

Tornar-se escreviente: grafia da vida e as encruzilhadas em saúde mental

Isabela Schneider¹

Fernando da Silva Mancebo²

Raissa Ramos de Oliveira Theodoro³

Waldenilson Teixeira Ramos⁴

Resumo

O presente estudo analisa a potência da escrita como tecnologia de subjetivação, a qual pode assumir função de acolhimento, resistência política e reorganização da subjetividade de corpos marcados por um sistema vigente de opressão. Empregando o método da revisão de literatura, por meio de obras de autores que abordam a temática, como Sueli Carneiro, Conceição Evaristo, Audre Lorde e Gilles Deleuze, foi possível fundamentar a discussão da relação da escrita para com a saúde mental, tanto a partir da perspectiva do escritor quanto do leitor. Além disso, analisando a escrevivência como pilar fundamental da presente pesquisa, as discussões levantadas viabilizam, em um campo epistemológico, a humanização possível no processo da produção textual. Assim, com a ideia de potencializar o ser e a saúde mental, indaga-se como a escrita pode se afirmar como ferramenta significativa para a expressão e apropriação discursiva do sujeito, provocando, deste modo, uma ruptura à imposição latente de um esvaziamento causado pelo histórico colonial. Em síntese, este estudo evidenciou que a escrita se apresenta como uma potente ferramenta política, a qual por muito tempo foi utilizada de maneira a controlar e dominar subjetividades, mas que, mesmo assim, pode assumir um papel de resistência e afirmação da vida pelos sujeitos historicamente marcados, sobre os quais incidem as violências sistêmicas em nosso país e no mundo.

Palavras-Chave: Literatura; Saúde Mental; Escrita; Psicologia; Epistemologia.

1. Introdução

Ao mergulhar nas ondas históricas que banham o litoral da América do Sul, é possível investigar as confluências que estão presentes na constituição cultural e epistêmica da população brasileira. Junto a isso, ao se perscrutar os atravessamentos sociais que fazem emergir a linguagem como a temos, mais especificamente os meios que participam de tal construção, como a oralidade, a música, a arte e, especialmente, a literatura, em seus múltiplos gêneros, compreende-se que um forte viés colonizador foi determinante no desenrolar desta formação. Viés este que, desde sua primeira aparição, se encarna e se reflete na escrita como

¹ Graduanda de Psicologia; Universidade Federal Fluminense; Niterói, Rio de Janeiro, Brasil; isabela_schneider@id.uff.br

² Graduando de Psicologia; Universidade Federal Fluminense; Niterói, Rio de Janeiro, Brasil; fernandomancebo@id.uff.br.

³ Graduanda de Psicologia; Universidade Federal Fluminense; Niterói, Rio de Janeiro, Brasil; raissa_ramos@id.uff.br.

⁴ Mestrando de Psicologia; Universidade Federal Fluminense; Niterói, Rio de Janeiro, Brasil; waldenilsonramos@id.uff.br

ferramenta significativa para a configuração impositiva de discursos consolidados como verdade.

Com a invasão portuguesa nas terras de Pindorama no século XVI, postulou-se, através da Carta de Pero Vaz de Caminha, a primeira narrativa traçada pelo viés eurocêntrico no território nacional, desenvolvendo a noção de “descobrimento” do Brasil como um marco inovador e atraente no contexto das grandes navegações europeias (Souza, 1965).

Haveria, assim, um interesse profundo no movimento de explorar as terras descobertas, e, do mesmo modo, seria necessário mão de obra e, portanto, recursos humanos com sua força de trabalho para suprir tal falta. Os povos africanos, nesse sentido, seriam traficados de modo a suprir essa demanda, sendo coagidos a servir às “necessidades civilizatórias” no continente americano.

Com isso, para sustentar a exploração das terras invadidas, instaurou-se o processo de escravização, que implicava a desumanização de corpos não brancos, reduzindo-os à condição de objetos mercantis destinados à exploração e extração de recursos. Portanto, este processo se tornou central para a configuração do período de colonização.

No entanto, o passado não ficou preso na História, uma vez que seu desenvolvimento resultou em uma herança colonial que ainda se expressa na contemporaneidade como uma sombra que influencia as dinâmicas sociais, econômicas e culturais do Brasil. O desafio da reconstrução de uma identidade verdadeiramente autêntica, distante da perspectiva colonizadora, emerge no conflito contínuo de resistência em relação à marginalização desses corpos, reflexo da persistente colonialidade.

Em vista disto, com o desenrolar da escravização e da perpetuação do racismo, não é inédito evidenciar que ideais brancos ainda perduram na sociedade brasileira como um projeto estruturado, causando um esvaziamento da vida e aniquilando subjetividades outras na população afrodescendente. Sueli Carneiro (2023) em sua tese discorre acerca do epistemicídio, denunciando como o dispositivo de racialidade incide sobre a própria construção e constituição dos saberes na sociedade brasileira. Segundo ela, o epistemicídio é um instrumento epistemológico de dominação étnico-racial que contribui para o racismo estrutural na medida em que nega a legitimidade das formas de conhecimento produzidas pelos grupos dominados, ou seja, restringe suas liberdades a partir de uma supressão da produção e perpetuação de saberes que se desviem da branquitude, como discurso totalizante.

Na consideração desse aspecto, as interdições de uma afirmação identitária se espelham no domínio do campo teórico, acadêmico e histórico com predominância eurocêntrica. Esse controle a partir da ótica do colonizador resultou na transformação das tradições, crenças e práticas culturais para esse viés distorcido. Tal imposição deixou cicatrizes e se demonstrou uma ferramenta de adoecimento da saúde mental dessa população. Diante de tal cenário, é possível fazer emergir uma indagação pertinente: poderia a escrita nos servir como arma de disputa em um campo múltiplo da existência de populações marginalizadas, de maneira a proporcionar vida e desejos que protestam contra esse mundo?

Perpassando o modo de escrivência, elucidado como processo criativo fundamental e de autoria própria da escritora Conceição Evaristo, é possível que reflitamos acerca do escrever como alicerce da autoexpressão e a expressão como base fundamental da saúde mental. Tal afirmação é confirmada pela autora quando diz: “O que a história não nos oferece, a literatura pode oferecer. Esse vazio histórico é preenchido pela ficção.” (Evaristo, 2020, transcrição de áudio).

Com isso, será possível defender a elaboração de uma escrita, seja ficcional ou não, como forma de reafirmar e valorizar as experiências de corpos outros, demonstrando-a como método de promoção da saúde mental e manifestação contra uma literatura predominantemente branca e colonial.

2. Implicação de desejo: direções e horizontes

O presente estudo objetiva investigar a escrita enquanto tecnologia de subjetivação que traça veredas outras de saúde mental da população negra, articulando-a ao campo da Psicologia. Nesse sentido, busca-se lançar luz sobre o gesto da literatura em seu tônus ético-político de resistência, no qual também se torna possível construir formas de agenciamentos e enunciados coletivos da experiência negra no Brasil. Nesse mesmo âmbito, engendra-se transformação e aumento da potência da negritude, de modo que se possa ampliar as formas de promoção da saúde presentes hoje em nossa sociedade, integrando política e saúde, experiência e vida, luta e sobrevivência. Com isso, este manuscrito busca interpelar práticas em psicologia a fim de provocar avanços no campo, reforçando a defesa dos direitos humanos, da vida e a construção de condições de possibilidade para uma vivência da existência que se distancie de opressões e padecimentos.

3. Trilhas e rastros: políticas e poéticas metodológicas

A presente produção textual surge como resultado das discussões promovidas nos encontros do Coletivo Autônomo de Produção Acadêmica da Universidade Federal Fluminense durante o ano de 2024. Tal grupo se debruça sobre os estudos acerca da perspectiva da transdisciplinaridade (Passos; Barros, 2000), a qual busca romper com fronteiras supostamente demarcadas de diversas áreas do conhecimento. Assim, com o intuito de fomentar um pensamento crítico e fundamentar a formação psi, a qual urge por uma qualificação múltipla, escapando de modelos teóricos excludentes, os participantes buscam se engajar em diversos saberes, desde Psicanálise, até Filosofia, Estudos de Gênero, dentre outros. Discussões recentes se têm embasado em autores decoloniais que buscam fugir e criar a partir do ponto cego de autores europeus, os quais não entendiam a colonialidade como estrutura fundamental para a reiteração dos discursos hegemônicos nas sociedades do sul (Santos; Meneses, 2009).

Com isso, para o alcance dos objetivos almejados, empregou-se o método da revisão de literatura narrativa de obras e materiais da renomada autora brasileira, Conceição Evaristo (Evaristo, 2019), articulando-as a outras obras que elucidam a importância da escrita para o campo da saúde mental e para a promoção da vida. Fundamentalmente, as bases metodológicas deste estudo foram construídas a partir de uma abordagem qualitativa acerca de trabalhos e autores relevantes no movimento decolonial. Assim, essa abordagem toma como seu fundamento basilar o conceito de escrevivência, o qual orienta uma reflexão acerca da função social da escrita como prática transformadora e crítica na medida em que se atenta às experiências concretas de vida, sobretudo de corpos historicamente marcados e oprimidos, possibilitando sua apropriação como ferramenta de resistência, cura e afirmação.

Por meio da escrevivência, é possível pensar a escrita para além de um simples ato de comunicação ou de registro histórico, afirmando-a em sua função ético-política, na qual os processos de subjetivação podem ser evidenciados e as subjetividades podem se expressar e se reinventar. Desse modo, a revisão conduzida neste trabalho valeu-se também de textos que pensam a vida e a saúde como potência, baseando-se em autores contemporâneos relevantes nos estudos da diferença e da decolonialidade, o que, por sua vez, permite que se estabeleça a função terapêutica da produção literária.

4. A possibilidade da escrita como reivindicação da vida

Segundo Neusa Santos, psicanalista referência nos aspectos sociológicos e psicológicos da negritude: “Uma das formas de exercer autonomia é possuir um discurso sobre si mesmo. Discurso que se faz muito mais significativo quanto mais fundamentado no conhecimento concreto da realidade.” (Souza, 2021, p. 45). Dessa forma, a produção de discursos e saberes é proposta como basilar para uma apropriação de si enquanto sujeito, ainda e, principalmente, em meio a uma sociedade que constantemente busca silenciá-lo após marcá-lo como “diferente”.

No livro *Irmã Outsider*, a autora Audre Lorde (2019), por sua vez, elucida uma nova visão sobre o conceito de poesia, revelando uma força criativa que pulsa nas palavras de mulheres. Permeando saberes difundidos por pensadores brancos, e com um propósito político de autopreservação, Audre defende que a poesia se torna o meio pelo qual essas mulheres nomeiam sentimentos soltos, ao mesmo tempo em que resistem à opressão de uma realidade eurocêntrica que subalterniza/coloniza suas existências. Ainda, no ensaio *A poesia não é luxo*, Lorde (2019) destaca que cada mulher carrega em si uma profundidade única, um vasto território onde a força criativa da literatura se encontra. Nesse sentido, na medida em que a mulher intensifica este fluxo da investigação de si mesma e da ação de dar forma à sua própria escrita, ela deixa para trás o medo de ser dominada pela correnteza da opressão, e, ao contrário, encontra força e potência na pertença da própria ancestralidade.

Em suas obras, a escritora Conceição Evaristo defende a finalidade de sua escrevivência, que também se apresenta como chave no processo da transformação, presente na dissolução de uma história única. Ou seja, na qual anteriormente se apresentava uma perspectiva anexada à projeção de marginalidade e violência associada ao corpo negro, posteriormente, perpassa um processo de humanização e romantização, modificando assim o olhar carregado por uma direção racista e colonial.

Neste sentido, o objetivo dessa modificação para uma visão sensível e o desenvolvimento de uma perspectiva humanizadora da realidade são apresentados no relato de entrevista com a autora (Evaristo, 2020), que compartilha uma narrativa pessoal de sua última atuação escolar em uma comunidade no Rio de Janeiro. Ela descreve a observação de uma cena envolvendo um jovem negro, que exercia o papel de sentinela e estava armado. No entanto, a tensão se desfaz quando uma mulher negra se aproxima com uma criança, e o jovem, ao vê-los, abaixa a arma e a envolve em um abraço. Evaristo (2020) enfatiza que, embora essa cena não se apresente como poética à primeira vista, devido à tensão e ao potencial perigo iminente, o que perdurou em sua memória foi o gesto de afeto entre pai e filho, destacando esse olhar sensível. A transmissão dessa cena, por sua vez, pode possibilitar uma humanização de corpos

marginalizados e as obras da autora refletem essa intenção de mudança na perspectiva, que reconheça tais corpos como verdadeiramente viventes.

Para além disso, temos em nosso país ainda um exemplo nítido da possibilidade de transformação e resistência oferecida através da escrita. Carolina Maria de Jesus, uma mulher negra e catadora de papel, moradora da favela do Canindé em São Paulo, se tornou referência nacional na literatura ao publicar seu diário (Jesus, 2001), o qual relatava sua luta diária pela sua sobrevivência e a de seus filhos. Afora sua publicação, seus manuscritos, por se apresentarem de maneira crua e realista, demonstravam a dura realidade da fome, da insegurança alimentar, da violência e da marginalização e, mesmo sem o objetivo de tornar seu diário público, a autora escrevia, pois acreditava que o ato de registrar suas palavras no papel ajudava a atravessar as dificuldades que experienciava: “Aqui, todas, implicam comigo. Dizem que falo muito bem. Que sei atrair os homens. [...] Quando fico nervosa não gosto de discutir. Prefiro escrever. Todos os dias eu escrevo. Sento no quintal e escrevo.” (Jesus, 2001, p. 19). A eventual publicação que veio a ser feita de sua voz por meio do livro autobiográfico não era seu objetivo, mas mesmo assim foi esta que apresentou ao mundo as injustiças e violências pelas quais uma grande parcela da população brasileira passava e ainda passa. Dessa forma, Carolina não se constituía apenas como uma autora, pois ao transformar seu relato pessoal em potência coletiva, como ferramenta de denúncia de padecimentos e de reivindicação da vida, ela tecia a possibilidade de uma transformação social. Carolina se tornava, dessa forma, uma das maiores escrevintes que nosso país já conheceu.

Diante disso, evidencia-se como a escrita pode assumir a função de instrumento para o alcance do exercício da autonomia e da produção de discursos sobre populações marginalizadas, como almejava Neusa Santos Souza (2021). Ainda, na introdução da obra de Conceição Evaristo (2019), intitulada *Becos da Memória*, a escritora busca explicitar o papel que a sua escrita possui para si:

Escrever *Becos* foi perseguir uma escrevivência. Por isso também busco a primeira narração, a que veio antes da escrita. Busco a voz, a fala de quem conta, para se misturar à minha. [...] Insinuo, apenas, que a literatura marcada por uma escrevivência pode con(fundir) a identidade da personagem narradora com a identidade da autora. Esta con(fusão) não me constrange (Evaristo, 2019, p. 13).

Diante do exposto, é preciso repensar a escrita e defender sua posição como uma ferramenta significativa para a difusão do acesso à saúde mental, sobretudo para as populações marginalizadas e marcadas socialmente, como relatado anteriormente. Em uma entrevista fornecida pela autora, essa função terapêutica é afirmada com a seguinte fala:

O movimento da escrita, – [...] – o movimento da própria vida é um movimento que você faz para vencer a dor, ou para vencer a morte. É o espírito de sobrevivência mesmo, é esse desejo de agarrar-se à vida de alguma forma (Evaristo, 2020, transcrição de áudio).

Ainda nesse caminho, seguindo uma tradição espinosana de pensar a potência como capacidade de perseverar na existência, Gilles Deleuze, fundador da esquizoanálise, afirma: “Por isso o escritor, enquanto tal, não é doente, mas antes médico, médico de si próprio e do mundo.” (Deleuze, 1997, p. 13). Nesse sentido, a escrita não é apenas um meio de expressão, mas um dispositivo de criação de novas realidades, de um agarrar-se à vida.

Do mesmo modo, o filósofo segue afirmando:

Escreve-se sempre para dar a vida, para liberar a vida aí onde ela está aprisionada, para traçar linhas de fuga. Para isso é preciso que a linguagem não seja um sistema homogêneo, mas um desequilíbrio, sempre heterogêneo: o estilo cava nelas diferenças de potenciais entre as quais alguma coisa pode passar, surgir um clarão que sai da própria linguagem, fazendo-nos ver e pensar o que permanecia na sombra em torno das palavras, entidades cuja existência mal suspeitávamos (Deleuze, 2013, p. 180).

Tal movimento permite a emergência da própria multiplicidade do ser, uma “fuga” de enrijecimentos sistêmicos que buscam a perpetuação de um modelo do viver em detrimento de modos outros de existir. A linguagem, ao assumir a forma de ferramenta criativa, possibilita elaborar aquilo cujo acesso ao campo do declarativo foi barrado, permitindo a veiculação de formas dissidentes de discurso.

Para sujeitos historicamente marginalizados, como a população negra no Brasil, essa dimensão da escrita torna-se evidentemente ainda mais relevante, tomando um papel político de resistência. E, assim, Conceição Evaristo (2019), ao transformar sua vivência em escrevivência, tensiona a linguagem, desestabilizando o discurso hegemônico que aprisiona e subalterniza a negritude. Através desse processo, suas palavras traçam linhas de fuga que abrem caminhos para uma reapropriação da existência, permitindo que novas narrativas e subjetividades surjam no lugar do apagamento histórico e epistemológico.

Em vista disso, no entanto, é indispensável relatar que a escrita não é o único meio possível para o alcance desta intervenção. Como afirmou Leda Martins (2003) com seu conceito de oralitura, a escrita é muitas vezes tomada como exclusiva para a natureza e produção do conhecimento, invisibilizando outros processos de construção epistêmica e cultural nas sociedades. Apesar disso, fica claro que tal crítica não buscou diminuir a importância real que o escrever pode assumir na reivindicação da vida. Conceição Evaristo é firme e clara em afirmar que no processo da escrita é possível perceber o momento que “não é uma experiência individual, é uma experiência coletiva” (Evaristo, 2020). A escrita, sobretudo a escrevivência,

possibilita que o conteúdo posto em palavras se dissemine de forma mais ampla no espaço-tempo, uma vez que, sem a necessidade de um contato direto entre o remetente e o destinatário, visto que o contato pode ocorrer por intermédio da mensagem registrada em sinais gráficos, o material escrito pode atravessar municípios, estados e até países, sem contar os séculos. É evidente que tal travessia requer um tradutor capaz de decifrá-los, e nisso nosso país ainda tem muito a melhorar por meio de políticas de alfabetização. Porém, mesmo assim, o movimento da escrita possibilita não um esvaziamento da oralidade, mas um complemento: a travessia espaço-temporal das vozes, e nesse sentido deve ter sua devida notabilidade.

Junto a isso, o movimento da escrita pode abrir caminhos para a possibilidade de expansão da aparição autêntica de uma identidade cultural. A raiz cultural de um povo pode se expressar, de forma primordial, através da oralidade. Entretanto, pode se potencializar com a prática da escrevivência. A escrevivência é capaz de muito mais do que simplesmente registrar palavras. Resgatar as vozes da rede de escrevivências que atravessam essa história torna-se um marco potente para eternizar as múltiplas vozes e experiências que compõem essa identidade. Em vez de anular a oralidade, a escrita surge como um meio de preservação, como um canal expansivo que atravessa o tempo e o espaço, permitindo que as vozes que uma vez circularam de maneira efêmera possam agora se reproduzir e se consolidar, efetuando-se uma inscrição outra da linguagem.

A escrita, em sua interação com a oralidade, constrói uma verdadeira teia de afetos, onde cada palavra escrita é uma marca deixada sobre os corpos daqueles que vivenciam essas histórias, e ao mesmo tempo, uma abertura para que futuras gerações também se reconheçam e se apropriem dessa história. A identidade cultural, ao ser escrevida, se expande, se atualiza e se reinventa, garantindo a perpetuação das suas raízes.

Além disso, esta reafirmação também se manifesta nas expressões culturais, evidenciando a potência gerada pelo encontro entre a oralidade e a escrevivência. Dessa forma, demonstra-se a capacidade de traçar caminhos de resistência por meio da própria arte. Nesse sentido, ainda, o samba pode ser tomado como exemplo de gesto artístico, traduzindo em seu conteúdo a transformação de histórias de identidade em música e poesia de subversão, assim como exemplifica a letra da canção de oração Oyá Sorriso Negro, do grupo Quintal dos Prettos (Quintal dos Prettos, 2020):

É o povo de cá pedindo pra não sofrer
Nossa genteilhada precisa sobreviver
E levantam-se as mãos, pedindo pra Deus, Oyá
Já não se vive sem farinha e pirão não há
Não haveria motivos pra gente desanimar
Se houvesse remédio pra gente remediar

Já vai longe a procura da cura que vai chegar
Lá no céu de Brasília estrelas irão cair
E a poeira de tanta sujeira há de subir, Oyá

Portanto, ao entender a escrita como prática ética, política e criadora, fica evidente seu papel na promoção de uma resistência e na ampliação da potência de vida. Se a linguagem pode servir a um sistema de controle e dominação, ela também pode construir um espaço de resistência e liberdade, no qual o desequilíbrio e a heterogeneidade abrem brechas para a vida escapar das prisões que lhe foram impostas. Dessa forma, a escrita, ao se apropriar da potência da linguagem, não apenas narra, mas cria mundos, ressignificando experiências e oferecendo às populações oprimidas novas formas de ser, existir e resistir.

5. Considerações finais

Diante do exposto, fica evidenciada a possibilidade de apropriação da escrita como ferramenta terapêutica. Traçando um fio conectivo entre diferentes autores, como Sueli Carneiro, Conceição Evaristo, Carolina de Jesus, Leda Martins, Gilles Deleuze e Audre Lorde, o presente trabalho buscou, desse modo, investigar a escrita enquanto tecnologia que opera sobre a subjetividade negra, pensando-a inclusive como prática política. Articulando essa escrita-arte como vereda fundamental da reafirmação enquanto sujeito e grupo, é possível situar sua importância no campo da Psicologia.

O ato de escrevivência revela em seu poder de escrita o processo de ressignificar experiências e desafiar discursos estabelecidos e hegemônicos. Ao transformar vivências em narrativas, a autora Conceição Evaristo tensiona a linguagem colonial e promove novos modos de existência e autoexpressão para populações subalternizadas. A ferramenta de escrevivência intensifica a potência de vida do sujeito e o constitui como dono da própria história, transformando uma escrita que era narrada por outro olhar. Buscando assim uma subversão desses discursos sobre os corpos, a escrevivência é, sobretudo, um ato identitário expressivo.

Perpassando diversas obras que potencializam o ser para além das barreiras sociopolíticas inscritas nele, é legítimo, portanto, afirmar a escrita como fonte de transformação da subjetividade humana. E, dessa forma, a conceituação de Evaristo pode ser ainda mais reforçada. A escrita, assim, se apresenta como uma ferramenta política, a qual por muitos anos foi utilizada como uma ferramenta vil de controle, repressão e dominação da subjetividade feminina e da subjetividade negra. No entanto, se a escrita pôde ser uma ferramenta de opressão, fica evidente que ela também pode ser transformada em um local de reafirmação, renascimento

e pluralidade da psique, assumindo um papel de destaque na vida daqueles que buscam resistir e existir, como demonstrado pelos autores aqui apresentados.

Referências

- CARNEIRO, Sueli. *Dispositivo de racialidade: a construção do outro como não ser como fundamento do ser*. Rio de Janeiro: Zahar, 2023.
- DELEUZE, Gilles. *Crítica e clínica*. 1. ed. São Paulo: Editora 34, 1997.
- DELEUZE, Gilles. *Foucault*. 1. ed. São Paulo: Brasiliense, 2013.
- EVARISTO, Conceição. *Becos da memória*. 3. ed. Rio de Janeiro: Pallas, 2019.
- EVARISTO, Conceição. CONCEIÇÃO EVARISTO | Escrivivência. *YouTube*, 2020. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=QXopKuvxevY>. Acesso em: 4 fev. 2025.
- JESUS, Carolina Maria de. *Quarto de despejo: diário de uma favelada*. Série Sinal Aberto. São Paulo: Ática, 2001.
- LORDE, Audre. *Irmã Outsider*. Belo Horizonte: Autêntica Editora, 2019.
- MARTINS, Leda. PERFORMANCES DA ORALITURA: CORPO, LUGAR DA MEMÓRIA. *Letras*, [S. l.], n. 26, p. 63–81, 2003. DOI: 10.5902/2176148511881. Disponível em: <https://periodicos.ufsm.br/letras/article/view/11881>. Acesso em: 11 fev. 2025.
- PASSOS, Eduardo; BARROS, Regina Benevides de. A construção do plano da clínica e o conceito de transdisciplinaridade. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, v. 16, n. 1, p. 71–79, jan. 2000. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ptp/a/L7rpp3DHD4n8xsRdLVQkTF/?lang=pt>. Acesso em: 8 jun. 2025.
- QUINTAL DOS PRETTOS. Oyá - Sorriso Negro - Part Emicida. *YouTube*, 2020. Disponível em: <https://youtu.be/YMFynroEkIg?si=iT3HEUzyU5cTTn2q>. Acesso em: 28 fev. 2025.
- SANTOS, Boaventura de Sousa.; MENESES, Maria Paula. *Epistemologias do Sul*. Coimbra: Edições Almedina, 2009.
- SOUZA, Neusa Santos. *Tornar-se negro*. Rio de Janeiro: Zahar, 2021.
- SOUZA, Thomaz Oscar Marcondes. A carta de Pero Vaz de Caminha e o descobrimento casual do Brasil. *Revista de História*, São Paulo, v. 30, n. 61, p. 177–180, 1965. DOI: 10.11606/issn.2316-9141.rh.1965.123309. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/revhistoria/article/view/123309>. Acesso em: 26 fev. 2025.

Convertirse en escriviviente: escritura de la vida y las encrucijadas en la salud mental

Resumen



El presente estudio analiza la potencia de la escritura como tecnología de subjetivación, capaz de cumplir funciones de acogida, resistencia política y reorganización subjetiva en cuerpos marcados por el vigente sistema de opresión. Mediante una revisión bibliográfica que incluye a autores como Sueli Carneiro, Conceição Evaristo, Audre Lorde y Gilles Deleuze, se fundamenta la relación entre escritura y salud mental, tanto desde la perspectiva de quien escribe como de quien lee. Al situar la *escrevivência* como pilar central, el análisis evidencia la humanización posible en el proceso de producción textual dentro de un campo epistemológico. Buscando potenciar el ser y la salud mental, se pregunta cómo la escritura puede afirmarse como herramienta significativa para la expresión y apropiación discursiva del sujeto, provocando así una ruptura con la imposición latente de un vaciamiento heredado de la historia colonial. En síntesis, el estudio muestra que la escritura se presenta como una poderosa herramienta política: durante mucho tiempo utilizada para controlar y dominar subjetividades, puede, sin embargo, asumir un papel de resistencia y afirmación de la vida para sujetos históricamente marcados, sobre quienes recaen las violencias sistémicas en nuestro país y en el mundo.

Palabras claves: Literatura; Salud Mental; Escritura; Psicología; Epistemología.

Devenir escrevivente: l'écriture de la vie et les enjeux de la santé mentale

Résumé

La présente étude analyse la puissance de l'écriture en tant que technologie de subjectivation, capable d'assumer des fonctions d'accueil, de résistance politique et de réorganisation subjective pour des corps marqués par un système d'oppression dominant. S'appuyant sur une revue de littérature et sur les travaux d'auteurs tels que Sueli Carneiro, Conceição Evaristo, Audre Lorde et Gilles Deleuze, la discussion fonde le lien entre écriture et santé mentale, tant du point de vue de l'écrivain que du lecteur. En prenant l'*escrevivência* comme pilier fondamental, l'analyse met en évidence la possibilité d'une humanisation dans le processus de production textuelle. Dans la perspective de potentialiser l'être et la santé mentale, on s'interroge sur la manière dont l'écriture peut s'affirmer comme un outil significatif d'expression et d'appropriation discursive du sujet, rompant ainsi avec l'imposition latente d'un vide hérité de l'histoire coloniale. En résumé, l'étude démontre que l'écriture se révèle un puissant instrument politique : longtemps employée pour contrôler et dominer les subjectivités, elle peut néanmoins devenir un moyen de résistance et d'affirmation de la vie pour les sujets historiquement marqués, soumis aux violences systémiques au Brésil et dans le monde.

Mots-clés: Littérature; Santé Mentale; Écriture; Psychologie; Épistémologie.

Becoming an escrevivente: life writing and the crossroads of mental health

Abstract

This study examines the power of writing as a technology of subjectivation, able to function as a space of welcome, political resistance, and subjective reorganization for bodies marked by the prevailing system of oppression. Using a literature-review methodology and drawing on authors such as Sueli Carneiro, Conceição Evaristo, Audre Lorde, and Gilles Deleuze, the discussion grounds the link between writing and mental health from both writerly and readerly perspectives. Centering on the notion of *escrevivência* as a foundational pillar, the analysis highlights how textual production can foster humanization within an epistemological field. With the aim of enhancing being and mental health, the study asks how writing can establish itself as a meaningful tool for discursive expression and appropriation, thereby rupturing the latent imposition of emptiness inherited from a colonial history. In sum, the findings show that writing is a powerful political instrument: long deployed to control and dominate

subjectivities, it can nonetheless serve as a vehicle of resistance and affirmation of life for historically marked subjects who endure systemic violence in Brazil and worldwide.

Keywords: Literature; Mental Health; Writing; Psychology; Epistemology.