

Notas sobre a correria: de que e para onde estamos correndo?

Notes on running: what and where are we running?

Renata Aparecida Basto Santos¹

Quem nunca se viu ou reconheceu quem estivesse em constante correria? Muitas vezes as atividades cotidianas se dão de maneira caótica e sem tempo para pausa e contemplação. Desta forma, a rotina de trabalho e estudos é pesada e ininterrupta, as refeições são rápidas e concorrem com a resolução de outros problemas, áudios e vídeos têm a sua velocidade de reprodução acelerada, é comum haverem inúmeras abas abertas no computador e, dentre vários outros exemplos, o ponto é que muita coisa acontece no registro da correria. Este texto pretende trazer um enfoque a este fenômeno, através da interlocução entre um conto de Conceição Evaristo e da abordagem gestáltica, com o objetivo de trazer um olhar para a manifestação da correria, tão presente em nosso vocabulário e dia-a-dia.

No conto "O *cooper* de Cida", Conceição Evaristo relata a história de uma mulher negra que vivencia a correria em todas os âmbitos de sua vida. Cida, a protagonista, possui o hábito de realizar um *cooper* matinal na cidade onde mora, Rio de Janeiro. Em um fatídico dia, Cida degusta a corrida de uma maneira diferente. Em uma experiência que pode ser nomeada como epifânica, ela se dá conta de tudo o que ela não consegue observar exatamente por correr tanto, por correr sempre. Sendo assim, a partir de uma mudança de percepção, Cida consegue contemplar o mar, o ritmo das pessoas e o próprio ritmo pela primeira vez. Esta cena reveladora parece abrir espaço para outras formas de estar no mundo, que não sejam unicamente mediadas pela correria.

As pessoas estão a todo momento em relações e em contato com algo ou alguém, e a Gestalt-terapia, enquanto abordagem, se debruça sobre a compreensão de como as pessoas contatam, já que na obra inaugural da abordagem está escrito que "o contato é a realidade mais simples e primeira" (PERLS; HEFFERLINE; GOODMAN, 1997, p. 41). Entende-se, portanto, que a correria é uma maneira de fazer (ou não) contato.

Na obra supracitada, os autores consideram que a ansiedade é proveniente do bloqueio do excitação do crescimento criativo, ou seja, ela leva a padrões estereotipados e formas de estar no mundo que impedem a fluidez e o contato com as novidades do mundo, deixando a pessoa sempre em um estado de emergência crônica (PERLS, HEFFERLINE; GOODMAN, 1997, p. 45).

É fundamental trazer para esta discussão as possíveis funções da ansiedade e da espera, assim como da pressa e da rapidez, e em que medida estes fenômenos compõem a chamada correria. Corremos, tanto de uma perspectiva metafórica como de uma perspectiva concreta, rumo a um futuro desconhecido. Isso muitas vezes se dá por meio da

¹ Psicóloga Clínica, supervisora e Docente em cursos de formação em Gestalt Terapia. Uberlândia/MG, Brasil.
 <http://orcid.org/0000-0003-2323-9826>

imaginação e de fantasias catastróficas, que nos despotencializam e nos colocam em contato com uma ansiedade, muitas vezes patológica.

Sobre estas fantasias catastróficas, Pinto (2020) relata que elas compõem nossa humanidade e têm relação com a sabedoria, já que a partir delas surgem o cuidado e atitudes preventivas. À vista disso, a forma como uma pessoa irá vivenciar a tensão entre o momento presente e o futuro, dependerá de como ela tenta prever o futuro. Logo, se uma pessoa encara o futuro como hipótese, ela experiencia uma ansiedade saudável, que tende a gerar cuidado. Entretanto, se alguém prevê o mesmo como certeza, a ansiedade patológica se faz presente, e tende a gerar evitação de situações novas e/ou nas quais algum tipo de conflito está presente. De acordo com o autor, “[...] a ansiedade surge quando transitamos com tensão em direção ao futuro” (PINTO, 2020, p.15), e isso tem tudo a ver com a correria dos nossos tempos.

E quais são as formas de lidar com a ansiedade? O autor supracitado discorre sobre a importância de desenvolvermos a arte da espera, fenômeno tão raro na atualidade. Em correlação com esta espera, temos o papel da pressa e da rapidez. A rapidez pode ser bem-vinda quando em diálogo com a espera. Sem essa comunicação, ela se transforma em pressa, que diz de um lugar de afobamento, precipitação, ansiedade e correria. A rapidez, de acordo com o autor, é objetiva, atenta, e embasada no momento presente. Pinto (2021) discorre sobre como desenvolver a arte da espera se configura como pré-requisito para a nossa saúde existencial.

Na sociedade neoliberal na qual estamos inseridos, a correria além de ser cocriada, como vários outros fenômenos, é aclamada e supervalorizada. Thompsom (2016, p. 298) afirma o seguinte: “Na sociedade capitalista madura, todo tempo deve ser consumido, negociado, utilizado; é uma ofensa que a força de trabalho meramente ‘passe o tempo’.” Desta maneira, o que podemos perceber é uma administração do tempo em que o máximo de coisas sejam feitas, somado a isso, o tempo do relógio imprime imediatismo e cobranças constantes e não há espaço para a pausa, a contemplação e o lazer.

Também não podemos esquecer dos estruturantes raça, classe e gênero, que proporcionam nuances diferentes à correria, que vai denunciando e deixando pistas do quanto as pessoas estão alheias de si e dos outros, nesta trajetória acelerada rumo ao futuro. No conto de Conceição Evaristo, a personagem Cida fazia diariamente o mesmo caminho, porém, indiferente a tudo que estava a sua volta e sem se deixar arrebatado pelas novidades que apareciam durante o trajeto. O convite feito neste texto, é para que as pessoas possam experimentar ritmos diferentes em suas caminhadas, que elas possam se surpreender, que aprendam a contemplar o momento presente com todos os seus atravessamentos, pois só assim terão condições de perceber o óbvio e o belo.

Considero que a arte tem cumprido uma função importante neste momento histórico pelo qual estamos passando, tanto por comunicar de maneira poética o que não conseguimos verbalizar ou até mesmo compreender, como pelos lembretes contidos nas várias expressões artísticas, e retomo aqui as sábias palavras de Di Melo, que nos recorda do seguinte: “A vida em seus métodos diz calma/ Vai com calma, você vai chegar/ Se existe desespero é contra a calma, é /E sem ter calma nada você vai encontrar”. Em suma, o conto “O cooper de Cida” finaliza com a seguinte frase: “Ela ia dar um tempo para ela” (EVARISTO, 2016, p. 70). E você, tem criado condições para também ter este tempo para si?

REFERÊNCIAS

EVARISTO, C. **Olhos d'água**. Rio de Janeiro. Pallas, 2016.

MELO, Di. A vida em seus métodos diz calma. *In*: MELO, Di. **Blue Brazil 2 (Blue Note In A Latin Groove)**. EUA: BlueNote 1997, CD, Faixa 8.

PERLS, F.; HEFFERLINE, R. F.; GOODMAN, P. **Gestalt-Terapia**. São Paulo: Summus, 1997.

PINTO. E. B. A ansiedade e a espera. *In*: **Angústias Contemporâneas e Gestalt-terapia**. Margaret Marras (Org.). São Paulo: Summus, 2020. p. 11-36.

PINTO E. B. **Dialogar com a ansiedade**: uma vereda para o cuidado. São Paulo: Summus, 2021.

THOMPSON, E. P. Tempo, disciplina de trabalho e o capitalismo industrial. *In*: **Costumes em comum**: estudos sobre a cultura popular tradicional. São Paulo: Companhia das Letras, 1998. p. 267-304.

Como citar esse artigo:

SANTOS, R. A. B. Notas sobre a correria: de que e para onde estamos correndo? [Editorial]. **Rev. Saberes Acad.**, Uberaba/MG, v. 5, n. 1, p. 4-6, 2021.



Este é um artigo de acesso aberto distribuído sob os termos da *Creative Commons Attribution License*