

POESIA: O BÁLSAMO CRIATIVO

Denise BRAGOTTO
Doutoranda em
Psicologia / PUC-Campinas

RESUMO

Este artigo traça considerações sobre o desenvolvimento da expressão poética como uso pessoal da linguagem capaz de promover a originalidade, a criatividade e a saúde mental. Os textos poéticos resgatam o sensível dos signos e requerem uma percepção mais apurada da realidade, possibilitando novas reflexões e observações, ampliando a consciência e permitindo a percepção da dimensão significativa da existência.

Palavras-chave: *Expressão poética. Criatividade. Saúde mental.*

ABSTRACT

This article deals with the development of poetic expression as the personal use of language and how it can promote originality, creativity and mental health. Poetic texts rescue the sensitive aspect of the signs and demand a more precise perception of the reality, as it enables new reflections and observations, enlarging consciousness and allowing the perception of the meaningful dimension of life.

Key-words: *expression. Creativity. Health.*

INTRODUÇÃO

A comunicação envolve, basicamente, o processo de transmitir, de dar passagem a uma mensagem. Uma comunicação adequada exige que o emissor comunique-se de forma clara e objetiva para que o emissor seja capaz de compreender o conteúdo. No entanto, uma leitura apurada ou um discurso eficaz não implica somente o domínio das regras gramaticais ou da apreensão do código lingüístico, mas envolve níveis mais sutis e profundos de análise, pois a aprendizagem da língua nos transporta para o mundo simbólico do povo que fala essa língua. A realidade se apresenta pela linguagem, na qual repousa a possibilidade de ouvir, calcular, imaginar, esperar, confiar, etc. (Buzzi, 2000). Portanto, ao expressar-se, o ser humano projeta-se para fora de si, possibilitando tanto a integração social como a compreensão da realidade.

Seria possível ir além dos signos e ultrapassar os limites da comunicação? Estou certa de que sim. Cabe aqui citar Pennac (1998) quando diz que o verbo ler, assim como o verbos amar e sonhar não suportam imperativo: poderíamos pedir: – “Me ame!” “Sonhe!” “Leia!” mas, certamente o resultado seria nulo, pois, há verbos que exigem vivência, namoro, aproximação e desejo. Incluiria entre esses o verbo comunicar, afinal, os melhores textos, os discursos mais convincentes são aqueles que seduzem e apaixonam a ponto de ressuscitar nos outros os sonhos de beleza adormecidos. Palavras amorosas e apaixonadas têm força singular, são redentoras e, em certa medida, podem ressuscitar os que dormem. Nesse patamar encontra-se a linguagem poética, pois o poema (Guerra, 1983) parece ter elementos característicos que facilitam o desenvolvimento do indivíduo na direção de um incremento das percepções, uma vez que as metáforas, as antíteses, as prosopopéias, as hipérboles, enfim, toda a linguagem poética aguça a busca por novas percepções, reflexões e idéias. A quebra do discurso lógico leva ao ato reflexivo, porque exige do indivíduo uma observação mais aguda e perspicaz das palavras e de suas relações nos diferentes contextos e empregos.

Infelizmente, a escola não tem explorado e aproveitado o poema devidamente Guerra (1983). O poema deveria ser estudado como um todo no qual se integram: som, ritmo, sensações, imagens, idéias e pensamentos, pois está nele o Homem diante de si e de seu universo. Talvez ainda não exista aproveitamento do poema devido à própria dificuldade do trabalho com essa forma literária e por não haver uma orientação sistemática quanto à sua adequada utilização. E não se trata apenas da escola. O desenvolvimento do ser poético deve ocorrer em todas as esferas de atuação humana, seja nas

Poesia: o bálsamo criativo

empresas e instituições diversas, pois o refinamento da sensibilidade é sempre desejável em qualquer área e nível de relacionamento.

O estímulo à produção e à leitura de poemas realiza um trabalho invisível de humanização (Bragotto, 2003), possibilitando tanto o desenvolvimento dos sentidos, como facilitando um diálogo íntimo e pessoal; é um canal para a reflexão à medida que espelha o mundo e permite fazer reflexões sobre ele, contribuindo para o auto-conhecimento e facilitando o rompimento com o discurso inócuo e conformista. O poeta seria o mediador entre o mundo da imaginação e das emoções intensas e a rotina diária que os mortais arrastam sobre a terra. A poesia facilita a ampliação do campo de visão, permitindo a descoberta criativa de tudo o que cerca a vida de todos os dias. Nas palavras do poeta Rilke:

Para escrever um simples verso, é preciso conhecer muitas cidades, homens e animais. É preciso ter a alma aberta para o vôo dos pássaros, e ser capaz de perceber os gestos das flores que se abrem ao amanhecer (1995, p.64).

A experiência que tenho tido na Escola de Poetas, promovendo o desenvolvimento da expressão poética tem mostrado que esse exercício é libertador, na medida em que serve como instrumento de expressão emocional carregado de significados. O criar é um processo existencial.

O exercício de criação de um poema não ocorre apenas em função do desejo de criar, mas a partir de uma necessidade particular; do seu nível de sensibilidade para expressar essas necessidades e de uma concepção particular do mundo (Hernandez, 1990).

Frederico Garcia Lorca escrevia como forma de protesto num mundo cheio de injustiças; Aldous Huxley escrevia pela necessidade de ordenar os fatos e dar sentido à vida; José Saramago escreve para compreender; Rachel de Queiroz escrevia para dar um testemunho do seu tempo; João Cabral de Melo Neto escrevia como uma maneira de se completar, como se a poesia preenchesse um vazio existencial; Monteiro Lobato escrevia por uma exigência orgânica, para alívio interno; Octávio Paz escrevia para dizer o não dito, e para conhecê-lo; Gabriel Garcia Marques escreve para que seus amigos o amem mais; Ferreira Gullar escreve para sentir mais intensamente a vida; Ignácio de Loyola Brandão escreve para se divertir (Brito, 1999).

O ato criativo tem importante papel terapêutico e representa um alívio para o estresse: espelha uma forma de relacionar-se com o mundo e também uma forma de desabafo que relata e contribui para a transformação da realidade.

Enquanto eles se divertem
 e enchem a pança de “chopp”,
 eu me esmigalho por inteira
 a assistir seu passos bêbados
 e seus vômitos podres.
 Agride-me o cheiro
 Dessa inconsciência fétida
 E o comportamento desses loucos.
 Observo atônita!
 A um centímetro do colapso
 Descarrego palavras
 Nos meus papéis de bolso... (Bragotto, 1995, p.24)

Pela livre expressão, temos a oportunidade de romper com as máscaras sociais, com os condicionamentos e o conformismo que nos fazem esquecer nossas origens. A poesia, ao contrário do que muitos pensam, não está comprometida com o devaneio ou descompromisso. A poesia é uma lente, pela qual se pode fazer uma leitura do mundo. E, provavelmente, o grande fascínio da poesia esteja na magia de abrir os horizontes e se tornar um veículo que nos permita transcender a visão lógica e direta, descortinando a beleza das coisas mais insignificantes.

Muitas vezes, a expressão tem valor de exorcismo, porque consagra a resolução de não se abandonar pois, falar, escrever e se expressar é ir além da crise, ainda que apenas se reviva a dor (Gusdorf, 1970). Nesse sentido, a poesia é, também, um canal para o inconsciente. Pelas palavras e pela profundidade das águas que delas brotam, muitas vezes identificamos e confrontamos os nossos fantasmas.

Meus fantasmas não foram mais
 do que os medos que se aleitaram nos meus seios,
 os haveres que abandonei no berço,
 e os momentos que não vivi (Bragotto, 1995, p.13)

Por esses versos, observa-se que a poesia se reveste de uma linguagem que propicia um diálogo com nossas dificuldades, tornando-se uma arte terapêutica, e deflagra o processo tanto de comunicação interna como o de comunicação externa. Este diálogo parece auxiliar, inclusive na elaboração de conflitos.

Será que o poeta tem absoluta liberdade para criar? Segundo o psicólogo Jung (1987), a verdadeira obra de arte permite a libertação das

Poesia: o bálsamo criativo

estreitezas e dificuldades insuperáveis de tudo o que seja pessoal, elevando-se para além do efêmero e do que seja apenas pessoal.

Em pesquisas realizadas com pré-escolares, Dowker (1989) observou que a poesia não é uma tarefa de escola, ou ainda, uma tarefa de umas poucas crianças “poetas” inspiradas a compor. Parece ser um tipo de linguagem que aparece antes mesmo das crianças irem à escola, onde essa capacidade poderá ser esquecida, ignorada ou reprimida.

Em suas pesquisas, Simonton (1975, apud Shalev, 1986) encontrou suporte na tendência da poesia preceder a prosa, colocando duas hipóteses para esse fato:

1- a prosa parece impor uma maior demanda léxica e sintática, requerendo, portanto, mais experiência, enquanto que a poesia requer maior flexibilidade linguística e jovialidade, que diminuem com a idade.

2 - o declínio da poesia é atribuído às suas características de comunicação altamente subjetiva, de reações e estados emocionais, geralmente de maior interesse aos jovens que aos adultos.

Dizia Saint Beuve (apud Gusdorf, 1970) que, para uma determinada família de espíritos, escrita é libertação, na medida em que a palavra não tem apenas uma função orgânica, mas também uma função intelectual e espiritual. Nem todos os homens escrevem, mas todos recorrem à força da expressão na palavra ou na ação, para dominar as ameaças íntimas e impedir a tentação da inquietação ou do sofrimento. E a expressão marca o limiar que permite passar da inquietação interior à atividade criadora. Observe o depoimento de Dias Gomes:

Se não escrever, não vivo; fico angustiado. Escrevo diariamente, religiosamente. O dia em que não escrevo, fico com um sentimento de culpa enorme. Se ficar três dias então, fico totalmente neurótico. Tenho que estar ocupado, se não, falta alguma coisa na minha vida. Escrever para mim é uma terapia (Brito, 1999, p. 41).

Segundo Freud (1906), a obra literária, como o devaneio, é uma continuação ou um substituto do que foi o brincar infantil e, ainda, que a satisfação que usufruímos de uma obra literária proceda de uma liberação de tensões em nossas mentes, e da possibilidade que o escritor nos oferece de nos deleitarmos com os nossos próprios devaneios, sem auto-acusações ou vergonha.

Michelângelo dizia que a estátua já estava contida na pedra e o trabalho do escultor era vê-la e libertá-la. De forma análoga, numa sociedade tão

competitiva como a nossa, é preciso ter cuidado para que o ritmo acelerado e até alucinado desses nossos tempos e a exagerada automação possa nos privar da liberdade. É urgente que o Homem afine a sua sensibilidade e liberte o poeta encravado em sua pedra interior, pois o desabrochar do ser poético requer olhos mais sensíveis e afinados com a ótica da compaixão e da beleza, auxiliando-nos a transcender os limites das grades que nos são colocadas, incentivando a leitura reflexiva e esperançosa da vida e promovendo tanto a saúde mental quanto a cidadania.

Sem dúvida, cada um de nós escolhe o seu traçado, as suas letras, o seu “destino”. Aliás, “destino” tem sua história ligada a um termo usado por marinheiros e significa não apontar o navio em direção à terra, mas alinhá-lo na direção das estrelas. E quando se é capaz de contemplar e refletir com as estrelas, também é possível transcender os limites do estreito ângulo de quem tem os pés fincados no chão, e aí a poesia se faz necessária, porque é o caminho para se sobrepor à massa acrítica, para aprofundar a visão e recriar a realidade, porque a imaginação é o início do processo de transformação. A poesia é linguagem universal, porque fala diretamente ao coração. Ela declara sentimentos, revela desejos e projeta sonhos. A poesia é o mapa dos navegantes engajados na busca de outros mundos, mais éticos, justos e infinitamente melhores.

A poesia vai muito além dos versos, dos palcos e das tintas, ela amplia as raias da nossa ótica habitual e corriqueira e tem a magia de abrir o horizonte e ampliar os limites da consciência, portanto, deve estar entranhada em cada célula, em cada linha, para nos lembrarmos de que a alma sensível é cabível a qualquer ciência e indispensável a toda atuação humana.

REFERÊNCIAS

- BRAGOTTO, D. *Escola de Poetas: em busca do cidadão criativo*. Campinas: Komedi, 2003.
- BRAGOTTO, D. *Decolagem*. Limeira: Ed. Revista Cidade, 1995.
- BRAGOTTO, D. *Programa experimental para o desenvolvimento da expressão poética em adolescentes*. Instituto de Psicologia, IP. PUC-Campinas, 1994 (Dissertação de Mestrado).
- BRITO, J. D. *Por que Escrevo?* SP: Escrituras, 1999.
- BUZZI. *Introdução ao Pensar: O Ser, O conhecimento, A Linguagem*. Petrópolis: Vozes, 2000.

Poesia: o bálsamo criativo

DOWKER, A. *Rhyme and alliteration in poems elicited from young children*. *Journal of Child language*, fev. 16 (1), 1989.

FREUD, S. *Obras Psicológicas Completas*. Rio de Janeiro: Imago, 1906.

GUERRA, E.E.B. *O Poema e a Leitura do Mundo*. Instituto de Biociência, Letras e Ciências Exatas da Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho. Campus de S.J. do Rio Preto, 1983 (Dissertação de Mestrado).

GUSDORF, G. *A Fala*. Porto: Despertar, 1970.

HERNANDEZ, C. *Creatividad y Produccion Artística*. *Encuentro Internacional de Creatividade*. Universidade de Carabobo. Valência, Venezuela, 1990.

JUNG, C.G. *O Espírito na Arte e na Ciência*. Petrópolis: Voze, 1987.

PENNAC, D. *Como um romance*. Rio de Janeiro: Rocco, 1998.

RILKE, R. *M Cartas a um Jovem Poeta*. SP: Ed. Globo, 1995.

SHALEV, A.C. *Artistic Creativity across the adult life span: An alternative approach*. *Interchange*, 17 (4), 1986.