente no contexto escolar, podendo passar uma imagem romantizada. Nem sempre tais práticas acabam bem sucedidas. Além disso, professores que não são biblioterapeutas por vezes buscam proporcionar atividades semelhantes a seus alunos. Eu me pergunto no que difere a prática relatada por Caldin de algumas práticas aplicadas por professores e reflito se um professor não biblioterapeuta poderia ter mediado o Programa de Leitura Terapêutica para seus alunos. Reconheço que a experiência de Caldin com a biblioterapia confere um caráter especial ao Programa e me parece que ela uniu sua experiência como biblioterapeuta com sua experiência como professora e criou algo híbrido a partir disso.

Como dito antes, os atendimentos de um biblioterapeuta podem ser tanto individuais quanto grupais, sendo a literatura, de acordo com a experiência de Caldin, mais eficaz em grupo:

Proust considerou a leitura solitária uma disciplina curativa. Não nego o potencial terapêutico do encontro entre livro e leitor, sem intermediários. Considero, entretanto, a terapia por meio de livros mais eficaz quando se processa em grupo, ou, então, entre duas pessoas – uma prática solidária que mescla intersubjetividade, intercorporeidade, descentramento, e é complementada pela imaginação, pelas expectativas e pelas lembranças de todos os que tomam parte nessa atividade. (CALDIN, 2009, p. 11)

Diante disso, é importante salientar que a leitura compartilhada não precisa excluir a leitura solitária. Acredito, inclusive, que o contato inicial com o texto deve ser preferencialmente individual, sem influências externas de interpretação. Uma vez influenciados, não podemos retornar a quando ainda não tínhamos lido aquele texto, nossa percepção fica afetada pela visão do outro, podendo ficar restrita à interpretação que nos foi dada. Assim, as possibilidades que o outro nos traz são produtivas para acrescentarem

ao nosso repertório, mas não devem nos tomar a chance de experiencarmos uma obra ao nosso modo, com o olhar livre. É relevante para o processo biblioterapêutico que o leitor avance no autoconhecimento descobrindo como ele lê sozinho e o que isso revela de si. É interessante notar como essa autonomia do leitor, sustentada pela biblioterapia, assemelha-se ao discurso de Freire ao defender a autonomia na educação libertadora.

Vimos que a biblioterapia já confere maior protagonismo ao leitor quando legitima a sua própria interpretação da obra, uma espécie de co-criação com o autor. Sobre isso, inclusive, há uma ótima citação de Lispector: “O personagem leitor é um personagem curioso, estranho. Ao mesmo tempo que inteiramente individual e com reações próprias, é tão terrivelmente ligado ao escritor que na verdade ele, o leitor, é o escritor” (LISPECTOR, 2020, p. 93).

Como Caldin, Seixas também dá um valor central à autoria do leitor no processo biblioterapêutico. Esta diz que o ápice é “quando o leitor se torna autor. O incentivo à leitura desperta as próprias histórias. A escrita criativa é fomentada no processo e há encontros programados para partilhar produções de própria autoria” (SEIXAS, 2019, p. 28).

Se escreveu, a pessoa foi capaz de criar um espaço para mergulho em si mesma e provocar uma saída da expressão. E este é um ato de coragem extrema e transgressão de um grande fluxo de alienação. Muitos passam a vida fugindo e sendo vítimas do que não é olhado, reconhecido e cuidado. Quando o que incomoda sai para o papel já é um alívio. (SEIXAS, 2019, p. 29)

Entendo por que, por esse importante papel da escrita, Seixas a coloca como ápice do processo terapêutico. No entanto, acredito que colocá-la nesse patamar pode ser problemático na medida em que se cria uma hierarquia, como se só ler não fosse o suficiente para alcançar um efeito completo. Acredito que um mesmo efeito possa ser adquirido lendo ou escrevendo. Há vezes em que nos identificamos tanto com um texto que parece que poderíamos tê-lo escrito, por ele definir tão bem o que sentimos. Há textos que descrevem aquilo para o qual, antes, não encontrávamos palavras.

Apesar de a escrita poder surgir no processo, o ponto de partida da biblioterapia ainda parece ser a leitura. Acho importante deixar claro que, quando Seixas menciona a escrita criativa, a abordagem que se faz não é direcionada a técnicas literárias. A

biblioterapia não é uma oficina de escrita criativa. O que é significativo é como escrever foi terapêutico, catártico, e o que o conteúdo do escrito trouxe nesse sentido. Apesar de, a grosso modo, toda escrita ser criativa, o que se entende por escrita criativa e suas oficinas são outros objetivos e funcionalidades, como explica em entrevista Luiz Antonio de Assis Brasil, a maior referência em escrita criativa do Brasil:

Luiz Antonio de Assis Brasil esclarece que o termo Escrita Criativa é usado para o exercício de escrita com domínio da criatividade e que, na cultura letrada atual, designa a escrita de uma obra literária de qualquer gênero, declinada num ambiente de ensino e aprendizagem, seja informal, seja acadêmico. Assim, o propósito de uma oficina que pretende ensiná-la seria o de usar técnicas e motivações específicas no campo da criatividade para desencadear a escrita de literatura. (SIQUEIRA, 2016, p. 8)

Isso posto, sigamos adiante. Na biblioterapia, o que ocorre após a leitura? O que se tem é costumeiramente o diálogo:

Aqui entra o potencial curativo da linguagem, da fala compartilhada, pois os pensamentos que se achavam adormecidos, despertados pela biblioterapia, ganham corpo na palavra e permitem a percepção do outro, conduzindo à certeza de que não estamos sozinhos no mundo da vida e, assim, temos capacidade de vencer obstáculos reais ou imaginários, posto que dispomos de parceiros para tal enfrentamento. (CALDIN, 2010, p. 15-16)

Encontrar representatividade, onde quer que seja, traz autoestima, empoderamento, além do sentimento de que “se alguém como eu consegue, também posso conseguir”. Assim, ao vermos nossas questões retratadas na literatura, além de personagens que se parecem conosco, percebemos que outras pessoas conhecem aquelas questões, parecem saber o que é ser de determinado jeito. Essa percepção alivia ao menos o sentimento de solidão e incompreensão que podíamos estar sentindo antes daquela leitura. Além disso, é possível encontrar, em uma roda de biblioterapia, outros participantes que passam, já passaram ou passarão pelo que estamos atravessando em nossas vidas. Forma-se, desse modo, um vínculo, um grupo de apoio.

Um livro que me provoca várias questões no debate da literatura terapêutica e da biblioterapia é *Farmácia literária* (2017). Ele é estruturado em capítulos de A a Z, com

palavras-chave para males organizados alfabeticamente. Para cada mal, as autoras fazem indicações de romances, descrevem suas sinopses e incluem comentários divertidos. É um livro descontraído e cheio de bom-humor que nem sempre é para ser levado a sério, com prescrições de romances até para dor de dente, coceira e flatulência. É claro que isso cativa e desperta a curiosidade do leitor, parecendo uma brincadeira. A própria Carla Sousa, que foi orientanda de Clarice Caldin e hoje é uma grande referência no Brasil em biblioterapia, postou em seu Instagram o que pensa do livro<sup>13</sup>, dizendo que não morre de amores por ele, mas que sempre o indica porque pode ser interessante para algumas pessoas interessadas por biblioterapia. Ela também diz que, para ser sincera, acha *Farmácia literária* mais divertido do que útil e que sua grande crítica em relação ao livro é a quantidade de obras estrangeiras desconhecidas de muitos brasileiros. De fato, a maioria das obras são inglesas ou norte-americanas. De títulos brasileiros, há *Grande sertão: veredas*, *Dom Casmurro*, *Memórias póstumas de Brás Cubas*.

Além dessa, vejo outras problemáticas. Logo na capa, está escrito: “Mais de 400 livros para curar males diversos, de depressão e dor de cabeça a coração partido”. Essa chamada ao leitor, uma promessa de cura, parece-me algo bastante ambicioso. Não que métodos alternativos não possam ser eficazes, mas a primeira mensagem que é passada pode dar a entender que *Farmácia literária* substituiria ajuda médica. Pode parecer óbvio que é uma estratégia de marketing, mas nem tão óbvio, se pensarmos que não há controle sobre a quem essa obra chegará e como cada pessoa a interpretará. Desse modo, eu adentraria *Farmácia literária* com certa ressalva, esperando filtrar do livro o melhor que ele tiver a oferecer, mas sem perder de vista que, a título de exemplo, em casos de depressão, um psicoterapeuta e psiquiatra deveriam ser consultados. Caldin chama atenção para isso:

Ao procurar integrar e harmonizar as dimensões sensoriais, afetivas e sociais do ser, a biblioterapia em instante algum reivindica o estatuto de ciência e tampouco dispensa os cuidados médicos ou despreza indicações medicamentosas. Sua preocupação é com a pessoa e não com a doença, com o bem-estar e não com a nosologia. (CALDIN, 2010, p. 188)

---

<sup>13</sup> Este é o link do post: <https://www.instagram.com/p/CbxJ2OnLnQY/?igshid=YmMyMTA2M2Y=>. Acesso em 30/04/2022.

Nessa fala de Caldin, podemos ver a diferença entre terapia e psicoterapia que já discutimos antes.

Isso posto, as autoras Ella Berthoud e Susan Elderkin, ambas biblioterapeutas, garantem: “Nossa crença na eficácia da ficção como a melhor e mais pura forma de biblioterapia se baseia em nossa própria experiência com pacientes, incentivada por uma avalanche de evidências factuais” (BERTHOUD; ELDERKIN; 2017, p. 7). A própria pesquisa que fiz sobre a biblioterapia e as propriedades terapêuticas da literatura de modo geral não deixa dúvidas dessa eficácia em diversos casos e circunstâncias. Contudo, generalizar é sempre uma questão delicada.

Outro ponto a ser considerado é quando há um atendimento personalizado, com um profissional de biblioterapia em contato com seu cliente. Isso permite que o biblioterapeuta de fato conheça as demandas e o contexto de vida daquele que será atendido, podendo receitar obras de maneira individualizada e singular. Uma situação diferente é prometer eficácia de livros receitados de maneira generalizada, como ocorre em *Farmácia literária*.

Seja como for, os seres humanos são tão diferentes como semelhantes. É a partir da referência de nós mesmos, de quem somos, que vamos formando nossas impressões sobre o outro. Muitos saberiam reconhecer de que tipo de leitura um amigo poderia gostar e inclusive ser benéfica para ele. Amadores, recomendamos textos uns aos outros, porque assim é feito há séculos, antes mesmo de o termo biblioterapia surgir, provando que a biblioterapia é apenas mais uma manifestação terapêutica dentre as tantas que a literatura pode oferecer. Não é preciso ser biblioterapeuta para “receitar” livros:

Uma pessoa que ama os livros em certo momento desempenha o papel de “iniciador”, alguém que pode recomendar livros. De um modo informal, pode ser alguém próximo que tenha tido acesso à leitura, pode ser alguém de outro meio social que se tenha conhecido na vida associativa ou na militância. Algumas vezes pode ser um professor, em uma relação personalizada, singular. Também pode ser um bibliotecário ou um assistente social que vai dar à outra pessoa a oportunidade de se relacionar concretamente com os livros e de manipulá-los. (PETIT, 2013, p. 25)

O trecho a seguir, ainda da introdução de *Farmácia literária*, é uma passagem que faz mais jus ao que acredito e encontro comprovado sobre a capacidade terapêutica da literatura.

Às vezes é a história que encanta; em outras é o ritmo da prosa que funciona sobre a psique, acalmando ou estimulando. Às vezes, é uma ideia ou uma atitude sugerida por um personagem em dificuldade ou dilema semelhante. Seja como for, os romances têm o poder de nos transportar para outra existência e nos fazer ver o mundo por outra perspectiva. Quando se está entretido em um romance, incapaz de desviar os olhos da página, está-se vendo o que o personagem vê, tocando o que ele toca, aprendendo o que ele aprende. (BERTHOUD, ELDERKIN, 2017, p. 7-8)

As autoras se referem ao romance porque “curar” com romances é a proposta de seu livro — o título original é *Novel cure* —, mas o que dizem poderia facilmente servir para qualquer tipo de literatura. Mais para o final da introdução, Berthoud e Elderkin enfim fazem um adendo que relativiza um pouco a garantia anterior de cura: “Alguns tratamentos” — contidos em *Farmácia literária* — “**podem** levar à cura completa. Outros simplesmente oferecem consolo, mostrando que você não está sozinho. Todos produzem alívio temporário dos sintomas, devido ao poder da literatura de distrair e transportar” (BERTHOUD, ELDERKIN, 2017, p. 8, grifo meu). No entanto, ainda há um tom muito confiante que se mantém: “Você se sentirá mais saudável, mais feliz e mais sábio com eles [nossos emplastos e cataplasmas ficcionais]” (BERTHOUD; ELDERKIN; 2017, p. 8). Será mesmo? Concluo este capítulo discordando de que seja possível oferecer essa garantia. A ideia de *Farmácia literária* é boa, mas me parece falha por prometer uma generalização que não se sustenta.

No próximo capítulo, leremos o primeiro capítulo de *A paixão segundo G.H.* fazendo direcionamentos que um biblioterapeuta poderia usar em uma roda de biblioterapia. No entanto, esses nomes “biblioterapeuta” e “biblioterapia” não são necessários. Poder-se-ia chamar de roda de leitura e escrita terapêutica também. Afinal, não é necessário ser um biblioterapeuta para mediar uma roda assim e alcançar fins terapêuticos. A terapêuticidade é alcançada também na leitura individual, nas aulas de literatura, na indicação espontânea de livros, entre outros.



### 3. Um olhar terapêutico sobre *A paixão segundo G.H.*, de Clarice Lispector

Um sujeito chega à sua casa e há nela uma estante. Ele está aflito, cheio de angústias, então vê a estante. Parece-lhe uma boa ideia ir até ela e pegar seu livro favorito. Esse sujeito poderia ser tantas pessoas. Se fosse eu, eu procuraria algo de Clarice Lispector, minha autora preferida, justamente por ser tão terapêutica para mim. Eu pegaria o romance *A paixão segundo G.H.* Eu o pego agora para falar dele e de Clarice a você, leitor.

Minha relação com Clarice Lispector começou na época em que eu fazia graduação em Letras Português. Não que eu não a tivesse lido antes, mas ainda não havia sentido a conexão que eu sentiria. Foi passeando em uma livraria que me deparei com um livro que me chamou a atenção, uma edição comemorativa de *A paixão segundo G.H.* que tinha na capa frases isoladas da obra. Aquelas palavras me ganharam, mesmo avulsas, sinal da força das frases de Lispector. Comprei o livro e comecei a lê-lo no mesmo dia, logo que cheguei em casa. Eu me arrepiava, suspirava, suave. Não só a minha mente reagia a Clarice, mas o meu corpo. Gosto de dizer que, enquanto a leio, tenho epifanias tal qual seus personagens. Aquela autora me lia e lê até hoje, em seus contos, crônicas, cartas, romances e citações espalhadas pelo mundo. Mas especialmente *A paixão segundo G.H.*, que, desde então, segue sendo meu livro favorito.

*A paixão segundo G.H.* foi e tem sido meu companheiro ao longo da pandemia de COVID-19. Retorno a ele constantemente e, sempre que o releio, redescubro suas mensagens. Aposto nele, em seu caráter terapêutico, ao trazê-lo para esta dissertação. Outras pessoas, outros sujeitos, também já me contaram o que esse livro pode realizar. Busco, portanto, nas próximas páginas, dar direcionamentos que poderiam ser usados pelo mediador em uma roda terapêutica de leitura/escrita que usasse o primeiro capítulo do livro. São direcionamentos, porém, que partem de mim enquanto leitora e acabam sendo, por isso, pessoais em certa medida. Não há como não serem, mas isso não é um problema, desde que se tenha consciência de que não existe leitura neutra. Cabe retomar, inclusive, a importância do mediador também se expor para possibilitar uma troca com os participantes da roda.

Escolher apenas um capítulo, e logo o primeiro, é importante para dar oportunidade àqueles que nunca leram o livro. O tamanho do capítulo, que é relativamente curto, permite a sua leitura integral por todos para ser trazido para a roda. É até possível

lê-lo em voz alta na hora, junto aos participantes. Reunirei possíveis emoções, sentimentos, pensamentos, insights que poderiam vir à tona.

Também é desejado nos situarmos acerca dos elementos de um processo terapêutico-literário. Não que precisemos estar conscientes deles para vivenciá-los, mas é importante um maior aprofundamento neles no que se refere à pesquisa. Segundo Caldin, são eles “a catarse, na medida em que libera emoções; a identificação com as personagens, no momento em que o sujeito assimila um atributo do outro ficcional; e a introspecção, ou seja, a educação das emoções” (CALDIN, 2009, p. 11).

Por meio de tais mecanismos o ser humano procura restabelecer o precário equilíbrio de sua existência, [...] e volta-se para si mesmo como fonte de conhecimento (pela introspecção); procura harmonizar-se com a essência de existir (pela identificação com as personagens) e se libera (pela catarse). Ao assim fazer, cuida de si. Se a leitura for coletiva, isto é, se houver um mediador de leitura, um bibliotecário, por exemplo, tal mediador agirá como um cuidador, ou, em outras palavras, se preocupará com o cuidar do ser. (CALDIN, 2009, p. 77)

Ainda segundo Caldin, a literatura, “ao mexer com as emoções, realiza uma catarse; pela expressão indireta, permite a empatia, ou, em outras palavras, a identificação; como proporciona refletir sobre o problema, realiza a introspecção” (CALDIN, 2009, p. 124).

Se o envolvimento com a história produzir a catarse, a identificação ou a introspecção (**não necessariamente concomitantes ou sucedâneas**), tal história cumpriu o propósito terapêutico, **mesmo que isso não fique visível ou não seja facilmente detectado**. De fato, no mais das vezes, **apenas o atingido sabe em que medida o texto permitiu-lhe trabalhar as emoções, ativar a imaginação ou fazer uma reflexão**. Os aplicadores da biblioterapia, contudo, apostam no poder de fruição da literatura para a retomada do texto produzir bem-estar ao público de qualquer idade. (CALDIN, 2009, p. 152, grifos meus)

Assim, vou ao encontro de Caldin ao notar tais componentes (catarse, identificação e introspecção) no processo terapêutico com a literatura. Não saberei o quanto outros leitores terão sido tocados pelo texto literário, mas minha aposta é a de que *A paixão segundo G.H.*, aqui o primeiro capítulo, suscita esses elementos no leitor e também pode disparar a escrita, até com frases isoladas, tamanha a sua potência. Eu

mesma poderia grifar várias e ter a certeza de que são capazes de realizar catarse, identificação e/ou introspecção. Talvez a isso se deva tantas frases de Lispector estarem espalhadas por aí, inclusive na internet. Se por um lado pode ser problemático lê-las fora da obra na íntegra, por outro podem justamente fazer com que seu leitor queira ir à obra posteriormente.

O livro começa assim: “— — — — — estou procurando, estou procurando. Estou tentando entender” (LISPECTOR, 2014, p. 9). Eu estou procurando sentido em tudo isso, tentando entender como é que um vírus desmonta todo um sistema e mergulha todo o mundo em caos. Eu estou procurando alternativas para a minha carreira. Estou tentando entender como é que se trabalha tanto e se ganha tão pouco. Estou tentando entender como é que o povo brasileiro se submete a tantos abusos e explorações para sobreviver. Estou procurando emprego, como os outros, como os meus amigos, os meus familiares, os meus colegas.

Estou procurando, estou procurando. Estou tentando entender. “Tentando dar a alguém o que vivi e não sei a quem, mas não quero ficar com o que vivi. Não sei o que fazer do que vivi, tenho medo dessa desorganização profunda” (LISPECTOR, 2014, p. 9). Vem-me esta imagem: alguém de repente joga para você algo muito quente. Você não sabe o que fazer disso, mas não quer ficar com o objeto, vai querer se livrar dele por reflexo para não queimar as mãos. Talvez você o jogue de volta para quem o jogou a você ou para outra pessoa. Talvez é o que a personagem G.H. gostaria de fazer, ela que quer dar a alguém o que viveu, porque não quer ficar com o que viveu, porque não sabe o que fazer do que viveu, porque tem medo de sua desorganização profunda. Quantos de nós não nos sentimos assim? Quantos de nós não gostaríamos de poder trocar de lugar com outra pessoa para não viver certos acontecimentos, para não precisar ficar com o que foi vivido? Quem é que quer ficar com um trauma? Quem é que quer ficar com uma lembrança dolorosa? E quem é que gostaria de ficar com essa “desorganização profunda”? A personagem G.H. está desorganizada, e quantos de nós não estamos? Ou talvez sempre estiveram.

Não confio no que me aconteceu. Aconteceu-me alguma coisa que eu, pelo fato de não a saber como viver, vivi uma outra? A isso quereria chamar desorganização, e teria a segurança de me aventurar, porque saberia depois para onde voltar: para a organização anterior. A isso prefiro chamar desorganização pois não quero me confirmar no que vivi

— na confirmação de mim eu perderia o mundo como eu o tinha, e sei que não tenho capacidade para outro. (LISPECTOR, 2014, p. 9)

Não confiar no que me aconteceu é às vezes não querer acreditar que isso de fato aconteceu. Nem sempre sabemos como viver determinadas situações. Mas o que é viver? Para G.H., não saber como viver uma coisa parece chamar-se desorganização. E é para a organização anterior que ela quer voltar, é claro. Mas é de fato desorganização? Desorganização é só o nome com que G.H. e nós queremos chamar alguma coisa para não confirmar que ela aconteceu, pois, na confirmação de si, G.H. e nós perderíamos o mundo que conhecemos, temendo não termos capacidade para outro, temendo não estarmos prontos para o que vem a seguir, para as mudanças, para o novo. Queremos chamar de desorganização esse novo mundo. Mas esse medo é decerto paralisante, pode nos impedir de seguir em frente. Pode ser justamente o que nos impede de viver. Para saber como viver, talvez G.H. precise justamente ir vivendo. O ditado popular diz que o caminho se faz caminhando.

A questão é que o novo não está pronto. O novo é feito conforme o vivemos. O novo é o futuro. O novo é uma floresta escura, sem placas ou trilhas. O viver é isso, como nos recorda *A insustentável leveza do ser*, de Milan Kundera: “Não existe meio de verificar qual é a boa decisão, pois não existe termo de comparação. Tudo é vivido pela primeira vez e sem preparação. Como se um ator entrasse em cena sem nunca ter ensaiado” (KUNDERA, 1983, p. 14). G.H. sabe disso e é isso que ela teme, esse novo mundo que terá que construir: “Se eu me confirmar e me considerar verdadeira, estarei perdida porque não saberei onde engastar meu novo modo de ser — se eu for adiante nas minhas visões fragmentárias, o mundo inteiro terá que se transformar para eu caber nele” (LISPECTOR, 2014, p. 9). O mundo inteiro terá que se transformar porque ela própria já está se transformando, como a cobra que cresce e precisa trocar de pele porque já não cabe mais na antiga.

Perdi alguma coisa que me era essencial, e que já não me é mais. Não me é necessária, assim como se eu tivesse perdido uma terceira perna que até então me impossibilitava de andar mas que fazia de mim um tripé estável. Essa terceira perna eu perdi. E voltei a ser uma pessoa que nunca fui. Voltei a ter o que nunca tive: apenas as duas pernas. Sei que somente com duas pernas é que posso caminhar. Mas a ausência inútil da terceira me faz falta e me assusta, era ela que fazia de mim uma coisa

encontrável por mim mesma, e sem sequer precisar me procurar. (LISPECTOR, 2014, p. 9-10)

Penso no girino, esse curioso bicho que parece um peixe a princípio e que precisa perder a cauda depois que já possui as quatro pernas. Só assim ele deixa de ser girino e completa a sua transformação em sapo. G.H. me lembra o girino. Somente com duas pernas é que ela pode caminhar, a terceira tornou-se inútil agora, não lhe é mais essencial, é algo que só a atrapalhará a andar, algo que ela arrastará se tentar dar algum passo. Pode até tropeçar, cair. Serve só para que ela se sinta estável, como um bebê em um andador, com a ilusão de que sabe andar. G.H. sente falta da terceira perna e teme estar sem ela porque estava acostumada. O que a personagem chama de desorganização é, na verdade, um chamado para a transformação.

O trecho citado anteriormente mostra que perder pode ser bom, pode ser terapêutico pensar que algo que perdemos não foi uma perda de fato, mas um livramento, como se costuma dizer. Esse modo de ver traz um entendimento positivo desse processo, diferente de como perder e estar perdido são vistos pelo senso comum, como algo ruim. G.H. vem mostrar que o verbo perder faz parte da vida e pode trazer vivências importantes<sup>14</sup>. Esses trechos nos mostram que evitar o perder pode ser, na verdade, prejudicial. Talvez seja melhor aprender a lidar com o sentimento de estar perdido e de perder coisas do que fingir para si mesmo que se encontrou e viver de uma mentira:

Estou desorganizada porque perdi o que não precisava? Nesta minha nova covardia — a covardia é o que de mais novo já me aconteceu, é a minha maior aventura, essa minha covardia é um campo tão amplo que só a grande coragem me leva a aceitá-la —, na minha nova covardia, que é como acordar de manhã na casa de um estrangeiro, não sei se terei coragem de simplesmente ir. É difícil perder-se. É tão difícil que provavelmente arrumarei depressa um modo de me achar, mesmo que achar-me seja de novo a mentira de que vivo. (LISPECTOR, 2014, p. 10)

As palavras de G.H. no trecho anterior confirmam o que foi dito antes. Esse medo que ela chama de covardia é de fato uma grande aventura, uma amplidão. É o mundo novo que a personagem precisa explorar com coragem. G.H. ainda não sabe como ir, o

---

<sup>14</sup> “Quero saber o que mais, ao perder, eu ganhei” (LISPECTOR, 2014, p. 18).

seu movimento é o de ir reunindo a coragem de que precisa. Ela está se preparando para a sua grande jornada.

A última frase do trecho citado revela a importância de sermos sinceros conosco para alcançarmos nossos objetivos. Só podemos mudar aquilo de que temos consciência.

G.H. começa a perceber que achar-se é organizar-se, e que essa organização é uma mania da personagem, que está sempre buscando se achar, organizar tudo em uma espécie de obsessão por controle, para fugir do sentimento de desorganização e de perder-se:

Até agora achar-me era já ter uma ideia de pessoa e nela me engastar: nessa pessoa organizada eu me encarnava, e nem mesmo sentia o grande esforço de construção que era viver. A ideia que eu fazia de pessoa vinha de minha terceira perna, daquela que me plantava no chão. Mas e agora? estarei mais livre? (LISPECTOR, 2014, p. 10)

O campo da desorganização e do perder-se é o campo da falta de controle. Que controle é que temos sobre a vida? O controle é uma ilusão. Quanto mais G.H. tenta ter controle organizando a si mesma e a tudo, achando que assim encontra a si mesma, mais desesperador pode ser para ela a falta de controle. Talvez G.H. e o leitor que se identificar com ela sejam levados à introspecção e aprendam o quão importante é lidar com essa falta de controle que todos temos sobre o viver. Aprender a estar perdido e a perder coisas pode nos ser mais útil do que arrastar por aí uma terceira perna que nos atrapalha a andar na vida, que alimenta a ilusão de que somos totalmente estáveis. Afinal, a estabilidade total é a morte. Viver é cheio de instabilidades.

Mas e agora? estarei mais livre?

Não. Sei que ainda não estou sentindo livremente, que de novo penso porque tenho por objetivo achar — e que por segurança chamarei de achar o momento em que encontrar um meio de saída. Por que não tenho coragem de apenas achar um meio de entrada? Oh, sei que entrei, sim. Mas assustei-me porque não sei para onde dá essa entrada. E nunca antes eu me havia deixado levar, a menos que soubesse para o quê. (LISPECTOR, 2014, p. 10)

G.H. assume que ainda não está livre da terceira perna (e de tudo que a acompanha) porque seu objetivo ainda é achar. Ela ainda quer escapar do novo, da

transformação que a chama. Ela está assustada com entrar nesse novo mundo do perder-se porque não sabe para onde essa nova porta que se abriu leva. Mas não é nos perdendo que também achamos coisas e a nós mesmos? Esse também é um modo de pensar que pode ser terapêutico, pois ressignifica o perder-se e lhe enche de sentido. Até a própria falta de sentido é o sentido. Isso é o que G.H. irá dizer páginas e páginas à frente, lá no segundo capítulo: “o que parece falta de sentido — é o sentido” (LISPECTOR, 2014, p. 33). A personagem também assume que nunca havia se deixado levar, somente se soubesse para o que, ou seja, sempre precisou ter a resposta, ter o controle sobre as respostas. G.H. confirma tudo isso:

Ontem no entanto perdi durante horas e horas a minha montagem humana. Se tiver coragem, eu me deixarei continuar perdida. Mas tenho medo do que é novo e tenho medo de viver o que não entendo — quero sempre ter a garantia de pelo menos estar pensando que entendo, não sei me entregar à desorientação. Como é que se explica que o meu maior medo seja exatamente em relação: a ser? e no entanto não há outro caminho. Como se explica que o meu maior medo seja exatamente o de ir vivendo o que for sendo? como é que se explica que eu não tolere ver, só porque a vida não é o que eu pensava e sim outra — como se antes eu tivesse sabido o que era! Por que é que ver é uma tal desorganização? (LISPECTOR, 2014, p. 10-11)

No final do trecho anterior, G.H. assume que não tolera ver porque a vida não é o que ela pensava. Se fosse do jeito que ela pensava, ela toleraria. Isso me lembra o conto “Perdoando Deus” (2016, p. 403), de Lispector, em que a personagem vai caminhando por Copacabana, encantada com a vida, amando tudo que vê, até o momento em que pisa em um enorme rato morto, logo ela que tem pavor de ratos. Antes do episódio com o rato, ela estava tomada por um sentimento que chama de “ser a mãe de Deus”, ou seja, de tudo que existe, sentindo um amor livre. Pisar no rato é o acontecimento que a confronta: já que ela ama tudo que existe, já que considera Deus tudo que existe, isso incluiria o rato. Depois, ela mesma dispara para longe, fugindo sem suportar mais ver, e fica cheia de revolta com Deus, até perceber que perdoar Deus seria também perdoar a ela mesma. Sigamos com *A paixão segundo G.H.*:

E uma desilusão. Mas desilusão de quê? se, sem ao menos sentir, eu mal devia estar tolerando minha organização apenas construída? Talvez desilusão seja o medo de não pertencer mais a um sistema. No entanto se deveria dizer assim: ele está muito feliz porque finalmente foi

desiludido. O que eu era antes não me era bom. Mas era desse não-bom que eu havia organizado o melhor: a esperança. De meu próprio mal eu havia criado um bem futuro. O medo agora é que meu novo modo não faça sentido? Mas por que não me deixo guiar pelo que for acontecendo? Terei que correr o sagrado risco do acaso. E substituirei o destino pela probabilidade. (LISPECTOR, 2014, p. 11)

G.H. vai, cada vez mais, tomando consciência de que sua organização era apenas algo que ela construiu para se proteger, um sistema no qual ela teria controle sobre as coisas. G.H. é também nós. Quantos de nós não nos escondemos em padrões, zonas de conforto? O leitor, ao se identificar com esse trecho, pode novamente ser levado à introspecção, percebendo a necessidade de sair de suas próprias zonas de conforto e de quebrar padrões para realizar o que almeja. Afinal, desilusão é bom. Não é assim, G.H.? Desiludir-se é tomar consciência do que não era bom para nós, por mais que tivéssemos esperança de que fosse bom. Desiludir-se é tomar consciência de nossos medos, que nos travam. G.H. confronta a si mesma e convida o leitor a fazer o mesmo: por que não se deixar guiar pelo que for acontecendo? Por que não correr o sagrado risco do acaso? O convite é abrir mão da ilusão de que temos controle sobre a vida, o convite é assumirmos nossa falta de controle para então podermos exercer nossa liberdade dentro das possibilidades que a vida nos apresenta.

G.H. diz: “No entanto na infância as descobertas terão sido como num laboratório onde se acha o que se achar? Foi como adulto então que eu tive medo e criei a terceira perna? Mas como adulto terei a coragem infantil de me perder?” (LISPECTOR, 2014, p. 11). Nascemos com puro instinto, praticamente livres dos traços da civilização. É a criação que nossos responsáveis nos dão que vai nos moldando a viver em sociedade, que vai introduzindo em nós seus sistemas, e assim vamos criando nossos padrões mentais. G.H. deve desaprender certos sistemas e o medo de ser adulta para recobrar a liberdade e a coragem da infância.

Há um paradoxo importante, “perder-se significa ir achando e nem saber o que fazer do que se for achando. As duas pernas que andam, sem mais a terceira que prende” (LISPECTOR, 2014, p. 11). Aqui, G.H. está a dar seus primeiros passos, como uma nova infância, uma criança que reaprende a andar, o leitor a tomar coragem junto à personagem, mesmo que o medo ainda faça querer voltar atrás: “E eu quero ser presa” (LISPECTOR, 2014, p. 11).



Não sei o que fazer da aterradora liberdade que pode me destruir. Mas enquanto eu estava presa, estava contente? ou havia, e havia, aquela coisa sonsa e inquieta em minha feliz rotina de prisioneira? ou havia, e havia, aquela coisa latejando, a que eu estava tão habituada que pensava que latejar era ser uma pessoa. É? também, também. (LISPECTOR, 2014, p. 11)

Há o medo da liberdade, mas há também a consciência de que antes havia uma prisão, há a dúvida de se antes G.H. era ou não era contente e feliz. O que é ser uma pessoa afinal, se latejar — aquilo que a personagem conhecia como ser pessoa, sua identidade — começa a desintegrar-se? É preciso que uma nova identidade nasça. E como pode ser desorientador perdermos nossa forma e querermos retomar o antigo sistema, aquelas antigas “verdades” de que fomos desiludidos:

Fico tão assustada quando percebo que durante horas perdi minha formação humana. Não sei se terei uma outra para substituir a perdida. Sei que precisarei tomar cuidado para não usar sub-repticiamente uma nova terceira perna que em mim renasce fácil como capim, e a essa perna protetora chamar de “uma verdade”. (LISPECTOR, 2014, p. 12)

É preciso coragem para recriarmos quem somos. Diversas vezes ao longo da vida nossa identidade será posta em xeque: do que gostamos? O que queremos? Quem somos? Lispector toca em um processo muito comum para o ser humano.

Mas é que também não sei que forma dar ao que me aconteceu. E sem dar uma forma, nada me existe. E — e se a realidade é mesmo que nada existiu?! quem sabe nada me aconteceu? Só posso compreender o que me acontece mas só acontece o que eu compreendo — que sei do resto? o resto não existiu. Quem sabe nada existiu! Quem sabe me aconteceu apenas uma lenta e grande dissolução? E que minha luta contra essa desintegração está sendo esta: a de tentar agora dar-lhe uma forma? Uma forma contorna o caos, uma forma dá construção à substância amorfa — a visão de uma carne infinita é a visão dos loucos, mas se eu cortar a carne em pedaços e distribuí-los pelos dias e pelas fomes — então ela não será mais a perdição e a loucura: será de novo a vida humanizada.

A vida humanizada. Eu havia humanizado demais a vida. (LISPECTOR, 2014, p. 12)

Diante desse trecho, eu diria bem assim ao leitor: fique um momento com esse texto, respire nele, sinta o que ele lhe faz. Essa é uma técnica que aprendi com o curso “Biblioterapia e liberdade”, de Seixas. Gosto dessa técnica porque a respiração faz com que nos situemos no momento presente e em nosso corpo. Isso é importante porque a literatura também é sentida com o corpo; pode-se sentir arrepios, suspirar, chorar, estremecer, entre outros. Pois bem, esse trecho me faz refletir sobre o entendimento que temos das coisas, dos acontecimentos. O que existe para nós é a maneira como vemos determinada situação, como a sentimos. Isso me liberta, é catártico porque percebo que os perigos que vejo ao estar ansiosa só existem em minha mente, podem não existir na realidade, pelo menos não na proporção que lhes dou. Sinto uma sensação de alívio.

Pelo que é sabido de G.H., dar forma é organizar. Quando estamos perdidos, não temos uma forma certa, estamos entregues ao acaso. G.H. diz que precisa dar forma às coisas para que elas existam. Talvez o leitor se identifique com esse trecho porque só sabemos olhar para o que tem forma, o que é amorfo nos assusta, mas é preciso passar pela dissolução para o novo ir sendo criado. É como a imagem da fênix, que renasce das cinzas. G.H. ainda quer controlar o caos, ainda tem medo, mas ela já está a caminho da transformação que a chama. O ditado popular diz: está com medo? Vá com medo mesmo. Vá com medo mesmo, G.H. Vá com medo mesmo, leitor.

G.H. quer humanizar a vida. O que entendo disso é que G.H. quer o civilizatório, quer domesticar o instinto, quer domesticar a própria vida. Essa é outra maneira de querer ter controle, querer ter uma coleira para usar, como se a vida fosse um cachorro enorme e solto. G.H. humanizou demais a vida e agora precisa reaprender o mundo natural. O que humanizamos demais? Será que por vezes não esquecemos que fazemos parte da natureza? O quanto nos afastamos do ser natural? Mesmo afastados, precisamos da natureza, e destruí-la é destruir a nós mesmos. Talvez isso leve o leitor à introspecção e a uma mudança de atitude, por um cuidado com o meio ambiente. Será que racionalizar demais também não é humanizar demais a vida? Seguir a intuição, o instinto parece mais natural. Talvez com isso o leitor aprenda um novo caminho, encontre uma alternativa à racionalização exagerada.

Mas como faço agora? Devo ficar com a visão toda, mesmo que isso signifique ter uma verdade incompreensível? ou dou uma forma ao nada, e este será o meu modo de integrar em mim a minha própria desintegração? Mas estou tão pouco preparada para entender. Antes,

sempre que eu havia tentado, meus limites me davam uma sensação física de incômodo, em mim qualquer começo de pensamento esbarra logo com a testa. Cedo fui obrigada a reconhecer, sem lamentar, os esbarros de minha pouca inteligência, e eu desdizia o caminho. Sabia que estava fadada a pensar pouco, raciocinar me restringia dentro de minha pele. Como pois inaugurar agora em mim o pensamento? e talvez só o pensamento me salvasse, tenho medo da paixão. (LISPECTOR, 2014, p. 12-13)

As várias interrogações que G.H. usa denotam as suas dúvidas, o quanto está perdida e desintegrada. A personagem diz estar pouco preparada para entender, mas talvez o caminho, G.H., não seja pelo entender, mas pelo sentir, pois a saúde está no equilíbrio. Além disso, que garantia temos de que estamos entendendo certo? É o que eu responderia a mim mesma, eu que sempre quero entender tudo. E os outros leitores? O que responderiam para si mesmos e para G.H.?

*A paixão segundo G.H.* é um título curioso, faz referência à paixão de Jesus Cristo, que compreende os seus sofrimentos que antecedem a Última Ceia e vão até a sua crucificação. Paixão vem do latim, *passio*, que significa sofrimento. G.H. teme sentir os sofrimentos de sua própria paixão e busca se agarrar ao pensar para escapar. O caminho, no entanto, parece ser pelo sentir. Não há como deixar de sentir o que está por vir.

Já que tenho de salvar o dia de amanhã, já que tenho que ter uma forma porque não sinto força de ficar desorganizada, já que fatalmente precisarei enquadrar a monstruosa carne infinita e cortá-la em pedaços assimiláveis pelo tamanho de minha boca e pelo tamanho da visão de meus olhos, já que fatalmente sucumbirei à necessidade de forma que vem de meu pavor de ficar indelimitada — então que pelo menos eu tenha a coragem de deixar que essa forma se forme sozinha como uma crosta que por si mesma endurece, a nebulosa de fogo que se esfria em terra. E que eu tenha a grande coragem de resistir à tentação de inventar uma forma. (LISPECTOR, 2014, p. 13)

G.H. aceita a sua missão e começa a delinear um meio-termo, já que ainda não consegue deixar sua necessidade de dar forma. Isso é importante porque, para isso, ela precisa reconhecer seus limites e saber o que suporta para delinear esse meio-termo. Ir aos poucos parece uma maneira sábia de fazer o que tem de fazer. É como se a personagem dissesse: “Já que tem de ser feito, farei dessa maneira.” Ela encarna certa autonomia no processo fazendo um apelo a si mesma, que mostra o quanto G.H. já está mais solta e entregue: ela suplica que pelo menos a forma se forme sozinha e não seja

G.H. a inventar essa forma. Isso ainda não é abrir mão de todo o controle, mas já é um avanço.

Esse esforço que farei agora por deixar subir à tona um sentido, qualquer que seja, esse esforço seria facilitado se eu fingisse escrever para alguém.

Mas receio começar a compor para poder ser entendida pelo alguém imaginário, receio começar a “fazer” um sentido, com a mesma mansa loucura que até ontem era o meu modo sadio de caber num sistema. Terei que ter a coragem de usar um coração desprotegido e de ir falando para o nada e para o ninguém? assim como uma criança pensa para o nada. E correr o risco de ser esmagada pelo acaso.

Não compreendo o que vi. E nem mesmo sei se vi, já que meus olhos terminaram não se diferenciando da coisa vista. Só por um inesperado tremor de linhas, só por uma anomalia na continuidade ininterrupta de minha civilização, é que por um átimo experimentei a vivificadora morte. A fina morte que me fez manusear o proibido tecido da vida. É proibido dizer o nome da vida. E eu quase o disse. Quase não me pude desembaraçar de seu tecido, o que seria a destruição dentro de mim de minha época. (LISPECTOR, 2014, p. 13-14)

Respira novamente nesse trecho, leitor. Sente o que deve ser sentido. Entende o que deve ser entendido. Dá para sentir o tecido dessa vida que se inicia? O que entendo por esse trecho é que a morte de um ciclo é o início de outro. Também vejo o medo de G.H. em fazer sozinha o que precisa fazer. Esse alguém imaginário que ela quer criar não é incomum, as crianças criam amigos imaginários, é do ser humano buscar auxílio no outro. Há momentos, no entanto, em que precisamos lutar sozinhos para conquistar nossa autonomia, saber ser independentes quando for necessário, pois não é sempre que teremos alguém ao nosso lado.

Talvez o que me tenha acontecido seja uma compreensão — e que, para eu ser verdadeira, tenho que continuar a não estar à altura dela, tenho que continuar a não entendê-la. Toda compreensão súbita se parece muito com uma aguda incompreensão.

Não. Toda compreensão súbita é finalmente a revelação de uma aguda incompreensão. Todo momento de achar é um perder-se a si próprio. Talvez me tenha acontecido uma compreensão tão total quanto uma ignorância, e dela eu venha a sair intocada e inocente como antes. Qualquer entender meu nunca estará à altura dessa compreensão, pois viver é somente a altura a que posso chegar — meu único nível é viver. (LISPECTOR, 2014, p. 14)

Toda compreensão se parece com uma incompreensão porque, afinal, quem é que pode ter certeza de tudo? É como entoar a famosa frase de Sócrates: “Só sei que nada sei.” Quando compreendo, sei que posso estar errando, sei que há muito mais a aprender, assim acolho a humildade necessária para viver. Só podemos ter certeza de que estamos vivendo.

Só que agora, agora sei de um segredo. Que já estou esquecendo, ah sinto que já estou esquecendo...

Para sabê-lo de novo, precisaria agora remorrer. E saber será talvez o assassinato de minha alma humana. E não quero, não quero. O que ainda poderia me salvar seria uma entrega à nova ignorância, isso seria possível. Pois ao mesmo tempo que luto por saber, a minha nova ignorância, que é o esquecimento, tornou-se sagrada. Sou a vestal de um segredo que não sei mais qual foi. E sirvo ao perigo esquecido. Soube o que não pude entender, minha boca ficou selada, e só me restaram os fragmentos incompreensíveis de um ritual. Embora pela primeira vez eu sinta que meu esquecimento esteja enfim ao nível do mundo. Ah, e nem ao menos quero que me seja explicado aquilo que para ser explicado teria que sair de si mesmo. Não quero que me seja explicado o que de novo precisaria da validação humana para ser interpretado. (LISPECTOR, 2014, p. 14)

G.H. passa por um processo de desumanização para alcançar uma identidade autêntica, pois pode-se dizer que antes ela era inautêntica<sup>15</sup> como pessoa. Na apresentação do livro, Lispector escreve assim:

#### A POSSÍVEIS LEITORES

Este livro é como um livro qualquer.

Mas eu ficaria contente se fosse lido apenas por pessoas de alma já formada.

Aquelas que sabem que a aproximação, do que quer que seja, se faz gradualmente e penosamente — atravessando inclusive o oposto daquilo que se vai aproximar.

Aquelas pessoas que, só elas, entenderão bem devagar que este livro nada tira de ninguém.

---

<sup>15</sup> Retomo este trecho: “Não sei o que fazer da aterradora liberdade que pode me destruir. Mas enquanto eu estava presa, estava contente? ou havia, e havia, aquela coisa sonsa e inquieta em minha feliz rotina de **prisioneira? ou havia, e havia, aquela coisa latejando, a que eu estava tão habituada que pensava que latejar era ser uma pessoa. É? também, também?**” (LISPECTOR, 2014, p. 11, grifos meus).

A mim, por exemplo, o personagem G.H. foi dando pouco a pouco uma alegria difícil; mas chama-se alegria.

C.L. (LISPECTOR, 2014, p. 5)

Essa mensagem ao leitor me faz questionar o quão possível ela é. É possível haver uma pessoa de alma formada? Não somos nós uma sucessão de almas se desintegrando e se reerguendo? Somos um emaranhado de mudanças, em constante transformação. Eu me pergunto o quanto de paradoxal, intencionalmente, há nesse trecho, pois o que mais noto é que serão justamente as pessoas de alma não formada, as perdidas, que mais se identificarão com G.H. Quem afinal não está, esteve ou estará perdido? Que atire a primeira pedra. É ao não humano, ao amorfo, que G.H. deve entregar-se. É a essa perdição que ela se entregou e que agora relembra. A morte de uma alma, o nascimento de outra:

Vida e morte foram minhas, e eu fui monstruosa. Minha coragem foi a de um sonâmbulo que simplesmente vai. Durante as horas de perdição tive a coragem de não compor nem organizar. E sobretudo a de não prever. Até então eu não tivera a coragem de me deixar guiar pelo que não conheço e em direção ao que não conheço: minhas previsões condicionavam de antemão o que eu veria. Não eram as antevistas da visão: já tinham o tamanho de meus cuidados. Minhas previsões me fechavam o mundo.

Até que por horas desisti. E, por Deus, tive o que eu não gostaria. Não foi ao longo de um vale fluvial que andei — eu sempre pensara que encontrar seria fértil e úmido como vales fluviaes. Não contava que fosse esse grande desencontro.

Para que eu continue humana meu sacrifício será o de esquecer? Agora saberei reconhecer na face comum de algumas pessoas que — que elas esqueceram. E nem sabem mais que esqueceram o que esqueceram.

Eu vi. Sei que vi porque não dei ao que vi o meu sentido. Sei que vi — porque não entendo. Sei que vi — porque para nada serve o que vi. Escuta, vou ter que falar porque não sei o que fazer de ter vivido. Pior ainda: não quero o que vi. O que vi arreventa a minha vida diária. Desculpa eu te dar isto, eu bem queria ter visto coisa melhor. Toma o que vi, livra-me de minha inútil visão, e de meu pecado inútil. (LISPECTOR, 2014, p. 14-15)

Esse trecho revela que o percurso pode ser penoso na vida, com sacrifícios inclusive, para se alcançar o que se almeja. Isso pode ser reconfortante, porque vemos que não apenas nós passamos por isso. É por isso que G.H. passou e está passando. Quanto ao esquecimento, podemos pensar nele como uma maldição e uma dádiva. Uma maldição porque esquecemos os bons momentos, esquecemos o que é importante,

esquecemos o que aprendemos. Mas também é uma dádiva, pois permite que esqueçamos o que de ruim nos aconteceu, permite que os traumas e as feridas fiquem para trás progressivamente e que os substituamos por outras coisas, assim se dá a superação. Esse aprendizado ao qual esse trecho nos leva é uma maneira de enxergar com maior aceitação o esquecimento, que geralmente é visto somente através de uma lente negativa.

O que me chama atenção é o excerto “Escuta, vou ter que falar porque não sei o que fazer de ter vivido” (LISPECTOR, 2014, p. 15). Ele me toca profundamente, e acredito que a todos que já sentiram ou sentirão isso de não saber o que fazer de ter vivido. O que fazer com o que vivemos até agora? O que fazer a partir de agora com nossa vida? É algo tão comum ao ser humano, que está sempre a buscar uma continuidade. Esse excerto nos indica um caminho: falar. E ter quem escute. O cerne da catarse. Esse excerto me impele não só a falar, mas a escrever, e poderia ser usado em uma proposta de escrita dentro de uma roda de biblioterapia para inspirar os participantes e motivá-los a falar (e escrever).

Estou tão assustada que só poderei aceitar que me perdi se imaginar que alguém me está dando a mão.

Dar a mão a alguém sempre foi o que esperei da alegria. Muitas vezes antes de adormecer — nessa pequena luta por não perder a consciência e entrar no mundo maior — muitas vezes, antes de ter a coragem de ir para a grandeza do sono, finjo que alguém está me dando a mão e então vou, vou para a enorme ausência de forma que é o sono. E quando mesmo assim não tenho coragem, então eu sonho. (LISPECTOR, 2014, p. 15-16)

Dar a mão é receber ajuda, como quando estamos no fundo do poço e alguém nos puxa para conseguirmos sair. Ou ao menos nos consola ao ficar ali conosco, dar a mão é também isto: “Estou aqui com você.” É mais fácil quando o fardo é dividido. G.H. é esperta ao imaginar esse alguém que lhe dá a mão, como um recurso para se sentir melhor em seus momentos de medo. Isso nos instiga a criar nossas próprias estratégias para lidar com nossos obstáculos. Poderia ser por isso que a biblioterapia enfatiza o coletivo.

Ir para o sono se parece tanto com o modo como agora tenho de ir para a minha liberdade. Entregar-me ao que não entendo será pôr-me à beira do nada. Será ir apenas indo, e como uma cega perdida num campo. Essa coisa sobrenatural que é viver. O viver que eu havia domesticado

para torná-lo familiar. Essa coisa corajosa que será entregar-me, e que é como dar a mão à mão mal-assombrada do Deus, e entrar por essa coisa sem forma que é um paraíso. Um paraíso que não quero! (LISPECTOR, 2014, p. 16)

A imagem de dar a mão pode ser muito potente se pensarmos que ela pode sintetizar o terapêutico. Dar a mão é justamente o que o terapêutico faz. A literatura pode ser essa imensa mão que por vezes nos é estendida enquanto atravessamos a noite.

Não é confortável caminhar com os olhos vendados, dá-nos medo sim, mas essa é a maneira de G.H. alcançar a sua liberdade, esse paraíso que a amedronta. Ela reconhece a sua coragem, o que é importante de se fazer, pois nem sempre reconhecemos nossos méritos. Ao identificar-se como corajosa, é como se G.H. também chamasse de corajoso o leitor que se identifica com ela. Não adianta domesticar a vida, isso não impedirá que ela ataque e até morda.

“Enquanto escrever e falar vou ter que fingir que alguém está segurando a minha mão” (LISPECTOR, 2014, p. 16). Eu usaria esse trecho em uma roda de biblioterapia para inspirar e confortar os participantes que estão tomando coragem para escrever e falar o que sentiram durante a leitura, pois é um trecho que possui um grande potencial de identificação.

Oh pelo menos no começo, só no começo. Logo que puder dispensá-la, irei sozinha. Por enquanto preciso segurar esta tua mão — mesmo que não consiga inventar teu rosto e teus olhos e tua boca. Mas embora decepada, esta mão não me assusta. A invenção dela vem de tal ideia de amor como se a mão estivesse realmente ligada a um corpo que, se não vejo, é por incapacidade de amar mais. Não estou à altura de imaginar uma pessoa inteira porque não sou uma pessoa inteira. E como imaginar um rosto se não sei de que expressão de rosto preciso? Logo que puder dispensar tua mão quente, irei sozinha e com horror. O horror será a minha responsabilidade até que se complete a metamorfose e que o horror se transforme em claridade. Não a claridade que nasce de um desejo de beleza e moralismo, como antes mesmo sem saber eu me propunha; mas a claridade natural do que existe, e é essa claridade natural o que me aterroriza. Embora eu saiba que o horror — o horror sou eu diante das coisas. (LISPECTOR, 2014, p. 16)

Com a continuidade da leitura do texto, G.H. aponta para a possibilidade de conseguir sozinha, pois diz que segurará essa mão apenas no começo. Isso também é uma mensagem importante, porque delinea para o leitor o caminho que ele próprio terá de



seguir: o auxílio vai só até certo ponto, depois é preciso ter autonomia para realizar o necessário.

Por enquanto estou inventando a tua presença, como um dia também não saberei me arriscar a morrer sozinha, morrer é do maior risco, não saberei passar para a morte e pôr o primeiro pé na primeira ausência de mim — também nessa hora última e tão primeira inventarei a tua presença desconhecida e contigo começarei a morrer até poder aprender sozinha a não existir, e então eu te libertarei. Por enquanto eu te prendo, e tua vida desconhecida e quente está sendo a minha única íntima organização, eu que sem a tua mão me sentiria agora solta no tamanho enorme que descobri. No tamanho da verdade?

Mas é que a verdade nunca me fez sentido. A verdade não me faz sentido! É por isso que eu a temia e a temo. Desamparada, eu te entrego tudo — para que faças disso uma coisa alegre. (LISPECTOR, 2014, p. 16-17)

G.H. se segura à mão para não se perder no tamanho da verdade. O que é “a verdade” se não a realidade que se impõe a nós? Podemos recorrer ao terapêutico nesses momentos de grande aflição e encontrar (ou inventar) a mão estendida de que precisamos.

A morte é um tema complicado para o ser humano, pois é o grande desconhecido, é a “ausência”, o “não existir”. Acredito que o trecho citado nos auxilia a lidarmos com a nossa morte, dá-nos um recurso para nos sentirmos mais confortados nesse momento tão difícil para a maioria das pessoas. É certo que nem todos morrem assim, gradativamente, muitos morrem de repente. O que importa é que, para os que sentirão que a hora de sua morte chegou, imaginar uma companhia, como a de alguma pessoa querida, pode ser tranquilizador.

“Por te falar eu te assustarei e te perderei? mas se eu não falar eu me perderei, e por me perder eu te perderia” (LISPECTOR, 2014, p. 17). Chegamos agora a um trecho importantíssimo. É uma dessas frases que, mesmo soltas, têm grande poder para realizar transformações. É uma frase que leva à introspecção, pois faz refletir sobre ser sincero consigo mesmo e com o outro. É preciso sermos nós mesmos. Se fingimos ser quem não somos, não podemos saber o que acham de nós de verdade, se somos amados por exemplo. Assim, nos perdemos de nós e perdemos o outro.

A verdade não faz sentido, a grandeza do mundo me encolhe. Aquilo que provavelmente pedi e finalmente tive, veio no entanto me deixar

carente como uma criança que anda sozinha pela terra. Tão carente que só o amor de todo o universo por mim poderia me consolar e me cumular, só um tal amor que a própria célula-ovo das coisas vibrasse com o que estou chamando de um amor. Daquilo a que na verdade apenas chamo mas sem saber-lhe o nome.

Terá sido o amor o que vi? Mas que amor é esse tão cego como o de uma célula-ovo? foi isso? aquele horror, isso era amor? amor tão neutro que — não, não quero ainda me falar, falar agora seria precipitar um sentido como quem depressa se imobiliza na segurança paralisadora de uma terceira perna. Ou estarei apenas adiando o começar a falar? por que não digo nada e apenas ganho tempo? Por medo. (LISPECTOR, 2014, p. 17)

A verdade muitas vezes, de fato, não faz sentido, de tal modo que nos sentimos minúsculos diante do mundo, até com vontade de encolher. “Em que momentos você já se sentiu assim?”, pode ser perguntado para os participantes de uma roda de biblioterapia. Não é necessário dizer em voz alta a resposta, mas apenas tomar consciência dela, embora seja muito comum dividirmos o que estamos sentindo e pensando em uma roda como essa. Há momentos como esses em que só todo o amor do universo poderia nos consolar, é assim que G.H. se sente, é assim que muitos de nós já se sentiram ao longo da vida. Partilhar com o grupo que momentos foram esses pode ser catártico, pode trazer alívio colocar para fora. No final do trecho, G.H. conclui que adia o momento de falar por medo. Não seria surpresa se houvesse participantes da roda que se identificassem com ela nisso, portanto essa frase pode ser usada para motivá-los, mas sem pressioná-los, a abandonarem a timidez e a vergonha. O que vem a seguir é isto: “É preciso coragem para me aventurar numa tentativa de concretização do que sinto. É como se eu tivesse uma moeda e não soubesse em que país ela vale. Será preciso coragem para fazer o que vou fazer: dizer” (LISPECTOR, 2014, p. 17-18). O trecho fala por si mesmo.

Será preciso coragem para fazer o que vou fazer: dizer. E me arriscar à enorme surpresa que sentirei com a pobreza da coisa dita. Mal a direi, e terei que acrescentar: não é isso, não é isso! Mas é preciso também não ter medo do ridículo, eu sempre preferi o menos ao mais por medo também do ridículo: é que há também o dilaceramento do pudor. Adio a hora de me falar. Por medo?

E porque não tenho uma palavra a dizer.

Não tenho uma palavra a dizer. Por que não me calo, então? Mas se eu não forçar a palavra a mudez me engolfará para sempre em ondas. A palavra e a forma serão a tábua onde boiarei sobre vagalhões de mudez.

E se estou adiando começar é também porque não tenho guia. O relato de outros viajantes poucos fatos me oferecem a respeito da viagem:

todas as informações são terrivelmente incompletas. (LISPECTOR, 2014, p. 18)

Talvez os participantes da roda, como G.H., se surpreendam com “a pobreza da coisa dita”. Talvez também sejam tomados pela sensação de que “não é isso, não é isso!”, não sabendo pôr em palavras. É difícil se confrontar com o perfeccionismo, com o sentimento de que não está bom, de que o que escrevemos/dizemos vale pouco ou não vale nada. Mas também isso é digno de importância. Isso é válido para uma escrita mais livre, mas também para a própria escrita acadêmica. G.H. adverte que é preciso não ter medo do ridículo, ainda que ela mesma sinta esse medo e adie a hora de falar. Ela também afirma que não tem o que dizer. Mas acredito que a gente se subestima quando pensa que não tem o que dizer/escrever. Para onde vai esse tanto de coisa que a gente absorve no dia a dia? Às vezes não vai para canto nenhum, mas e se fosse? E se virasse uma fala, um texto? O que essas palavras teriam a nos dizer? Ao se fazer um uso terapêutico da literatura, pode-se criar um espaço de acolhimento propício para que o que está em nós buscando vazão saia. E assim G.H. vai se permitindo:

Sinto que uma primeira liberdade está pouco a pouco me tomando... Pois nunca até hoje temi tão pouco a falta de bom gosto: escrevi “vagalhões de mudez”, o que antes eu não diria porque sempre respeitei a beleza e a sua moderação intrínseca. Disse “vagalhões de mudez”, meu coração se inclina humilde, e eu aceito. Terei enfim perdido todo um sistema de bom gosto? Mas será este o meu ganho único? Quanto eu devia ter vivido presa para sentir-me agora mais livre somente por não rezear mais a falta de estética... Ainda não pressinto o que mais terei ganho. Aos poucos, quem sabe, irei percebendo. Por enquanto o primeiro prazer tímido que estou tendo é o de constatar que perdi o medo do feio. E essa perda é de uma tal bondade. É uma doçura.

Quero saber o que mais, ao perder, eu ganhei. Por enquanto não sei: só ao me reviver é que vou viver. (LISPECTOR, 2014, p. 18)

Conforme abre mão do medo do feio, do ridículo, do perfeccionismo, da vergonha, G.H. consegue experienciar os primeiros momentos de prazer e liberdade. Só deixando morrer em si quem ela era e abrindo espaço para a nova G.H. é que ela vai descobrir que se ganha muito ao abrir mão de outras coisas, ao perdê-las.

Mas como me reviver? Se não tenho uma palavra natural a dizer. Terei que fazer a palavra como se fosse criar o que me aconteceu?

Vou criar o que me aconteceu. Só porque viver não é relatável. Viver não é vivível. Terei que criar sobre a vida. E sem mentir. Criar sim, mentir não. Criar não é imaginação, é correr o grande risco de se ter a realidade. Entender é uma criação, meu único modo. Precisarei com esforço traduzir sinais de telégrafo — traduzir o desconhecido para uma língua que desconheço, e sem sequer entender para que valem os sinais. Falarei nessa linguagem sonâmbula que se eu estivesse acordada não seria linguagem.

Até criar a verdade do que me aconteceu. Ah, será mais um grafismo que uma escrita, pois tento mais uma reprodução do que uma expressão. Cada vez preciso menos me exprimir. Também isto perdi? Não, mesmo quando eu fazia esculturas eu já tentava apenas reproduzir, e apenas com as mãos. (LISPECTOR, 2014, p. 19)

Não raro criamos nossa própria realidade. A maneira como encaramos a vida acaba por ditar grande parte do real. Uma mesma situação pode ser vista de modos distintos. Cada um tem sua lente sobre a realidade, cada um a entende de diferentes formas a partir de idealizações, abstrações, influências, interesses. “Entender é uma criação” (LISPECTOR, 2014, p. 19), é criar uma possibilidade de verdade sobre a vida, uma maneira de enxergar. É interpretação. Isso também cabe para a arte, para a maneira como o leitor lê, para a maneira como o crítico, o acadêmico entendem a literatura.

Muitas vezes na vida morremos e revivemos, atravessamos fases, nos transformamos em novas pessoas. Não basta, no entanto, se entregar ao desconhecido e permitir que o eu do passado morra, é necessário agir, criar o novo eu. O que G.H. e nós temos feito para “criar sobre a vida”? G.H. reitera que, nesse processo, deve-se criar, mas sem mentir.

Ficarei perdida entre a mudez dos sinais? Ficarei, pois sei como sou: nunca soube ver sem logo precisar mais do que ver. Sei que me horrorizarei como uma pessoa que fosse cega e enfim abrisse os olhos e enxergasse — mas enxergasse o quê? Um triângulo mudo e incompreensível. Poderia essa pessoa não se considerar mais cega só por estar vendo um triângulo incompreensível?

Eu me pergunto: se eu olhar a escuridão com uma lente, verei mais que a escuridão? a lente não devassa a escuridão, apenas a revela ainda mais. E se eu olhar a claridade com uma lente, com um choque verei apenas a claridade maior. Enxerguei mas estou tão cega quanto antes porque enxerguei um triângulo incompreensível. A menos que eu também me transforme no triângulo que reconhecerá no incompreensível triângulo a minha própria fonte e repetição. (LISPECTOR, 2014, p. 19)

Esse é um dos trechos que considero mais nebulosos. Nas primeiras vezes em que eu tentava entendê-lo, me via “perdida entre a mudez dos sinais”, querendo “mais do que ver”. Mas quem nunca se sentiu assim diante de um texto? Será que não ficamos parecidos com G.H., que precisa ter o controle de tudo, quando impomos a nós mesmos que precisamos entender tudo do texto literário? Por que é preciso racionalizar todo o texto literário, traduzi-lo, se há outras maneiras de experienciá-lo? Eu poderia interpretar o que é o triângulo, por exemplo, e entregar uma análise aos participantes da roda, como também eles poderiam fazer. Eu poderia tentar entender o que G.H. “quis dizer”, mas acredito que, mais rico do que isso, seria deixar que todos sentissem o texto, respirassem nele por um minuto, e deixassem vir o que tivesse de vir, seja uma análise, seja um sentimento, já que existem tantas maneiras de ler um texto. Para G.H., não basta ver a “verdade”. Ela precisa “mais do que ver”. Será que não fazemos o mesmo? Vemos o texto literário, mas então precisamos “mais do que ver”. “O que mais vemos que precisamos ‘mais do que ver’? Por que não basta apenas ver?”, poderia ser perguntado aos participantes da roda.

Estou adiando. Sei que tudo o que estou falando é só para adiar — adiar o momento em que terei que começar a dizer, sabendo que nada mais me resta a dizer. Estou adiando o meu silêncio. A vida toda adiei o silêncio? mas agora, por desprezo pela palavra, talvez enfim eu possa começar a falar. (LISPECTOR, 2014, p. 20)

G.H. pode estar adiando, mas acredito que até o que escolhemos para adiar não é por acaso, também isso tem importância. O trajeto é importante. Outra leitura é pensarmos em como o silêncio nos incomoda, a ponto de fazermos como G.H. Mas por que o silêncio incomoda? O que há para se temer no silêncio? É algo acerca do qual se pode refletir em conjunto na roda.

Os sinais de telégrafo. O mundo eriçado de antenas, e eu captando o sinal. Só poderei fazer a transcrição fonética. Há três mil anos desvair-me, e o que restaram foram fragmentos fonéticos de mim. Estou mais cega do que antes. Vi, sim. Vi, e me assustei com a verdade bruta de um mundo cujo maior horror é que ele é tão vivo que, para admitir que estou tão viva quanto ele — e minha pior descoberta é que estou tão viva quanto ele — terei que alçar minha consciência de vida exterior a um ponto de crime contra a minha vida pessoal. (LISPECTOR, 2014, p. 20)

Nos parágrafos finais do capítulo 1, G.H. está quase apta a falar, o que será feito no capítulo 2. Por ora, ela ainda nos conta como tenta entender, como tenta captar o sinal. Tem diante de si apenas uma transcrição fonética, apenas sons, sem o significado para dar sentido. Ver a verdade às vezes cega. É exatamente como olhar para uma luz muito forte. Querer mais do que ver essa claridade intensa só a cegará ainda mais, é demais para os seus olhos. Que verdades descobrimos que são tão intensas que chegam a cegar? G.H. percebe que está tão viva, tão cheia de potência, quanto esse novo mundo que ela descobre. Agora lhe basta criar um novo eu com essa potência.

Para a minha anterior moralidade profunda — minha moralidade era o desejo de entender e, como eu não entendia, eu arrumava as coisas, foi só ontem e agora que descobri que sempre fora profundamente moral: eu só admitia a finalidade — para a minha profunda moralidade anterior, eu ter descoberto que estou tão cruamente viva quanto essa crua luz que ontem aprendi, para aquela minha moralidade, a glória dura de estar viva é o horror. Eu antes vivia de um mundo humanizado, mas o puramente vivo derrubou a moralidade que eu tinha?

É que um mundo todo vivo tem a força de um Inferno. (LISPECTOR, 2014, p. 20)

G.H. relembra a sua obsessão com arrumar. Essa organização que é, acima de tudo, uma tentativa de controle. Ela está horrorizada agora que percebe o quanto se parece com o que descobriu, pois está tão viva quanto o que descobriu. Ainda está assustada, mas já toma coragem. Esse novo mundo vivo é o oposto da humanidade moral de G.H., essa forma anterior que ela tinha. É uma jornada tão difícil que se parece com um Inferno. O que já foi infernal para nós?

G.H. conclui, então, o adiamento, e começa o próximo capítulo com esta mesma frase: “É que um mundo todo vivo tem a força de um Inferno.” É a seguir que ela começará a falar o que tem a falar. É comum que os participantes da roda fiquem curiosos para continuar a leitura quando gostam tanto de um texto, talvez sigam por conta própria para os próximos capítulos. O primeiro capítulo cria a oportunidade de seguir a ordem cronológica do livro para quem quiser lê-lo na íntegra. Além disso, a escolha de apenas um capítulo permite um maior aprofundamento nele, que pode até ser lido na íntegra no momento da roda.

O que foi feito até agora foram possibilidades de interpretação, que servem de direcionamento para o mediador da roda de biblioterapia. São comentários que induzem a questões que podem levar a fins terapêuticos. Não é necessário, no entanto, chamar de biblioterapia, pode-se chamar de roda de leitura e escrita terapêutica também. Afinal, não é necessário ser um biblioterapeuta para mediar uma roda assim e alcançar fins terapêuticos. A terapeutividade é alcançada até quando lemos/escrevemos sozinhos, sem um mediador como requisito. Biblioterapia e biblioterapeuta, ao que tudo indica, são nomes mais formais para algo que já acontece em vários contextos com a literatura. Uma das funções da literatura reconhecidas é justamente a catártica.

As interpretações e sugestões que foram feitas aqui, acerca do primeiro capítulo de *A paixão segundo G.H.*, estimulam reflexões terapêuticas e podem levar à identificação, à catarse, à introspecção. Não é necessário que o mediador fale tudo que foi dito enquanto eu interpretava o texto, sentia-o e tecia comentários, é também importante dar espaço e fazer silêncio para que os participantes cheguem às suas próprias conclusões. O que o mediador faz são contribuições, que podem, inclusive, tornar o ambiente mais propício para que a terapeutividade venha à tona.

## Considerações finais

Passei uma pandemia pesquisando e escrevendo sobre o poder terapêutico da literatura.

Há certa ironia nisso. O que houve de enlouquecedor houve de terapêutico. Talvez não na mesma medida, porque ninguém, ao que parece, chega ao fim de uma pandemia<sup>16</sup> e de um mestrado completamente são concomitantemente. Mas houve muito de terapêutico. Às vezes aquilo de que eu mais precisava não era um livro, mas sair do isolamento social, e a vacina que vem impedindo tantas mortes não é literária. Há limites para a literatura. Mesmo assim, foi ela que me pegou pela mão nos momentos em que eu pensava estar à beira de um colapso, como a mão que G.H. inventa para ajudá-la a atravessar a desintegração. Escrevi dois livros na pandemia, um de poesia, outro de prosa, um eu publiquei<sup>17</sup>, o outro ainda irei. Esse outro nasceu justamente da inspiração que eu sentia ao ler e reler *A paixão segundo G.H.* Li muito, não só teoria, mas literatura e literatura e literatura. Adquiri ainda mais livros de Clarice Lispector, porque, em grande parte para mim, é sobre a literatura dela todo esse processo. No fim das contas, é preciso mais do que pílulas literárias, mas as literárias fazem um belo e profundo trabalho, estou convencida disso. Seja escrevendo, seja lendo, salvei e fui salva. Há uma gratidão imensa à literatura — seja o que ela for.

Minha escrita da dissertação é marcada por muitas interrogações, o que lembra as interrogações da própria G.H. Com certeza esse livro me marcou e marca até hoje, mas talvez até mais do que eu possa reconhecer, já que, mesmo antes de escolhê-lo como objeto de estudo do terceiro capítulo, semelhanças com ele já apareciam ao longo da dissertação, seja na forma, seja no conteúdo. As dúvidas de G.H. parecem vir me acompanhando há bastante tempo...

Na graduação, quando chegou a hora de escolher o tema do TCC, tive medo. Será que eu conseguiria fazer um TCC sobre Clarice? Lembro-me de ter cogitado *A paixão segundo G.H.*, mas acabei escolhendo outra obra. A monografia *O abismo da desordem humana: “A Legião Estrangeira” de Clarice Lispector (2017)* nasceu de uma análise literária e psicológica que fiz do conto “A Legião Estrangeira”. Na monografia, Clarice foi meu objeto de estudo; na dissertação, ela serviu como meio para que eu pudesse

---

<sup>16</sup> Esse fim ainda não chegou, mas está mais próximo do que já esteve.

<sup>17</sup> *Arqueologia Afetiva* (2021), Avá Editora.



mediar uma prática terapêutica com literatura e lançar esse olhar terapêutico sobre o primeiro capítulo de *A paixão segundo G.H.*, além de citações suas terem aparecido diversas vezes ao longo da dissertação dialogando ao lado da teoria. Lado a lado, minha monografia e minha dissertação tiveram formas diferentes de lidar com a literatura. Na monografia, adotei uma postura mais parecida com como faz a crítica. Já na dissertação, segui uma linha mais terapêutica.

Em minha jornada ao longo desta dissertação, busquei, além de apresentar propriedades e modalidades terapêuticas da literatura, pôr em discussão questões que atravessam esse campo e merecem atenção. Cada pessoa experimentará a função terapêutica da literatura se lhe forem garantidas as condições necessárias, como liberdade para ler/escrever o que quiser e como quiser. Assim, sobretudo no capítulo 1, falo de direito à literatura e dos fatores que têm influência nisso: definição de literatura, direitos humanos, valor, poder, cânone, sentido, interpretação e maneiras de se experienciar a literatura.

No capítulo 2, procurei tratar do terapêutico na literatura de modo mais pontual. Mostrei que o que pode colaborar para haver esse efeito terapêutico é a identificação com personagens, com a narrativa; a maior compreensão sobre o ser humano; a ludicidade; a catarse; a liberdade, entre outros. Em outro momento, falei sobre como o sensorial e o racional atuam em nossas formas de lidar com a literatura e que influências isso traz. Por fim, explico o que é a biblioterapia e por que ela merece ser examinada. Já no capítulo 3, eu trouxe uma abordagem terapêutica do primeiro capítulo de *A paixão segundo G.H.*, de Clarice Lispector, exemplificando como pode ser na prática uma leitura que aplique os pressupostos apresentados no capítulo 2.

Com a ideia de uma jornada terapêutica pela literatura, busquei atravessar cada capítulo desta dissertação como se estivéssemos a visitar lugares literários de onde a terapeutividade pudesse surgir. A ideia de jornada é também sobre uma jornada pessoal além de coletiva. Somos o sujeito que diversas vezes apareceu aqui, olhando seu próprio reflexo, buscando uma válvula de escape e uma tábua de salvação pela literatura. Eu quis que o leitor desta dissertação pudesse olhar também para si mesmo, porque tudo isso é também sobre ele. Foi importante, ademais, que eu olhasse para mim e entendesse de onde vinha o apelo para falar sobre as propriedades terapêuticas da literatura, que tiveram sua inspiração, além de na minha experiência pessoal, na de amigos, parentes, colegas

que vinham confidenciar a mim o quanto a literatura já os salvara, ou vinham buscar justamente essa salvação pedindo indicações de textos.

Que saibamos, também, ir até os livros quando eles não forem até nós e levá-los aos que mais precisarem deles.

## Referências

- ARISTÓTELES. *Arte poética*. São Paulo: Martin Claret, 2005.
- BARROS, Manoel de. *Poesia completa*. São Paulo: Leya, 2010.
- BERTHOUD, Ella; ELDERKIN, Susan. *Farmácia literária*. Campinas: Verus, 2017.
- CALDIN, Clarice Fortkamp. *A leitura como função terapêutica: biblioterapia*. Encontros Bibli: Revista Eletrônica de Biblioteconomia e Ciência da Informação, no 12, v. 6. Florianópolis, 2001, p. 32-44.
- CALDIN, Clarice Fortkamp. *Biblioterapia: um cuidado com o ser*. São Paulo: Porto de Ideias, 2010.
- CALDIN, Clarice Fortkamp. *Leitura e Terapia*. 2009. 216 f. Tese (Doutorado em Literatura) — Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2009.
- CANDIDO, Antonio. *O direito à literatura*. In: Vários escritos. Rio de Janeiro: Ouro sobre Azul, 2011.
- COMPAGNON, Antoine. *O demônio da teoria: literatura e senso comum*. Belo Horizonte: Editora UFMG, 2010.
- DALCASTAGNÈ, Regina. *Uma voz ao sol: representação e legitimidade na narrativa brasileira contemporânea*. Estudos de Literatura Brasileira Contemporânea, no 20. Brasília, julho/agosto de 2002, p. 33-87. Disponível em: <https://periodicos.unb.br/index.php/estudos/article/view/8925/7957>. Acesso em: 14 nov. 2021.
- EAGLETON, Terry. *Teoria da literatura: uma introdução*. São Paulo: Martins Fontes, 2019.
- ECO, Umberto. *Seis passeios pelo bosque da ficção*. São Paulo: Companhia das Letras, 1994.
- FREIRE, Paulo. *Pedagogia do oprimido*. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2013.
- GINZBURG, Jaime. *Cânone e valor estético em uma teoria autoritária da literatura*. Revista de Letras, v. 44, no 1. São Paulo, 2004, p. 97-111.
- GORZ, André. *Carta a D.: História de um amor*. São Paulo: Companhia das Letras, 2018.

HANSEN, Júlia de Carvalho. *Ver o que o canto ensina a ver*. 2017. Chão da Feira. Disponível em: [https://chaodafeira.com/wp-content/uploads/2017/01/caderno\\_de\\_leituras\\_n.57.pdf](https://chaodafeira.com/wp-content/uploads/2017/01/caderno_de_leituras_n.57.pdf).

HILST, Hilda. 132 crônicas: *Cascos & carícias e outros escritos*. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2018.

JOUVE, Vincent. “A leitura como retorno a si: sobre o interesse pedagógico das leituras subjetivas” In *Leitura subjetiva e ensino de literatura*. São Paulo: Alameda, 2012.

JUARROZ, Roberto. *Poesia vertical*. 1958. Disponível em: [https://www.paginadepoesia.com.ar/escritos\\_pdf/juarroz\\_poesiavertical.pdf](https://www.paginadepoesia.com.ar/escritos_pdf/juarroz_poesiavertical.pdf). Acesso em 15 fev. 2022.

JUNG, Carl Gustav. *O homem e seus símbolos*. Rio de Janeiro: HarperCollins, 2016.

KUNDERA, Milan. *A insustentável leveza do ser*. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1983.

LETOUZÉ, Nathalie. *A vida secreta das narrativas: técnicas narrativas na ficção contemporânea*. 2019. 101 f. Tese (Doutorado em Letras) — Universidade de Brasília, Brasília, 2019. Disponível em: [https://repositorio.unb.br/bitstream/10482/37894/1/2019\\_NathalieLetouz%c3%a9Moreira.pdf](https://repositorio.unb.br/bitstream/10482/37894/1/2019_NathalieLetouz%c3%a9Moreira.pdf). Acesso em 9 ago. 2022.

LISPECTOR, Clarice. *A descoberta do mundo*. Rio de Janeiro: Rocco, 2020.

LISPECTOR, Clarice. *A paixão segundo G.H.* Rio de Janeiro: Rocco, 2014.

LISPECTOR, Clarice. *Correspondências*. Rio de Janeiro: Rocco, 2002.

LISPECTOR, Clarice. *Todos os contos*. Rio de Janeiro: Rocco, 2016.

MILL, John Stuart. *Autobiography*. Domínio público, 2003. Disponível em: <http://www.dominiopublico.gov.br/download/texto/gu010378.pdf>. Acesso em 17 nov. 2021.

MOISÉS, Massaud. *Dicionário de termos literários*. São Paulo: Cultrix, 1978.

NAKAGOME, Patricia Trindade. *A vida e a vida do leitor: um conceito formado no espelho*. 2015. 391 f. Tese (Doutorado em Letras) — Universidade de São Paulo, São Paulo, 2015. Disponível em: <https://www.teses.usp.br/tes92epositorioeis/8/8151/tde-09102015-131731/pt-br.php>. Acesso em: 14 nov. 2021.

- OUAKNIN, Marc-Alain. *Biblioterapia*. São Paulo: Edições Loyola, 1996.
- PAULINO, Simone. *Como Clarice Lispector pode mudar sua vida*. São Paulo: Buzz Editora, 2017.
- PERRONE-MOISÉS, Leyla. *Literatura para todos*. In: *Literatura e Sociedade* 10. São Paulo: DTLLC, 2006.
- PEREIRA, Marília Mesquita Guedes. *Biblioterapia: proposta de um programa de leitura para portadores de deficiência visual em bibliotecas públicas*. João Pessoa: Ed. Universitária, 1996.
- PIGLIA, Ricardo. *Formas breves*. São Paulo: Companhia das Letras, 2004.
- QUINTANA, Mario. *80 anos de poesia*. São Paulo: Editora Globo, 1987.
- SCHMAEDEL, Michaela. *Quênia: poemas de viagem*. Belo Horizonte: Cas'a Edições, 2021.
- SCHMITZ-BOCCIA, Andréa. *Clubes de leitura: a construção de sentidos em situações de leitura colaborativa*. *Veras*, v. 2, no 1. São Paulo, 2012, p. 97-113. Disponível em: [https://www.researchgate.net/publication/260421387\\_CLUBES\\_DE\\_LEITURA\\_a\\_construcao\\_de\\_sentidos\\_em\\_situacoes\\_de\\_leitura\\_colaborativa](https://www.researchgate.net/publication/260421387_CLUBES_DE_LEITURA_a_construcao_de_sentidos_em_situacoes_de_leitura_colaborativa). Acesso em: 18 ago. 2022.
- SEIXAS, Cristiana. *Vivências em biblioterapia: práticas do cuidado através da literatura*. Niterói: Cândido, 2018.
- SIQUEIRA, Yan Patrick Brandenburg. *Oficina literária de escrita criativa*. 2016. 128 f. Dissertação (Mestrado em Letras) — Universidade Federal do Espírito Santo, Vitória, 2016. Disponível em: [http://repositorio.ufes.br/bitstream/10/9237/1/tese\\_9684\\_Disserta%20a7%20a3o%20de%20Mestrado%20-%20Yan%20Siqueira%20-%20Vers%20a3o%20Final.pdf](http://repositorio.ufes.br/bitstream/10/9237/1/tese_9684_Disserta%20a7%20a3o%20de%20Mestrado%20-%20Yan%20Siqueira%20-%20Vers%20a3o%20Final.pdf). Acesso em: 30 abr. 2022.
- SINTANI, Denise Mitiko. *A paixão segundo G.H. e o leitor implícito*. 2011. 120 f. Dissertação (Mestrado em Letras) — Universidade de São Paulo, São Paulo, 2011. Disponível em: <https://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/8/8149/tde-17082012-095040/pt-br.php>. Acesso em: 22 jul. 2022.
- SONTAG, Susan. *Contra a interpretação*. Porto Alegre: L&PM, 1987.

SZYMBORSKA, Wislawa. *Poemas*. São Paulo: Companhia das Letras, 2011.

TODOROV, Tzvetan. *A literatura em perigo*. Rio de Janeiro: DIFEL, 2009.

WOLFE, Roger. *Noches de blanco papel (Poesía completa 1986 – 2001)*. Barcelona: Huacanamo, 2008.