

ROTA DE NAVEGAÇÃO RUMO AO FUTURO PRÓXIMO III

Para navegantes do Século XXI

Subtítulo: Estratégias Psico-emocionais para Habitar o Agora

Proposto por: Psique.Space - Laboratório Social para o Futuro (<http://psique.space>)

Responsável: Fabiane M. Borges

Hashtags: Arte, Ciência, Tecnologia, Psicologia de Grupos, Futurismo, Ficção Científica e Especulativa, Tratamento, Treinamento, Psicoemocional, Psicologia Clínica, Arte Contemporânea, Arte, Clínica.

APRESENTAÇÃO:

Psique.Space é um laboratório interdisciplinar construído com a finalidade de gerar ferramentas para enfrentar os desafios do mundo contemporâneo, que muda a uma velocidade vertiginosa. É um espaço de experimentação, produção imaginária e construção de novas comunidades. Elenca três eixos principais de trabalho, percebendo-os como fonte de adoecimento psíquico e de disputa imaginária. São eles:

- 1) Emergência Climática;
- 2) Avanço Tecnológico Exponencial;
- 3) Expansão humana para novos territórios virtual, oceânico, espacial (sideral).

Cada um desses eixos se desdobram em múltiplas especificidades, nosso trabalho articula linhas contidas em cada um deles, que afetam diretamente a subjetividade humana, e nossas perspectivas sobre o futuro.

Como as catástrofes ambientais (e a mídia alarmista e distópica) impactam nossa psique e nos rouba a crença na vida? De que modo o super controle digital, promovido pela indústria tecnológica, afeta nossa capacidade de criar redes de afeto, de suporte, de amizade, amor, de fazer comunidades reais? Qual o efeito simbólico que a expansão humana rumo a territórios virtuais, marítimos e espaciais desencadeia em nossa visão de futuro?

Apesar dessas questões serem externas a nós, elas moldam nossos valores, nossa relação com a natureza e nosso modo de existir no mundo, definindo nossos devires e roubando muito da nossa potência. Não é à toa que muitos especialistas têm tratado a depressão, ansiedade, angústia, autismo, como fenômenos epidêmicos da contemporaneidade.

Por meio da fusão de campos como psicologia de grupo e arte contemporânea, buscamos explorar soluções criativas e geração de estratégias psico-emocionais que nos permitam enfrentar todas essas mudanças e emergências com saúde mental, aliviando o sofrimento psíquico e trabalhando as potências do imaginário, que nos ajudem a criar rotas de navegação rumo ao futuro próximo.

Em meio à saturação emocional e imaginária do presente, esta oficina se oferece como uma nave em chamas atravessando as atmosferas do agora. Trata-se de uma jornada intensiva dividida em 7 sessões onde os participantes são convidados a mergulhar em territórios poéticos, geopolíticos, climáticos, mitológicos, sensíveis e imaginários — construindo mapas, cartas, bússolas, cosmogonias livres e inventando comunidades futuristas, em um mundo em ebulação. Um programa tático para aprender a navegar o caos, resistir ao esgotamento e abrir portais para outros modos de existência possíveis.

Aqui a questão mais importante não é a busca por cura ou conserto da subjetividade, adoecida por excesso de imagens, robôs, desgaste da natureza, caos geopolítico, mas por fissuras, lampejos e pequenos reencantamentos. Os encontros são laboratórios de fertilização imaginária, onde tudo pode virar mapa, carta, máscara, cosmos, meme e ritual.

Trabalhamos com ferramentas do Psique.Space: treinamento emocional, vida como obra de arte, jogos que juntam o ancestral ao futurista, arquivos afetivos, memória e muita ficção, tudo baseado na intersecção entre Psicologia de Grupos e Arte Contemporânea!

OBJETIVOS GERAIS

- Criar zonas temporárias de imaginação radical e produção sensível.
- Operar linhas de fuga a partir de dispositivos poético-terapêuticos.
- Produzir jogos de linguagem, dramatizações e performatividades coletivas.

- Estimular a fertilização imaginária por meio da escuta, dos sonhos, das ancestralidades e da geração de novas visões de futuro.
 - Criar experimentações de rota, orientação e treinamento através de cartas, bússolas e mapas subjetivos.
-

SOBRE A ROTA DE NAVEGAÇÃO RUMO AO FUTURO PRÓXIMO

Missão: Criação coletiva de um mapa de navegação rumo ao futuro próximo e de ferramentas psicoemocionais para encarar os próximos anos com saúde mental e muita imaginação.

Público: Pessoas interessadas em compreender os desafios e potencialidades do momento atual, através de uma imersão em práticas artísticas, científicas e ficcionais.

SETE TEMAS COMO PONTO DE PARTIDA:

1. **Expansão Humana para o Espaço:** O que a experiência de biosferas artificiais nos ensina sobre sobrevivência e como a nova corrida espacial interfere na nossa relação com o cosmos?
2. **Expansão para os Oceanos:** Revisão dos grandes sistemas de navegação e novas formas de habitar o oceano.
3. **Mudanças Climáticas:** Como nosso comportamento diário pode contribuir para adaptação, mitigação e transformação social diante das crises ambientais?
4. **Uso Consciente da Tecnologia:** Como podemos usar as tecnologias digitais a nosso favor e evitar o adoecimento psíquico causado por redes sociais e inteligência artificial?
5. **Criação de Novas Comunidades:** Reflexão sobre como construir comunidades ecológicas e colaborativas em um mundo marcado pela individualização e alienação.
6. **Saúde Mental e Emocional:** Desenvolvimento de ferramentas psicoafetivas para lidar com os impactos tecnológicos e climáticos na nossa subjetividade.
7. **Regeneração de futuros:** Criação colaborativa de um guia de sobrevivência para navegantes do século XXI, que será publicado no site Psique.Space.

Com metodologias originais desenvolvidas pelo Psique.Space, as sessões juntam técnicas advindas da psicologia de grupo, arte contemporânea e ficção científica, cujo conteúdo vem dos dilemas e anseios dos próprios participantes. Trabalhamos cartografias existenciais e performances autobiográficas, trazendo para o campo da oficina mitologias pessoais, redes de memória, ancestralidade, teia dos signos dos sonhos (onírico), rede de afetos, sensações, sentimentos e intuições que nos atravessam, adaptação climática, sobrevivência psico-emocional, saúde mental, tomada de atitude, construção de novas comunidades e rituais do it yourself.

Conceitos convocados:

- **Cartografia Subjetiva:** Mapeamento de territórios móveis, fluxos afetivos, narrativas dissonantes. Um saber andarilho, feito de linhas de força, zonas de intensidade e territórios em mutação.
 - **Dispositivo (Foucault):** Máquina composta por discursos, instituições, afetos e práticas que responde a uma urgência histórica. A oficina se assume como um dispositivo-turbilhão: insurrecional, inventivo, tático.
 - **Futuros Sequestrados:** A ideia de que o futuro nos foi roubado por narrativas hegemônicas de apocalipse e tecnocracia. Nossa missão: instaurar zonas de anti-sequestro e reencantar o porvir pela via dos sonhos, delírios e desejos bastardos.
 - **Devir-Antena:** Dispositivo sensível que sintoniza o ruído de fundo do mundo e do corpo. Permite a escuta de zonas ainda não verbalizadas — pré-palavra, pré-política, pré-sentido.
 - **Ancestrofuturismo:** Aliança entre o que nos precede e o que ainda não chegou. Saberes velhos que se tornam tecnologias do porvir. Velhas que conversam com suas versões jovens. Ritos que cruzam os tempos.
 - **Ritual do It Yourself:** Encerramento iconoclasta e inventivo onde cada participante invoca seu próprio rito, criando uma cena coletiva ceremonial — com cartas, cantos, pedaços de sonho ou licor. Ninguém precisa saber fazer. Basta participar da Rota de Navegação.
-

ROTA DE NAVEGAÇÃO RUMO AO FUTURO PRÓXIMO

Metodologia completa | 7 sessões

SESSÃO 1 – Cartografia de Linhas de Força e Ruído Cósmico de Fundo

Abrimos o percurso com uma travessia dupla: de um lado, o mapeamento das estruturas que sustentam (ou aprisionam) nossa subjetividade; de outro, a escuta do ruído de fundo que atravessa o corpo, a voz e o invisível. É neste encontro que começamos a delinear o território de cada pessoa, traçando mapas de forças internas e zonas de fuga possíveis. Um campo de percepção e afetos em estado bruto.

Aqui também é aberta a primeira camada do que será uma das ferramentas centrais do nosso processo: o **documento coletivo de sonhos oníricos**. Um espaço de escrita e partilha de fragmentos de sonhos que acontecem durante o sono — cenas soltas, atmosferas, frases, imagens, personagens, deslocamentos — que serão registrados ao longo de todos os encontros numa plataforma online, e convocados mais adiante como operadores de linguagem, orientação, disjunção e reencantamento do porvir. O foco é o sonho onírico, não o desejo, nem a visão ou delírio — mas o material que emerge da noite, do corpo dormindo, atravessado pelo inconsciente.

1) Cartografia de Linhas de Força

Cada participante realiza uma cartografia subjetiva a partir de duas linhas fundamentais:

- **Linhas estruturais:** valores, crenças, moral, família, obrigações, classe social, religião. São os elementos mais fixos, os que estruturam a subjetividade e resistem à transformação. O que é mais difícil mudar em mim?
- **Linhas de fuga:** zonas móveis, espaços de reinvenção, territórios por onde se escapa, se resiste, se transita. Lugares para onde posso ir, coisas que posso reinventar em mim, movimentos que me convocam e que são de máxima importância.

Esse exercício é o início de uma escavação afetiva. Ele não exige resposta imediata, mas abre uma fenda. A oficina começa a operar como dispositivo de mapeamento do que nos sustenta, do que nos aprisiona e do que nos move neste mundo em ebulação.

2) Ruído Cósmico de Fundo (sensível)

Cada participante faz uma **cartografia sentimental** a partir da nomeação de sentimentos que estão ativos no corpo, na voz, na respiração. Tristeza, medo, esperança, insegurança, raiva, alegria, tensão. Cada uma assume o lugar de um desses sentimentos e interage a partir desse estado. Os sentimentos se encontram, se repelem, se deslocam.

Depois de um tempo, as participantes trocam os sentimentos entre si. Cada uma carrega por um tempo o afeto de outra pessoa. A rede se modifica. Vozes interferem, atmosferas se confundem. O grupo se transforma em um campo vibrátil, feito de múltiplos ruídos emocionais em contato.

Esse é o **ruído cósmico de fundo**: aquilo que vibra continuamente sob a superfície, mesmo quando não é nomeado. Uma frequência que escapa à lógica linear, mas compõe o campo sensível do presente.

SESSÃO 2 – Cartografias do Mundo e da Ancestralidade

Neste encontro, a escuta se bifurca: uma atenção às camadas do presente histórico e outra ao legado afetivo que herdamos da infância. São cartografias que operam em escalas distintas — uma política, outra mitológica. Ao final da sessão, começamos a gerar as **Cartas de Tarô dos Antepassados**, que serão elaboradas com apoio da equipe do Psique.Space a partir do conteúdo compartilhado pelas participantes.

1) Cartografia do Mundo

Cada participante traça um mapa sensível do agora: um inventário de catástrofes climáticas, tensões políticas, esgotamentos emocionais, excesso de redes sociais e estados de (in)adaptação às transformações contemporâneas. Onde estou nesse colapso? O que em mim resiste, o que se acomoda, o que implode?

2) Antepassados Positivos da Infância

Evocação de figuras da infância que deixaram marcas positivas. São personagens reais ou simbólicos que orientaram, protegeram ou ensinaram — uma avó, uma tia, um vizinho, uma mulher da feira. Cada uma compartilha a história de um ou mais antepassados significativos. A partir disso, iniciamos a criação coletiva das **Cartas de Tarô dos Antepassados**, que serão ativadas na sessão seguinte como operadores de deslocamento e travessia.

SESSÃO 3 – O Carteado Ancestral: Vozes, Trocas e Redes Inconscientes

As cartas criadas ganham corpo. Cada participante encarna seu antepassado, usando sua voz, sua história, sua linguagem. O grupo realiza trocas de personagens. Um antepassado entra em outro corpo. Se trabalha a mudança de perspectiva a partir dos antepassados positivos, formando-se uma conjunção de influências importantes.

O grupo se torna **uma rede de inconscientes em trânsito**. A ancestralidade deixa de ser memória e se torna performance. Escutamos os conselhos que já estavam em nós, mas em outra língua.

As cartas se misturam. O carteado vira um campo ritual, onde o passado é ativado no presente para orientar o porvir.

SESSÃO 4 – Ancestrofuturismo e a Velha do Futuro

Atravessamos o tempo. Reencontramos a linha de fuga mapeada no primeiro dia. Mas agora ela se conecta com o **futuro encarnado da nossa própria velha** — aquela que sobreviveu, que virou outro corpo, que olha para trás com olhos gastos e diz: foi por aqui que fiz uma mudança, que decidi criar uma saída para meu estado atual.

1) Lugar Ideal + Lugar da Velhice

Cada participante descreve dois lugares:

- O lugar ideal que gostaria de habitar hoje
- O lugar onde vive sua velha do futuro

A comparação entre os dois ativa perguntas cruciais: por que não habito o que desejo? O que falta para chegar à minha velha? Como faço para me aproximar de uma vida que considero um pouco mais saudável, equilibrada ou menos estressante? Que fantasias devo abandonar?

2) Minha Velha Fala Comigo

A velha do futuro olha para trás e fala com a versão atual de si mesma. Fala das escolhas que fez, dos desvios, dos colapsos que ultrapassou. É um oráculo íntimo — mas também uma invocação tática. A velha é o destino não fixado. É quem você ainda pode se tornar.

SESSÃO 5 – Bússola Afetiva e Escuta de Processo

Aqui criamos uma pausa. Escutamos o que a oficina já moveu. E criamos um instrumento de orientação temporária: a **bússola dos desejos e abandonos**. Uma rosa dos ventos subjetiva, onde cada ponto indica uma tensão viva — entre o que se quer e o que precisa cessar.

1) Bússola dos Desejos e Abandonos

Cada uma constrói sua própria bússola simbólica:

- Sul: o que deixo para trás
- Norte: o que desejo alcançar
- Leste e Oeste: zonas de transição, instabilidade, resistência

Essa bússola não aponta para fora — ela **desenha o campo onde se está**. E onde talvez se deseje não estar mais.

2) Escuta do Processo do grupo

As participantes compartilham o que estão vivendo. O que reverberou. O que deslocou. O que permanece em ruído. Não se trata de confissão, este exercício funciona como uma partilha de campo.

SESSÃO 6 – Mapa de Habilidades e Colônia Marciana Simbólica

Começamos a trabalhar com os potenciais da coletividade. Formamos uma **tripulação imaginária para habitar uma colônia simbólica em Marte** — outro planeta como metáfora do nosso próprio planeta, aqui a ideia é a de potencializar a regeneração das ideias de futuro do grupo.

1) Mapa de Habilidades e Desabilidades

Cada participante compartilha suas potências:

- Habilidades emocionais (escuta, mediação, paciência)
- Habilidades técnicas (cultivo, construção, primeiros socorros)
- Desabilidades (o que não deseja ou não consegue fazer, algo que se queira desistir)

Com base nesses mapas, o grupo se organiza como uma **tripulação complementar**, feita de diferenças, lacunas e alianças.

2) Construção Simbólica da Colônia Marciana

Com base nas habilidades mapeadas, construímos o projeto simbólico de uma colônia. Não como solução futurista, mas como metáfora coletiva. Onde vamos dormir? Como vamos cuidar? Como vamos alimentar o corpo, o afeto, a linguagem?

A colônia nos permite experimentar outro modelo de convivência. Um mundo onde o comum não é recurso, mas criação compartilhada.

SESSÃO 7 – Ritual do It Yourself + Ativação dos Sonhos

Chegamos ao fim. Mas o fim não é conclusão. Essa sessão é dedicada ao trabalho com os sonhos oníricos coletados durante toda a oficina e à realização do Ritual do It Yourself como encerramento; O Ritual do It Yourself convoca cada participante a criar seu gesto final — um micro-ato simbólico, uma mini-invocação, um encerramento autônomo. Pode ser uma carta, uma palavra, uma máscara, uma dança silenciosa. Não há modelo, mas um ritual que se cria a partir da experiência específica daquele grupo.

1) Ativação dos Sonhos

Os sonhos oníricos que foram registrados desde o início são retomados. Cada participante escolhe um sonho que não é seu. A partir dele, extraí três elementos: personagem, ambiente e acontecimento.

Esses fragmentos são atravessados por leitura, fabulação, improviso, invenção. Os sonhos se deslocam. Viram cartas. Viram bússolas. Viram rituais.

Este é o **anti-sequestro dos sonhos**: tomar de volta o nosso mundo onírico, o desejo por sonhar, a experiência do sonho como algo importante dentro do nosso contexto existencial

atual. Aqui invocamos questões como futuros sequestrados em oposição ao esquema anti-sequestro dos sonhos.

2) Ritual do It Yourself

O grupo realiza uma cena ritualística, onde cada participante contribui com sua própria ideia de ritual, é uma cosmogonia livre, um ritual que só pode existir com aquelas pessoas naquele exato local, não pode ser refeita nem atualizada. É uma festa de despedida simbólica que comemora a finalização do encontro. Este ritual não dá resposta mas simboliza uma travessia.

FINALIZAÇÃO: No final do trabalho, os participantes ganham um conjunto de materiais como: Um baralho de cartas com os signos produzidos estritamente a partir dos signos trazidos no grupo; um baralho de cartas para troca de papéis emocionais compostos por 250 emoções; uma bússola individual que trace possíveis caminhos para o futuro; um mapa de habilidades individuais e coletivas. Além disso, cada participante ganha um arquivo de técnicas de treinamento/tratamento emocional.

MATERIAIS NECESSÁRIOS

- Círculo de cadeiras (sem mesas)
- 2 projetores com entrada HDMI
- Caixa de som potente com entrada auxiliar ou Bluetooth
- Rede de internet estável (com banda para projeção simultânea e streaming de áudio)
- Teclado controlador (MIDI ou USB, para intervenções sonoro-performáticas)
- Cartolinhas, papéis grandes, canetões, giz pastel seco
- Tintas, pincéis, panos, água, copos, fitas, colagens
- Instrumentos improvisados (caixas, sinos, garrafas, pedrinhas, conchas)
- Cartas impressas (fornecidas pela facilitadora)
- Tecidos, velas, flores e qualquer elemento que favoreça a criação de um microcosmo ritualístico

Contato para a oficina: infopsiquespace@gmail.com

Instagram: @psique.space

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS – ABNT

Oficina Rota de Navegação Rumo ao Futuro Próximo – Psique.Space

ACOSTA, Alberto. *O Bem Viver: uma oportunidade para imaginar outros mundos*. São Paulo: Elefante, 2016.

BENJAMIN, Walter. *Sobre o conceito de história*. São Paulo: Boitempo, 2020.

BERARDI, Franco “Bifo”. *Futurabilidade: o tempo e a possibilidade*. São Paulo: Ubu, 2019.

BAUDELOT, Christophe. *Low Tech: manifeste pour une civilisation techniquement soutenable*. Paris: Seuil, 2021.

BORGES, Fabiane M. Arte e ciência oceânica. In: *Mar de cultura: estudos / Sea of arts: essays*. Rio de Janeiro: Andrea Jakobsson Estúdio Editorial, 2022. P.

_____. *Breves considerações acerca dos sonhos espaciais da China*. Revista das Questões, v. 3, n. 6, 2022. Disponível em: <https://periodicos.unb.br/index.php/dasquestoes/article/view/55959>. Acesso em: 11 abr. 2025.

_____. *Cosmogonias livres – Rituais Faça Você Mesmo (DIY)*. In: MACHADO, Paula; GRÜNEWALD, Rodrigo (orgs.). *Tecnoxamanismo*. São Paulo: Azougue Editorial, 2016.

_____. *Futuros sequestrados e o anti-sequestro dos sonhos*. In: *MANZUÁ: Revista de pesquisa em arte, cultura e estética*, v. 3, n. 6, 2022. Disponível em: <https://periodicos.unb.br/index.php/dasquestoes/article/view/37654>. Acesso em: 11 abr. 2025.

_____. *Na busca da cultura espacial*. 2010. Tese (Doutorado em Psicologia Clínica) – Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2010.

_____. ; DINIZ, Lívia; FRAZÃO, Rafael; PIMENTEL, Tiago F. Onirocracia, pandemia e sonhos ciborgues. *Pandemia Crítica*, n. 151, N-1 Edições, 2 abr. 2024. Disponível em: <https://n-1edicoes.org/pandemia-critica/pandemia-critica-151-onirocracia-pandemia-e-sonhos-ciborgues/>. Acesso em: 11 abr. 2025.

_____. *Prolegômenos para um possível tecnoxamanismo*. In: MACHADO, Paula; GRÜNEWALD, Rodrigo (orgs.). *Tecnoxamanismo*. São Paulo: Azougue Editorial, 2016. Disponível em: https://catahistorias.files.wordpress.com/2014/04/technoshamanism_fabi_borges.pdf. Acesso em: 11 abr. 2025.

_____. *Space Art and Culture in Brazil: Three Years of Activities at the National Institute for Space Research*. Makery Magazine, 2022. Disponível em: <https://www.makery.info/en/2022/09/15/english-space-art-and-culture-in-brazil-three-years-of-activities-at-the-national-institute-for-space-research-2-2/>. Acesso em: 11 abr. 2025.

DANOWSKI, Déborah; VIVEIROS DE CASTRO, Eduardo. *Há mundo por vir? Ensaio sobre os medos e os fins*. São Paulo: Cultura e Barbárie, 2014.

DELEUZE, Gilles; GUATTARI, Félix. *Mil platôs: capitalismo e esquizofrenia*. São Paulo: Editora 34, 1995–2005. 5 v.

DUNNE, Anthony; RABY, Fiona. *Design especulativo: coisas para pensar, maneiras de pensar sobre o futuro*. São Paulo: Ubu, 2020.

ESCOBAR, Arturo. *Autonomía y diseño: la realización de lo comunal*. Popayán: Editorial Universidad del Cauca, 2016.

ESCOBAR, Arturo. *Designs para o pluriverso: radicalizar a imaginação*. São Paulo: Elefante, 2018.

ESCOBAR, Arturo. *Sentipensar com a Terra: o território e a transição para o pós-desenvolvimento*. São Paulo: Elefante, 2020.

FERNANDES, Gustavo Nobre. Tecnologias sociais e saberes populares: aproximações à luz do Buen Vivir. *Revista Tecnologia e Sociedade*, Curitiba, v. 15, n. 36, 2019. Disponível em: <https://revistas.utfpr.edu.br/tecnologiaesociedade/article/view/10743>. Acesso em: 11 abr. 2025.

GUATTARI, Félix. *Caosmose: um novo paradigma estético*. São Paulo: Ed. 34, 1992.

GUDYNAS, Eduardo. *Buen Vivir: germinando alternativas al desarrollo*. Montevideo: Ediciones Abya-Yala, 2011.

HARAWAY, Donna J. *Ficar com o problema: fazer parentes no Chthuluceno*. São Paulo: Bazar do Tempo, 2016.

HUI, Yuk. *Tecnodiversidade*. Tradução de Humberto do Amaral. São Paulo: Ubu Editora, 2020.

_____. *The Question Concerning Technology in China: An Essay in Cosmotechnics*. Falmouth: Urbanomic, 2016.

KILOMBA, Grada. *Memórias da plantação: episódios de racismo cotidiano*. Rio de Janeiro: Cobogó, 2019.

KRENAK, Ailton. *A vida não é útil*. São Paulo: Companhia das Letras, 2020.

_____. *Ideias para adiar o fim do mundo*. São Paulo: Companhia das Letras, 2019.

MARTINS, Leda Maria. *Performances do tempo espiralar*. Belo Horizonte: Mazza Edições, 2021.

ROLNIK, Suely. *Cartografia sentimental: transformações contemporâneas do desejo*. São Paulo: Estação Liberdade, 1989.

ROUILLÉ, Andréas. *La révolution low-tech: vers une civilisation techniquement soutenable*. Paris: Actes Sud, 2020.

SVAMPA, Maristella. *O colapso do universalismo: transições ecológicas em tempos de pandemia*. São Paulo: Elefante, 2022.

TSING, Anna Lowenhaupt. *O cogumelo no fim do mundo: sobre a possibilidade de vida nas ruínas do capitalismo*. São Paulo: Ubu, 2021.

