

SELF-HARMER: a dor por debaixo dos panos.¹

Ronaldo Nogueira SILVA JÚNIOR²
Silas de PAULA³

Universidade Federal do Ceará, Fortaleza, CE

RESUMO

Este ensaio fotográfico aborda a temática da automutilação na perspectiva do indivíduo que exerce a prática, visando à discussão do tema e abordagem desmistificada do mesmo. Não buscando a exposição explícita, mas sim a expressão dos questionamentos do “*self-harmer*”, as fotos foram inspiradas em poemas desenvolvidos como base para o ensaio. A fotografia, então, materializa visualmente apreensões antes expressas verbalmente, sobretudo, explorando sensações de instabilidade, distúrbio e ansiedade. Orientado pelo Professor Silas de Paula na disciplina de Fotografia do Curso de Publicidade e Propaganda da Universidade Federal do Ceará, o trabalho ressalta o valor e importância da expressão e discussão para lidar com ou sanar situações como estas de relevância pessoal e social.

PALAVRAS-CHAVE: self-harm; fotografia artística; experiência.

1 INTRODUÇÃO

O presente ensaio é produto das discussões geradas na disciplina de “Fotografia”, ministrada no semestre de 2015.2 pelo professor Silas de Paula. Para introduzir este trabalho, faz-se necessário dizer que fomos, sobretudo, estimulados a optar por uma temática que de alguma forma afetasse nossa consciência pessoal e/ou artística na concepção das fotos e seus processos. Assim, como projeto base para o ensaio “SELF-HARMER”, foi produzido o seguinte texto:

Este ensaio é como uma história. Creio que comece com as bochechas mordidas. Por dentro para engolir a raiva, travar o choro, calar uma voz. É sempre com um caso de silêncio, daqueles que são brancos e expectantes. Da falta de ruído, da limpeza, da organizada estática que não deve ser

¹ Trabalho submetido ao XXIII Prêmio Expocom 2016, na Categoria Produção Transdisciplinar, modalidade PT 03 Ensaio Fotográfico Artístico (conjunto).

² Aluno líder do grupo e estudante do 5º. Semestre do Curso de Publicidade e Propaganda, email: r.nogueirash@gmail.com.

³ Orientador do trabalho. Professor do departamento de Comunicação Social, email: silasdepaula@gmail.com.

quebrada. É sobre o medo de ruí-la com a fala. Sobre o calar que marca e afeta.

Mas seguindo o conto, encontro não só a raiva escondida nas bochechas, sorrisos por fora. Do relacionamento não sadio, vem a culpabilidade, ânsia, medos novos. Todas essas, coisas escondidas, não faladas. Engolidas secas e marcando. Todos esses, nomes que foram se dando. Pesando. Medo de ser louco. Vergonha de ser pouco. E outras denominações.

Delas, novas ações. Marcas. Dos punhos arrastando e pernas correndo. Nelas um sangue que dói, não menos que todas as coisas não ditas por medo de doer, nos outros, a vergonha e a decepção de si. De pesos em pesos, falas escritas em silêncio dolor.

De tanto calar, pesou de vez. Tanto que resolve falar, dizer de algum jeito. Tirar do peso o peito e os exageros transbordar. Mesmo que num papel ligeiro, em cada riscado permanece inteiro e, assim, pode falar. Dando nome ao invés de dor, marca no papel aquilo que antes em si ficou. E, assim, vai. Dizendo pra não doer. Ao menos não na pele. Se for de marcar, antes seja o papel. Pra ler, lembrar, saber levar.

Diante deste contexto, se constrói o presente trabalho, naturalmente se define a temática em uma perspectiva de expressão e alívio. As provocações em sala sobre temas relevantes e a interação entre fotógrafo e imagem retratada, obviamente conduziram a esta escolha. Pois nela se manifestam questões íntimas para mim, como autor, porém expostas de forma a abordar a sua importância aos outros que diariamente convivem com situações semelhantes, sabendo ou não como fazer-lhes face, de forma a saná-las ou conviver com elas.

Sendo, porém, este um primeiro contato com a produção fotográfica, o processo guiou-se essencialmente pelas minhas percepções e experiências sobre o tema, como autor/fotógrafo. Os aspectos técnicos e afins, não foram priorizados em tal concepção, posteriormente, tais percepções guiarão a um pensamento imagético e composição das fotos do ensaio.

2 OBJETIVO

De início o objetivo do ensaio, claramente, é confrontar questões pessoais relacionadas ao tema. Dando margem para a exposição diante de desordens psicológicas,

mais especificamente, utilizando a fotografia enquanto suporte para encarar e questionar a experiência da automutilação como também ser encarado e questionado por ela, já que:

O sujeito da experiência se define não por sua atividade, mas por sua passividade, por sua receptividade, por sua disponibilidade, por sua abertura (...). O sujeito da experiência é um sujeito “*ex-posto*”. Do ponto de vista da experiência, o importante não é nem a posição (nossa maneira de pormos), nem a “*o-posição*” (nossa maneira de opormos), nem a “*imposição*” (nossa maneira de impormos), nem a “*proposição*” (nossa maneira de propormos), mas a “*exposição*”, nossa maneira de “*ex-pormos*”, com tudo que isso tem de vulnerabilidade e risco. (BONDÍA, 2002)

Assim, o trabalho se mostra como tentativa de expressão de algo ainda incompreensível para mim, autor e objeto deste processo. Esta perspectiva, ainda que de importância individual, abre espaço também para as questões discussivas acerca de transtornos psicológicos e práticas a estes relacionados. Tais assuntos ainda são tratados como tabus, mistificados ou menosprezados quanto a sua urgente necessidade de discussão. Desta forma, aqueles acometidos por estas realidades estão fadados à inexpressividade do que vivem e enclausuram-se em suas próprias dores e formas de lidar com elas. O que posiciona este ensaio também como um anseio de desmistificação destas temáticas, como desejo pontiagudo de entendê-las.

Partindo destas duas premissas: expressão pessoal e questionamento social, pode-se estabelecer o objetivo do ensaio “SELF-HARMER” como uma tentativa de falar a si e aos outros sobre o que acontece com um “*self-harmer*”. Valendo-se da arte fotográfica como “uma maneira de reconhecer e representar momentos que ajudam a compreender os nossos mistérios” (DAY, 2015). Sendo assim, quase como um relato visual de experiências e questionamentos que busca servir para posterior discussão e abertura para compreensão destas situações e formas de lidar com elas.

3 JUSTIFICATIVA

Os transtornos psíquicos e as práticas relacionadas a estes sempre são abordados de forma restrita e receosa, contribuindo para a manutenção do tabu que existe em relação a estas condições ou potencializando formas distorcidas de expressão das mesmas, como nos inúmeros casos de blogs que promovem práticas depressivas, automutiladoras, suicidas e

afins. Um caso a ser citado seria o da plataforma *Tumblr*, onde usuários promotores destas são banidos, a não ser que seus perfis sejam ou contem com algum mecanismo de ajuda e suporte a pessoas que sofrem destas práticas.

Contudo, pode-se dizer que diferenciar sites que glorificam o *self-harm* de outros que auxiliem suas vítimas a enfrentá-lo é algo muito complicado. Em entrevista ao *Buzzfeed*, a administradora do extinto blog “*Depression and Disorders*” conta sobre esta dualidade entre as formas de expressão dos “*self-harmers*” e diz que:

O Tumblr é poderoso, porque mostra que você não está sozinho. Você pode ver que você não é o único que está lutando. Mas é ruim também porque meu *dashboard* pode ser realmente provocativo, por vezes, com todos os posts de outras pessoas. Como se você ver automutilação e você ver as fotos dos cortes / cicatrizes pode ser muito desencadeante. Ela pode fazer você começar a se automutilar também. Isso me incentiva a me cortar. (Tradução livre de Ronaldo Nogueira)

Em contrapartida, existem exemplos de utilização da imagem fotográfica para fins completamente opostos à glorificação e promoção do *self-harm*. Christian Hopkins e Edward Honaker são exemplos de jovens fotógrafos que fazem deste ofício não somente isto. Ambos sofrem de depressão e começaram a encará-la face a face através da fotografia, utilizando-se desta como forma de expressar a subjetividade de olhares e sentimentos destas pessoas sobre o mundo em que se inserem, levantando a discussão acerca destas desordens.



Assim, este trabalho ultrapassa a justificativa de produção e avaliação acadêmica, mas utiliza-se das ferramentas dadas em sala para discutir a automutilação e fazer face a ela, de forma quase terapêutica, como nos exemplos anteriores. Visando, desta forma, a ascendência da discussão relacionada ao *self-harm* e sua abordagem de forma a possibilitar a expressão daqueles acometidos por esta prática, a começar por mim. Isto, pois, como diria Jonathan Day em “A Razão da Arte”, nós “temos necessidade das obras que nos ajudem a entender quem somos, de onde viemos e para onde vamos”.

4 MÉTODOS E TÉCNICAS UTILIZADOS

Como exposto em pontos anteriores, a técnica fotográfica e seus mecanismos não tiveram atuação marcante no trabalho, a não ser enquanto suporte para as questões nele abordadas. Desta forma, o que se pode indicar enquanto técnicas utilizadas no projeto são a escolha dos cenários e a composição deles ao serem fotografados, como também aspectos de iluminação e pós-produção das imagens.

Sendo uma temática doméstica, optou-se pela casa do autor/fotógrafo para a produção das fotos. De forma geral, foram escolhidos cômodos ligados ao *self-harm*, como aqueles que me foram mais propícios à prática: banheiro, quarto e corredor. Ressaltar estes cômodos presentes no meu cotidiano serviu para efundir estas conexões na composição do olhar e captura das imagens.

Quanto à iluminação, buscou-se aproveitar a luz natural e evitar interferências de luzes artificiais. Contudo, isso se sujeitou aos cômodos/cenários e suas particularidades, de forma que foi necessário mesclar as duas fontes de luz de forma a não quebrar a aparência natural e doméstica a ser retratada nas fotos.

Após a produção e seleção das imagens, notou-se a insuficiência das mesmas para retratar as percepções e experiências basilares presentes nos textos produzidos ao início do trabalho. Ainda assim, optou-se por não editar ou manipular as imagens quanto aos seus elementos originais de cor, forma, luz, mas sim trabalhar com a sobreposição de imagens do mesmo cenário para compor cada foto dos mesmos.

Foram produzidas em média 130 imagens iniciais, no formato JPEG com 4288 pixels de largura e 3216 pixels de altura com resolução vertical e horizontal de 72dpi. Dentre estas, foram selecionadas 38 imagens para compor as 10 fotos finais do ensaio.

5 DESCRIÇÃO DO PRODUTO-PROCESSO

O ensaio “SELF-HARMER” pode ser descrito como fruto de uma disciplina, suas discussões, trocas de conhecimento e todos os outros afins de uma sala de aula na Universidade. Entretanto, antes de tudo, ele é processo e não se impõe como finalizado ou completamente resolvido.

Não finalizado porque se originou através de questões pessoais minhas e estas também ainda se dão em construção. A temática da automutilação está presente em meu cotidiano desde meados da adolescência e ainda hoje na vida jovem-adulta. No decorrer deste tempo, ela se apresentou em variados níveis e o momento deste ensaio foi um deles. “SELF-HARMER” foi a oportunidade e necessidade de expressão destas dores e as questões a elas atreladas.

O processo de pensamento imagético era ainda complicado para mim, por isso, tratei essas questões enquanto texto. Em momentos de tensão ou iminência do *self-harm*, recorri à expressão escrita e encontrei nela uma forma de atenuar estas pulsões. No decorrer do trabalho, produzi três poemas pontuais remetendo às práticas da mutilação com as quais antes me envolvi. A junção destes deu origem ao que seria uma espécie de narrativa a ser explorada visualmente no ensaio, este foi o texto-narrativa:

Os punhos arrastando na parede
eram vontade
arrastada de dentro
à força.
Quebra de quem não quer muros,
vontade de quem pede forças,
ajuda.

O silêncio escondido
grita da bagunça contida, do medo exposto
se mostra no pranto avulso
invisível discurso
declínio suave, encosto.

E o choro vinha
como a dor que seria
do corpo o horror
mar, da mente ar e frescor ?
do próprio mal fugia?
era lacrimoso, ainda assim,
na carne escrevia.

Depois disso, foi possível idealizar as imagens que buscava e pensar, através delas, o conceito geral do ensaio e as implicações que este poderia ter. Assim, durante a fase de produção das imagens confrontei cômodos e experiências que vivi neles, explorando aspectos de ambos na construção dos cenários e do meu olhar sobre os mesmos. Sabia que precisaria expressar a instabilidade presente nas estruturas como também no indivíduo

participante delas, ao que optei por confrontar cômodos caóticos frente a um personagem instável, mas comedido, calado, por assim dizer.



Contudo, o resultado das imagens ainda não se aproximava da minha experiência como “*self-harmer*”, indivíduo destas situações. A manipulação das imagens não era uma alternativa viável, tanto pela imperícia em softwares do tipo, como pela necessidade de crueza das fotos e relação de verosimilhança entre experiência e processo. Desta forma, sobrepus imagens do mesmo cenário de forma a gerar uma só foto. Foram retratadas como que cinco situações/cenários sempre através da contraposição de espaço versus indivíduo. Através deste “*espelhar das imagens*”, buscou-se explorar ainda mais a dualidade e conflito da experiência do *self-harm*. Visualmente, a imagem produzida aproximava-se muito mais da experiência a ser retratada e mesclava caracteres de instabilidade, ansiedade e perturbação, unindo a experiência e sua representação visual.



Por fim, o ensaio ainda se caracteriza como algo que não está resolvido por completo, pois foi além de pesquisas por referências visuais ou bibliográficas e a aplicação das mesmas em novo trabalho. Este é um processo de imersão em experiências, tanto na minha própria como também na de fotógrafos pesquisados e pessoas em situação de “*self-harmer*”. Assim, não posso interpretar o ensaio como ponto de chegada do processo, mas sim como propulsor das questões relacionadas à automutilação como também sua relevância e necessidade de discussão natural e desmistificada do tema.

6 CONSIDERAÇÕES

O desenvolvimento do ensaio “SELF-HARMER” foi um momento-processo de reflexão inter e intra-pessoal que me mostrou além das diversas possibilidades da fotografia como expressão, a possibilidade da discussão e construção acadêmica através de temáticas de relevância pessoal e, nisso, também social.

Isto me conduz a pensar sobre o que diz Marx sobre os cantos ciganos e outras de suas práticas artísticas que via tais criações como “o ‘grito da criatura oprimida’ reflexão e reação necessárias diante de um mundo excludente”. Especificamente no caso do presente ensaio, esta afirmação faz total sentido. As fotos e o processo por detrás delas são esta espécie de grito para fazer-se escutar diante do tabu imposto sobre pessoas vítimas da prática. Tabu este que nos silencia e nada constrói senão o silêncio e sofrimento causado pelas desordens psíquicas.

Desta forma, durante este processo, foi possível revisitar situações de conflito com a prática da automutilação, mas confrontá-las através da perspectiva de expressão inerente à arte e à fotografia. Expressão esta que ultrapassa o viés individual e alerta para a necessidade de compromisso com as práticas artísticas e fotográficas. Também pude perceber o mesmo compromisso quanto à produção acadêmica e às experiências da Universidade. Ou seja, todas estas questões (pessoais, sociais, acadêmicas) devem se dar de forma a promover a construção humana e assumir responsabilidade diante desta, dando voz e espaços às suas necessidades e urgências.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BONDIA, Jorge Larrosa. **Notas sobre experiência e o saber de experiência**. In: Revista Brasileira de Educação. n. 19. São Paulo, p. 20 – 28, jan/fev/mar/abr, 2002.

Comporte-se, **Fotógrafo faz ensaio tentando traduzir o sofrimento de pessoas com Depressão**. Disponível em: <<http://www.comportese.com/2015/10/fotografo-faz-ensaio-tentando-traduzir-o-sofrimento-de-pessoas-com-depressao/>>. Acesso em 16 de dezembro de 2015

DAY, Jonathan. **The Reason of Art**, in Visual Arts: Why art matters. <http://www.intellectbooks.com/MediaManager/File/visualarts%28final%29web.pdf>. 20/02/2015. Trad. livre de Silas de Paula

Hypeness, **Arte como terapia: jovem usa fotografia para enfrentar depressão**. Disponível em: <<http://www.hypeness.com.br/2013/11/arte-como-terapia-jovem-usa-fotografia-para-enfrentar-depressao/>>. Acesso em 16 de dezembro de 2015.

SHARROCK, Justine. **Meet The Girl Behind One Of Tumblr's Biggest Self-Harm Blogs**. Disponível em: <https://www.buzzfeed.com/justinesharrock/meet-the-girl-behind-one-of-tumblrs-biggest-cutting-suicide?utm_term=.cn6N5GOq81#.ej3kVWAZ16>. Acesso em 16 de dezembro de 2015.