



o que você está passando que não  
quer que ninguém saiba?

Milena Galli

Trabalho realizado sob a orientação  
da Profa. Dra. Edith Derdyk, em  
exigência parcial, para a obtenção  
do certificado de especialista, como  
concluinte do curso de Pós-Gradua-  
ção Lato Sensu “Caminhada como  
Método para a Arte e a Educação”

Ângela Castelo Branco e Giuliano  
Tierno - Coordenação de A Casa  
Tombada

2020

## RESUMO

---

*Esse relato do viajante fala sobre a Jornada da Não Violência, uma caminhada na qual escolhe-se percorrer a partir da conexão que se estabelece consigo, com o outro e com o meio. Trajeto no qual compartilhamos a nossa humanidade em que eu, enquanto viajante, me intitulo como cartógrafa das errâncias, uma vez que busco capturar a imprecisão dos sentimentos e das necessidades que estão por trás das relações intrapessoais, interpessoais e sistêmicas.*

**PALAVRAS-CHAVES:** Comunicação Não Violenta. Parentalidade Consciente. Humanidade Compartilhada. Vulnerabilidade.

## ABSTRACT

---

*This traveler report discusses the Nonviolence Journey, a path one chooses to take based on the connection established to oneself, to the other and the environment. A path in which we share our humanity and in which I, as a traveler, name myself a cartographer of wanderings, as I seek to capture the imprecision of the feelings and needs behind intrapersonal, interpersonal, and systemic relationships.*

**KEYWORDS:** Nonviolent Communication. Conscious Parenting. Shared humanity. Vulnerability.

**o que  
você está  
passando  
que não  
quer que  
ninguém  
saiba?**

**Milena Galli**

# Sumário

## **1** o ponto de partida **07**

Trajectoria de vida **08**

Interioridades e exterioridades **12**

Aumente o volume da  
sua capacidade de escuta **18**

Ian, meu mestre **26**

## **2** o modo de caminhar **35**

“O que vale a pena fazer mesmo  
que eu fracasse?” **36**

A caminhante cartógrafa das  
errâncias **40**

A paisagem interior **48**

## **3 o percurso** **239**

O que eu estou passando que gostaria que você soubesse **240**

Cartografia de emoções **252**

## **4 a linha de chegada** **539**

A jornada **540**

Somos todos responsáveis por isso **546**

## **5 para a academia** **553**

Bibliografia geral **554**

Bibliografia Relato do Viajante **564**

Ficha técnica **582**

**o**  
**ponto de**  
**partida**

**1**

# Trajeto<sup>ria</sup> de vida



*Curriculum Vitae* significa Trajetória da Vida em latim, mas por algum motivo, que não sei bem ao certo, conhecemos o CV como um documento solene e enfadonho que descreve as atividades remuneradas que um sujeito qualquer se propôs a fazer.

Se, na minha trajetória de vida, fosse aceitável incluir o que vivi de maneira autêntica, meu CV incluiria os encontros e atravessamentos que definem a pessoa que sou hoje, uma mulher muito mais múltipla e complexa do que apenas uma profissional do design gráfico, meu principal campo de atuação profissional.

Sou artista plástica de formação, ex-estudante de piano, mãe da Martina, arquiteta de livros, mentora de finanças pessoais, cartógrafa de emoções, feminista, filha da Maria Lucia, mulher branca consciente de seu lugar de privilégio, organizadora de rotina, aprendiz de parentalidade consciente, ex-baixista de banda punk-rock, provocadora de mudanças, mãe do Ian, cientista de si mesma, pintora a óleo a cada decênio, colecionadora de experiências, praticante de comunicação não violenta, antirracista, regente de emoções, investidora, fi-

Iha do Luiz Fernando, entusiasta da disciplina positiva, caminhante das errâncias, companheira do Rodrigo e construtora de pontes entre pessoas e conhecimentos.

Sou muitas, e por ser muitas, uso a minha criatividade para conectar, integrar e relacionar diferentes áreas de interesse.

# Interioridades e exterioridades<sup>1</sup>

1. DERDYK, Edith. **Linha de Horizonte:** Uma Poética do Ato Criador. 1ª edição. São Paulo: Intermeios, 2001, página 19

2. LARROSA, Jorge. **Notas sobre a experiência e o saber de experiência.** Tradução de João Wanderley Geraldi

Motivada pela curiosidade nas diversas [e em um primeiro momento, adversas] áreas de interesse que estavam, [e continuam] alimentando uma busca pessoal, percorri os 3 primeiros semestres desta pós-graduação acumulando índices e referências da minha paisagem interior.

Foi assim que resolvi investigar onde é que a **Comunicação Não Violenta**, a arte e a educação oferecidas na **Caminhada como Método para Arte e Educação**, a **Educação Financeira** e a **Criação Consciente** poderiam se encontrar fora de mim. Existiria um outro ponto em que essas quatro áreas de interesse poderiam pousar? Ou, então, um denominador comum entre elas que justificasse uma única pessoa se engajar vorazmente em todas? Como uma “sujeita da experiência” deixei a dúvida me acompanhar enquanto o conhecimento — provido da experiência — se decantava: “... o *sujeito da experiência se define não por sua atividade, mas por sua passividade, por sua receptividade, por sua disponibilidade, por sua abertura*”<sup>2</sup>.

Ao longo desses 3 semestres, caminhei como uma geóloga desses quatro terrenos e fui estudando

o território que pisava, interessada em encontrar a nascente dessas 4 afluentes.

Com curiosidade, tempo e coragem foi possível descamar as camadas superficiais para acessar aquilo que me parecia ser essencial: a certeza de que nossa humanidade, tão perfeita na sua imperfeição, tão plural e ao mesmo tempo única, também é comum a todos nós.

Minha certeza estava apenas em saber sobre a minha responsabilidade social ao me usar como o laboratório de pesquisa. E me agarrei a essa certeza para seguir investigando um modo de organizar o espaço, para que eu também pudesse enxergar o que era do outro e o que era meu.

Tempos depois, em algum estado de suspensão entre sintetizar, projetar, refletir, questionar, desistir, esquecer, lembrar e experienciar, foi possível enxergar a confluência dessas quatro áreas, e *voilà*: as áreas eram diferentes, mas convergiam na possibilidade de existirem pelo viés da Não Violência.

Coincidência ou não, escolher existir através da

Não Violência me pareceu um tanto providencial para esse momento, uma era marcada pela polarização política, pela disseminação de notícias falsas, pela exclusão, pelo abismo social, pelo autoritarismo, pela vazão ao ódio, ganância, genocídio de povos e pela intolerância ao que difere de si. Consciente do que isso representava, me vi incumbida de oficializar essa escolha.

Em tempo, esse tempo de pandemia, esse espaço de tempo suspenso e de alcance global, só me faz lembrar que somos todos seres ocupantes do mesmo planeta. É evidente que estamos pisando todos sobre o mesmo chão: o da nossa humanidade compartilhada.

# Aumente o volume da sua capacidade de escuta

*“Pegadas’ foi como primeiro chamamos a parte do trajeto que é hoje conhecida como ‘integração’ no percurso de aprendizado de Comunicação Não-Violenta. Depois dos primeiros contatos, depois de descobri a continuidade de contato com outros no aprendizado, depois de montar e começar a estabelecer o sistema de apoio empático na vida diária... é quando a atenção começa a se focar numa faixa da nossa interação com o mundo... e começa a ser deixado uma diferença tangível a partir da nossa presença. Pegada porque imprime um traço.*

*Pegada também porque não há expectativa de permanência. Aliás, faz parte da mudança que é oferta, que muda e cede a mudança. E assim, no estado atual das coisas, isso é assumir um desequilíbrio se forças tão grande mas tão grande que não raras vezes é só quem caminha que nota que há alguém a caminho.*

*Mas pegada que ninguém ver é ainda pegada. O peso que a areia recebe é sentido mesmo quando só quem anda sente. Há dias em que só de sentir e testemunhar este sentir requiere uma rede toda.*

*Uma solidão plena é um luxo que só um coletivo sustenta.*

*Como você está experimentando os passos próximos no pandoido em que nos encontramos?”<sup>3</sup>*

Dominic Barter agora está nas redes sociais. É possível “encontrá-lo” durante esse período de isolamento social e convivência remota. Dom, como também é conhecido, é o precursor da Comunicação Não Violenta no Brasil e autor da pergunta “O que você está passando que não quer que ninguém saiba?”, título desse relato do viajante.

Quando Dominic Barter pergunta “O que você está passando que não quer que ninguém saiba?”, ele está na verdade tentando acessar a camada mais profunda do famoso e apressado “Oj, tudo bem?”.

Meu primeiro contato com a *Comunicação Não Violenta* foi uma visita a um encontro mediado pelo Dominic em 2014. Entrei sem saber direito o que era e saí sem entender nada.

O encontro foi no bairro do Bom Retiro em São

3. Instagram @contatodominic; BARTER, Dominic. Publicado em 29.08.2020

O excerto foi tirado do instagram e mantido com os erros originais.

Paulo, em uma sobreloja de teto baixo com forro de PVC branco. Cheguei no endereço com o lan ainda bebê pendurado no carregador. Subi uma escada íngreme e vi umas 100 pessoas ao redor de apenas duas que se olhavam e conversavam. Me mantive distante. Parecia uma performance de arte ou um algum tipo de ritual de exorcismo. Me lembro de tentar ouvir o que conversavam, entender e acompanhar o propósito de tudo aquilo, mas me sentindo desconfortável peguei minhas coisas e saí. Acho que disse a mim mesma que nunca mais voltaria.

Três anos depois, após um trabalho que fiz com uma consultora de educação não violenta, fui a um novo encontro mediado pelo Dominic Barter. Embora fosse no mesmo bairro do primeiro encontro, o lugar dessa vez era outro, na Casa do Povo, um espaço público, um tanto amplo, com pé direito alto, assoalho de madeira e janelas ao longo de toda a extensão da sala.

Entrei curiosa e saí atravessada. Eu não só havia entendido tudo através da razão, como também certa de que havia sido transformada no campo

das emoções. Saí atendida, pertencente, conectada comigo, conectada com o outro, conectada com o meio. Foi ali que, sem saber, decidi começar a minha jornada.

Quem cruza o caminho de quem caminha pela Não Violência acaba, sem perceber, sendo automaticamente incluído ou convidado para seguir por ela.

A Não Violência é a escolha de um existir consciente, de entender que o seu movimento e as suas ações impactam não só em você, mas também no outro e no meio. Escolher pela Não Violência é escolher pela autorresponsabilização, pelo questionamento incessante e pelo lidar com aquilo que se faz e que se é.

Quem escolhe seguir por essa caminhada faz um pacto de paz com o outro, tendo esse outro a ciência disso ou não. Basta apenas que esse outro seja do reino animal e da mesma espécie que você. O responsável em dar o primeiro passo em direção à conexão e por pisar no chão da humanidade compartilhada é aquele que escolhe caminhar nessa jornada, ou seja, eu ou você.

# Ian, meu mestre

Quando nos tornamos mães [e pais] ganhamos de presente um espelho. Se tivermos a sensibilidade necessária e a coragem para enxergarmos o seu reflexo, certamente a parentalidade irá se transformar em uma das experiências mais impactantes que alguém já imaginou poder vivenciar.

Quando nascem, os bebês dependem da confiança que depositam no adulto para poderem sobreviver. Por uma simples questão anatômica, o bebê humano é uma das únicas espécies [se não a única] que nasce antes do tempo necessário para se ganhar autonomia fora do útero. *“O bebê humano nasce prematuramente em relação aos demais mamíferos. Podemos considerar que são nove meses de gestação intrauterina e depois nove meses de gestação extrauterina. Quer dizer, quando a criança chega aos 9 meses de idade, tem um desenvolvimento semelhante ao de outros mamíferos poucos dias depois do nascimento (possibilidade de locomoção, por exemplo)”*<sup>4</sup>. Esse bebê dependente, fusionado e ainda em desenvolvimento, quando foi concebido, escolheu os seus pais para que fossem seus aprendizes.

4. GUTMAN, Laura. **A Maternidade e o encontro com a própria sombra**. 1a edição. São Paulo: Best Seller, 2016, página 103

Segundo Ana Paula Cury, médica antroposófica, cofundadora da Escola de Pais da Escola Waldorf Rudolf Steiner de SP, os filhos são trazidos como frutos de uma investigação que levou séculos de preparação até chegarem a nós. Quando os filhos no elegem como pais, recebemos a missão de trabalhar aquilo que viemos buscar. São os pais que se parecem com os filhos, e não os filhos que se parecem com os pais.

Nesse sentido, educar um filho é, antes de mais nada, uma jornada de autoconhecimento e de autoeducação. Se não tivermos coragem de olharmos para dentro, para ingressarmos em um caminho de autoescuta e de autoinvestigação, nossos filhos não nos abandonam, eles irão nos apontar o que é que estamos deixando de lado, onde é que precisamos cuidar em nós. Segundo Cury, estaremos educando o outro se educarmos a nós mesmos.

Acessar nosso eu profundo é um ato de atrevimento, e entrar em contato com si mesmo, a partir do amor e da gentileza é uma habilidade que muitos de nós não aprendemos com as gerações passadas. No entanto, como adultos, podemos es-

colher aprender. “Se você cresceu num ambiente de abuso emocional, muito provavelmente você se trata mal internamente até hoje (ou precisou de muita terapia para deixar de fazer isso, não?)”<sup>5</sup>

E a chegada de um filho nos traz esse presente, ela nos lembra que sempre podemos buscar a nossa melhor versão, e que quando a vida extrauterina começa, ela depende da confiança de que receberá o amor do outro. Somos a única espécie que tem o privilégio de amar e de se conectar emocionalmente com o outro para sobreviver.

Portanto, se existe um projeto pessoal de mudar o mundo, a sociedade, a comunidade, ou seja, de impactar o entorno, comece por você se percebendo nos seus filhos. A parentalidade é um dos projetos mais importantes para aqueles que escolhem mudar o mundo caminhando pela Não Violência. “É preciso fazer um esforço consciente para educar nossos filhos de forma não violenta e dar esse presente a eles e ao mundo”<sup>6</sup>.

Criar filhos emocionalmente saudáveis é um ato político e, em um contexto cultural historicamente

5. Instagram @cantomater-nar; de Máira Soares, post 23.08.2020

6. GANDHI, Arun. **A virtude da raiva:** e outras lições espirituais do meu avô Mahatma Gandhi. Rio de Janeiro: Sextante, 2018, página 108

pautado pela violência do autoritarismo e da dominação, criar crianças com respeito é uma postura de resistência. Ao nos tornarmos pais, assumimos um compromisso social e passamos a ser responsáveis pela entrega de um legado para as próximas gerações.

É fato: não existe o caminho fácil, o que existe são caminhos possíveis. E se, de novo, como adultos, temos escolha, então porque não escolher o caminho daquilo que, ao te curar, te transformará e ao mesmo tempo impactará o entorno? *“Talvez não seja exagerado dizer que o destino de milhões pode depender do amor ou da raiva que transmitimos aos nossos filhos”* <sup>7</sup>.

7. Ibid, página 104.

**o  
modo de  
caminhar**

**2**

**“O que vale a pena fazer mesmo que eu fracasse?”<sup>8</sup>**

Quando ainda era apenas uma pesquisadora acadêmica, Brené Brown foi convidada para falar no evento da TED [sigla para *Technology, Entertainment, Design* - organização americana que disponibiliza palestras online]. O convite havia sido feito para que ela abordasse os temas de seus doze anos de pesquisa: a vergonha e a vulnerabilidade.

Em seu livro *A coragem de ser imperfeito* [*Daring Greatly*, título original em inglês], Brown conta que naquele dia, quando subiu ao palco, antes de pegar o microfone, sussurrou para si mesma: “O que vale a pena fazer mesmo que eu fracasse?”

Se trocarmos o cenário do palco pela arena da vida, poderemos nos guiar por essa pergunta toda vez que nos virmos confrontados a fazer escolhas. Que coragem precisamos ter para se atravessar a dúvida, desafiar respostas e se afirmar nas perguntas? Que alicerce é esse que permite que alguém se mostre inteiramente vulnerável quando se abre mão de suas máscaras sociais? Como romper padrões e sustentar um provável desconforto ao se apostar no “SIM” para si mesmo?

8. BROWN, Brené. **A coragem de ser imperfeito**. 1ª edição. Rio de Janeiro: Sextante, 2016, página 34

Começar qualquer jornada a partir do que se tem dentro é o primeiro passo para seguir pelo território da Não Violência, um território portátil em que se pode transportar o tempo e o espaço, elementos fundamentais para se criar o campo imperfeito e vulnerável da nossa humanidade compartilhada.

Nossa coexistência começa nesse lugar. Para se caminhar sobre a nossa humanidade compartilhada, é preciso ter a intenção e uma certa dose de coragem para que possamos simplesmente nos deixar enxergar por aquilo que somos.

Após 20 anos pesquisando a vulnerabilidade, Brené Brown conclui que se deixar vulnerabilizar não é uma fraqueza humana, pelo contrário, se mostrar vulnerável é um ato de ousadia que somente os fortes são capazes de sustentar.

# A caminhante cartógrafa das errâncias

Somos criados e educados para nos adequarmos a uma determinada cultura. Fomos, desde cedo, ensinados a pertencer e atender àquilo que esperam de nós enquanto parte de um sistema social. É por isso que, quando ainda somos crianças, nos entregam todos os códigos de como agir, considerar, atender e agradar. É preciso cuidar para que jamais se perturbe o outro.

Somos educados a partir de uma métrica que existe no externo, na lógica do adulto, do mercado de trabalho, da produção. É justamente aí que aprendemos que talvez o que está vivo dentro de nós não importa, e que, se aprendermos a esconder o que sentimos, teremos mais chances de não sermos excluídos e, assim, sobreviver.

Acontece que esse modo de olhar para fora nos aprisiona, nos ocupa a mente, estrategicamente nos afastando de nós. A mente nos leva ao futuro ou ao passado e, assim, seguimos distantes do momento presente e daquilo que está em vivo internamente. Talvez seja um mecanismo de fuga para não termos que lidar com aquilo que nos é estranho: nosso sentir, nosso campo emocional.

Ao longo da vida, seguimos nos projetando tanto no outro, no externo, na imagem, na performance e no êxito, que crescemos sem entender muito bem o que significa nos conectar com esse nosso sentir. Com a ajuda das redes sociais, nos tornamos “seres-imagens” e entendemos o quão fácil é nos escondermos por trás das nossas máscaras sociais. Construímos aquilo que gostaríamos de “ser” para aumentarmos as chances de “ter”: mais amigos, mais dinheiro, mais títulos, mais prêmios, mais reconhecimento, mais beleza. Para sobrevivermos, precisamos ser aceitos.

Estamos sempre tão ocupados em “gabaritar” nas tarefas da vida que não ousamos nos perder. Quem ousa sustentar um desconforto inesperado? Aprendemos com os nossos ancestrais, nossos parentes neandertais, que se expor através das nossas emoções pode ser perigoso.

Acredito que perigoso é chegar na fase adulta distantes de si mesmos. Um dia se perguntar “o que gosto de fazer” sem que se possa responder. Perigoso é chegar em um cargo de poder acreditando que o responsável por aquilo que te confronta é o

outro. Perigoso é se convencer de que não existe coexistência e que seu lugar no mundo depende de provocar o deslocamento de onde outro está.

Perigoso é aprender que, se não podemos nos deixar atravessar por emoções e sentimentos, temos a obrigação de nos distanciar de quem somos, de esconder nosso lado imperfeito. Perigoso é escolher existir como se não fossemos humanos e não pudéssemos errar.

Temos o privilégio de ter a capacidade de pensar, de amar, de se impactar, de chorar, de sentir dor, de se arrepender... E é nessa humanidade que iremos às vezes “acertar”, mas também “errar”; a vida também depende dos erros para acontecer. É nos movimentos não acertados, e muitas vezes no que aprendemos por contraste, que encontramos a direção.

O caminho da Não Violência, esse caminho de resistência em que se escolhe compartilhar com o outro a nossa própria humanidade com todas as falhas e erros que a condição humana oferece, é um caminho de errâncias, tortuoso, onde não se

controla, não se garante, em que se é impossível prever. É o caminho das perguntas e não das respostas, portanto da confiança na incerteza. E é justamente nessa caminhada sem controle que a imperfeição nos conecta.

Foi na compreensão de que o erro é parte importante do processo que comecei a observar e a capturar aquilo que me escapava, que eu descartava ou que não atrevia olhar. E foi disponibilizando o meu tempo, com o meu olhar para as falhas, os erros e os desdobramentos do imprevisível, que me tornei uma cartógrafa de errâncias.

# A paisagem interior

Soube, por meio da coordenadora do ensino infantil da escola do meu filho, que existia um curso de pós-graduação chamado: *A Caminhada como método para Arte e Educação*. Me interessei, fui pesquisar e, na época, meio que sem saber por que, me inscrevi.

Naquele momento talvez eu não soubesse, mas hoje sei que eu devo ter sentido um chamado interno para oficializar para mim mesma a investigação dessa minha jornada interna e pessoal desse sentir humano, e me permitir explorar tudo aquilo que já me havia sido dado quando eu me tornei mãe.

Ao me inscrever nessa Pós-Graduação eu partiria para um caminhar em direção a perguntas, à curiosidade, e quem sabe, à tentativa de desvendar a incógnita que justifica estar viva e gerar outras vidas. Vi que precisava entender o que significava percorrer a caminhada da vida que te desafia mesmo quando se ocupa um lugar de privilégio na sociedade atual.

Achava que essa pós pudesse ser uma boa oportunidade de experimentar novas possibilidades

em Educação e Arte. Quem sabe um dia emendar a rotina de estudos numa nova graduação de pedagogia ou uma extensão em licenciatura em Artes. Como mãe, cheguei a me projetar inclinada a dar aula para crianças. Mas, se nessa caminhada existisse algum desejo de se afetar o outro, eu deveria, antes de mais nada, dar o primeiro passo de trabalhar, no afeto, o afetar a mim.

## O início

O início começa do começo, e o começo é bem ali, em algum lugar central, equidistante a tudo. Deve ser vermelho escuro, denso, imponente... Deve ter contorno e provavelmente uma temperatura bem quente. Na Geografia, se chama Núcleo Terrestre e é um corpo sólido, parecido com uma bola efervescente, acelerada. Em inglês se chama *Inner Core*, no português poderíamos chamar de Núcleo Interno ou Coração.

O meu começo surge como o fenômeno de um vulcão: o que é expulso é o que aquece e borbulha internamente. É o que reside em uma camada bem profunda e, quando entra em erupção, conecta o elemento interno com o meio externo.

Quando se sofre um atrito, o que estava estático não se aguenta imóvel e, quando explode, transforma aquilo que encontra. O início é o ponto de partida, e o ponto de partida é a força no desejo de transformação, de questionar e por consequência, romper padrões.

A minha lava, essa massa incandescente, é feita de história, de memória, de conhecimento, de crenças, de desejos, de medos, de sonhos e sobretudo de acúmulo de experiência.

## **O mapa da paisagem**

As diversas áreas de interesse que embasam a minha pesquisa saíram dessa base sólida que escolhi nomear “lava interna”. Ainda em fase de captura de material, percebi que, à medida que ia avançando nos estudos e nos desdobramentos dos assuntos, o interesse ia crescendo de forma rizomática, de modo que ia assumindo diversas direções.

No intuito de organizar visualmente e de evitar o desperdício de tempo de estudo, decidi cartografar o processo de captura para entender a direção que tomaria a fim de seguir com a produção de conteúdo, com a criação.

Depois de levantar tudo aquilo que fazia sentido e que dialogava com a minha jornada, separei o material de referência teórica do material de referência visual. Fiz uma espécie de mapa com todo o material levantado, incluindo o que foi descartado, o que deixou de fazer sentido, os erros, as referências e as inspirações.

Para que possam acompanhar o fluxo sugerido, a

partir da página 75, convido você, leitor, a começar pela flecha que aponta para a palavra **“INÍCIO”**. É possível acompanhar esse processo com o material teórico ao lado direito do **“INÍCIO”** e a referência visual ao lado esquerdo. A escolha para seguir pela esquerda ou pela direita do início é sua.

## A leitura pela direita

O campo que está à direita do “**INÍCIO**” é o campo de pesquisa e referências teóricas que visam embasar, fundamentar e elaborar o conhecimento empírico. Nessa parte do processo, é possível encontrar os autores que me acompanharam ao longo dos 4 semestres. Seus nomes estão separados por gênero: em verde estão os nomes dos autores e em azul o nome das autoras.

A pesquisa teórica foi dividida em **3 áreas de interesse**:

**1. Artes:** a arte e o processo criativo relacionados com as artes aplicadas e com a pós-graduação Caminhada como *Método para Arte e Educação*.

**2. Pedagogia e psicologia:** a parentalidade consciente e a humanidade compartilhada como campos de estudo para se trabalhar valores e estratégias de ação que gerem impacto e transformação político-social.

**3. Movimento feminista:** que se mostra oriun-

do à ruptura de padrões ligada ao patriarcado e aos sistemas de violência mais conhecidos como a dominação, o autoritarismo, a exclusão e a subalternidade.

## A leitura pela esquerda

O campo que está à esquerda do “**INÍCIO**” é o campo de pesquisa de referências visuais. Os artistas também seguem a lógica da identificação de gêneros por cores, ou seja, os nomes que estão escritos em verde são de artistas que acredito que se identificam [ou identificavam] sendo do sexo masculino e, em azul, das artistas que acredito que se identificam [ou identificavam] sendo do sexo feminino.

Na sequência, chegamos à uma nova ramificação dividida entre as áreas do **Design Gráfico**, onde atuo profissionalmente, e a área das **Artes Visuais**, de onde vem a minha formação acadêmica.

Ambas as áreas passam por um ciclo que se retroalimenta: o sujeito da experiência e a Jornada da Não Violência levam à ruptura de padrões socioculturais, e a ruptura de padrões sociais e culturais molda o sujeito da experiência na Jornada da Não Violência.

As principais referências no **Design** são dois de-

signers que trabalham com *Data Visualization*: Georgia Lupi e David McCandless.

Georgia Lupi mapeia e categoriza o subjetivo, aquilo que não tem padrão nem métrica. O processo do seu trabalho atravessa um filtro pessoal quando quantifica e significa o seu cotidiano e o seu campo emocional.

David McCandless organiza e sintetiza visualmente, através de gráficos, as informações e os dados noticiados nos meios de comunicação.

Ainda na direção do Design Gráfico, apresento alguns dos experimentos e dos projetos concluídos que relacionam impressões pessoais com levantamento de dados. O resultado é uma série de mapas e gráficos. Os detalhes dos projetos que funcionaram com o método de mapeamento e categorização podem ser conferidos entre as páginas 252 e 515 desse material.

Trago, como as principais referências nas **Artes**, alguns nomes que inspiraram os projetos e os meus experimentos ao longo dessa jornada.

Sophie Calle, por combinar seu trabalho de arte com a sua vida pessoal; Anouk Kruithof, por capturar o efêmero através da fotografia; Louise Bourgeois, por se apropriar da arte para trabalhar questões do campo da psicologia; Rineke Dijkstra, por registrar a vulnerabilidade, característica dos marcos de transição das fases da vida; Cindy Sherman, por trabalhar os estereótipos femininos da sociedade patriarcal; e Chantal Akerman, por buscar ressonâncias entre a sua história pessoal e o meio externo.

## **Mudança de rota**

Seguindo pela direção das Artes, trago duas referências para ilustrar propostas de dois projetos que seriam feitos no 4º semestre da Pós-Graduação, mas que acabaram sendo abortados.

O primeiro projeto seria no formato de videoaula, em que eu me filmaria dentro da minha casa compartilhando o conhecimento que tenho sobre educação financeira. A ideia seria expor as manifestações de vida que se dão dentro de uma família de 4 pessoas e, com isso, criar uma incongruência ao tentar integrar um tema de um universo lógico e impessoal [o das finanças] com os imprevistos e a autenticidade de um ambiente familiar. O conteúdo falado nas aulas seria planejado e ensaiado, enquanto o momento presente na casa comporia o quadro a partir daquilo que não se tem controle e que acaba se desenrolando naturalmente. Ex., o barulho do choro do bebê que quer mamar, o aparecimento da criança pedindo colo e conexão na frente da câmera, o som da conversa do meu companheiro ao telefone, etc.

O segundo projeto seria um registro fotográfico das expressões corporais manifestadas no dia a dia de uma mulher puérpera. A câmera posicionada no tripé seria acionada todos os dias para que captasse as diferentes expressões ao longo dos dias.

No entanto, como a entrada no puerpério coincidiu com a pandemia do Covid-19, os projetos tiveram que ser ajustados. Falar sobre educação financeira, em um momento que o país se divide entre flexibilizar ou não as medidas de segurança através do isolamento social para favorecer a economia, acabou se tornando um posicionamento político, do qual não me interessou fazer parte e incluir no trabalho.

Além disso, a experiência desse segundo puerpério também me fez perceber que um projeto que focasse exclusivamente na minha expressão já não traria muita representatividade do que eu estava vivenciando internamente. Essa segunda experiência na maternidade vem sendo pautada muito mais por um impacto no sistema familiar como um todo do que exclusivamente por mim.