

PSICOLOGIA EXISTENCIAL EM TEMPO PANDÉMICO: Do tédio ao tormento *

*Raul Guimarães Lopes ***

* Este conjunto de quatro ensaios agora reunidos foi atualizado do original enviado à Revista do Grupo Português de Psiquiatria Consiliar-Ligação e Psicossomática (<https://webmail.psiquiatria-cl.org/>) e publicado como Editorial.

** Médico Psiquiatra. Doutor em Medicina pela Universidade de Heidelberg. Introdutor e divulgador dos Grupos Balint na Zona Norte depois de formação na Alemanha. Psicoterapeuta Existencial e Professor.

O Tédio: Nada no Tempo

No tempo conturbado pela pandemia temos, como psiquiatras e psicólogos, a responsabilidade da nossa saúde mental bem como a dos outros. Verifica-se aumento da preocupação, do desassossego e da agressividade com violência. Antigo mal-estar e desavenças no seio da família degeneram ao autorrestringir a movimentação interior. Nesse caso, não saber o que fazer gera tensão. Isso só pode ser apaziguado pela ocupação do tempo, com agrado. Atividades de lazer libertam. Explorar o novo, é o mote!

Assim, começar por fazer uma lista do que agrada fazer. Coisas simples. Por exemplo, uma caminhada com a família. Observar o ambiente com atenção, como se fosse a primeira vez. Notar o que ainda não tinha sido notado. Tirar fotografias e fazer um álbum deste tempo. Passear o animal de estimação, cuidar das plantas. Ginastizar o corpo. Embelezar a casa: dispor¹ os móveis numa nova funcionalidade ou concluir pequenos arranjos. Ir para a cozinha fazer um petisco para todos. Ler, pintar, desenhar, esculpir um pedaço de madeira. Dedicar-se a um *hobby*. Ouvir a música preferida, com auscultadores, e procurar outros géneros². Escrever as suas memórias. Procurar motivos para se rir. Voluntariar-se para ajudar. Telefonar aos familiares e amigos que não se veem há já algum tempo.

Recrear-se em tudo com que se sintam bem. É esse o sentido do lazer. O que dá prazer. Trabalho e lazer estão interligados³. O tempo de ociosidade (lazer) não é o mal. Esse tempo tem fundo criativo. Basta dar-lhe configuração exploradora na situação. Em que não haja nem a passividade da rotina, nem insatisfação anímica. O mesmo se aplica ao trabalho.

¹ Dispor ou mudar tem duplo significado: no exterior e no interior.

² A música de Bach é apropriada para esta ocasião.

³ A vida temporal está dividida em três tipos essenciais de atividade: lazer, trabalho, outras tarefas (familiares, religiosas, sanitárias, culturais, sociais, de estudo, políticas).

O mal do tempo é o *tédio*⁴. No cerne do tédio reside o *nada*⁵. Fica sob o domínio do tédio quem, por habituação, nada o contenta. Ou, pela amargura de tudo ter perdido, tem tédio no viver, como dizia Job⁶. Entedia-se o trabalhador incorrigível, solitariamente a acumular bens materiais sem lhes dar sentido. Deixa de se relacionar. Nem com o trabalho se apazigua. É um triste proscrito de si. Hostil a qualquer mudança.

De modo antagónico, mas com resultados análogos, está quem “invariavelmente” varia. “Distrair-se” é o sem-sentido da sua infinda procura⁷. Mas, aí se trai, ao afetar-se com a vacuidade do variar por variar. Sem fim nem finalidade.

Ou, então, quem assiste à monotonia de ver os dias a passar⁸. Tudo é *mesmidade*⁹. Nela enterra o dedo e não sabe a nada, nem tem odor, nem forma, nem contraponto, nem surge cor. Tudo é cinzento, como as cinzas do tempo no tédio. Pressentimento que o suicídio confirma. “O tédio mortal é a verdadeira continuidade no nada”¹⁰. E continua Kierkegaard: “Não é no extensivo que está o apaziguamento do tédio, mas no intensivo”¹¹. Não está no imediato, no exterior, nos muitos afazeres, mas em si-mesmo, na intimidade do seu viver com sentido, gerador de plenitude.

⁴ Faz parte da trilogia: *tédio, ansiedade, tristeza*. (V. notas mais adiante sobre Florbela Espanca e António Nobre).

⁵ Não confundir “nada” (conceito ôntico, oposto ao existir) com “vazio” (ainda com espaço).

⁶ Job 10:1. Restou-lhe a fé e o “tédio da vida” foi vencido.

⁷ É clássica a figura do *Lord* inglês no final do séc. XIX. Viajando indefinidamente.

⁸ Como dizia Florbela Espanca num seu poema Tédio (In “Livro das Mágoas”) onde o relaciona com frieza e tristeza. Mas, que a chamam de “triste sem o ser”. Sofria na vida o mal do tédio, daí se ter suicidado.

⁹ O “nada”. É conhecido o “*spleen*” dos poetas decadentistas, como dele fala António Nobre. Leia-se o livro “Só” (Livraria Tavares Martins, Porto, 1966). Nele também refere os “cancros de Tédio a supurar Melancolias!” (p.199). Como “quistos da Dor”. Esta “Dor” sem objetividade, ou seja, ansiedade, na premonição da sua precoce morte.

¹⁰ Kierkegaard, Søren (1844). *Le Concept d’Angoisse*. Editions de L’Orante. Paris – 1973. (OC VII, p.229). Voltaremos a este assunto ao escrevermos sobre o “Demoníaco” (4ª noxa mortal). O tédio mortal é demoníaco. O demoníaco não tem a ver com o diabólico, a quem a crença popular o associa.

¹¹ Kierkegaard, Søren (1843). *La Culture Alternée*. In *L’Alternative – 1. Partie*, Editions de L’Orante. Paris – 1970. (OC III, p.274). Neste Livro é referido que tédio como “o nada a deslizar através da existência: causa vertigem” como quem olha o sem fim do abismo, (id., ibid. p. 272).

Fica a questão, de *saber ajudar* quem quer que seja a descobrir os seus “bens”, resguardados na interioridade de si. Não estão no produzir¹², mas no conhecer-se para os revelar a si. E seguro da sua posse, *escolher-se* neles. Em seguida, *realizar-se*, existencialmente. Com o que deles cria. É essa a responsabilidade.

O Ressentimento - nivelamento

Lidamos diariamente com pessoas sensíveis. A esperarem por presença cuidadora.

Como opera a “sensibilidade”? A sensibilidade apreende algum dos sentidos do acontecer interpretando-o segundo a importância dos *valores pessoais* e o modo de *estar na situação*¹³. Daí a sensibilidade também se aprender. Muitos são os modos de sensibilidade. A sensorial, a artística, a espiritual, a religiosa, a moral, a afetiva, ao sofrimento, à justiça, à ironia, à crítica e a tantas outras determinadas pelo vivenciar da situação¹⁴.

A disciplina científica que estuda o proceder sensorial é a *estesiologia*¹⁵. Ao sair da informação dos órgãos dos sentidos e ao dar-lhes sentido psicológico torna-se *psicoestesia*. A sensibilidade olfativa alerta ao “estranhado”, como a auditiva ao “anunciado” e assim para todo o sistema sensorial¹⁶. Os sentidos físicos estão limitados à fisiologia por isso não vamos aqui questionar a sensibilidade, em geral, nem a psicoestésica, mas algumas *formas pessoais de sensibilidade*¹⁷ ao partir da situação vivida.

¹² Assim, nos conta Charlie Chaplin no filme “Tempos Modernos” a lutar contra a produção desumanizada.

¹³ *Dasein* tem o significado em português de “estar”, estar na situação. É traduzido para francês como *être-là*.

¹⁴ Há também insensibilidades, como a espiritual.

¹⁵ Do gr. *Aísthesis*. Estesia é a faculdade de perceber pelos sentidos. Também originou o termo “estética”.

¹⁶ Veja referências no livro Clínica Psicopedagógica, pg. 105-115, de Guimarães Lopes, H. C. F., Porto, 1993.

¹⁷ Há também formas pessoais de insensibilidade, como a espiritual.

O sentido da *situação* é fundamental para se entender o fenómeno aí surgido, pois o subordina a uma categoria, evitando a polissemia e, assim, diferentes interpretações.

A pessoa sensível é observadora, intui facilmente, tende a dar *significado pessoal* ao intuído. Pode ficar intimamente melindrada com específica situação vivida. Está neste caso a interpretação dum ocasional reparo tido por insulto, dum casual atitude tida por ofensa. Também, a promoção dum colega é sentida como discricionária, ou a esperada função dada a outrem e sofrida como indevida usurpação. Atente-se, ainda, em inúmeros acontecimentos similares lidos nos jornais diários, como os atos de cidadãos descontentes pelo que reclamam, de namorados repudiados, de conjugues despeitados... Ocorrem-lhes o desagravo e a vingança¹⁸.

Mas, se ameaçam de morte os pretensos responsáveis estão-se a afundar no ódio em que se transformou o amor. Já não é ressentimento, mas grave patologia da paixão, o ciúme¹⁹.

Em qualquer ocorrência vivida com *amargura*, centrada no “eu” pronominal²⁰, social, há atitude *reflexiva*. Se esta atitude não é amenizada pela afetividade, na forma de empatia, há *deceção*. Nesse caso, surge o anseio de compensar a autoestima e o valor próprio agora diminuídos. Pela anamnese verifica-se sentimento de inferioridade há muito constituído e, factualmente, exacerbado. Por ele se vê confrontado com o que encontra no outro, melhor ou maior ao que é.

¹⁸ Como Alexandre Herculano ao descrever, no “Monge de Cister”, a figura de Frei Vasco e o seu ressentir com vinganças.

¹⁹ Vamos estudar adiante o Nivelamento, pretendido pelos ressentidos a nível social. No ressentimento morre-se, no ciúme mata-se.

²⁰ Kierkegaard diferenciava-o do “Eu-profundo”, relacionado com o espírito. O “Eu-primeiro” (ou, o “eu” pronominal) relaciona-o com o imediato, o sensível.

O *sentimento de inferioridade*²¹ germina na infância e consolida-se na adolescência. Pode ser devido a humilhações por falhas ou defeitos divulgados, comparações inadequadas, correções²² vexatórias no seio da família ou na escola. Isso produz contraposição emotiva, como a *ira* a funcionar primariamente como defesa, depois ofensiva. A que se juntam nocivas *reações de compensação*²³. Na escola são também causa sentida de inferioridade as classificações, as reprimendas e o assédio (*bullying*). Na família encontramos pais dominadores, confundindo autoridade com autoritarismo e levando os filhos à desobediência. E pais com temperamento colérico ou explosivo. O súbito²⁴ destas reações gera atmosfera de medo expectante, causando insegurança e mimetizando o comportamento parental como modelo.

A continuidade da condição reflexiva leva a penosas ideações contendo descontentamento e padecer.

Na *análise fenomenológica do descontentamento* vamos encontrar afeições evolutivas como a *mágoa* e a *inveja* a gerarem rancor. Torna-se, também, ativa a *indignação* ocasionando contestação e criando *animosidade* e hostilidade. Evolui, sem empatia²⁵, para a forma dinâmica de *rivalidade*. Estas configurações são palco no vasto anfiteatro do conviver onde se adensa a névoa do drama pessoal, protagonizado pela figura principal. Tolda toda a restante cena e esbate o contorno de outras ocorrências. A *amargura* agora moldada pelo perfil corrosivo do *malogro em expressar o que sente* e em se confrontar com o pretenso ofensor, transfigura-se na crescente objetividade de *vingança*.

²¹ Excluem-se sentimentos de inferioridade patológicos muitas vezes acompanhados de inferioridades físicas ou mentais.

²² Melhor, sevícias.

²³ São exemplo no que o ressentido evolui até à adolescência. De início há “ira”. Depois mentira, furto, fuga, dependências. Pode também haver preguiça, orgulho, depressividade. (*In Carnois, A., Le drame de l’infériorité chez l’enfant; pg. 317. Emmanuel Vitte - ed., Lyon – Paris, 1955.*)

²⁴ Vamos estudar o “súbito”, a clausura e outros aconteceres, no quarto tema destas Noxas Mortais.

²⁵ A empatia é semelhante ao coro do teatro grego a comentar as ações do protagonista.

A condição reflexiva na ausência de empatia é verdadeiro grilhão para a pessoa. Está pior, aí, que nos cárceres da justiça, pois provoca a *clausura* de si-mesma. A pessoa dobra-se sobre si. Sintetizando. As pessoas sensíveis são dominadas por *ideia sobrevalorizada de si* e, nos fundamentos do seu “Eu-profundo²⁶” reside *inferioridade*, inibindo a expressão direta do descontentamento. Daí a *frustração* identificada pela *murmuração*. Pode juntar-se a outras pessoas com o mesmo problema. Consideram-se, então, possantes. E pelo *rancor* vão para a luta reivindicativa, até com violência²⁷. São passivo-agressivos.

Foi o que sucedeu, em iniciais tempos bíblicos, a norte do deserto do Sinai, com Coré e demais levitas ressentidos com funções superiores às suas. Por isso, “*se congregaram contra Moisés e Arão e disseram-lhes: já é demais, pois toda a congregação é santa, todos eles são santos... por que, pois, vos elevais sobre a congregação do Senhor?*”²⁸. Viam autoridade “elevada” nas funções sacerdotais de Moisés e Arão, pois se sentiam diminuídos no seu estatuto de zeladores do Tabernáculo. “*Por que vos elevais?*” Estamos no âmago do *ressentimento*. Vemos também aqui, surgir a massificação com a terrífica presentificação do *nivelamento*, ao ser dito “*todos eles são santos*”. Após estas ocorrências, seguiram o caminho da rebelião, mais tarde castigada com a morte.

Muitas vezes o ressentimento é tomado como inveja. A inveja refere-se ao que o outro tem, enquanto o ressentimento surge pelo que o outro é. É difícil distinguir o ter do ser. Pode alguém ter cargo superior ao meu, isso não significa ser exemplar.

O relacionamento permanece contaminado, para sempre, ao sustentar o remoer (o bíblico “murmurar”) contra quem é excelente ou notável. Em vez de

26 Expressão de Kierkegaard. Equivale a “mim-próprio” e a “mim-mesmo”. “Moi” (fr.) diferente de “je”, “self” (ing.), “Selbst” (ale.).

27 Como proclamavam os sindicalistas franceses à volta do ano 1900: “ação direta”. Para “defender a razão e a justiça que queriam ter” – escreveu Ortega e Gasset (no seu livro “*La Rebelión de las Massas*”, pg. 122, Revista de Occidente, Madrid, 1997).

28 Bíblia: Números 16:1-14.

lisura há inautenticidade e fica aberto o caminho para o desespero e o demoníaco²⁹. Os levitas da história bíblica³⁰ há muito “murmuravam” amargurados pela sua condição, na ausência de empatia para com Moisés e Arão. O argumento era de ainda não estarem na Terra Prometida e de preferirem, até, voltar à escravidão no Egito³¹. A insanidade na impaciência da humana temporalidade.

Consideremos a pessoa ressentida segundo os seus modos de existir. A pobreza na manifestação da pessoa procura suprir-se pelo rebaixamento das qualidades do que o supera. É fenómeno antigo. O Iluminismo conceituou-o como “*igualdade*” — um dos lemas da revolução Francesa. Todavia, essa igualdade é referida à Justiça³² humana. Todos somos iguais perante a Lei³³. Estamos no mundo imediato, sensível e inteligível³⁴. Mas, quem lida com pessoas e com elas dialoga, no seu íntimo verifica desigualdade na natureza dos dons de cada um e admira-se com insuspeitadas qualidades, isso a nível ético. E, sem discriminar e julgar, *aceita e respeita* a diversidade³⁵.

Para Deus todos diferimos no *fazer* e, assim, somos diversamente compreendidos³⁶. “Cedo venho... para dar a cada um segundo a sua obra”

²⁹ A estudar nos ensaios seguintes. Desde já seja compreendido que demoníaco não tem a ver com o diabólico, nem com o satânico. O termo grego *daimon* tem na origem o sentido de “génio pessoal”. Pode-se falar do *daimon* de Sócrates, de Goethe ou de Einstein.

³⁰ Há outros exemplos na Bíblia. Lembro Esaú, os irmãos de José, Jonas, o irmão do “filho pródigo”, havendo muitos outros.

³¹ O problema profundo era outro, só entendido a nível religioso.

³² Nietzsche abordou no livro “Genealogia da Moral” os problemas da injustiça no viver temporal, mundano. Seria a “moral do escravo”. Atribui-se a ele a introdução do conceito moderno do “ressentimento”. Mas antes, já Kierkegaard o caracterizara de modo mais abrangente – como o que aqui tem vindo a ser desenvolvido. Os historiadores remontam-no a Platão e Aristóteles com outras designações. Mas, já o vimos mais remotamente, nos primeiros tempos bíblicos.

³³ Usam-se atualmente os conceitos de isonomia e equidade.

³⁴ Na terminologia de Kierkegaard é a “esfera estética” – termo relacionado com o sentido etimológico de *aísthesis* que abordamos em nota anterior. As suas bases são o prazer, a dúvida, a desesperação. Abarca as ciências físicas e sociais, as artes, a filosofia, a teologia.

³⁵ “Esfera ética” de Kierkegaard. O seu valor essencial é a liberdade.

³⁶ “Esfera religiosa” de Kierkegaard. O seu valor essencial é a fé.

(Apo. 22:12). Importante a expressão “*a cada um*”. Há destaque em separado. A sua feição de “igualdade” é longanimidade pela forma *Agapê*³⁷ do seu Amor.

O Nivelamento³⁸

Escreveu Kierkegaard³⁹: “O ressentimento autoestabelecido é o nivelamento. Enquanto um tempo apaixonado avança, erigindo coisas novas e revogando velhas, construindo e demolindo, uma época reflexiva e sem paixão⁴⁰ faz exatamente o contrário: asfixia e reprime toda a ação, nivela.” (OC VIII p.203).

Nivelar é o sucesso do geral, abstrato sobre o individual, concreto. É a prevalência da uniformidade⁴¹, é o sinal = (igual a) na matemática dos ressentidos. A usarem uma tenebrosa plaina social para alisar e tornar indiferente *quem* está acima da superfície, *abaixando* para igualar. A ordenação hierárquica, comum ao mundo animal, é a primeira a ser executada. Ninguém orienta ou contesta, pois, seria contrassenso à doutrina⁴². A realidade é ter sido abolida a essência do contraditório. Tudo se faz “por princípio”⁴³. Ninguém pode assumir talento, genuína vocação ou finura de espírito distinguindo-o de outros. O que é especificamente humano desertificou nos nivelados! Só a morte nivela. Mas já morreram em vida. Estão nivelados. “O cúmulo do nivelamento é o silêncio da morte (...) acima do qual nada se pode levantar, mas em que tudo se dissipa por impotência⁴⁴.” (Kierkegaard. OC VIII p. 203/4).

³⁷ Forme sublime do Amor.

³⁸ O nivelamento, aqui, é referido à imediatidade própria da esfera do sensível como reflexão sem paixão –com o significado da igualdade perante as leis. Não faz sentido nas outras esferas do existir.

³⁹ Em 1846, in *Oeuvres Complètes*, vol. VIII, p. 203, Éditions de L’Orante, Paris, 1979.

⁴⁰ “A paixão terrena impede de existir ao reduzir a existência à instantaneidade” (Kierkegaard, OC XI – Vol. II, p.12, rodapé).

⁴¹ Ao vestir esta farda “todos são soldados...”, não há patentes, nem sargentos, nem oficiais.

⁴² Lembra a mais pura anarquia “todos são responsáveis”, não sendo necessário mandantes.

⁴³ Dizia Kierkegaard: “*Por princípio*» tudo se pode fazer e em tudo tomar parte, ser-se um vago fantoche despojado do que é próprio da pessoa (...) evitando a responsabilidade pessoal. O pudor, o arrependimento, a responsabilidade são dificilmente conciliáveis com os processos «por princípio».” (OC VIII, p.220-221).

⁴⁴ A impotência que Kierkegaard atribui aos ressentidos é o pernicioso dano da inferioridade em tempos sem paixão.

Não é só na *elevação* que o nivelamento exerce a sua ação. Também em profundidade. Deixa de haver interesse e proveito para a cultura humana ao contemplar e dialogar sobre a existência e as suas situações-limite⁴⁵, sobre as tumefações mórbidas da alma, sobre a condição humana e o seu enfermar, sobre as arbitrarias sinuosidades sociais, sobre as nefastas inépcias do poder. Isso é deixado para *poetas em tempo de penúria*⁴⁶.

Quando há perda de altitude (excelência) e de profundidade (penetrância) é gerado o “*caráter superficial*” no que é humano. Há valorização do formato da representação, do mero espetáculo. Então, “*todos são atores*” sem serem autores⁴⁷ de Si, responsáveis pelo seu guião na vida. Não se criticam nem são criticados, mas também não são apreciados. O dizer com sentido é substituído pelo vazio do *tagarelar*. A Palavra não é *logos* realizador, mas mero somido. O relacionar-se com amor é substituído pela volúvel *coquetaria*. A abolição de fundo não permite diferenciar a forma, surge a *massificação* do vulgar, do público, dos sectários. Os propósitos extremamente racionais dos “*raciocinadores*” soam a *paramnésia* e a *anonimato*. Os responsáveis não se dão a conhecer⁴⁸, são os *irreconhecíveis*, mas culpabilizáveis.

Para que o nivelamento tenha podido exercer a sua doutrina necessitou criar uma massa fantasmagórica denominada “*público*”. E o público, esse amontoado informe, pela vacuidade de essência é, então, o mestre-nivelador.

“Ninguém se ocupa da questão humana, em saber se uma opinião é verdadeira ou não; a atenção é chamada a saber quantos a partilham⁴⁹... Porque o número decide se uma opinião tem poder material; não se preocupa do indivíduo considerado na massa – pois,

⁴⁵ São situações-limite, segundo Jaspers, a morte, o sofrimento, a culpa, a luta por existir.

⁴⁶ Como perguntava “*para quê*” o poeta alemão Hölderlin na elegia *Brot und Wein*.

⁴⁷ Há um quadruplo de simultâneas ações existenciárias em cada um: autor (projeta), ator (atualiza), espectador (aprecia), censor (crítica). Aqui o ator executa sem tema próprio.

⁴⁸ Este parágrafo foi redigido segundo os “*predicados concretos*” das Categorias Dialéticas de Kierkegaard (OC VIII, p.215ss).

⁴⁹ Até parece no séc. XIX estar-se a falar da nivelação das “*redes sociais*”... da massa dos milhares de “*seguidores*”... a dirigirem qualquer aspeto da vida pública.

não há Indivíduo⁵⁰, cada um é o público.” (Kierkegaard. OC XIX p. 205).

Cuidar a Pessoa

Falta pôr a questão “como cuidar” a pessoa. Os métodos de ordem científica usados (aconselhamento e terapias) continuam válidos na esfera do imediato. Mas, não é desses, no atual contexto, que convém falar. Há outros, de ordem distinta do imediato, e daí, menos utilizados⁵¹.

Os procedimentos essencialmente éticos, a orientar quem solicita ajuda são: responsabilização pelo ato; perdoar-se; educar-se.

1. A atitude de admitir as inconveniências e danos causados por si, torna responsável. Doutro modo continuará a acreditar que foi ato justo, ou uma brincadeira, quiçá de mau gosto, ou sem importância – o outro é que se doe. Sem responsabilidade não há compreensão de Si. E, assim, não há arrependimento nem necessidade de perdão. O importante é assumir, como sua, a falta. É resipiscência.

2. Após assumir a falta, meditar na sua motivação. Que está a acontecer comigo? Se perscrutar o íntimo encontrar-se-á estados e movimentos (emoções) que afetam. Se forem compreendidos há que se reconciliar. Com o outro e consigo. Ao outro é devido a desculpa, pessoal e objetiva. A si há que saber perdoar-se. Só o perdão liberta da culpa, do remorso e do ressentimento. Só sabe perdoar-se, a si próprio, quem se arrepende, quem se “reconsidera”, quem procura ser reto.

“Sempre que te lembres do perdão, o passado está esquecido, mas quando esqueces o perdão o passado não está esquecido e perde-se o perdão.” (Kierkegaard, OC XIII p.243).

⁵⁰ Ou “Pessoa” na atualidade da antropologia psicológica. Em Kierkegaard, o Indivíduo é Único.

⁵¹ A cura ética e a cura religiosa.

Enquanto o remorso é paralisante, a resipiscência é ativadora. Só a resposta da resipiscência pode dar à culpabilidade o cariz dinâmico da procura no ressarcimento. Já que tendo a dívida (culpa) há que a saldar (ressarcir).

3. Pode já não ser possível ressarcir quem sofreu a falha. Mas, assumindo-a e atuando na sua ideia, transforma-se o modo culposo de sentir para o modo livre de fazer o relevante para a consciência de si.

“Esta consciência de si não é contemplação; quem acreditar nisso não se compreende, pois, se vê, simultaneamente, em devir e não pode, por consequência, ver o mundo fechado oferecido à contemplação. Esta consciência de si, é, portanto, ação e, por sua vez, interioridade, vida interior...” (Kierkegaard, OC VII, p.239).

E dar disso testemunho. A paga é sentir-se perdoado em si-próprio. Perdoar não é esquecer, é “metabolizar”, transformar a lembrança da falha de modo a servir o crescimento (aperfeiçoamento), o meu e o do outro que observa. Agora é tempo de se educar a si-mesmo. A categoria em que este fenómeno se subordina e se desenvolve continua a ser o modo ético. *Educar-se* tem o sentido das três essenciais tarefas existenciárias: escolher-se a si-próprio, estar-com, cuidar-se⁵².

a. *Escolher-se*. É processo. Segue os trâmites: ponderar (as múltiplas possibilidades), deliberar (ou... ou...), escolher (ato manifestado pela maneira como existe). Segundo Kierkegaard

“O ético conhece-se a si próprio, mas este conhecimento não é pura contemplação, por que neste caso o indivíduo é determinado segundo a sua necessidade; é tomada de consciência de si, o que é ato, e é por isso que constantemente emprego o termo escolher em vez de conhecer... A escolha tem uma influência decisiva na substância da personalidade que, efetuando a escolha, mergulha no que opta; se deixar de escolher define e perece.” (OC IV –Vol. 2, p.232)

b. *Estar-com*. É a comunicação. Pode tomar uma de duas formas: ou a direta do saber, a usual comunicação verbal, gestual, escrita, estética; ou a indireta

⁵² Vamos falar em duplo sentido: o do ressentido e de quem é pedida a ajuda. Ambos Cuidadores de si.

pelo agir com a esperança, em silêncio, da compreensão de quem vê. Esta é a comunicação existencial, por excelência. Não do saber, mas do poder, melhor do “dever-poder”.

c. *Cuidar-se*. É a verdadeira filáucia, o autêntico gostar-de-si. Só quem vela por si, cuida do outro. Não é simples aplicação temporária de preceitos, de orientações científicas, de técnicas, mas “estar presente” a Si-próprio. Ajudar-se, assumindo falhas, reconciliando-se, enfim, educando-se. Assim, é a presença cuidadora de Si-próprio e do Outro.

O Desespero: doença para a morte

Há pessoas em desespero e nem não sabem do perigo mortal em que estão. Necessitam a nossa atenta e imediata solicitude. Há três formas de desespero. Uma delas não é o verdadeiro desespero, pois acontece no mundo sensível e inteligível, imediato. Dito de outro modo, não se relaciona com o eu-profundo, mas tão-só com o eu-sujeito ou pronominal⁵³.

Exemplifiquemos. O ditado popular diz “quem espera desespera”. Espero alguém. Preciso concluir importante acordo. O Outro tarda a chegar. O meu fundo pático⁵⁴ começa a perturbar-se com a situação de prolongada espera. Modifico a disposição e o humor, afetando o íntimo conjeturar arrastando novos sentimentos e emoções. O tempo vivido decorre lentamente até nele parar. Não há devir. Fico tenso e impaciente.

A paciência e a impaciência têm a ver com o decurso do tempo vivido. A paciência permite poder-esperar (modo passivo) ou a atuar para vir a acontecer o esperado (modo ativo). A impaciência reside na incapacidade situacional de não poder mudar a realidade. A tensão, pelo movimento emocional, afeta cada vez mais a motricidade. O seu campo de ação aumenta e

⁵³ Kierkegaard também os designava como o “Eu-próprio” e o “Eu-primeiro”, respetivamente. (Em francês: *moi* e *je*).

⁵⁴ V. a função pática (afetividade) na pág. 87 da Psicologia da Pessoa e Elucidação Psicopatológica (de Raul Guimarães Lopes, Higiomed Edições, Porto, 2006).

a inicial inquietação passa a desassossego. Afundo-me, grau a grau, na irritação. Então, *exaspero*⁵⁵, torno-me áspero, rude, agastado.

Desespero-fraqueza do imediato. Ou impessoalidade.

É a forma mais comum na vida do mundo sensível⁵⁶, temporal. O *desespero-fraqueza* é o pseudo-desespero do imediato. Além da espera sem êxito, também surge em muitas outras situações em que tenha havido frustração. No empresário que perdeu a sua fortuna ou no trabalhador que perdeu o seu emprego. Ficam desolados e esta solidão tem prognóstico reservado. No cidadão acusado de fraude que não cometeu. Fica devastado, sem horizontes. Na jovem que perdeu o seu amado por morte ou traição. Fica inconsolável. Quem tenha levado uma vida de trabalho como paliativo, para não refletir no sério da absurdidade a acontecer na interioridade. Fica na incongruência de si.

“Fiz para mim obras magníficas; edifiquei para mim casas; plantei para mim vinhas... hortas, jardins... tanques de água para regar... adquirir servos e servas... amontoei prata e ouro...era tudo vaidade e aflição de espírito e que proveito nenhum havia debaixo do sol... Desprezei a vida e entreguei meu coração ao desespero, tudo por causa do trabalho em que tanto me esforcei debaixo do sol, para concluir que foi nulo. Ora, tudo é um absurdo!⁵⁷”

É este o sentido do pseudo-desespero. Procurar o consolo ou a compreensão numa quimera. Em vez de retomar o sentido da vida e ir em frente, custe o que custar. Encarar o absurdo, ou seja, a incongruência de Si. Mas, apoiar-se no destino, na má-sorte, na sua sina é desatino. Ignorar a gravidade situação é não ter consciência de Si, do seu Eu-próprio, do seu espírito⁵⁸ que o une. Isto é, afundar-se na *insensibilidade espiritual*. O resultado é o banal, a frivolidade da vida vegetativa/animal, na pura imediatidade. Só a

⁵⁵ Poderíamos antes dizer “quem espera exaspera”. Ainda não se pode falar de desespero.

⁵⁶ Já falamos de sensibilidades anómalas ao abordarmos o Ressentimento.

⁵⁷ Ecl. 4-11;20. Tradução de Almeida, atualizada.

⁵⁸ Os sentimentos espirituais (ou noológicos) são a *apropriação do vivenciado* (como o tédio, o ressentimento, o desespero, o demoníaco e outros como o remorso, o pudor, ...).

reflexão em Si dá conta do erro e reverte a situação. Cura⁵⁹. Por isso, Kierkegaard entendeu o *desespero-fraqueza* como *impessoalidade*.

Pessoa. Tudo o que é humano é constituído por três qualidades: a corporal (*soma*), a anímica (*psique*) e a noética (*espírito*). Esta reúne as outras duas e forma com elas uma única unidade: a pessoa. O espírito é liberdade, o eu-profundo da pessoa, o seu “Eu-próprio”. Este tem a faculdade de se relacionar consigo mesmo e com as outras duas qualidades. O que não acontece no mundo animal, pois na ausência de espírito o instintivo domina a ação (tudo é necessidade). Não havendo espírito (liberdade) não há reflexão em Si-próprio e nem sequer se põe a questão de valores éticos e, logo, de deveres de si e para consigo.

O verdadeiro Desespero. O étimo de desespero é “*spes*”⁶⁰. O termo “*sperare*” com o prefixo “*de*” significa *falta*. Desesperar é falha ética, *perder a esperança*. Usemos uma figura de retórica para introduzir, mais facilmente, o verdadeiro desespero.

Como já dissemos, a maioria das vezes, passa despercebido e as suas expressões emocionais são distintas da exasperação. É vivido no silêncio, contraído em si.

- a) Passei a vida a estudar música. Mas, ao ouvir outras composições deixei de gostar das que escrevi. Tomava as outras, então, como minhas. Mas também não me satisfaziam. Repetia plágios, sem nunca encontrar satisfação. A infelicidade era contínua.
- b) Passei a vida a estudar música. Mas, sempre considerei que merecia e podia mais e melhor. Queria compor uma música angélica, divina. Ia para o piano e, ouvia em vez do “lá” natural, um “sol” suspenso (G#). A diferença de meio-tom não estava na minha pauta e isso desagradava-me. Esta situação

⁵⁹ *Cura é o cuidado de si* — no presente contexto não se fala, especificamente, de cura médica.

⁶⁰ Esperança, em latim.

repetia-se noutras notas. E se passasse a compor numa escala maior? Não. Vou averiguar o que está a acontecer. Quem andar a mudar a afinação do piano para eu não tocar o que quero? Basta! Pessoa como Síntese. Continuemos a aprofundar o desespero. Na pessoa há a síntese de finito e infinito, de temporal e de perene, de necessidade e de liberdade. Síntese é relacionamento entre dois atributos. Mas, para se complementar, espera ser referida ao Eu-próprio. Caso não, são simples abstrações ou utopias. Torna-se necessário ao relacionamento entre os termos da síntese ser exposto à *relação*⁶¹ *consigo próprio*, dada pelo poder do espírito. Esse é o terceiro positivo, ou seja, o *Eu-próprio*⁶². Há “pessoas” que não podem ser consideradas existentes, pois não se conseguem escolher a partir de valores (não materiais), tornando-os *para si* deveres éticos.

“A pessoa não tem a ética⁶³ fora dela, mas em si e surge da sua profundidade. Para o ético o dever não é, portanto, exterior, mas interior; é o que aparece no momento do desespero... Quem se escolhe⁶⁴ segundo a ética tem por tarefa a sua pessoa.” (Kierkegaard, 1843, OC IV –Vol. 2, p. 230/231⁶⁵).

Iniciamos o entendimento da essência do verdadeiro desespero, contendo a falta do *dever* a si-próprio, desconhecido do pseudo-desesperado pela sua impessoalidade.

⁶¹ Diz Kierkegaard: “O Eu-próprio não é a relação, mas o facto da relação se referir a si-próprio.” (OC XVI, p.171).

⁶² No imediato só há referência a aspetos somáticos e psíquicos não atendendo à Relação com o Eu-próprio. Daí se falar, em psicossomática, de sintomas inexplicáveis. Muitas outras categorias patológicas têm este problema. Por não se considerarem os perenes valores do espírito no imanente, no dia-a-dia.

⁶³ É costume confundir ética com moral. A ética é estritamente pessoal, a moral é social.

⁶⁴ Kierkegaard criticava Descartes por entender a existência a partir do pensar (“penso, logo existo”). Mas o pensar é do mundo imediato (noutro registo: do imanente), Mas, pensar (o que já bom) não chega para a formação da existência. Esta baseia-se nas escolhas éticas que fazemos: “Escolho, logo existo”.

⁶⁵ As referências a Kierkegaard são das suas Obras Completas (OC) seguidas do Livro (em algarismos árabes) e da página. Ou seja, no exemplo citado: Kierkegaard, Søren (1843). L’Alternative – L’Équilibre de l’esthétique et de l’éthique dans la formation de la personnalité. Oeuvres Complètes, vol. IV, p. 230, Éditions de L’Orante, Paris, 1979.

Atributos da Síntese da Pessoa. O Eu-próprio ao relacionar-se consigo mesmo também se relaciona com atributos gerados quando da síntese da pessoa⁶⁶. Vamos apontar as suas características triunas.

Atributo Finito-Infinito. Nesta síntese a tarefa é tornar-se si-mesmo, ou seja, consistente consigo no devir, escolher-se nas situações. Se rigidamente se fixa e não devém, se não aceita transformar-se, desespera. O finito limita, ancora⁶⁷, o infinito alarga as possibilidades de reflexão de Si, através da imaginação⁶⁸. Há tensão entre ambos. Ao ser disso consciente, existe ao escolher.

Atributo Necessidade-Possibilidade. Quando não estão presentes há desespero. O facto de estar-em-situação é exemplo da dialética liberdade-necessidade. Parte do atual locus⁶⁹ (onde me instalei) para a possibilidade de devir — movimento gerado dentro da necessidade das condições situacionais. O determinista e o fatalista acreditam no destino e perderam o seu eu-próprio pois, para eles, tudo é necessário. Tudo está pré-estabelecido⁷⁰. Não há devir. Não há lugar para a possibilidade. A possibilidade, além do estar-presente⁷¹, é crer e ter esperança.

Atributo Temporal-Perene (Eterno). Ao ignorar o facto de ter a eternidade do espírito (e não somente os percíveis soma e psique) há queda no desespero. É a insensibilidade espiritual, conceito do imediato, comum ao viver mundano. Recorre a distrações e a paliativos (como o trabalho, o deleite, as compras, os jogos para viver na sombra do mortal desespero). Muitas vezes, no limite, resta o suicídio a pôr fim a este estado.

A Consciência de Si. Há duas formas de consciência. A *consciência psicológica*, como o todo da vida psíquica momentânea, imediata, baseada na vigilância

⁶⁶ Se não fosse assim seria mera tautologia. Um teclado duma nota só.

⁶⁷ O corpo, o conhecimento, o mundano... Tudo o que é imanente.

⁶⁸ O espírito, a esperança, o crer (fé), o paradoxo.

⁶⁹ Em Psicoterapia Existencial estuda-se a estrutura situativa da pessoa: *locus* ou instalação; *positus* ou postura (atitude); *topus* ou relação; *habitus* ou normatividade; *situs* e ação apropriada (situ-ação).

⁷⁰ *Maktub*, em árabe, “está escrito”.

⁷¹ Tornar-se próximo e amar. V. Mat. 12:33.

neurológica e na psicoestesia⁷². E também, a *consciência de si* na sua dupla-reflexão⁷³. É a íntima relação com o Eu-próprio ou profundo, reflexiva, capaz de se abstrair do imediato para se concentrar no *proprium*, no genuíno⁷⁴. “Mas o que é este eu-próprio (ou o *proprium*), a minha pessoa? É a coisa mais arbitrária e, em simultâneo, a mais concreta de todas – é a liberdade.”⁷⁵ É na consciência de Si, reino da liberdade, onde o verdadeiro desespero se vem a formar. Como?

Duas Formas do Verdadeiro Desespero

A pessoa, insatisfeita consigo, quer ser diferente do que é ou sê-lo de maneira idealizada, ou seja, perfeita. Daí podermos conceber duas formas do inerente desespero. A mistificação de si, ou não-aceitação de si⁷⁶. E a “divinização” de Si, ou o desafio de só assim querer ser.

1. Desespero de não se aceitar, de não querer ser Si-próprio. Ou a “mistificação de si”

Há, aqui, procura de outros modelos de comportamento. Encontra-os nos feitos da pretérita juventude, na nostalgia da perdida beleza, na pretendida cultura artística, na afetada cultura física, na vaidade de suposta linhagem, na vanglória da militância política, na ostentação de riqueza material, na procura de fátuas honrarias, na inconstância do amor sensual. É inabarcável a concupiscência humana! Por estes exemplos inferimos quão estranha vai ser a conduta acionada pelo modelo ambicionado.

Todos nós já tivemos ocasião de encontrar tais pessoas. Pela sua postura descrevem-se como simuladoras, fictícias, teatrais, manipuladoras. Querem parecer o que não são. Até as conhecemos. Vamos deixar de as criticar e, antes,

⁷² No mundo animal regem as valências, no estritamente humano regem os valores.

⁷³ Conceito a estudar em próximos Ensaio. É a reflexão sobre o sentido para si sobre o que já se pensou (primeira reflexão) no momento de acontecer.

⁷⁴ Podemos aqui empregar a séria “autenticidade”.

⁷⁵ Kierkegaard, OC IV –Vol. 2, p.193.

⁷⁶ Continuamos a seguir Kierkegaard no seu livro (OC IV p.171ss) “Doença para a Morte”.

ajudar a desenvolver a própria identidade. Esta pessoa desesperada, mesmo não sabendo que o é, escolhe ser o *sósia de si*, pela negação de parecer ele-mesmo. É o sem-sentido, em pessoa.

Evita a comunicação, dobra-se sobre si mesmo. A personalidade é francamente introtensiva. Não é prática, não solucionando o que lhe diz respeito. O pensamento é pretensioso, daí o modelo escolhido. Há clara tendência à misantropia pois o distanciamento social fá-lo viver num núcleo fechado. Desconfia dos outros desenvolvendo antipatia. Convive pelo intuito de se exibir. Com o tempo torna-se entediante⁷⁷. Além disso ofende-se pelo estado que criou, isto é, fica ressentido⁷⁸, mas consigo mesmo. Não acredita na possibilidade de se modificar. Nem sequer põe a questão da esperança. Já morreu ainda vivendo.

2. Desespero de querer, de modo arrogante, ser o próprio, divinizando-se⁷⁹. Ou o *desespero-desafio*

Estamos perante a noxa mais grave, o *desespero demoníaco*⁸⁰. Paradoxalmente ao querer ser o próprio, luta contra isso, ou seja, luta contra si-próprio. Quer ser ele-mesmo segundo a escolha na sua adversidade. Por *desafio* quer-se impor ao poder do espírito que o constitui. Confrontando-o. Ou seja, confrontando-se a si mesmo. É o ultraje mais severo a si. Na sua revolta contra a vida crê ter encontrado uma prova. A prova é ele-mesmo e, por isso, quer levar a sua cruz até ao fim, protestar contra a vida. É como o escritor ao encontrar uma falta que se revoltasse contra si e lhe impedisse de a corrigir — “quero ficar assim para testemunhar o escritor medíocre que és”⁸¹. Tem a íntima

⁷⁷ V. o significado do Tédio no 1.º Ensaio.

⁷⁸ V. o significado do Ressentimento no 2.º Ensaio.

⁷⁹ Divinização do homem, segundo os estóicos – aspeto demoníaco.

⁸⁰ No próximo Ensaio vamos estudar o demoníaco que não é sinónimo de diabólico como é habitual pensar-se.

⁸¹ No texto de OC IV p. 229.

noção de não querer vencer. Se se vencesse a si-próprio ganhava. Todavia, quer continuar a dizer a quem o ouve: “Basta! Não vou tolerar mais isto.”

Esta forma de desespero é autodestruição:

“O desespero não pode consumir o eterno, o proprium (o espírito) que está no fundo do desespero. O desespero é justamente a autodestruição, mas impotente e incapaz de querer desfazer-se de si, aniquilar-se.”⁸²

Por isso, em dias de intenso desespero é pedida a morte, mas esta não vem.

“E naqueles dias os homens buscarão a morte, e não a acharão; e desejarão morrer, e a morte fugirá deles”⁸³.

Ajuda à Pessoa em Desespero

1. Diálogo identificador do que atormenta. (A desesperança de ser ele-mesmo).
2. Conversação⁸⁴ sobre o sofrimento sentido. (Catarse).
3. Conversação sobre a escolha das possibilidades (como pessoa) em sair da situação.
 - a. O desespero da mistificação e o demoníaco são superados pela *fé*, crendo. ”A fé é o firme fundamento das coisas que se esperam e a prova das coisas que se não veem”⁸⁵.
 - b. Crendo com *esperança*. “A adversidade não evita estar abatido, mas procura a esperança. A pressão da adversidade permite à esperança germinar.”⁸⁶ E, “...se esperamos o que não vemos, com paciência o esperamos”⁸⁷.

⁸² Kierkegaard, OC XVI, p.176, 177.

⁸³ Apocalipse 9:6.

⁸⁴ Ao modo do hermeneuta Gadamer: em paridade (Gadamer, H.G., 1996. *Vérité et Méthode*, Éditions du Seuil, Paris).

⁸⁵ Carta de S. Paulo aos Hebreus 11:1.

⁸⁶ Kierkegaard, OC XV, p.100, 104.

⁸⁷ Carta de S. Paulo aos Romanos 8:25.

4. *Estar presente* durante todo a deliberação sobre os propósitos e na execução da decisão (ser a testemunha). É esta a atenta e imediata solicitude, renovadora ao concretizar a ajuda: vir-a-ser novamente o próprio⁸⁸.

O Tormento

Explicaremos agora o Bem como condição para a identidade da pessoa e unidade existencial. Também comentaremos o conceito do tormento “demoníaco”, o âmbito do Bem e o fenómeno “angor” nas categorias existenciais. Terminaremos assinalando o Cuidado Consigo Próprio.

O conteúdo qualificativo demoníaco do tormento, convém advertir, é raramente abordado por se entender, erradamente, como “diabólico”, “satânico”. Vamos usá-lo só em algumas citações específicas de Kierkegaard para evitar falsas analogias. Aqui, ao referir “tormento” o seu contexto é o demoníaco ou possessão espiritual. É noxa comum em dadas práticas profissionais. A própria OMS, na classificação das doenças⁸⁹, refere perturbação psíquica a ele ligada. O atormentado não é um mero conceito, é a realidade duma pessoa torturada pela perda da autonomia somato-psíquica para a Medicina e Psicologia, da liberdade espiritual para a Medicina Antropológica e Teologia, necessitando de melhor investigação.

Já estudámos situações de tormento demoníaco no tédio profundo, no desespero verdadeiro, mesmo no ressentimento quando nivela a autoridade. Temos vindo a considerar o Eu-próprio (ou *proprium* da pessoa) como espírito.

O termo “espírito” não fazia parte do antigo léxico grego pois é de origem judaico-cristã (sopro divino). Demóstenes (séc. IV a. C.) fala de “órgãos da alma⁹⁰”, a *psyche*, o *thymós*, o *nous* (ou *nóos*), respetivamente, energia vital, emocionalidade (reativa), inteleção. Todavia, Heraclito dá uma nova conceção

⁸⁸ Este é o conceito da “repetição” existencial (renovação) —a desenvolver noutra série de Temas.

⁸⁹ Classificação Internacional de Doenças (CID — versão 10 — F44.3), adiante explicitada.

⁹⁰ Como metáfora dos “órgãos do soma”, in: Snell, Bruno (1992). A Descoberta do Espírito. Edições 70, Lisboa, págs. 23 - 46.

da “alma da pessoa viva”, a *psyche* com o seu logos⁹¹: “Não se pode encontrar os limites da alma... tão profundo é o seu logos ... que cresce por si mesmo”⁹². O fundamento da *psyche* (alma vivente) é a sua profundidade. Por outro lado, o *thymós* é a sede da alegria e dor, dos sentimentos. O *nóos* é a sede do discernimento pois liga-se às ideias (de *idein* - “ver”, perscrutar com os “olhos” da alma) e passou a tomar a aceção de “espírito”⁹³. Na evolução semântica dos termos, usamos, na atualidade, “noético”⁹⁴ como espiritual, substituindo o anterior termo “pneumático” ainda usado no Séc. XIX.

Quando surge o termo “espírito” uma de três posições é tomada. (1) Ou há imobilização na insensibilidade espiritual e, daí, na impessoalidade,⁹⁵ regredindo para estruturas psíquicas básicas, inerentes à animalidade. (2) Outra, é a credence pagã junta à malsã curiosidade e atração pelo oculto levando a situações desviantes de servidão e idolatria, dissuasoras, na pessoa, da autoridade sobre si-própria.

Acatando o determinismo do destino ou do fado⁹⁶, o absurdo da sina, a infidelidade da sorte, a irracionalidade do acaso, a sedução da ventura, a predestinação e as mais variadas superstições — fica escravizada à multiplicidade de charlatães (autointitulados de “mestres” e “professores”) nessa virulenta área, como médiuns e “espíritas”, benzedores e curandeiros, adivinhos e videntes.

(3) A atitude salutar, própria de quem, verdadeiramente, se diz cristão: respeitar o que nas Escrituras é dito e interdito⁹⁷ sobre o assunto — o que envolve crer.

⁹¹ O seu fundamento, o seu dizer. Na conhecida referência bíblica Deus disse “Haja luz” e houve luz. Genesis 1:3.

⁹² Op. Cit., p.41,44

⁹³ Num livro por nós editado (Psicologia da Pessoa e Elucidação Psicopatológica) fizemos a distinção entre alma vivente e espírito imortal.

⁹⁴ Escrevemos “Renovação Noética”, com edição no Scribd, sobre o conceito kierkegaardiano de “Repetição”.

⁹⁵ Descrito no 3.º Ensaio — O Desespero – Doença para a Morte.

⁹⁶ O “*está escrito*” árabe (“*Maktub*”).

⁹⁷ As primeiras interdições foram escritas pelo “dedo de Deus” na pedra das tábuas da Lei dadas a Moisés. No livro do Levítico lemos muitas outras. Aí lemos (cap. 20, vers. 27) sobre a necromancia: “*O homem ou*

Crer nos frutos do próprio espírito, na omnipresença do Espírito Santo atuante na pessoa, em entes espirituais protetores e guias.

Tormento, aqui, tem o sentido de intenso sofrimento, maus-tratos, flagelo, tortura. O atormentado é perseguido por quem deu guarida dentro de si.

No Novo Testamento (NT) há muitas referências⁹⁸ a entidades estranhas ao espírito próprio da pessoa *dividindo-a*, desunindo-a de si-própria, fazendo perder a sua identidade. Ao haver a continuidade numa *falha*, alia-se a má curiosidade pelo interdito em subculturais “usos e costumes”⁹⁹, a tentação por experimentar o paranormal, a maléfica sedução pelo oculto¹⁰⁰. Irrefletidamente, os valores éticos são ultrapassados e, nessa transformação anormal, fica autorizada a abertura do ser a agentes nocivos. No *permitido* contacto com a pessoa, entranham-se, *possuem-na* e aí se cronificam. É referido (no NT) sofrerem os atormentados (“endemoninhados”) de mutismo, cegueira, as mais diversas enfermidades mentais¹⁰¹, possuírem força invulgar, apresentarem súbitas convulsões, isolarem-se da comunidade. Vejamos o seguinte episódio da atitude de Jesus para com um endemoninhado (atormentado):

“E navegaram para a terra dos gadarenos, que está defronte da Galileia. E, quando desceu para terra, saiu-lhe ao encontro, *vindo* da cidade, um homem que, desde muito tempo, estava possesso de demónios (*δαμόνιά*, “*daimonia*”) e não andava vestido nem habitava em qualquer casa, mas nos sepulcros. E, quando viu a Jesus, prostrou-se diante dele, exclamando e dizendo com alta voz: Que tenho eu contigo Jesus, Filho do Deus Altíssimo? Peço-te que não me atormentes.²⁹ Porque tinha ordenado ao espírito (*πνεύμα*,

a mulher que se entregar à evocação dos espíritos (dos mortos) ou adivinhações, será condenado à morte; serão apedrejados. O seu sangue cairá sobre eles.”

⁹⁸ Mateus 9:32-33; 12:22; 17:18; Marcos 5:1-20; 7:26-30; Lucas 4:33-36; 22:3; Atos 16:16-18.

⁹⁹ Por prévios exemplos ou contactos de familiares ou comunitários.

¹⁰⁰ Geralmente é uma pessoa conhecida a falar numa “mulher de virtude”, dum bruxo, dum vidente, dum curandeiro, dum exorcista.

¹⁰¹ Identificamos a psicose epiléptica, a histeria, manifestações psicossomáticas.

“pneuma”¹⁰²⁾ imundo que sáisse daquele homem; pois já havia muito tempo que o arrebatava. E guardavam-no preso com grilhões e cadeias; mas, quebrando as prisões, era impelido pelo demônio para os desertos. (S. Lucas 8:26-39)¹⁰³.

Em consulta, ouvimos o familiar dum doente dizer-nos: “Tem o espírito do vinho¹⁰⁴⁾”. “Espírito” tem aqui o sentido de “princípio que rege”, que ordena. Encontramos, na prática clínica, “espíritos” semelhantes. Da doença (os hipocondríacos), da suspeita (os paranoídes), do medo (os fóbicos) — e a lista não acaba¹⁰⁵⁾, se juntarmos o extenso rol das dependências viciantes, extranaturais e as ocorrências em alguns sem-abrigo.

Observamos um sem-abrigo surgido no portal da garagem coletiva. As pessoas davam-lhe cobertores, comida, roupa e mesmo alguns trocos. Não falava com ninguém. Verificamos, na continuidade do carinho e conforto dispensados (o Bem prático), a sua angústia a aprofundar-se cada vez mais. O olhar tornou-se mais esquivo e inquieto. A insociabilidade aumentou. Cumprimentávamo-lo com um sorriso mas murmurava “deixem-me”, no plural. Não era psicótico, nem alcoólico. Contudo, começou a beber à noite. (O álcool age no complexo recetor neuronal GABA, onde também atuam os tranquilizantes benzodiazepínicos). Procurava a paz “química”. Subitamente, desapareceu levado pelo seu “tédio demoníaco”.

¹⁰² No meu NT grego a frase “*γάρ τω πνεύματι τῷ ἀκάθαρτου*” traduz-se “para o espírito do impuro”. Jesus ordenou ao espírito (*pneuma*) do gadareno, reforçando o seu poder (autoridade) — como adiante veremos.

¹⁰³ Na continuação o gadareno foi libertado duma “legião” de demónios, entraram numa vara de porcos (quase dois mil) que se afogaram no mar da Galileia. O gadareno, purificado e “em perfeito juízo” terá depois sido o primeiro “missionário” a anunciar a mensagem de Cristo entre os seus conterrâneos pagãos. (A cidade de Gadara situava-se nos atuais Montes Golam).

¹⁰⁴ Os árabes entendiam o álcool, por ser volátil, como espírito.

¹⁰⁵ Também, profissionalmente, temos recebido curandeiros, adivinhos (vulgo “bruxos”), astrólogos bem como mulheres de “morada aberta”. O seu traço comum é a superstição, credence irracional, tendência ao desconhecido e misterioso frequentemente por temor religioso. Também aparecem vulgares charlatães (“professores”, “mestres”) das “ciências ocultas” ou do paranormal de que fazem “negócio” a quem sofre de desgostos, de avidez, de enfermidades, de graves anomalias psíquicas e de atormentados espirituais.

Como permite uma pessoa relacionar-se com entes incorpóreos que nada têm a ver com ela? A continuidade duma falha ética — como já dissemos — ou duma transgressão (pecado¹⁰⁶) *ocupa* o seu espírito com intensa angústia, mas encobre este aviso e sujeita-se a novos intuitos na vida. É este o princípio. Fica exposta à noxa seguinte ao não se cuidar, mas ao “olhar para trás” de Si no que a seduz. E, não obedecendo à *sua* liberdade em se modificar — escancara¹⁰⁷ a porta do seu ser ao mal. A escravidão toma o lugar da perdida liberdade.

No convívio com tão obsidiante e “permitido” espírito estranho, desaparecida a liberdade¹⁰⁸ de se escolher no íntimo de *Si-própria* (no Eu-profundo¹⁰⁹), fica *atormentada*, *padece*. Torna-se permeável a mundos desconhecidos do sobrenatural e do paranormal, torna-se crédula na *ilusão* duma falsa tranquilidade; vai procurar falsas soluções, como conhecer a origem do seu mal e, por auspícios divinatórios¹¹⁰, o seu futuro; busca paz, ganhar uma fortuna... Lê nos jornais, o seu horóscopo e a sua sina... nunca semelhantes, nesse dia, em publicações diferentes.

A OMS (na Classificação Internacional de Doenças — CID-10), apoiada em critérios científicos, tem uma rubrica inserida nas Perturbações Dissociativas (ou, de Conversão) sobre *Perturbações de Transe e Possessão*¹¹¹.

¹⁰⁶ O pecado foi introduzido na humanidade por Adão e Eva ao transgredirem ordem divina. É, inicialmente, sentido como profunda angústia. Convém atender aos seus sinais. Caso não, é sofrimento cronicado — como no caso dos “gadarenos” de hoje.

¹⁰⁷ A perda da liberdade gera impessoalidade (vide 3.º Ensaio), ou ausência do espírito próprio.

¹⁰⁸ É bem conhecida a perda da liberdade (=escravidão) de quem tem a obedecer em si ao espírito do jogo, de substâncias aditivas (“drogas”) e de quaisquer outros viciantes comportamentos e insanas paixões.

¹⁰⁹ Em anteriores ensaios foi distinguido o *Eu-próprio* (ou Eu-profundo, capaz da dupla-reflexão) do eu pronominal, sujeito dum predicado.

¹¹⁰ Um dos meios, populares nos “centros espíritas”, é a comunicação com os mortos (necromancia) — como se fosse possível. O embuste e o transe são fáceis, mas sempre impressionam os “sugestionáveis”. É extensa a lista dos meios divinatórios.

¹¹¹ Na CID10 - F44.3 lê-se: «Nos transtornos de transe há perda temporária tanto do sentido de identidade pessoal como da consciência plena do ambiente; em alguns casos, o indivíduo age como se tomado por uma outra personalidade, espírito, divindade ou “força”».

Jesus expulsava espíritos estranhados na pessoa¹¹². Mas, quem seguia os seus ensinamentos recebia o espírito do bem, do amor, da união. Uma das suas promessas, antes da sua Paixão, foi a de deixar connosco o Espírito Santo como consolador, advogado, amparador¹¹³. Não se conhecem verdadeiros cristãos “possuídos”¹¹⁴ por espíritos demoníacos ou angustiados face ao Bem¹¹⁵. Pelo contrário, por ele anseiam, anelam, sofrem com amor. “Só o Bem é o Uno por essência e permanece o mesmo nas suas manifestações. O amor é dele exemplo típico.” (Kierkegaard, 1847. OC XIII p.33).

O Fenómeno Demoníaco

Demoníaco tem origem no antigo termo grego¹¹⁶ “*daimon*”. O sentido original, não se relaciona, de forma alguma, com diabólico ou satânico. É usado como divindade tutelar, entidade com influência sobrenatural, “espírito” ou génio e, mesmo, ídolo¹¹⁷.

Era conceito mitológico, religioso, filosófico, psicológico, literário, artístico. Os *daimonia* (plural) tanto podiam ser bons como nefastos. Os primeiros seriam entidades tutelares, “*anjos da guarda*” ou “*guias*”, os segundos “espíritos atormentadores”, estranhos à pessoa, a *martirizar* quem os consente. É conhecida a “voz interior” (*daimon*) ouvida por Sócrates. Platão ao referir-se a isso usava o adjetivo “demoníaco”. Essa “voz interior¹¹⁸” avisava Sócrates¹¹⁹ de perigos e do que não era conveniente ser feito. Não lhe dizia o que devia

¹¹² Jesus não aplicava rituais exorcistas, dizia ao espírito do impuro “Sai” e o demónio atormentador dele saía.

¹¹³ Evangelho de S. João 14:26.

¹¹⁴ Pois já possui o Espírito Santo a quem os demónios estranhos à pessoa evitam.

¹¹⁵ Vamos, adiante, conhecer as suas características.

¹¹⁶ O Novo Testamento foi redigido em grego. Língua, então, comum na comunicação entre povos, como atualmente é o inglês.

¹¹⁷ No Velho Testamento era a tradução da palavra hebraica “*shedim*”, ídolo. Só no II século D.C. a Igreja Católica entendeu o termo “impuro” como “imundo” — v. mais adiante.

¹¹⁸ Não confundir com uma alucinação auditiva inserida na modificação da personalidade, dita, psicótica. Não foi o caso de Sócrates, nem trata disso este Ensaio. É também interessante o fenómeno da premonição e o da profecia. Na sua base estão afetos, o sentir. Melhor, o intuir

¹¹⁹ Também Goethe faz a si referência semelhante.

fazer, pois respeitava a liberdade própria. Quando ia para o seu julgamento deixou de ouvir a “voz interior” e entendeu que a sua missão tinha chegado ao fim.

Em psicologia, demoníaco era para Jung similar ao arquétipo da sombra¹²⁰, do desconhecido. Para Rollo May¹²¹ entendia-o, simultaneamente e em potência, criativo¹²² e destrutivo. Vejamos a alusão em Kierkegaard¹²³: “Não se põe a questão do demoníaco na inocência. Por outro lado, há que rejeitar qualquer fantástica ideia dum pacto com o diabo, pelo qual o homem se tornaria radicalmente mau. Desta ideia veio a contradição que testemunha o rigor dos séculos passados¹²⁴.” (Kierkegaard, 1844, OC VII, p.219)¹²⁵.

O fenómeno do demoníaco (como tormento espiritual), segundo Kierkegaard, (1) está presente em *todos os domínios* da pessoa; (2) é sujeito a uma *categoria*; (3) advém da *atitude da pessoa* perante o Bem.

1. “O fenómeno demoníaco aparece em todos os domínios da pessoa: somáticos, psíquicos, espirituais. Tem uma influência mais vasta do que se crê; isso explica-se por a pessoa humana ser uma síntese de corpo e alma conduzida pelo espírito, pelo que as perturbações num dos dois afetam o resto.” (Kierkegaard, 1844. OC VII, p.219).

2. “Quando o fenómeno é dado e notado, mas não ser explicado, por falta duma categoria; se se a tiver, tem-se a chave universal útil para descobrir o traço do fenómeno; porque *os fenómenos obedecem à categoria¹²⁶ como o anel ao génio*. (Kierkegaard, 1844. OC VII, p.223).

¹²⁰ A *Persona* arquetípica, por outro lado, dá a imagem idealizada, ajustada à cultura e oposta ao lado sombrio dos instintos.

¹²¹ O teólogo Paul Tillich exerceu grande influência no pensamento de Rollo May e, por isso, se interessou por Kierkegaard.

¹²² Neste caso como “génio”.

¹²³ Kierkegaard aborda o tema nos Livros: Conceito de Angústia, Tratado do Desespero, Temor e Tremor — donde vêm as referências.

¹²⁴ Os autos de fé. Muitas das vítimas eram doentes mentais.

¹²⁵ Kierkegaard, Søren, 1844. *Oeuvres Complètes*, vol. VII, p. 219, Éditions de L’Orante, Paris, 1979.

¹²⁶ Usamos as categorias das esferas existenciais. (V. mais adiante).

3. ”O critério permitindo reconhecer que um fenómeno é demoníaco é a atitude do indivíduo perante a manifestação¹²⁷ (do Bem). Aceita impregnar o facto de liberdade e encarregar-se dele em plena liberdade? Se recusa o fenómeno é demoníaco. É preciso sublinhar o bem (recusado); porque, mesmo desejando-o, é na sua essência demoníaco.” (Kierkegaard, 1844. OC VII, p.225).

O fenómeno demoníaco é o sem-sentido espiritual a atormentar a pessoa.

O Bem

É considerado, geralmente, como *dever ético*. Mas também, *obrigação moral* na esfera estética (do imediato). Enquanto na esfera religiosa é *tarefa* como *missão*. Verificamos o Bem ser *estrutura e união da Existência*, a sua *Gestalt* no atuar. É *categoria existencial* e não simples conceito ou pertença duma ciência particular como a jurídica, a teológica, a filosófica.

Está sempre *em atualização* através da escolha e decisão — daí ser *existencial*. O Bem é suprema categoria existencial ao conferir unidade e integridade à existência e, logo, a sua identidade como *única*. A pessoa na posse de todas as suas qualidades existenciais é *Única* — não tem sócias, cópias. Não é simples indivíduo¹²⁸ entre os demais da espécie, como no mundo animal e vegetal.

O Bem não existe fora da pessoa, não é objetivo, materializável. Podemos nele progredir e unicamente acompanhar qualquer pessoa a andar no seu caminho. Há, sempre, o apoio espiritual de dois guias: “Na viagem da pessoa pela vida vela uma Providência que faculta dois guias. Um apela para diante e o outro para trás. Um convida para diante ao bem, e o outro, atrás,

¹²⁷ Nota de Kierkegaard sobre o Bem: “Empreguei aqui ‘a propósito’ a palavra manifestação; poderia também nestas páginas chamar ao bem a transparência” (OC VII Angústia, p.224, nota).

¹²⁸ Algumas traduções do dinamarquês “*Enkelt*” grafam “Indivíduo” com maiúscula. Também é traduzido como a “Exceção”, o “Único”.

exorta ao desvio do mal.” (Kierkegaard 1847. OC XIII p.17). Kierkegaard refere-se aqui à ajuda do Espírito Santo e à assistência permanente de dois guias (ou anjos). Ao caminharmos no Bem, temos liberdade, amor, verdade, coragem, uno (unidade).

Liberdade. “A escolha absoluta de mim-mesmo constitui a minha liberdade e é unicamente por este ato que ponho uma diferença absoluta, a do bem e do mal.” (Kierkegaard, 1843. OC IV–Vol. 2, p.201).

Amor. “Edificar é construir na altura a partir de fundações. O amor edifica. Edificar é fazer obra de amor.” (Kierkegaard, OC XIV p.195/6, 200). “Qualquer que seja a palavra ou a ação, se edifica, é o amor que a inspira. No domínio do espírito sobre que base, sobre que fundamento se deve edificar? Sobre o amor: o amor é a nascente de todos os acontecimentos e o fundamento mais profundo da vida espiritual. É o amor que edifica, noutros termos, faz surgir o amor.” (Kierkegaard, OC XIV p.199).

Verdade. “Para a reflexão objetiva, a verdade torna-se uma coisa objetiva e, então, trata-se de fazer abstração do sujeito. Para a reflexão subjetiva, a verdade torna-se a apropriação, a interioridade, a subjetividade e, então, trata-se de se ancorar de modo existencial na subjetividade.” (Kierkegaard, 1846. OC X, Vol. I, p.178). “Não há verdade para o indivíduo senão quando a produz ele próprio ao agir.” (Kierkegaard, 1844. OC VII, p.234).

Coragem. “O Bem é sempre corajoso.” (Kierkegaard, 1847. OC XIII p.234). “Tenho a coragem de ir até ao fim duma ideia; nenhuma me fez medo até ao presente...” (Kierkegaard, 1843. OC V p.124). “A coragem de renunciar à angústia sem angústia...” (Kierkegaard, 1844. OC VII, p. 215). “Levar uma existência sem coragem e doentia de cortesão do acaso” (Kierkegaard, 1846. OC X_I, p. 127).

Uno - essência do Bem. “Harmonia íntima...”. (Kierkegaard, 1847. OC XIII p.23). “Porque o Bem sendo unicamente o Uno todos os caminhos levam a ele,

mesmo o do erro se percorrido em sentido inverso.” (Kierkegaard, 1847. OC XIII p.28)¹²⁹.

Quem percorre o caminho do Bem está espiritualmente protegido e apresenta ações: os *frutos do Espírito*.

Frutos do Espírito.¹³⁰ Amor, Delicadeza ou clemência, Alegria interior (felicidade), Bondade, Paz ou tranquilidade, Fidelidade, Paciência, Humildade ou modéstia, Autodomínio.

No mundo sensível reina a transiência do tempo. A pessoa vive nesse mundo com tudo o que gosta e o que, também, lhe dá desgosto. Tudo passa, tudo é efêmero. Mas, procura constantemente *permanecer*, ou seja, unida como pessoa, com identidade única. Para isso *projeta e edifica*. A *edificação de si-própria*, pelo amor, dá a consciência de *eternidade* sobressaindo da mundanidade. “O eterno é a única coisa que pode ser, tornar-se, manter-se contemporâneo de todo o tempo. (Kierkegaard, 1847. OC XIV p.30).

O vislumbre da eternidade surge no relampejar do *instante* na decisão e, quando em plena liberdade, provoca no existir a *qualidade dum novo tempo*¹³¹. “... Para caracterizar a vida sensível é vulgarmente referido que está no Instante e não está senão no Instante. O Instante designa o presente tal qual, sem passado nem futuro; nisso consiste a imperfeição da vida sensível. O eterno designa também o presente sem passado nem futuro e é nisso que consiste a perfeição do eterno... Se o tempo e a eternidade entram em contacto, deve ser no tempo e nós temos o Instante¹³². Tão rápido como um “piscar de olhos”; todavia é equiparável à substância do eterno.” (Kierkegaard, 1844. OC VII, p.186).

¹²⁹ Daí, a pessoa existencial, ser Única.

¹³⁰ A exemplificar na 2.ª Parte.

¹³¹ Temporalidade.

¹³² O Instante inicia uma nova temporalidade. O Instante está presente na decisão.

Permanecer no Bem é escolha na “sub-stância” do eterno. Contudo, sem fé na escolha, se voltarmos ao pensamento do imediato aparece a dúvida. O fenómeno bifronte da angústia/ansiedade surge como admoestação dessa reviravolta.

O Mal

O Mal teve início, sabemos isso, na desobediência de Eva e Adão. Comeram o fruto interdito da árvore do conhecimento Bem e do Mal. Tinham liberdade na situação, para decidir *segundo o espírito*. Decidiram mal. Transgrediram e foi a queda¹³³. Apesar de, na nossa humanidade, termos sido arrastados nessa queda, continuamos a usufruir de liberdade. A liberdade humana não é absoluta como a divina, mas situacional. É conferida ao espírito da pessoa e, por isso, na decisão é deixada sozinha. Se há falha ou transgressão, logo sobrevém angústia — sinal de advertência e conselho.

O homem gadareno angustiou-se profundamente ao estar perante o Bem. Mas, o mal nele, revelando sofrimento e aflição, disse nada ter a ver com Jesus e pediu “*não me atormentes*”. O Bem para o espírito demoníaco é tormento— é tortura. O episódio do gadareno é subsequente ao de Jesus apaziguar uma tormenta no Mar da Galileia. Veio a terra de pagãos apaziguar o tormento dum homem possuído por uma *legião*¹³⁴ de espíritos estranhos a si! Apaziguava as súbitas desregulações da natureza como o angustioso, o isolado, o súbito, o entediado espiritual.

Pudemos exprimir atrás o demoníaco no tédio (“raiz do mal”); no ressentimento com amargura, mutismo “murmurante”, a fechar-se em si e, subitamente, a nivelar; no verdadeiro desespero ao iludir-se em mistificações e divinização de si.

¹³³ Eram símbolos de toda a humanidade.

¹³⁴ A legião romana era a unidade básica do exército. Tinha entre cinco a seis mil legionários.

“A pessoa dividida encontra-se numa bifurcação em que duas perspectivas se oferecem à sua vista: o Bem e o aspeto temido do Castigo. Na sua impotência o espírito dividido muda os marcos¹³⁵ ao querer o Bem unicamente por temer o castigo da sociedade; e não sendo a sociedade a pátria da perfeição, então pela sua cisão, a pessoa dividida rende-se ao discernimento da mediocridade ou faz pacto com o mal.” (Kierkegaard, 1847. OC XIII p.57, 61).

A ansiedade ante o Mal suspira pelo Bem.

Angústia/Ansiedade

Etimologia. A raiz etimológica de angústia e da ansiedade é, em grego, ”*angchö*” — aperto. O radical sânscrito “*an*” significa *respirar*. “*Angchö*” poderá ter sido, originariamente, referido à obstaculização ativa da respiração. É frequente, em crises de angústia, sentir-se “um aperto na garganta”.

Na pessoa em situação, permanece o sentir mortal da noxa como aviso de erro, falta ou pecado. Diziam os latinos: “*Ad angusta, per angusta*”. No latim “*ango / anxius*”, respetivamente, com o significado de sufoco, aperto/ inquietação, desassossego.

Análise Sémica. Dos termos latinos derivam palavras como *angústia, ansiedade, ângulo, angina, estrangulamento, cangosta ou congosta, ânsia, ansiar*.

- Angústia tem, pois, o sentido de constrição, estreiteza, constrangimento, sufocação, aflição, opressão, afogo, aperto, confrangimento, abafamento.

- Ansiedade, do lat. “*anxius / anxiare*”, designa almejar, aspirar, ansiar¹³⁶, anelar, suspirar pelo que falta.

¹³⁵ Limites do seu campo de ação.

¹³⁶ Não é o desejar, apetecer, pretender, ambicionar. O seu sentido existencial é profundo, pois é ético-religioso.

Diferenciação. A *angústia* surge com marcado componente somático e ao enraizar-se na pessoa, corporaliza-se em diversos departamentos orgânicos originando a *angústia patológica* com multimoda sintomatologia como se verifica nas doenças psicossomáticas, nas neuroses e, mesmo, aparecendo nas psicoses. Tem pendor retrospectivo e inibitório. Refere-se ao *nada*, à própria morte, à incerteza do porvir, à despersonalização.

A *ansiedade* surge essencialmente no domínio ético-religioso, dando *inquietação* referida ao que, para a pessoa, é falta/transgressão. Apresenta a essencial questão do que *anseia fazer* (porvir) mais do que poderia ter sido feito – culpa - e não se fez (*angor*). A culpa é conotada com a resipiscência, mas ao ser sentida a transgressão a ansiedade é *esperança*. Relaciona-se com esferas existenciais superiores ao imediato. É reflexiva e cinética. Distingue-se, atualmente nas línguas românicas, sob influência da Psicologia Clínica, ansiedade de angústia¹³⁷.

Angústia	Ansiedade
Somatiza-se	“Doce tormento ¹³⁹ ”
Retrospectiva (pretérito)	Prospetiva (porvir)
Inibitória	Cinética (move-se)
Encolhimento ¹³⁸	Sobressalto, “salto para diante”
Espontânea	Reflexiva
Desesperação	Esperançosa
Preocupação com	Ânsia de
o que ocorreu e ainda a acontecer	o que virá a concretizar-se
doença, catástrofe, morte; o <i>nada</i>	como <i>esperança</i> de...
*	*
Na esfera da imediatidade sensível:	Na esfera ético-religiosa:
<i>Erro</i> (desvio; omissão)	<i>Falta. Pecado</i>
Auto imputação	Culpa
Pesar	Responsabilidade
Reconsideração	Arrependimento
Correção	Ressarcimento
Recomeço	Renovação de Si

¹³⁷ Nas línguas germânicas (como o alemão e o dinamarquês) o termo *Angst* (*ale.*) ou *Angest* (*din.*) tem, geralmente, o significado de medo, angústia, ansiedade. (Na língua alemã também há “*Furst*” para medo intenso). No quadro o referido por *Ansiedade* Kierkegaard só usou o termo *Angest*, se bem que fale do “doce tormento”. A diferenciação é atual e da nossa responsabilidade.

¹³⁸ No domínio animal (herdado no nosso *bios*) perante um perigo descrevem-se dois tipos de comportamentos: um de imobilidade (fazer-se de morto), outro de pro-ção, sobressalto (enfrentar e atacar o perigo).

¹³⁹ Expressão de Kierkegaard para definir a ansiedade. Diz o ditado “*Doce tormento, doce contentamento*”.

Se a pessoa se angustia perante o Bem, e até se sente por ele atormentado, está na senda demoníaca¹⁴⁰.

Diferencia-se, ainda, angústia/ansiedade do *medo*. Este tem na sua base algo concreto, objetivo, expressivo, ameaçador. A angústia/ansiedade são impressivas baseadas no ainda desconhecido. O animal não evidencia angústia/ansiedade, mas sim medo (referência objetivada). Não confundir medo com pânico. Este é síndrome psiquiátrico - súbito, intenso e recorrente, com base no medo. Também não confundir com o stresse. Este relaciona-se com traumatismo psíquico vivido¹⁴¹.

Angor-Funções nas Esferas Existenciais

Funções gerais:

a. *Função de evocação*: como *signal de aviso* de erro, falta, pecado face à possibilidade de os rever, corrigir, ressarcir. Também, no quotidiano, advertência de *perigos* e de desnecessários *riscos*.

b. *Função criativa*: reprocessar o projeto de existir, pela insatisfação da orientação seguida. O “ansiar” providencia a sua *renovação*.

Funções categoriais:

O fenómeno *angor* apesar da dupla face só tem sentido na respetiva categoria, pois é polissémico. Em psicologia existencial há três categorias essenciais correspondendo ao aperfeiçoamento de cada um: a esfera estética (do imediato), a esfera ética (da escolha) e a religiosa (da tarefa na espiritualidade). A angústia/ansiedade têm diferentes sentidos conforme a categoria ou esfera a que se referem.

Esfera estética: da vida imediata, sensível e inteligível. *Erro, desvio, omissão* como angústia. Sobrevindo a ansiedade como possibilidade de emenda. O *erro*

¹⁴⁰ O endemoninhado gadareno saiu ao encontro do Bem (Jesus) mas disse-lhe: “Que tenho a ver contigo... Não me atormentes”.

¹⁴¹ Na atualidade ouve-se no meio estudantil: “Estou com stresse do exame”, o que não é correto.

é resultado incorreto. Para o eliminar há que conferir esse resultado com os passos dados para o ter encontrado¹⁴². O *desvio* é o desencaminho a levar à perversão¹⁴³. A *omissão*¹⁴⁴ é supressão, por descuido, negligência, inexactidão, ou deliberação. No direito é agir negativo. Pode relacionar-se com a falta/falha ética (v.) mas também pode ser por hedonia¹⁴⁵ utilitária, no efêmero, de que se vem a sofrer.

Esfera ética: da distinção entre o bem e o mal, do avaliar *qualidades*.

Falta/Falha como angústia. E ansiedade em ressarcir a culpa. Sentir a falta/falha¹⁴⁶ é sinal de *autocrítica* a induzir o exercício de valores pessoais, próprios. A ansiedade ao referir, na Consciência de Si, faltas e falhas permite a resolução pela ânsia do Bem.

Esfera religiosa: da interioridade, da relação com o permanente, com o

eterno. *Pecado, transgressão* como angústia. E ansiedade em se redimir, libertação. A Consciência de Si, como espírito próprio, chama à liberdade da *obediência*. A ansiedade ao referir-se à desobediência, na Consciência de Si, leva a *ansiar* (almejar) o arrependimento e a pena da reparação.

O Tormento “demoníaco”: Angústia perante o Bem

“O indivíduo está na esfera do mal e angustia-se perante o bem. O pecado é uma servidão em que não se está libertado do mal, o demoníaco é uma servidão em que não se está libertado do bem. O demoníaco (tormento) não aparece, portanto, verdadeira e nitidamente, senão no contacto com o bem que, vem de fora, à sua fronteira. Trata-se da angústia perante o bem. O bem significa naturalmente a confirmação da liberdade, libertação, salvação, pouco importa o termo.” (Kierkegaard, 1844. OCVII, p.216-217).

¹⁴² Isto é, aplicar a regra dos “noves fora zero”. Retirar o supérfluo como zero, nada, do nosso caminho parcelar. E reiniciar a “conta” da vida onde foi detetado.

¹⁴³ No sentido social é corrupção. No sentido médico é comportamento aditivo (droga). No sentido moral é depravação.

¹⁴⁴ Freud entendeu a omissão como *lapsus*, desejo realizado pelo inconsciente.

¹⁴⁵ Prazer, aqui, como único propósito da vida. Todos conhecemos os que acumulam bens materiais por exclusivo prazer.

¹⁴⁶ A falta é ausência, a falha é hiato, solução de continuidade.

“A escolha absoluta de mim-mesmo constitui a minha liberdade e é unicamente por este ato que ponho uma diferença absoluta, a do bem e do mal.” (Kierkegaard, 1843. OC IV – Vol. 2, p.201).

Manifestações do tormento demoníaco

Manifestações principais: Angústia; Clausura; Súbito; Vazio, tédio.

Angústia:

“A linguagem revela que a angústia vem da reflexão; não posso dar da angústia uma análise objetiva; estou angustiado por esta ou aquela ocorrência, dissocio a angústia do que a inspira. Pelo contrário digo: a minha tristeza e posso bem exprimir o facto que me entristece... A angústia comporta sempre uma reflexão sobre o tempo, pois não estou angustiado pelo presente, mas somente pelo passado e pelo futuro¹⁴⁷... Que são dados da reflexão.” (Kierkegaard, 1843. OC III, p.147).

Aqui “ocorrência” é falácia ou má-fé, culpa, queda.

Clausura: “dobrar-se em si próprio”, retraimento, incomunicabilidade.

“A clausura (retraimento) resulta duma atitude negativa do indivíduo ao afastar-se, sem cessar e cada vez mais, de qualquer comunicação¹⁴⁸. A comunicação exprime a continuidade cuja negação é o súbito.” (Kierkegaard, 1844. OCVII, p.226). —

“O dobrar-se sobre Si é o resultado de uma atitude negativa da pessoa que se retira de qualquer comunicação. Mas a comunicação exprime a continuidade cuja negação é o súbito. Poder-se-ia pensar que o espírito fechado possui uma extraordinária continuidade, mas é exatamente o contrário, apesar da aparência, quando é comparado a efusões insípidas e amorfas que se dissolvem em impressões.” (Kierkegaard, 1844. OC VII p.226).

Clausura é hermetismo, ocultação em si. Misantropia.

3. Súbito, repentino:

“O próprio do súbito é de não entrar na trama de qualquer continuidade... O súbito não conhece nenhuma lei. Não entra no quadro dos fenómenos da natureza; é de ordem psíquica; é uma manifestação da servidão.” (Kierkegaard, 1844. OCVII, p.226).

Súbito é o sem-sentido no viver. “Tempestade” ou rudeza no modo de estar.

¹⁴⁷ Ansiedade.

¹⁴⁸ Alguns dos endemoninhados bíblicos eram mudos.

4. Vazio, tédio:¹⁴⁹

“O tédio é o panteísmo demoníaco... Ao panteísmo está geralmente ligada a ideia de plenitude; para o tédio é o inverso, repousa sobre o vazio... Repousa sobre o nada a deslizar através da existência; causa vertigem comparável à que se sente ao olhar um abismo: é a vertigem sem fim... No nada nem um eco é possível.” (Kierkegaard, 1843. OC III, p.271, 272).

“O tédio, o tédio mortal, é uma verdadeira continuidade no nada.” (Kierkegaard, 1844. OCVII, p.239).

“Tédio raiz do mal”.

Tonalidades na perspectiva somato-psíquica: “É infinita a diversidade de tonalidades revestidas pelo demoníaco¹⁵⁰ na esfera da liberdade perdida... a hipersensibilidade, a excessiva irritabilidade, a afeção psíquica, histeria, hipocondria...” (Kierkegaard, 1844. OCVII, p.233). (Referidas outras afeções em diferentes escritos.)

São três os principais modos demoníacos de estar na imediatidade (sensível e inteligível). São conhecidas as figuras de *D. Juan*, Fausto, Avergugas¹⁵¹ como protótipos das poderosas afeções demoníacas da *sensualidade*, da *dúvida*, do *desespero*.

1. A sensualidade: energia da libido

O *sedutor*, como D. Juan, tem o poder demoníaco da sensualidade. “A sua libido exerce-se no domínio dos sentidos, seduz pelo poder demoníaco da sensualidade. (...) A palavra, a réplica não lhe pertencem; fá-lo-iam depender da reflexão. (...) Não tem perenidade¹⁵², mas vai bem num contínuo esvaimento.” (Kierkegaard, OCIII, p.98). “A força dum tal sedutor é a palavra, isto é, a mentira... Qual é, por último, a força graças à qual D. Juan seduz? A força própria da libido, a energia da libido sensual. Em cada mulher procura toda a feminilidade e é nisso que reside a virtude da idealização sensual ao

¹⁴⁹ V. o 1.º Ensaio sobre o tédio.

¹⁵⁰ Atualmente considerados “espíritos maus” (ou “imundos”) – cacodaemones – dos gregos. Expulsos do Céu quando Lúcifer se rebelou contra Deus ao querer o poder.

¹⁵¹ D. Juan, Fausto e Avergugas são figuras míticas

¹⁵² “*Durée*” – em francês.

permitir-lhe, simultaneamente, embelezar e vencer a sua presa.” (Kierkegaard, OC III, p.96).

2. A dúvida: conflito entre a moralidade (social) e a ética pessoal

“Don Juan exprime o demoníaco sob o ângulo da sensualidade e Fausto o demoníaco sob o ângulo dum “espírito” (daimon) que exclui o espírito cristão. Fausto é uma ideia que é, em simultâneo, indivíduo. Representa-se o demoníaco (ou o atormentado) suscitado do espírito concentrado num só indivíduo. D. Juan está sempre em suspenso entre a ideia, isto é, força, vida... e o indivíduo”. (OCIII, p.87).

3. O desespero: deambula pela vida sem esperança, só e abandonado de Si.

Representado pelo judeu errante Averbrogas. Deambular só, sem Deus, considera-se alienação humana pela falta de orientação noética e ausência de projeto existencial. É de todos os tempos¹⁵³. É desespero da impessoalidade na ausência de recurso ao espírito próprio. “Só¹⁵⁴ e abandonado a si próprio no vasto mundo, não tem contemporaneidade a que se ligar, sem passado para suspirar, (...) sem porvir para poder esperar, pois, o seu porvir já terminou. (...) Não pode envelhecer, pois, nunca foi jovem; não pode ser jovem, pois, já é velho; não pode morrer, pois, ainda não viveu; não pode viver, pois, já está morto; não pode amar, pois, o amor está sempre no presente e ele não tem passado, nem presente, nem futuro. (...) Não tem paixão, não por que falte, mas, porque no mesmo instante tem a paixão contrária; não tem tempo para nada, não por que faça outra coisa, mas porque não tem de todo tempo; é impotente, não por que lhe falte força, mas, porque a sua própria força o torna impotente.” -212).

¹⁵³ Muitos dos sem-abrigo, a necessitar desta ajuda, são do nosso tempo.

¹⁵⁴ Contexto: “O Mais Infeliz”.

Tonalidades na perspectiva espiritual

- Procrastinação
- Curiosidade indecorosa
- Ilusão (da não-verdade)
- Indiferença (apatia adamada, insensibilidade)
- Ignorância (ao contradizer)
- Agitação (desassossego)

“O demoníaco¹⁵⁵ poderá parecer como a cómoda inação em que se remete para o dia seguinte, como a curiosidade sem outro fim senão ela própria, a ilusão desonesta, a apatia adamada que confia no outro, a ignorância afetada, a agitação estulta.” (Kierkegaard, 1844. OCVII, p.234).

Cuidado consigo próprio

Convém lembrar as principais manifestações geradas pelo tormento demoníaco (de quem está possuído por espírito estranho a si): angústia, clausura comunicacional, subitaneidade (pela não continuidade de valores), nada do tédio, a necessitarem de ajuda. Os procedimentos essencialmente éticos, orientando o cuidar (expressos na seção Ressentimento) voltam aqui a ser necessários¹⁵⁶:

- a) Responsabilização pelo que faz.
- b) Perdoar-se.
- c) Educar-se nas três essenciais tarefas existenciárias: *escolher-se a si-próprio, estar-com, cuidar-se.*

Solicitamos a sua leitura para cuidar de si. Os novos elementos deste ensaio são o Bem, a angústia perante o Bem e ansiedade pelo Bem. Por isso, neles nos focaremos. Assim, é fundamental:

¹⁵⁵ Na esfera da liberdade perdida na perspectiva pneumática (espiritual). (OC VII Angústia, p.234, subtítulo).

¹⁵⁶ Não esquecendo os cuidados básicos *somáticos* (alimentação, exercício, trabalho, sono com sonhos – como principais) e *psíquicos* (empenho na higiene mental: gostar de Si, ocupar a mente - projetar, relacionar-se).

- a. *acreditar na autoridade de si* (a fé é antídoto da angústia) e *estar-com* evitando a errante solidão;
- b. *dialogar* — consigo e com quem de Si se aproxime, de forma idónea¹⁵⁷, face a face e de modo incondicional, reforçando o poder (pela comunicação indireta¹⁵⁸, sem necessidade de exorcismos);
- c. *dar continuidade ao projeto existenciário*¹⁵⁹ *ocupando-se de Si* na sua plenitude.

Os consequentes temas¹⁶⁰ a salientar são a fé, autoridade própria, libertação, prática dos frutos do espírito.

1. **Fé.** A fé educa. Transforma o destino, a sorte, o acaso e as paixões viciosas em Providência como *renovação* de Si. Desloca a culpa para o ressarcimento (reparação do mal). Transfere novamente para o Próprio o poder (autoridade).
2. **Autoridade própria.** A pessoa tem toda a *autoridade*¹⁶¹ em permanecer no Bem e repudiar o que é estranho a si-própria. A autoridade é corajosa e firme ao andar nos caminhos éticos.
3. **Libertação.** A permissão e posse de espírito estranho a si provoca ativo *mal-estar* e *dependência* como estilo de vida. Esse espírito divide, domina e faz sofrer. Teve origem na *liberdade* da própria pessoa¹⁶² em o considerar seu hóspede e ao deixar decidir por si. A *libertação* é ato voluntário,

¹⁵⁷ Com formação para ajudar (psicoterapeuta ou eclesiástico). O exorcismo está fora de questão.

¹⁵⁸ Comunicação indireta, ou do poder, é pelo modo de atuar, já que a experiência pessoal é obstáculo comunicativo à usual forma de comunicar — direta, do saber, teórica.

¹⁵⁹ O emprego do substantivo “existenciário” tem o sentido de ação concreta (diferente da qualificação “existencial” – como adjetivo).

¹⁶⁰ Aqui o diálogo versa tudo o que pode prejudicar no pouco ou no muito. Vide nota de rodapé sobre “escravidades”.

¹⁶¹ Pois, no modo existencial, é *autor de si-próprio*.

¹⁶² Rever as causas: Por hábitos adquiridos; por companhias inadequadas a si; por suspeitas infundamentadas; por crenças sem sentido (destino, sorte, fado); por seduções e persuasões sobre conhecimentos ocultos ou esotéricos; por credence supersticiosa; por escravidades na sua ética; por indevida procura de *poderes* — para conhecer o futuro, enriquecer, ser amado, ser feliz.

resoluto e efetuado com a determinação da Fé. Leva à prática dos frutos do espírito.

4. Prática dos Frutos do Espírito.

Amor. É a única realidade que podemos dever aos outros; não é sentimento, mas tarefa existencial.

Alegria (felicidade). Como interioridade, corresponde a estar feliz.

Paz ou tranquilidade na segurança de Si, do que projeta e executa.

Paciência. Comigo e com os outros na indisciplina.

Delicadeza ou clemência. Perante tudo o que é “rude e grosseiro”¹⁶³.

Bondade. Une a justiça do Amor e da Verdade a quem não acerta o passo no caminho do Bem; atua com Delicadeza e Paciência.

Fidelidade. Ao compromisso, nas coisas pequenas como nas grandes.

Humildade ou modéstia. Com o autodomínio é poder. Poder perante a decisão errada, faltosa ou pecaminosa do Outro.

Autodomínio. Ao libertar-se do desejo¹⁶⁴ em conflito com a liberdade: corporal (desejo ou apetência viciosa no comer, no beber, no fumar, na luxúria, em substâncias aditivas), psicológico (paixões nocivas, como orgulho, rancor, inveja, vaidade, ressentimento, cobiça), social (costumes desregrados como onimania, opulência, domínio, notoriedade, violência em todas as formas).

Praticar os Frutos do Espírito envolve conviver intimamente com o Espírito do Eterno e abster-se de contaminações¹⁶⁵. Os Frutos do Espírito são o espelho de mim mesmo nos outros, refletindo quem sou na comunicação indireta, do poder.

¹⁶³ Segundo Billy Graham *in*: O Espírito Santo (1980). Edições Vida Nova: S. Paulo. Ajudou-nos nas ideias aqui expostas.

¹⁶⁴ O desejo tem a base numa carência. Não o confundir com *anelo* que é esperança. Quando entra em conflito com a liberdade do espírito de Si torna-se insaciável. Ler o 3.º Ensaio.

¹⁶⁵ S. Mateus 17:21.