



## RECENSÕES/REVIEWS

### *Vida e Psicodrama* *Roteiro de Um Livro-Ponte*

Carlos Amaral Dias, Maria Moreira dos Santos  
Climepsi Editores, junho 2019

272 pp.

O gosto comum pelo psicodrama juntou os dois autores num percurso intimista e sem medos de expor as suas ideias, desejos e perplexidades enquanto pessoas e profissionais.

O roteiro anunciado no título deste livro está dividido em sete dias/encontros (entre o real e o imaginado) em que os autores se propõem analisar, refletir e tecer hipóteses sobre diversas dimensões da “ponte” como metáfora do psicodrama psicanalítico de grupo.

No primeiro dia é dado o mote para o caminho que irá ser construído ao longo do livro. Maria Moreira dos Santos refere que entende o psicodrama psicanalítico como uma espécie de ponte que se vai construindo entre real e imaginário, numa diacronia em que tudo o que vai acontecendo se situa entre essas duas margens, o que permite não só fazer a ligação entre o passado e o futuro, mas também compreender o passado para prevenir o futuro. A esta ideia, Carlos Amaral Dias acrescenta o conceito bioniano de “transformação”, para demonstrar que o psicodrama pode ser entendido metaforicamente como ponte que transforma à medida que se caminha por ela, e que permite, por exemplo, tornar dizível o indizível.

O segundo dia é um dia de reflexão. Entrecruzando aspetos biográficos com excertos de uma sessão de psicodrama, Maria Moreira dos Santos continua a refletir sobre a metáfora da ponte. Agora o diálogo sugere uma imagem mais completa, na qual se entreveem o rio, as margens e a ponte que as une, sendo realçado que se trata duma ponte que permite a passagem do passado para o futuro, e vice-versa, e em que o presente vai fluindo em futuro quer as águas sejam calmas ou turbulentas.

No terceiro encontro os autores refletem acerca da importância da dimensão temporal no psicodrama. No dia anterior, no diálogo imaginado, Maria Moreira dos Santos fez referência ao ‘aqui e agora’ na sessão de psicodrama. Por seu lado, Carlos

Amaral Dias coloca a hipótese do ‘aqui e agora’ se poder transformar em o ‘agora e aqui’, colocando a ênfase na dimensão temporal do psicodrama, mais que na dimensão espacial. Para apoiar esta ideia, os autores relembram a fórmula de Einstein, em que o tempo deforma o espaço, mostrando que o tempo está antes do espaço. Realçam que no sonho se pode perceber essa associação, uma vez que é o tempo que vai definir o espaço. Esta reflexão conduz os autores a examinar ligação do tempo com a realização do desejo.

Carlos Amaral Dias, salienta como a fórmula de Bion  $E=D+T$  (esperança igual a desejo mais tempo) ilustra a importância do tempo, afirmando que “o tempo é importante para tudo!”. Aquilo que aqui está patente é que o desejo precisa de tempo para acontecer, já que, se assim não for, a “passagem ao ato” se torna agir não mentalizado, o que remete para a questão da tolerância, ou da intolerância, à frustração. Os autores enfatizam o aspeto temporal fazendo a analogia com o bebé que espera pelo alimento, já que o que é importante não é tanto o lugar onde é alimentado, mas sim a espera, ou seja, o tempo para a satisfação da sua expectativa de ser alimentado.

As reflexões do quarto dia têm como ponto de partida a frase de Bion “o mito como sonho da humanidade”, o que permite reforçar a analogia do psicodrama com a “ponte”, já que, em ambos os casos, existe uma ligação em via dupla, ou, mais precisamente, em dupla direção. Será esta via dupla que permitirá o desenvolvimento da função *alfa*, sendo que quando esta função opera no pensamento onírico do sujeito, o mito amplia o sonho que, por sua vez, se deixa ampliar pelo mito.

O quinto encontro entre ambos gira em torno da questão “Qual é, afinal, o trabalho do psicodramatista?”. E a resposta dialógica é “Coser o tempo’, que será também a função do psicanalista e do psicoterapeuta. Entre aquilo que o paciente traz do quotidiano (a margem esquerda) e a experiência emocional da sessão de psicodrama (a margem direita), constrói-se uma ponte. Ilustrando este aspeto a partir duma sessão de psicodrama, é possível compreender que, na margem a montante, está o passado e o medo, e que, na margem a jusante, está o presente e a compreensão. O paciente está na ponte. Quando consegue compreender e comunicar uma experiência emocional, isso significa que está a ‘coser o tempo’, que está a construir uma ponte entre o impenável e o pensável, ou seja, está a construir uma ponte que o “transforma”.

Ao sexto dia, Carlos Amaral Dias e Maria Moreira dos Santos refletem a partir da questão ‘O que se passa na mente do diretor duma sessão de psicodrama?’. Analisando patologias distintas, vão discorrendo acerca das várias possibilidades que se abrem à mente do diretor durante a sessão. Concluem que o que se passa na mente

do diretor é da ordem do respeito pela essência da técnica psicodramática, da capacidade de escuta, da empatia e da abertura ao outro. Ademais, está também ligado ao seu modo de “ser” e de “estar”, que deverão ser da ordem da sensibilidade à vida e da tolerância à incerteza que marca, no essencial, o ato de viver.

O sétimo, e último, encontro retoma o tema do mito, promessa que tinha sido feita pelos autores no quarto dia. Voltando à frase de Bion ‘o mito é o sonho da humanidade’, vão sendo tecidas várias considerações acerca da importância do mito de Moisés e do mito de Jó. Pode considerar-se que o primeiro resume o trabalho conjunto do psicodramatista e do paciente: lado a lado vão construindo a ponte que permite atravessar o rio, uma vez que, “quando o paciente pede ajuda, já poderá estar a vislumbrar ou a desejar o outro lado do rio”.

Mais adiante, Carlos Amaral Dias reforça a importância do mito de Moisés no psicodrama, explicando que costuma dividir este mito em quatro partes: em primeiro lugar, a dimensão da mãe, a dimensão da mãe/criança, pondo em relevância o facto de a mãe se sacrificar para que a criança possa viver. Em segundo lugar, é realçado o desamparo da espécie, a constituição imatura da espécie humana na altura do nascimento, que leva ao sentimento de desamparo perante o objeto. O terceiro aspeto relevante deste mito é a solidão, um aspeto marcante da condição humana. A forma como cada pessoa lida com esta situação define a sua construção psíquica. E, por fim, a maneira como o sujeito lida com o estranho, ou seja, o caminho que faz da mãe, do conhecido materno, para o mundo, para o desconhecido.

Este último encontro termina com uma análise do mito de Jó e da sua aplicação numa sessão de psicodrama. Este mito coloca a questão básica de qual é o significado da fé, o que na perspetiva bíblica se refere à fé em Deus, mas que também se pode referir à fé que cada pessoa tem em si própria. Os autores põem ainda em evidência o facto de este mito de Jó oferecer uma leitura que remete à importância da capacidade de suportar a dor depressiva. Sendo que estes dois aspetos, a fé e a tolerância à dor mental, são fundamentais para o crescimento e transformação psíquica.

Chegados ao fim da leitura deste livro-roteiro, ficamos com a sensação de que muito ficou por dizer, mas que aquilo que foi dito, pensado e refletido, pode ser o ponto de partida para que cada leitor possa também definir o seu roteiro para pensar, ou repensar, sobre as imensas possibilidades que se abrem com a sua leitura.