

DIMENSÕES DO AUTOCUIDADO: MULHERES, ARTE E SUBJETIVIDADES¹

Aline Carvalho FERREIRA²
Marina Souza Lobo GUZZO³

Resumo

Este artigo é resultado da dissertação de Mestrado intitulada “Dimensões do autocuidado na experiência de mulheres artistas da Baixada Santista”, e tem como objetivo refletir sobre as dimensões de autocuidado estabelecidas na conexão que cada participante cria e narra com a arte, singulares em suas experiências de vida e subjetividades. Fundamentado em vertentes teóricas do feminismo decolonial, que discutem arte e colonialidade, cuidado e capitalismo, as autoras, como artistas e pesquisadoras da saúde, partem da problemática de que a arte ainda atua a serviço de discursos e códigos estéticos impregnados das hierarquias de poder que perpetuam desigualdades em sua produção, distribuição e acesso. Portanto, ancorado à urgência da descolonização do conhecimento, o estudo reitera a potência do fazer artístico na vida das mulheres, quando por meio dele, torna-se possível celebrar a pluralidade, abrir espaço de narrativas, de cuidado, autocuidado, e da própria reinvenção da vida.

Palavras-chave: *Mulheres; autocuidado; arte; subjetividades; feminismo decolonial*

DIMENSIONS OF SELF-CARE: WOMEN, ART AND SUBJECTIVITIES

1

Abstract

This article is the result of the Master's thesis titled "Dimensions of self-care in the experience of women artists from Baixada Santista" and aims to reflect on the dimensions of self-care established in the connection that each participant creates and narrates with art, unique in their life experiences and subjectivities. Based on theoretical perspectives from decolonial feminism, which discuss art and coloniality, care and capitalism, the authors, as artists and health researchers, address the issue that art still serves the discourse and aesthetic codes ingrained with power hierarchies that perpetuate inequalities in its production, distribution, and access. Therefore, anchored in the urgency of decolonizing knowledge, the study reiterates the power of artistic creation in the lives of women, as through it, it becomes possible to celebrate plurality, open spaces for narratives, care, self-care, and the reinvention of life itself.

Keywords: *Women; self-care; art; subjectivities; decolonial feminism*

¹ Trabalho subvencionado pela Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES).

² Universidade Federal de São Paulo (Unifesp), câmpus Baixada Santista, Santos, SP, Brasil. E-mail: aline.carvalho10@unifesp.br. ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1442-1239>

³ Universidade Federal de São Paulo (Unifesp), câmpus Baixada Santista, Santos, SP, Brasil. E-mail: marina.guzzo@unifesp.br. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9978-4014>

DIMENSIONES DEL AUTOCUIDADO: MUJERES, ARTE Y SUBJETIVIDADES

Resumen

Este artículo, derivado de la tesis de maestría titulada “Dimensiones del autocuidado en la experiencia de mujeres artistas de la Baixada Santista”, reflexiona sobre las dimensiones del autocuidado a través de la conexión de las participantes con el arte, basándose en sus experiencias y subjetividades. Fundado en enfoques teóricos del feminismo decolonial y temas como arte, colonialidad, cuidado y capitalismo, el trabajo examina cómo el arte, a menudo, sigue estando al servicio de discursos y códigos estéticos que perpetúan jerarquías de poder y desigualdades en su producción, distribución y acceso. Las autoras, como artistas e investigadoras en salud, subrayan la importancia de descolonizar el conocimiento y cómo la práctica artística puede ser una herramienta poderosa para las mujeres, permitiendo la celebración de la pluralidad, el espacio para nuevas narrativas, y el cuidado y autocuidado, para fomentar la reinención de la vida.

Palabras-clave: *Mujer; autocuidado; arte; subjetividades; feminismo decolonial*

2

INTRODUÇÃO

Este artigo é fruto da pesquisa realizada a título de Mestrado pelo Programa Interdisciplinar em Ciências da Saúde da Unifesp (Baixada Santista), uma pesquisa qualitativa, que se deu, fundamentalmente, por meio da entrevista semiestruturada dirigida a três artistas do território da Baixada Santista.

Magnólia, Jasmin e Girassol foram os pseudônimos utilizados para fazer menção às participantes da pesquisa. As duas primeiras são moradoras da cidade Guarujá e a terceira, da cidade de Santos, ambas partes do território da Baixada Santista. Autoindentificaram-se como mulheres cisgênero, heterossexuais, e no quesito racial, preta, branca e branca, respectivamente. Embora a pesquisa tenha buscado a visibilidade de seus saberes, optamos por preservar suas identidades como um descanso pelo anonimato, já que a arte está sempre a exigir exposição, promover um espaço de cuidado pela via oposta.

Deseja-se compartilhar alguns trechos dos relatos cedidos como resposta a três perguntas que constituíram a entrevista: “Como vivencia o autocuidado em sua vida?”; “Para você, a arte é, e de que maneira, uma forma de autocuidado?”; “Como chegou até a possibilidade de se tornar artista?”. Por meio dos relatos, pode-se acessar diversas dimensões presentes no entendimento e vivência do autocuidado, especialmente na relação que as participantes estabelecem com a arte.

Neste contexto, entendemos a arte como um espaço de resistência e reinvenção da vida, que, como menciona a teórica do feminismo descolonial e artista Grada Kilomba (2021), transforma sociedades por poder e dever ser política, mas que não deveria ser moral. Assim, no decorrer do texto, os relatos são comentados a partir do arcabouço teórico de autoras feministas que discutem a arte, a colonialidade e suas reverberações no mundo capitalista.

Abre-se, portanto, um caminho para repensar o papel da arte na vida das mulheres, as dimensões de autocuidado no e para além do fazer artístico, onde as questões de gênero, raça, sexualidade, classe social e outras dimensões se entrelaçam e nos provocam a pensar a arte de uma perspectiva rica e complexa, por seus impactos e possibilidades.

Autocuidado, aqui, foi pensado a partir da contribuição teórica da poeta, filósofa e ativista feminista Audre Lorde (2019), que, ao compartilhar de seu pensamento no decorrer de suas obras, estende a todas as mulheres um convite de luta, articulação e reconfiguração da ótica para o autocuidado, para o racismo e para as tantas outras violências perpetuadas pelo projeto colonial, sexista, heteronormativo e patriarcal.

1. CONCEITO DE COLONIALIDADE E O PENSAMENTO FEMINISTA DESCOLONIAL

3

Quijano (2005), em sua obra "Colonialidade do Poder", propôs a noção de colonialidade como uma estrutura persistente e complexa de dominação, que vai além da mera colonização formal dos países, mas continua a moldar as relações de poder, saber e a identidade nas sociedades pós-coloniais. Para o autor, a colonialidade está intrinsecamente ligada ao sistema global moderno e às formas como a racialização, o eurocentrismo e o capitalismo global operam até os dias de hoje, mantendo estruturas de poder que foram originadas no período colonial.

O autor define a colonialidade do poder como um sistema de organização do mundo que não só dominou e explorou, mas também impôs uma visão de mundo eurocêntrica (Quijano, 2005). A teoria decolonial, proposta pelo autor, tem sido desenvolvida e repensada por teóricas feministas a partir de outras epistemes e nomenclaturas como descolonial (Kilomba, 2019); anticolonial (Núñez, 2022) e contracolonial (Carneiro, 2011).

Nesse estudo utilizou-se como principal aporte, o pensamento feminista descolonial, que tem Grada Kilomba como uma das principais vozes, aprofundando a crítica ao legado colonial, sob a dimensão do racismo estrutural e da subjetividade colonial. Para Kilomba (2019), o processo de colonização não apenas impôs relações de poder, mas também moldou as identidades e subjetividades dos colonizados. Em seu trabalho, Kilomba afirma que o colonialismo, embora formalmente extinto, continua presente nas estruturas sociais e psicológicas, impondo uma "violência epistêmica" que exclui e deslegitima os saberes e as histórias de povos colonizados.

No olhar de Grada Kilomba (2019), a colonialidade pode ser entendida como um conjunto de estruturas e práticas que perpetuam as relações de dominação e opressão resultantes do colonialismo, mesmo após a formalização da independência dos países colonizados. Portanto, a colonialidade se manifesta não apenas em termos econômicos e políticos, mas também nas esferas cultural e psicológica, influenciando a maneira como as identidades são construídas e percebidas.

Ao contrário de teorias feministas que historicamente basearam seus estudos na perspectiva eurocêntrica e universalista, o pensamento feminista descolonial propõe uma reflexão crítica sobre as formas como as mulheres, especialmente as mulheres negras, indígenas e de classe trabalhadora, foram e continuam sendo subjugadas por múltiplos sistemas de opressão. Assim, para se pensar de modo descolonial, é preciso reconhecer a intersecção entre gênero, raça e classe como elementos centrais da violência estrutural.

Portanto, nesta linha de pensamento é importante não só a libertação das mulheres, mas a reconstrução do conhecimento e das práticas sociais, respeitando culturas e epistemologias próprias. Propõe, portanto, uma resistência que integra o contexto histórico de violências, afirmando que a luta feminista deve ser necessariamente antirracista, anticolonial e anticapitalista.

2. AUTOCUIDADO E A ARTE NA VIDA DAS MULHERES

A ideia do autocuidado passa a ser difundida e ganha repercussão junto ao movimento negro dos anos 80. Num Brasil em processo de democratização, mulheres de grupos feministas e movimentos negros reuniam-se para difundir práticas de cuidados diversas nos chamados “grupos de consciência”. Discutiam gênero, sexualidade, compartilhavam leituras e contavam suas histórias. “(...) o compartilhamento de práticas que fortalecessem a autonomia das pessoas, que pudessem romper com os silêncios impostos pelas opressões. (...) Uma transformação que fosse pessoal e política ao mesmo tempo” (CFMEA, 2020).

Em nome do silêncio, cada uma de nós evoca a expressão de seu próprio medo – medo do desprezo, da censura, do julgamento, ou do reconhecimento, do desafio, do aniquilamento. Mas, acima de tudo, penso que tememos a visibilidade sem a qual não vivemos verdadeiramente. (Lorde, 2019, p. 51).

Lorde (2019, p. 53), que se afirma poeta, para além da dimensão teórica de sua obra, nos convida a considerar o autocuidado uma forma de autopreservação, e não autoindulgência. Transformar o silêncio em linguagem é, para a autora, um ato de coragem e subversão, e sob esta ótica encoraja a cumplicidade entre mulheres: “Nos espaços onde as palavras das mulheres clamam para ser ouvidas, cada uma de nós devemos reconhecer a

nossa responsabilidade de buscar essas palavras, de lê-las, de compartilhá-las e de analisar a pertinência delas na nossa vida.”

No pensamento feminista descolonial, a arte é vista como uma ferramenta crucial de resistência, subversão e reinterpretação das narrativas dominantes impostas pelo colonialismo, patriarcado e outras formas de opressão (Kilomba, 2019). Ela não é apenas uma forma de expressão estética, mas uma prática política e epistemológica que questiona as estruturas de poder e valoriza saberes e experiências marginalizadas, especialmente aquelas de mulheres não brancas, indígenas e de classes sociais subalternizadas.

A arte pode ser, nesse contexto, um campo em que as mulheres podem reivindicar suas histórias, suas narrativas e suas estéticas. Dessa forma, a arte não é apenas uma reação ou uma denúncia das violências estruturais, mas um agente ativo de mudança, capaz de reconstruir o significado de gênero, identidade e cultura a partir de uma perspectiva de descolonização do imaginário, e onde pode atingir dimensões de autocuidado e re(existência) na vida das mulheres.

Considerando as contribuições de Lorde (2019), o autocuidado através da arte, em suas dimensões poética e política, se apresenta, ao mesmo tempo, como uma forma de valorizar a vida e os elementos sensíveis que foram apropriados pelo sistema colonial, branco e patriarcal. Essa dinâmica afeta negativamente a vida das mulheres e suas potencialidades vitais, diariamente expostas às violências psicossociais e de Estado, sendo ainda mais cruel quando se trata das mulheres negras (Passos, 2020).

Na ampla e antiga cadeia da produção do conhecimento, a apropriação narrativa e a reprodução de discursos excludentes pela arte, são questões centrais na caracterização da colonialidade. No entanto, não atuam sozinhas, mas continuam um sistema de crenças e políticas, diante das quais, cabe um olhar aprofundado aos seus elementos estruturadores. Pressupõe-se, afinal, que a arte não deve apenas refletir ou representar realidades sociais, mas também servir como um meio para desafiar e dismantelar estruturas opressivas (Kilomba, 2019).

2.1 Descolonizar a arte: arte como refúgio, resistência e re(existência)

Magnólia é uma Artista da Música, que se reconhece mulher preta, cisgênero, heterossexual, e atua também como Musicoterapeuta e Arteterapeuta. Reside na cidade do Guarujá há 2 anos e desenvolve trabalhos como artista, musicista, em atuação solo a nível de performance, e em grupos, projetos musicais e ações culturais diversas.

Um trecho do relato de Magnólia, aprofunda o seguinte debate: ser mulher preta na arte. Racismo e sexismo, segundo Carneiro (2011) perpassa as mulheres negras que, além de enfrentarem a violência sexista, também sofrem com o racismo. Esse cruzamento de opressões é entendido como interseccionalidade. Nesse sentido, e através da fala de

Magnólia, pode-se pensar os limiares entre a reprodução de violências nos espaços da arte, e esta também como possibilidade de refúgio, de resistência e (re)existência.

E o quanto que cara, ser mulher atravessa tudo, né? Assim ser mulher na arte também é um lugar. Enquanto mulher preta cara, às vezes você chega em lugares que você fala: sou a única representante ou então só entrei aqui como “blackpass” que a gente fala, né? E quanto que é também um enfrentamento cara. É um enfrentamento você continuar com tudo isso (Magnólia).

No trecho do relato de Magnólia que diz: “sou a única representante ou então só entrei aqui como “blackpass”, joga luz aos espaços de arte como lugares que ainda operam à serviço da colonialidade. A expressão “blackpass” utilizada por ela, remete ao fato destes espaços ainda serem ocupados majoritariamente por pessoas brancas, e traduz um desafio importante sob a ótica do que propõe o pensamento descolonial.

Por meio de seu trabalho teórico e também artístico, e pela urgência de se descolonizar o pensamento, Kilomba (2019, p. 12) convida-nos a um percurso de conscientização coletiva frente às feridas da história colonial, que tem o racismo como núcleo estruturante: “Uma sociedade que vive na negação, ou até mesmo glorificação da história colonial, não permite que novas linguagens sejam criadas. Nem permite que seja a responsabilização, não a moral, a criar novas configurações de poder e de conhecimento.”

A autora critica a estereotipação e ausência de representatividade negra na história que foi contada. Kilomba (2019) destaca a falta de autenticidade nas representações de culturas não brancas, que frequentemente são filtradas por perspectivas coloniais que distorcem suas realidades. Defende, por sua vez, a descolonização da arte e a criação de espaços de visibilidade às narrativas subalternizadas, reinterpretando a história da arte e incluindo vozes diversas na promoção de um diálogo mais inclusivo sobre a história das civilizações e o processo de colonização. Sua contribuição busca não apenas desafiar normas estabelecidas, mas também transformar a arte em um meio de resistência e apoderamento.

Núñez e Vilharva (2022) citam o trabalho fundamental de bell hooks (1994) que também nos pontua a importância de nomear a dor frente à ferida colonial – ainda invisibilizada – por meio da poesia, dos cantos e das teorias. Na sequência, o seguinte trecho que diz: “Ainda somos educados a partir de narrativas hegemônicas que anunciam a colonização como algo já (ultra)passado, como uma reminiscência. Esta negação da ferida reinstaura o trauma colonial, atualiza-o, mantém-no em funcionamento [...]” (Núñez & Vilharva, 2022, p. 2).

É evidente que o acesso à arte, seja ao consumo ou à produção artística, é restrito historicamente às classes privilegiadas. Como menciona a pesquisadora Magro (2007, p. 23) “Poderíamos levantar, ainda, uma perspectiva excludente da arte, visto que, sua produção e consumo demandam grandes recursos financeiros, além de acesso restrito e espaços de exposições sofisticados e repletos de “regras de conduta” que inibem a visitação de um

público mais amplo.” A autora ainda comenta que o ensino da arte ainda atravessa barreiras por ser considerado supérfluo.

A pouca representatividade de mulheres e, principalmente, de mulheres negras em espaços de arte é sintomática. Sugere que a arte ainda carregue elementos colonialistas e fomenta racismo e sexismo. Conforme nos mostra as autoras a seguir:

Sendo as produções artísticas resultantes das relações culturais, em uma sociedade que mantém ainda presente em sua formação regimes excludentes e desiguais, podemos avaliar de forma hipotética que a produção artística das mulheres negras foi mantida no anonimato, esse efeito acaba por resultar na (in) visibilidade das mulheres negras não se restringindo apenas alguns meios e sim há quase todos os espaços das relações sociais (Rodrigues & Botelho, 2011, p. 2).

Avanços no que tem se chamado de descolonização da arte e de nossos saberes, contemplam um marco histórico fundamental: A Lei nº 11.645, de 10 de março de 2008, que torna obrigatório o estudo da história e cultura indígena e afro-brasileira nos estabelecimentos de ensino fundamental e médio, e a inclusão no calendário escolar do dia 20 de novembro como “Dia Nacional da Consciência Negra”, pela Lei 10.639, de 9 de janeiro de 2003 (Fontenele & Cavalcante, 2020, p. 3).

De acordo com a jornalista Camilo (2014), pesquisadores do tema, como a socióloga Suelaine Carneiro, diretora do Geledés Instituto da Mulher Negra e Valter Silvério, do Núcleo de Estudos Afro-Brasileiros da Universidade Federal de São Carlos (UFSCar), levantam que um dos efeitos desse trabalho é o fim da hegemonia branca nas figuras retratadas no ambiente escolar. Mencionam o quão ainda é comum os ambientes escolares estarem preenchidos de uma iconografia diferente da maioria dos alunos que estão ali. Para os pesquisadores, está na valorização da cultura indígena e afro-brasileira, a começar pelo espaço escolar, o artefato político necessário para uma reconstrução identitária, de nossos ícones e representações; passo fundamental na descolonização da arte e de nossos saberes.

Neste contexto, e dada a vastidão de possibilidades analíticas da arte, interessa-nos enfatizar sua potência transformadora, sua função de espelho social e seus lugares de transporte. Interessa-nos destacar que a arte sempre obedecerá a um projeto estético e político nos bastidores da cultura, e que, ao garantir a diversidade das manifestações culturais, pela visibilidade de saberes e vozes, pode-se chacoalhar os códigos estéticos incongruentes com a expressão popular.

Um outro trecho do relato de Magnólia acende uma luz sobre ser artista, e os processos de re(existência) pela ancestralidade: “Acho que esse caminho de volta que eu agora estou, e nomeio como Sankofa, esse voltar à essência, que vem da filosofia africana de voltar a essência. Eu acho que o artista é um alquimista que transforma a realidade” (Magnólia).

A artista, em outro momento, comenta uma dimensão de autocuidado pela música como um refúgio quando diz: “a hora que você tiver muito batendo cabeça em alguma coisa assim, sem entender, falar, cara, vai tocar. Porque eu acho que as coisas vão desenrolando. Muitos temas vão se desenrolando, massa é sair do pensamento” (Magnólia).

Para além da resistência, pensar a arte como refúgio do pensamento, se faz crucial à medida que consideramos a importância de re(existir). Evidenciando, assim, a possibilidade de outras leituras de si e do mundo, a partir de um campo sensorial e sensível, que neste caso, é vivenciado pela música. Magnólia ainda traz a crítica a uma comercialização do autocuidado:

Num ponto de que, de novo, as mulheres estão sendo convidadas a se reinventar e procurar uma cura que não existe, para problemas que não existem. Porque se a gente for investigar essa insegurança, questões como padrão de beleza foram inventadas, e agora estão vendendo a cura a todo custo, né? (Magnólia).

Re(existir) pode ser pensado, nesse contexto, também por um olhar despatologizante para a vida. Para se questionar a ideia de “cura”, portanto, devemos perceber a herança do modelo manicomial enquanto projeto de perpetuação do colonialismo e colonialidade, que utiliza o discurso asséptico, higienista, respaldado pelas instituições da violência. A violência e a exclusão estão na base de todas as relações que se estabelecem em nossa sociedade, que utilizam da “culpa” e da “doença” para justificar a finalidade educativa das instituições como operam (Basaglia, 2000, p. 101).

E eu acho que esse ‘ser o louco da parada’ é um arquétipo do artista. Se a gente for ver muitos viraram o louco da parada. E eu acho que é difícil assim. Vai ficando estigmatizado também, o que deveria ser normal. A ideia do normal ali que a gente tem. Nós somos também seres de outro mundo. Mas que muitas coisas vão atravessar a gente, cada um da sua forma. E o autocuidado ele também às vezes é tomar um café, às vezes é tocar. E o quanto que cara, ser mulher atravessa tudo, né? (Magnólia).

A arte como lugar de transgressão, afinal, pode oferecer perigo ao projeto colonial e patriarcal. Nesse sentido, Pereira e Passos (2017, p. 124) convidam-nos a um debate, que para além dos muros manicomiais, pauta-se na estruturação da sociedade capitalista e o estigma da loucura.

Em Ovelhas na névoa: um estudo sobre as mulheres e a loucura, localiza inúmeras mulheres que foram institucionalizadas porque não queriam submeter-se aos ideais considerados femininos de sua época. Nesse caminho, é possível afirmar que a psiquiatria sempre foi acionada a partir do momento em que mulheres ultrapassavam os limites do seu tempo.

Diante da lógica do capital, as autoras consideram o processo de higienização, sob signo do racismo, o mais usual mecanismo para se criar corpos “desviantes” e justificar a manicomialização. E então compreendem, como apontam, que “a luta pelo fim dos manicômios é a luta por uma sociedade livre de opressões e desigualdades.” (Pereira & Passos, 2017, p. 336).

Descolonizar a arte é fundamental para que esta seja uma aliada na reconstrução imagética, ética e estética, que requer um trabalho contínuo e ininterrupto de descolonização do pensamento. Envolve, por sua vez, uma série de práticas e reconstruções políticas, estruturais e de discurso. Fica evidente a colonialidade e reprodução da visão erudita na música, em mais outro trecho de Magnólia, principalmente quando aborda a questão do “virtuosismo”:

Meu primeiro contato com a música foi no projeto Guri. E aí na época eu acho que agora mudou o ensino musical, mas na época eu estudei violoncelo, então na época eu tinha uma ideia de que você só vai ser artista se você for o cara virtuoso. Aí com essa definição, eu fui lidar com essa questão do ser artista virtuoso e isso me acompanhou até meus 18 anos. Aí eu fui estudar performance. Aí no teatro tem também você só é artista, se você for aquela figura superinteressante (Magnólia).

9

2.2 Mulheres e o trabalho de cuidado: arte como possibilidade de descanso e afeto

Na perspectiva da ética do cuidado, o cuidado deve ser repartido por todos e não pode estar restrito às mulheres ou às famílias, ou seja, o propósito para o qual o cuidado deveria ser direcionado é tornar a sociedade a mais democrática possível (Tronto, 2007 citado por Passos, 2020, p. 117).

Jasmim é uma Artista da Dança, que se reconhece mulher branca cisgênero, heterossexual e divide sua atuação como artista com o trabalho de cuidado para com sua casa e familiares. Reside na cidade do Guarujá, onde viveu a maior parte de sua vida, e lá constituiu sua família. Conheceu a possibilidade de ser artista pelo Instituto Procomum e Lab. Corpo e Arte da Universidade Federal de São Paulo, câmpus Baixada Santista.

Sobre a dança, relata: “Sabe, a dança, ela...ela me envolve, ela me deixa bem, e, sabe, eu chegava em casa com o corpo leve, tranquilo, sabe aquela coisa gostosa? Como se eu estivesse viajando. Eu esquecia tudo, esquecia todos os problemas adiante”

A artista contou ser uma mulher que há trinta anos vive com HIV, e que atravessou muitas etapas desafiadoras desde o diagnóstico. Entre as tantas reverberações relatadas por ela ao narrar sua condição ao longo da vida, menciona que a arte foi também uma forma de atravessar barreiras que acreditava distanciá-la da possibilidade de ser uma artista. Conta

que ao se permitir viver isso, na primeira vez que dançou, sentiu como “um desabrochar, um ficar mais bonita” (Jasmin).

Diante desta fala, cabe a reflexão acerca da dimensão do erótico, como propõe Audre Lorde (2019, p. 57), sendo este, portanto, para além do quão tem sido difamado e distorcido, “uma afirmação da força vital das mulheres; daquela energia criativa fortalecida, cujo conhecimento e cuja aplicação agora reivindicamos em nossa linguagem, nossa história, nossa dança, nossos amores, nosso trabalho, nossas vidas”.

Existem muitos tipos de poder, usados e não usados, reconhecidos ou não. O erótico é um recurso dentro de cada uma de nós, que paira num plano profundamente feminino e espiritual, firmemente enraizado no poder de nossos sentimentos impronunciados ou não reconhecidos [...]. Para mulheres, isso significou a supressão do erótico como fonte considerável de poder e informação dentro de nossas vidas. (Lorde, 2019, p. 66).

Também podemos considerar a dimensão sensorial e afetiva que o toque oferece, já que a pele é, de acordo com Guzzo (2023, p. 7) “lugar fundamental para todo o desenvolvimento do que entendemos como afeto. A pele é, portanto, o primeiro lugar que sentimos o cuidado”.

Na perspectiva de Manning (2023), quando reflete a corporeidade e as possibilidades do gesto, aborda o corpo como uma espécie de mundo por onde a experiência da vida se dá, e que se faz possível pela relação que estabelece com o tempo, no e pelo meio.

10

Então aí eu dancei coisas loucas, sabe? Com um pedaço de pau com um galho, sabe assim, um jogo muito legal, e gostei. Fui na outra quinta-feira, aí na outra já tinha mais uma, sabe, aí eu fui. Fiquei com aquilo dali, entendeu? Aí depois apareceu mais pessoas. Aí, não larguei mais. Tem de se entrelaçar uma dentro da outra. Você entendeu? Ou você dançar com um simples pedaço de pau, dançar com uma planta, sabe? Estas coisas loucas, estas coisas que eu nem imaginava um dia na vida que eu iria fazer (Jasmin).

Em seu conceito de “gesto menor”, Manning (2016) nos provoca a olhar para ações ou expressões que podem parecer sutis, mas têm um grande potencial para criar mudanças e abrir novas possibilidades. Assim, convida às novas formas de pensamento e produção em arte, como também para esta como espaço de convocação de insurgências coletivas.

A partir do relato de Jasmin, há uma outra dimensão importante de se considerar: a arte como capaz de transportar a lugares simbólicos de extrema valoração no mundo capitalista e do trabalho, como é o caso do descanso, da beleza e da extravasão. Pode-se dizer, assim, que descansar, sentir-se mais bonita e poder extravasar, perpassam a experiência de estar a serviço de si, pela criação, pelo afeto e pelo prazer.

Por meio da dança, Jasmin joga luz à sobrevivência diante do cansaço físico e emocional vivenciados por sua rotina de cuidados com a casa, com a família e consigo, na

administração de medicamentos diários. Cenários diante dos quais, relata a dimensão de autocuidado que a arte ocupa em sua vida, pelo gesto, pelo movimento, pelos encontros, pela vida que acontece no campo da experiência sensorial, imagética, afetiva e simbólica.

É muito interessante a gente falar de cuidados com a gente, eu estou num momento assim, já tem uns três anos, cuidando de neto. Entendeu? De estar cuidando de netos. Então apareceu mais três pra eu cuidar. Então são cuidados que eu tenho que ter. Tenho a neta de 12 anos e a de 17, a J. e a A., duas adolescentes que vieram morar comigo e muito rebeldes. Eu sou uma mulher que vivo com HIV há 32 anos, tá? (Jasmim).

Olhar para a arte como lugar de descanso é um convite que, tendo em vista a “jornada tripla”, comum na realidade de tantas mulheres que exercem a função materna e de cuidados domésticos além da jornada do emprego, abre caminhos para pensar a importância do autocuidado a partir da afirmação de nossas necessidades de linguagem e ação, negligenciados historicamente.

Descrever e analisar este cenário de como o trabalho doméstico foi sendo destinado às mulheres, é fundamental para que possamos compreender que o descanso tem uma dupla significação quando nos referimos à arte como possibilidade de descansar: o descanso de poder deslocar-se dos ambientes não só domésticos, mas que induzem à ideia de domesticidade atribuída às mulheres ao longo dos tempos, possibilitando a dinâmica do lazer e do encontro; e a subjetivação da experiência de explorar possibilidades de mover-se e criar novas imagens de si.

Este trecho de Federici (2019, p. 42) é seguido da reflexão de que, ainda que o capitalismo imponha naturalmente ao trabalhador a condição de explorado e manipulado, há um tipo de manipulação diferente quando se trata do trabalho doméstico. A autora explica:

A diferença em relação ao trabalho doméstico reside no fato de que ele não só tem sido imposto às mulheres como também foi transformado em um atributo natural da psique e da personalidade femininas, uma necessidade interna, uma aspiração, supostamente vinda das profundezas da nossa natureza feminina.

A primeira grande transformação na condição das mulheres ocorreu no momento em que o capitalismo começou a se expandir, não apenas como um sistema econômico, mas também como uma força que reorganizou as relações de poder entre os sexos, os povos e as raças. O colonialismo foi uma das formas mais claras dessa reorganização, pois a colonização das Américas tanto colocou em movimento o comércio de escravizados como estabeleceu uma nova hierarquia racial e sexual, em que a mulher foi subjugada não apenas pelo homem, mas também pelo sistema colonial e capitalista. (Federici, 2004, p. 59)

Quando é feita, portanto, a divisão social e sexual do trabalho, Passos (2020, p 118) elucida que

A distribuição das tarefas é determinada a partir do gênero e se aprofunda com a raça e a classe[...]. No caso das mulheres negras, a intersecção entre gênero, raça e classe vai levá-las a permanecer na execução do trabalho doméstico e de cuidados, não só como uma relação de extensão da esfera reprodutiva, mas estabelecida e demarcada pela colonialidade.

Quando nos referimos à dimensão do cuidado pelo fazer artístico na experiência de vida de mulheres, aposta-se, portanto, na possibilidade da arte ser o espaço sensível-simbólico onde mulheres em suas diferentes condições de vida, possam celebrar a própria existência, contando e reinventando suas narrativas pessoais. Em paralelo, possam criar cumplicidades e aliançarem-se nas lutas, de modo que o descanso também seja encontrado na possibilidade do afeto.

Pela potência transformadora do afeto, a pensar sob a ótica feminista descolonial, este trecho de Lorde (2019, p. 47) inspira-nos a refletir:

Os patriarcas brancos nos disseram: ‘penso, logo existo’. A mãe negra dentro de cada uma de nós – a poeta – sussurra em nossos sonhos: ‘sinto, logo posso ser livre’. A poesia cria a linguagem para expressar e registrar essa demanda revolucionária, a implementação da liberdade.

12

2.3 Arte x Sustentabilidade no ensino da arte

Girassol é uma Arte-educadora e Artesã, que se reconhece mulher branca, cisgênero, heterossexual e uma entusiasta de atividades voltadas ao coletivo. Reside na cidade de Santos, e dá aulas de arte em escolas e outros equipamentos educacionais. Desenvolve seu trabalho essencialmente baseado na área da sustentabilidade ambiental.

Na fala de Girassol, abre-se uma gaveta de possibilidades e lugares para onde a arte pode transportar, e principalmente, o que pode abrir e cuidar dentro de nós mesmas:

Estimular que as pessoas olhem para as suas produções e se percebam através das suas produções. Sem precisar comprar nada, abrindo uma gaveta. Um movimento meditativo de olhar para dentro da gaveta, olhar o que eu tenho dentro do meu espaço, dentro da minha casa e que pode se transformar em arte (Girassol).

Girassol também é artesã, e ao centralizar seu trabalho na ideia de um mundo mais sustentável, ensina a confecção de artesanatos com sucata e materiais reciclados e diz acreditar que o cuidado seja sempre uma ação coletiva.

Sempre fui muito preocupada com a questão ambiental, então meu trabalho inicial foi estudar o reaproveitamento de materiais para criar produtos para poder vender. Eu fiz isso durante um tempo. E aí eu comecei a perceber, a estimular as pessoas a se preocuparem com a sustentabilidade, com o meio ambiente; não tinha para mim, não fazia mais sentido ser em forma de produtos, mas serem em forma da arte (Girassol).

O pensamento feminista descolonial e a sustentabilidade estão profundamente interligados, pois ambos buscam desafiar as estruturas de opressão que historicamente marginalizaram comunidades e saberes. Ao problematizar as relações de poder entre os gêneros, raça e classe, também propõe uma reinterpretação das práticas ecológicas e de cuidado com o meio ambiente.

Quando se considera a crítica de Silvia Federici ao modo como o capitalismo patriarcal explora tanto as mulheres quanto os recursos naturais, o trabalho das mulheres, especialmente o trabalho doméstico e de cuidado, sempre esteve atrelado à exploração da natureza, uma atitude colonizadora sobre esta, sendo um pilar fundamental para a reprodução do sistema capitalista (Federici, 2019).

A autora aponta que o sistema patriarcal e capitalista não apenas desvaloriza o trabalho das mulheres, mas também exaure os recursos naturais, perpetuando um ciclo de exploração e destruição, assim como pressupõe o pensamento colonizador. Assim, o feminismo, ao reivindicar a valorização do trabalho feminino e o reconhecimento das práticas de cuidado, também contribui para um modelo mais sustentável, que respeite tanto os direitos das mulheres quanto o meio ambiente, propondo uma transformação profunda nas relações de produção e reprodução.

A arte desempenha um papel fundamental na luta pela sustentabilidade, pois tem a capacidade de sensibilizar, inspirar e engajar as pessoas em questões ambientais e sociais urgentes. Ao promover o ensino, a produção e acesso aos debates sobre os impactos do consumismo, da poluição e do desequilíbrio ecológico, a arte abre espaços de reflexão e ação coletiva. Nesse sentido, a arte não apenas documenta os problemas ambientais, mas também pode se tornar um catalisador para mudanças e práticas descolônias.

O feminismo descolonial, a arte e a sustentabilidade se interconectam ao desafiar as estruturas de poder dominantes e promover uma visão mais holística e inclusiva do mundo. Nesse contexto, a arte surge como uma ferramenta poderosa para resistir a essas opressões, criando espaços de expressão e transformação social. Para Guzzo e Taddei (2019, p. 75), “a capacidade da atividade artística para construir novos regimes de percepção ganha força como recurso inestimável da existência humana para fazer frente aos desafios do momento presente.”

No entanto, para além da importante conexão entre arte e cuidado no ensino da arte e no contexto da sustentabilidade ambiental, dimensionar o autocuidado na experiência de ser uma mulher artista-educadora foi crucial neste estudo.

Quando te ouço falar de autocuidado, para mim, o que mais faz sentido é o olhar para dentro [...]. A arte, ela ajuda nesse processo do olhar para dentro. Do poder se expressar. [...] um movimento meditativo de olhar para dentro da gaveta, olhar o que eu tenho dentro do meu espaço, dentro da minha casa e que pode se transformar em arte. (Girassol).

Girassol menciona os desafios de ser educadora, dimensionando a questão da identidade e do pertencimento ao valorizar aquilo que se tem dentro da gaveta, também simbolizando o olhar para dentro de si e para sua trajetória: “Então, há um lugar que, é o meu lugar, sabe? É um lugar que eu me sinto acolhida profissionalmente.”

Como ressalta bell hooks (2000), cuidar de si é uma prática de resistência e regeneração necessária para que seja possível continuar a lutar por uma educação mais justa e humana. Olhar para o pertencimento, requer encará-lo como um processo ativo de inclusão e validação das identidades das mulheres, especialmente as mulheres que têm sido historicamente marginalizadas. Pertencer, segundo a autora, é profundo e fundamental na emancipação e construção de relações sociais justas e igualitárias.

Na perspectiva de estar em sala de aula e sentir-se acolhida, há uma dimensão de cuidado que se pode conectar ao pensamento de Guzzo (2023, p. 3) quando menciona “os modos de cuidar que acontecem não somente na prática do cuidado em si, mas em toda prática relacional que se dá para que os corpos possam estar presentes, atentos ao que lhes acontece também em outros momentos”.

14

A escola, é uma escola que tem muitas dificuldades porque os alunos, logicamente, voltaram muito confusos com esses 2 anos reclusos, né? E com muitos problemas de brigas e de desinteresse, os professores, todos e eu realmente enfrentei isso. Eu vou te dizer que nas primeiras semanas eu pensei em desistir (Girassol).

Girassol revela em um episódio específico que lhe aconteceu e o quanto acreditar na arte, como ferramenta de transformação que pode ser, a ajudou, como ela disse de forma “tão simples” a enfrentar uma situação de pouco engajamento por parte dos alunos, e nos inspira não só a reiterar o potencial de estimulação criativa da arte, mas acessar sua potência de reinvenção das realidades.

Peguei canetinhas, lápis de cores e revistas. E eu falei, vamos criar minha gente! Abrir as canetinhas, o giz de cera e os papéis, fez total diferença. Eles começaram a se conectar mais com o que eu falava. Alguns fizeram perguntas. Então quer dizer, eu não estava dentro daquele cronograma fechadinho, mas eu estava conseguindo fazer com que alguns conseguissem se interessar (Girassol).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Portanto, entende-se que a arte vivenciada e relatada pelas participantes da pesquisa cujo este artigo é fruto, é trazida como campo de possibilidade, vivaz e imediata de manifestar a existência no mundo, e para tanto, deve ser olhada como um precioso dispositivo de transformação e cuidado. Por meio dela, tantas mulheres podem dar voz aos seus silêncios, e podem acalentar alguns de seus ruidosos pensamentos.

Os limiões do cuidado nos colocam diante das visíveis e invisíveis limitações que estimulam e são frutos das relações afetivas, os limites que dão contorno às nossas ações e identidades. As fronteiras simbólicas que a colonialidade fragmenta em nós, estão afinal, sempre permeadas pela disputa entre saber e poder.

Nas relações de poder, a arte enfrenta os desafios de romper com o projeto colonial e a herança colonialista, podendo se tornar uma fonte potente de produção e acesso às múltiplas linguagens e expressões culturais. Em suas dimensões de autocuidado, afeto, descanso e afirmação, pode ser uma poderosa fonte de regeneração, transmutação e conhecimento, para a construção de um mundo mais sustentável. Pelo poder mover que se faz pela dança, do poder usar a voz, poder escrever, poder pintar as tantas imagens do mundo, poder se dizer assim como cada mulher participante deste estudo: uma artista.

Só poderia ser, afinal, da possibilidade que nasce o sonho, e o tornar possível que prescreve por fim, a tão sonhada liberdade. “As dores emergem dos nossos sonhos, e são os nossos sonhos que apontam o caminho para a liberdade. Aqueles sonhos que se tornam realizáveis por meio dos nossos poemas, que nos dão a força e a coragem para ver, sentir, falar e ousar.” (Lorde, 2019, p. 48).

15

REFERÊNCIAS

Basaglia, F. (2000). *Conferenze brasiliane*. Raffaello Cortina.

Camilo, C. (2014). Diversidade étnicoracial: por um ensino de várias cores. *Rev. Nova Escola*. <https://novaescola.org.br/conteudo/1545/diversidadeetnicoracialporumensinodevariascores>.

Carneiro, S. (2011). *Racismo, sexismo e desigualdade no Brasil*. Selo Negro.

CFMEA. (2020). (Auto)cuidado – coletivo, político e inadiável. *Outras Palavras*. <https://outraspalavras.net/feminismos/autocuidado-coletivo-politico-e-inadiavel/>

Ferreira, A. C., Guzzo, M. S. L., (2024). Dimensões do “saber-cuidado”: mulheres, arte e subjetividades. *PLURAL – Revista de Psicologia UNESP Bauru*, 3, e024005.

Federici, S. (2019). *O ponto zero da revolução: trabalho doméstico, reprodução e luta feminista*. Elefante.

Federici, S. (2004). *Calibã e a bruxa: mulheres, corpo e acumulação primitiva* (Coletivo Sycorax, trad.). Elefante.

Fontenele, Z. V., & Cavalcante, M. da P. (2020). Práticas docentes no ensino de História e Cultura Afro-Brasileira e Indígena. *Educação e Pesquisa*, 46, e204249. <https://doi.org/10.1590/S1678-4634202046204249>

Guzzo, M. (2023). “Se não posso dançar, não é minha revolução”: autocuidado e hapticalidade como práticas políticas. *Quaderns de Psicologia*, 25(1), e1778. <https://doi.org/10.5565/rev/gpsicologia.1778>

Guzzo, M., & Taddei, R. (2019). Experiência estética e Antropoceno: Políticas do comum para os fins de mundo. *Revista Desigualdade e Diversidade*, (17), 72-88. <https://doi.org/10.17771/PUCRio.DDCIS.46021>

hooks, bell. (2000). *All about love: New visions*. HarperCollins.

16

Kilomba, G. (2019). *Memórias da plantação: episódios de racismo cotidiano*. Cobogó.

Lorde, A. (2019). *Irmã Outsider: Ensaios e Conferências*. Autêntica.

Magro, A. R. (2007). Arte educação: necessidade ou superfluidade? *Colloquium Humanarum*, 3(2), 23-26. <https://journal.unoeste.br/index.php/ch/article/view/219>

Manning, E. (2023). *Políticas do toque: Sentidos, movimento e soberania*. GLAC.

Núñez, G., & Vilharva, N. (2022). Artesanato narrativo e as teias da palavra: perspectivas Guarani de resistência. *Revista Feminismos*, 10(23), e10222021. <https://periodicos.ufba.br/index.php/feminismos/article/view/45165>

Passos, R. G. (2020). Mulheres negras, sofrimento e cuidado colonial. *Revista Em Pauta: Teoria Social e Realidade contemporânea*, 18(45), 116-129. <https://doi.org/10.12957/rep.2020.47219>

Pereira, M de O., & Passos, R. G. (Org). (2017). *Luta Antimanicomial e Feminismos: discussões de gênero, raça e classe para a reforma psiquiátrica brasileira*. Autografia.

Ferreira, A. C., Guzzo, M. S. L., (2024). Dimensões do “saber-cuidado”: mulheres, arte e subjetividades. *PLURAL – Revista de Psicologia UNESP Bauru*, 3, e024005.

Quijano, A. (2005). Colonialidade do poder, eurocentrismo e América Latina. In E. Lander (Org.), *A colonialidade do saber: eurocentrismo e ciências sociais: perspectivas latino-americanas* (pp. 227-278). CLACSO.

Rodrigues, J., Botelho, D. (2011). Produção artística de mulheres negras na formação da arte contemporânea brasileira, e as produções das artistas plásticas Rosana Paulino e Yêdamaria. Seminário Internacional Enlaçando Sexualidades, Salvador. <https://nugsexdiadorim.files.wordpress.com/2011/12/producao3a7c3a3oartc3adsticademulheresnegrasnaformacao3a7c3a3odaartecontemporanea3a2neabrasileiraeeasproducoes3a7c3b5esdasartistasplasticasrosanapaulinoeyedamaria.pdf>

Silva, R. de L., & Rosa, E. M. (2017). Performance Negra e a Dramaturgia de Corpo no Batuque. *Revista Brasileira de Estudos da Presença*, 7(2), 249–273. <https://doi.org/10.1590/2237-266063510>

Recebido em: 30/06/2024

Reapresentado em: 12/11/2024

Aprovado em: 28/11/2024

17

SOBRE AS AUTORAS

Aline Carvalho Ferreira é psicóloga e educadora. Graduada em Psicologia pela Universidade Federal da Grande Dourados (UFGD); Mestra em Ciências da Saúde pela Universidade Federal de São Paulo (Unifesp), câmpus Baixada Santista; Especialista em Arte na Educação pela Universidade de São Paulo - USP. Atua com foco nas interfaces entre saúde mental e gênero, arte e cuidado, memória e educação.

Marina Souza Lobo Guzzo é Professora Associada da UNIFESP no câmpus Baixada Santista, pesquisadora do Laboratório Corpo e Arte no Instituto Saúde e Sociedade. Tem pós-doutorado pelo Departamento de Artes Cênicas da ECA-USP e mestrado e doutorado em Psicologia Social pela PUC-SP. Concentra suas pesquisas e criações na interface do corpo e da paisagem, misturando dança, performance e circo ao tensionar os limites da subjetividade nas cidades e na natureza.