

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS**  
**Faculdade de Filosofia e Ciências Humanas**  
**Curso de Especialização em Psicologia Clínica:**  
**Gestalt-Terapia e Análise Existencial**

Luís Gustavo dos Santos

**Enlaces esfacelados no vazio da existência**

Belo Horizonte  
2020

Luís Gustavo dos Santos

**Enlaces esfacelados no vazio da existência**

Monografia apresentada ao curso de Especialização em Psicologia Clínica: Gestalt-Terapia e Análise Existencial da Faculdade de Filosofia e Ciências Humanas da Universidade Federal de Minas Gerais, como requisito parcial para obtenção do título de Especialista.

Orientador: Professor: José Paulo Giovanetti

Belo Horizonte  
2020

150 Santos, Luís Gustavo dos.  
S237e Enlaces esfacelados no vazio da existência [recurso  
2020 eletrônico] / Luís Gustavo dos Santos. - 2020.  
1 recurso online (45 f. ) : pdf  
Orientador: José Paulo Giovanetti.

Monografia apresentada ao curso de Especialização em  
Psicologia Clínica: Gestalt-terapia e Análise Existencial -  
Universidade Federal de Minas Gerais, Faculdade de  
Filosofia e Ciências Humanas.  
Inclui bibliografia.

1. Solidão. 2. Angústia. 3. Depressão mental.  
4. Existencialismo I. Giovanetti, José Paulo. II. Universidade  
Federal de Minas Gerais. Faculdade de Filosofia e Ciências  
Humanas. III. Título.



UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS  
FACULDADE DE FILOSOFIA E CIÊNCIAS HUMANAS  
COLEGIADO DO CURSO DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA CLÍNICA: GESTALT-TERAPIA E ANÁLISE EXISTENCIAL

Folha de Aprovação  
ENLACES ESFACELADOS NO VAZIO DA EXISTÊNCIA  
**LUÍS GUSTAVO DOS SANTOS**

monografia defendida e aprovada, no dia **trinta de outubro de 2020**, pela Banca Examinadora designada pelo Colegiado do CURSO DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA CLÍNICA: GESTALT-TERAPIA E ANÁLISE EXISTENCIAL da Universidade Federal de Minas Gerais constituída pelos seguintes professores:

José Paulo Giovanetti - Orientador

FAFICH/UFMG

Maria Madalena Magnabosco

FAFICH/UFMG

Belo Horizonte, 18 de janeiro de 2022.

Prof<sup>ª</sup>. Dr<sup>ª</sup>. Claudia Lins Cardoso

Coordenadora do Curso



Documento assinado eletronicamente por **Valteir Gonçalves Ribeiro, Chefe de seção**, em 18/01/2022, às 11:40, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 5º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).



Documento assinado eletronicamente por **Claudia Lins Cardoso, Professora do Magistério Superior**, em 18/01/2022, às 19:41, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 5º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site [https://sei.ufmg.br/sei/controlador\\_externo.php?acao=documento\\_conferir&id\\_orgao\\_acesso\\_externo=0](https://sei.ufmg.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0), informando o código verificador **1199543** e o código CRC **1067C13E**.

## **Agradecimentos**

As palavras ditas podem ser como o vento, passam conforme a intensidade. As escritas imprimem a relevância do contexto e podem fazer repensar o viver. Este trabalho é dedicado à coragem de estar em meio a invisibilidade e poder prosseguir diante das adversidades do cotidiano. É mais um passo na caminhada evolutiva.

A repetição se desfaz  
O abismo estaciona o vazio  
Lentamente a alma em queda  
Invisível em ser por sentir  
Emoção fragmentada  
Desperceber humano, humanos  
Em (pré) conceitos pré-concebidos  
Palavras como setas  
Inferidas feridas  
De amargor atingem o silêncio  
Inexorável tormento  
Sem compartilha partilha  
O frio ou o calor do vento  
Dos momentos inesquecíveis  
Que desqualificaram o ser  
Para não ser  
Resta a poeira do tempo  
Que foi, é ou virá.

Luís Gustavo

## **Resumo**

O tema proposto neste trabalho é a solidão. A modernidade evidencia um homem cansado, esgotado nas relações com os afetos. Em meio ao desespero na busca de procurar ser, o indivíduo fragmenta-se. É na tentativa de reconectar que acaba se perdendo. Vulnerável, trincado, isola-se incompreendido no amago da tristeza, angústia, depressão que contamina as veias da incerteza. A análise existencial fenomenológica será o fio condutor argumentativo dos questionamentos com traços filosóficos e literários.

**Palavras Chaves:** Solidão. Angústia. Depressão. Vazio.

## **Abstract**

The subject this script is about the aloneness. Nowadays, many people around the world have been stayed tired. How do they tired? Maybe it is about the contemporaneous' life or with feeling alone. The affections could influence the people's weariness. Human being can be despaired, fragmented. They are looking for to be someone across the mirror or the existence. Although, they are trying reconnected all around finding and they might seem to be lost. Why does it happen? It is a good question.

The people could be vulnerable, cracked and this away they might isolate inside core becoming misunderstood, depressing with sadness. The uncertain could be infect about the life. The argument the lines below will be discuss across phenomenological analyses existence with questions philosophical and literary.

**Key words:** Aloneness. Anguish. Depression. Emptiness.

## SUMÁRIO

1. Introdução .....	8
1.1 Contemporaneidade – Revirando Vidas .....	10
1.2 Mal-Estar dos Vínculos Transitórios Rompidos .....	12
1.3 A Alma Cinza - Adoecimento .....	17
1.4 Nos Porões da Existência – O Sentido da Vida.....	21
1.5 O Olhar Distante no Horizonte – Tristeza, Vazio, Tédio .....	24
1.6 A Surpresa de Pandora - Culpa.....	26
1.7 O Enigma de uma Dor Paradoxal - Angústia.....	29
1.8 A Melancolia Acorda o Vazio da Alma e o Luto Dorme Recolhido no Ser.....	31
1.9 O Eclipse do Ciclo da Vida – Tempo, Envelhecimento, Morte.....	33
2.0 A Escuridão Invade o Vazio - Depressão .....	36
2.1 Desenlaces do Ser - Solidão .....	38
Considerações Finais .....	42
Referências Bibliográficas – .....	44

## Introdução

A solidão é o tema central deste trabalho, pois observa-se que o indivíduo em sua subjetividade na sociedade contemporânea tenta aquietar-se na distância do outro de diversas formas.

Na busca de si mesmo o indivíduo irá perceber que a solidão não se apresenta apenas com um ponto de vista negativo na existência. Porque a angustia pode ser transformadora. Inserido no mundo, o indivíduo terá questionamentos que inegavelmente irão aparecer, pois faz parte do vir-à-ser humano.

A contemporaneidade, vivenciada por uma Era tecnológica, propõe um novo “Ser” conectado, plugado nas novidades incessantes que aparecem com a justificativa de inovação. Dessa forma o consumo amplia o desejo do ter/possuir efêmeros. Na busca desenfreada de se localizar no espaço o ser humano se vê lançado a assumir a trajetória existencial. E de um momento a outro a contemporaneidade revira as vidas diante das escolhas e possibilidades múltiplas.

Que tipo de sociedade é vivenciada na atualidade? Talvez uma sociedade que se encontra cansada, esgotada, fluida, mas que em determinadas situações propõe a gentileza e a gratidão. Embora no campo das possibilidades haja um mal-estar dos vínculos transitórios que são rompidos diante do egoísmo efêmero por não saber nem mesmo o porquê de estar no mundo.

A capacidade de “Ser” é infinita ao ter como base o reconhecer como ser humano. É na incoerência do existir que o adoecimento se aproxima contaminando os seres de um não saber o que está acontecendo. A doença não se encontra no corpo, mas talvez na alma. A alma se torna cinza como os prédios e asfaltos das cidades. A farmacologia conseguirá o elixir para resolver o adoecimento da alma? Quem sabe a tecnologia e a ciência descobrirão o antivírus que torna a alma cinza? Portanto, não caberá ao ser humano repensar a coexistência de ser-no-mundo aquele que encontrará alternativas para ser consigo mesmo e com os outros?

A análise existencial fenomenológica será a abordagem aliada neste trabalho além da contribuição de traços sociológicos, filosóficos, artísticos e literários para refletir sobre os caminhos que o ser humano adentra na condição subjetiva da solidão.

O olhar da psicologia é de fundamental relevância para através das palavras, da linguagem estabelecer relações de significado e significante. O contexto deste trabalho terá como base a abordagem existencial fenomenológica com uma escrita poética e literária. Pois a técnica, a razão científica estará alinhada a emoção da presença diante do que se revela e o que pode ser descrito.

Cabe ressaltar que no período de escrita deste trabalho ocorre no mundo inteiro o isolamento social devido a uma pandemia ocasionada pelo vírus denominado “corona – Covid -19”. A situação de isolamento é um dos assuntos deste trabalho acerca da situação de desespero da sociedade que não sabe o que acontecerá e também com a vulnerabilidade dos viventes que residem solitários nas ruas. Por esta situação nova mundial não se tem ainda solução apenas fatos propostos em discussão.

Desta forma ao refletir sobre o sentido da vida, que cada leitor de maneira subjetiva possui, que este trabalho irá entrar nos porões da existência. A intencionalidade deste diante das incertezas é trazer possibilidades com um olhar no horizonte ao perceber a solidão da finitude. É possível que neste trabalho as palavras possam umedecer os olhos, escorrer pelo canto do rosto uma lágrima que secará. Por sinal é a afirmação que somos humanos e caminhantes de uma trajetória que ainda não acabou.

## 1.1 Contemporaneidade – Revirando vidas

A sociedade atual neste final do segundo decênio do século XXI encontra-se mais adepta ao capitalismo, as aquisições de bens e consumo e caracterizando-se por insegura e violenta.

Como a Era deste século é tecnológica e obtém-se informações mais rapidamente, proporcionando uma cultura da insegurança, medo daquilo que se possui possa ser perdido. Dessa forma advém a intolerância e a violência, porque os objetivos podem ser destituídos.

Apesar de todo avanço tecnológico ao redor do mundo as sociedades têm vivenciado a destruição do local de origem, pois devido a vários fatores como guerras, desastres naturais ou proporcionados por quem detém um certo poder, torna os outros instintivamente submissos psicologicamente e alienados.

Sendo assim, pelo poder as pessoas deixam a construção de sua história e tornam-se alienadas. Pode-se pensar em um segundo parto, abrupto, violento, danoso para a existência. A violência apresenta-se fenomenologicamente não transformando, mas revirando as vidas.

Segundo Hanna Arendt, no livro “Da violência”, 1970, capítulo III:

“A violência é, por sua própria natureza, instrumental; como todos os meios, está sempre à procura de orientação e de justificativas pelo fim que busca. E aquilo que necessita de justificar-se através de algo mais não pode ser a essência de coisa alguma”. (ARENDR, 1970, p.32)

Como não refletir sobre a pessoa que se encontra fora de sua trajetória? Sujeito este esfacelado, fragmentado em sua existência. Aquele que goteja danos, incrustados dentro de si mesmo.

A existência é danosa no momento em que a liberdade é cerceada, pois há mudança de cultura e a necessidade de adaptar-se ao meio para sobreviver.

Tal adaptação não seria o modo de obter uma esperança de uma vida melhor? Alguns podem até pensar dessa forma, mas algo foi retirado, abalado senão desmoronado. As pessoas possuem um “projeto de vida” de estar no mundo com os seus ou simplesmente solitárias de acordo com o próprio ideal de vida, no entanto abandonar, perder algo significativo por tragédias ou não, é também um dano. A

sociedade e a cultura têm uma importância fundamental, porque indica uma dimensão de possibilidades.

Segundo Roque de Barros Laraia, no livro “Cultura – um conceito antropológico”, 1997:

“O fato de que o homem vê o mundo através de sua cultura tem como consequência a propensão em considerar o seu modo de vida como o mais correto e o mais natural. Tal tendência, denominada de etnocentrismo, é responsável em seus casos extremos pela ocorrência de numerosos conflitos sociais”. (LARAIA, 1997, p.75)

A modernidade tem indicado um sujeito ávido pela satisfação emergente no presente fixado na tela luminosa de seus aparelhos tecnológicos que poderá trazer a solução de suas angústias. Aparece, então, o conflito, o mal-estar.

## 1.2 Mal-estar dos vínculos transitórios rompidos

O mal-estar do sujeito contemporâneo pode ser notado de diversas formas e segundo Joel Birman (2006, p.175) através do “*corpo, da ação e do sentimento*”.

No corpo, o sujeito através da busca da perfeição ou da idealização excede no querer ser. A imagem é tudo. Os recursos no cotidiano são muitos, obtém-se informação quase que instantaneamente. Há, portanto, uma supervalorização do tentar ser, parecer estar para estabelecer um vínculo que de certa forma é transitório, volátil. Dessa forma gera uma necessidade em ter, uma “compulsão” em acumular algo que justifique um certo momento da existência. Mas quem é esse sujeito contemporâneo que diante de tantas possibilidades se sentirá vazio nos momentos da existência que não se deu conta que o “eu” escapa do seu interior?

Para Birman (2006, p.190) “*o mal-estar contemporâneo se caracteriza principalmente como dor e não como sofrimento*”. Pode-se pensar que a dor é própria do sujeito, dentro da sua subjetividade sem afetar o outro e sendo o sofrimento algo que pode ser compartilhado e talvez amenizado por outrem.

Ultimamente, há uma certa banalização do sentido da palavra amor. Vive-se paixões efervescentes que se apagam com uma leve brisa nem tão fria. As pessoas podem acumular as coisas na intencionalidade de ser, invocam o “narciso” dentro de si e afogam naquilo que pensam que são, pois apaixonam-se e esquecem de se amar porque a ilusão esvaziou o amor que poderia existir.

Byung-Chul Han, no livro “*Agonia do Eros*” (2017, p.10) nos diz que “*a depressão é uma enfermidade narcísica. O que leva a depressão é uma relação consigo mesmo exageradamente sobrecarregada e pautada num controle exagerado e doentio*”. A depressão certamente é o mal do século. As pessoas estão fechadas em si mesmas estabelecendo o contato virtual, instantâneo, sem o adensamento da comunicação. O desejo de uma resposta imediata tem que ser realizado imediatamente conforme os recursos tecnológicos da atualidade, deve-se apertar teclas e confirmar a existência e quando não ocorre a comunicação imediatista o sujeito sente a frustração de não ser aceito.

Hoje em dia o cheiro, o olhar, o até breve que pode durar dias, torna-se insuportável na sociedade da informação. É o controle e a aceleração que impede o ser de ser tornando-o atormentado pelo medo do contato, mas adepto ao agora frio,

gélido, distante através de suas máquinas de última geração que simulam a presença e pode ocasionar o embotamento.

No senso comum se diz que o enlutado e o melancólico são deprimidos. Cabe ressaltar que na depressão o sujeito não tem relação com o outro ou objeto.

A sociedade contemporânea pode ser classificada entre outras como uma sociedade do “cansaço” ou do “esgotamento” em que o sujeito para se afirmar tem que lutar para ser tal qual os outros. E na tentativa pelas semelhanças se esgota.

Han, no livro “Sociedade do Cansaço” (2017, p.92) esclarece que *“o luto distingue-se da depressão sobretudo por sua forte ligação libidinosa com o objeto. (...) A melancolia é precedida por uma experiência de perda”*.

Talvez pode-se pensar que há na sociedade imediatista uma banalização das perdas. A percepção que se tem é que o humano algumas vezes é objeto. A emoção, a dor de perder alguém próximo quase não pode ser sentida porque não há tempo. Talvez o sujeito que adentra na clínica psicológica contemporânea esteja arrastando no esgotamento da vivência do agora, querendo olhar para trás, respirar para seguir adiante, mas sem tempo para fazer.

No cotidiano, na busca da integração com o meio o sujeito se vê bombardeado de inúmeras informações. Muitas dessas informações são as chamadas *“fake news”*. Informações falsas com o objetivo de causar impacto. Em meio ao movimento midiático com várias modalidades de acesso a conteúdo o sujeito consome mais do que deveria sem pensar na realidade que lhe aparece. Han (2017) no livro sobre a *“Sociedade da Transparência”* escreve sobre a relação de que há um excesso no consumo de informação e que não se vê o que deveria ser visto, compreendido e dessa forma o sujeito acaba trincado na relação com o outro e consigo mesmo. Cabe salientar conforme Han que:

“A sociedade da transparência não padece apenas com a falta de verdade, mas também com a falta de aparência. Nem a verdade nem a aparência são transparentes; somente o vazio é totalmente transparente. Para exorcizar esse vazio coloca-se em circulação uma grande massa de informações, sendo que a massa de informações e de imagens é um enchimento onde ainda se faz sentir o vazio”. (HAN, 2017, p.95-96)

Entretanto, o sujeito contemporâneo esvaziado de sentido, com emoções trincadas, amedrontado sem perceber o fluxo do agora deixa-se invadir por temores existenciais como culpa, insegurança, tédio, apatia, envelhecimento, finitude....

Zygmunt Bauman, no livro “*Tempos Líquidos*”, no capítulo “*A vida líquido-moderna e seus medos*”, menciona como o ser humano contemporâneo encontra-se na modernidade diante de tantas possibilidades: incerto e inseguro.

A imprevisibilidade do momento seguinte o torna imediatista e frustrado. A relação com o outro é tênue, inconsistente, líquida. O advento da solidão ronda a identidade do ser indicando o individualismo e suas consequências tais como: o desenraizamento, a atemporalidade e a ilusão de ser no desprender de si.

Então o medo que paralisa. O mundo atomizado e tecnológico com invenções de senhas e aparatos para bloquear o acesso do outro. Um caminho de algoritmos de uma realidade virtual. Realidade virtual? Qual é a realidade que nos permite ser? Atualmente criam-se *Home Offices*, não precisa sair de casa para trabalhar, *EAD* (Ensino a Distância) é desnecessário sair para estudar e o *Delivery* está em alta, alguém que não precisa ver o rosto, pois a cabeça do entregador encontra-se dentro de um capacete ao levar os mais diversos pedidos na porta da casa. Onde se encontra a relação com o outro? Cultua-se o medo do desconhecido? Que caminhos levam ao medo? Segundo Zygmunt Bauman:

“O medo é reconhecidamente o mais sinistro dos demônios que se aninham nas sociedades abertas de nossa época. Mas é a insegurança do presente e a incerteza do futuro que produzem e alimentam o medo mais apavorante e menos tolerável. Essa insegurança e essa incerteza, por sua vez, nascem de um sentimento de impotência: parecemos não estar mais no controle, seja individual, separada ou coletivamente, e, para piorar ainda mais as coisas, faltam-nos as ferramentas que possibilitariam alcançar a política a um nível em que o poder já se estabeleceu, capacitando-nos assim a recuperar e reaver o controle sobre as forças que dão forma à condição que compartilhamos, enquanto estabelecem o âmbito de nossas possibilidades e os limites à nossa liberdade de escolha: um controle que agora escapou ou foi arrancado de nossas mãos. O demônio do medo não será exorcizado até encontrarmos (ou, mais precisamente, construirmos) tais ferramentas”. (BAUMAN, 2007, p.32)

Por mencionar a palavra medo na contemporaneidade, percebe-se o quanto o ser humano encontra-se inquieto, temeroso de suas ações e excedendo em seus atos. Cabe lembrar de uma passagem do livro “*Alice no país das maravilhas*” de Lewis Carroll 2002 em que Alice encontrava-se em um ambiente com várias portas e uma delas poderia levar a algum lugar. Todavia todas as portas estavam trancadas. Atordoada tenta-se localizar. Encontra uma chave e uma porta escondida. Seu tamanho a impossibilita de passar. Observa o ambiente. Encontra um líquido e ocorre então a dificuldade da escolha, a temeridade de ser a pessoa que decidirá sobre o

próprio destino sem endereçar uma culpa ao outro. Na vida vários dilemas aparecem, como o vivido por Alice que deseja ir de encontro a um mundo diferente do qual se encontrava.

Pode-se assemelhar o indivíduo contemporâneo à situação de *Alice* descrita acima no sentido em que o indivíduo se encontra conectado no ciberespaço de várias formas e a desconexão do virtual para a realidade lhe causa angústia, medo e apreensão da situação de finitude. É possível desejar e estar no sonho de *Alice* cerrando os olhos para a realidade evitando a inquietude de existir através da ilusão.

Maria Madalena Magnabosco explica que:

“Se a discrepância entre o possível e o desejado torna-se grande – dada a ruptura com a temporalidade humana -, adoecemos nessa luta. Em outras palavras, todas as vezes que nos dissociamos do que podemos ser e fazer, e do que gostaríamos de ser e fazer, entramos em um problema com a loucura, a morte e o nada.

Nesses momentos, desejamos retirar-nos rapidamente da condição da finitude humana e vivenciamos a inquietude e a angustia com muito medo. É pelo medo que transformamos a angustia em ansiedade e recusamos a reflexão, o pensar, o escolher e o construir”. (MAGNABOSCO, 2018 p.139)

As relações entre as pessoas no cotidiano têm se tornado superficiais, há o medo da invasão da intimidade e que se revele as imperfeições que são naturais do ser humano. A aparência denota uma necessidade principalmente na sociedade que cultua na mídia os *Reality Shows*. As pessoas votam, reagem e tentam aplicar na vida o típico comportamento para ter o mesmo efeito. A vida tem se tornado um *game* frustrando aqueles que não alcançaram a finalização com a palavra *game over* expressando vitória. Há a busca desenfreada pela tal felicidade, muitas das vezes a exterior não a interior. Na linha da vida pode-se dizer que a felicidade é diferente para cada indivíduo. Talvez o mais importante e difícil seja responder quem cada um de nós somos, mesmo que angustie.

Há pessoas que por questões sociais são invisíveis e outras por situações existenciais vivenciam a invisibilidade de ser. Qual o significado da existência? A resposta pertence a cada um, mas há um grande fluxo de pessoas sofrendo a dor de existir, adoecidas e tratadas com fármacos sem direito a fala. Elas levam uma vida inautêntica esvaziada, reclusa em si mesma.

De acordo com José Paulo Giovanetti (2019, p.59) há três dimensões que estruturam a vida e suas relações com o outro e têm um impacto antropológico na

desorganização existencial do ser humano: *“a perda do sentido, destruição da interioridade e eclipse da alteridade”*.

O “ser” contemporâneo por vezes não tem encontrado resposta na razão do viver. As ações são repetitivas em excesso e sem resultado. O que talvez seja um indicativo da vivência para a exterioridade assim como a obscuridade, esvaziamento do reconhecimento do “eu”.

Algumas pessoas possuem a aridez da existência. Será que havia um projeto de vida inscrito no corpo, na memória do ser vivente? Quando ocorreu a primeira chuva, algumas letras ficaram meio apagadas e foram revestidas. O dia a dia é intenso com tantas imagens e afazeres para ser ou tentar ser a ponto de as gotas do esgotamento corroerem a alma. A ilusão ofusca o desamparo. Os olhos, as mãos mal conseguem se estender para o outro. O outro olha e não vê, não quer ver, ou não se deixa ver. Invisível isolamento que dentro de si não reflete nem de dia, nem de noite a própria sombra. Em volta tudo existe, há um vazio na alma. A lágrima ressecou os momentos líquidos que evaporaram. Uma tela luminosa se acende e o reflexo humano eclipsa. Respostas, possibilidades, escolhas são muitas apesar do mal-estar contemporâneo.

### 1.3 A alma cinza - adoecimento

É possível encontrar algumas vezes seres humanos andando pelas ruas pesados. Sim, a imagem do corpo remete a uma dificuldade de se carregar, é como arrastar algo pesado demais. Pode-se pensar que tudo está fora, mas está dentro do ser, na alma. Ao não se reconhecer como ser de possibilidades o ser humano depara com suas limitações. O que se apresenta ao seu redor pode parecer cinza como as cidades hoje em dia. O olhar transparece como a chuva que não pára de cair deixando a vista turva, opaca, podendo levar a sentir vazio, impotência, inércia, tristeza e adoecer o corpo e a alma.

Nem sempre se percebe que algo não está bem. Principalmente quando o “*check up*” não indica nenhuma anomalia corpórea. Porém, o corpo não responde aos impulsos mínimos disparados do cotidiano para seguir adiante. Há uma dor em existir. Por que resistir? Pode-se procurar, todavia não se vê. O corpo sinaliza através de reações como, os pés pesam e a respiração oscila entre a dificuldade de inspirar e expirar, uma ação mecânica, indicando talvez a pergunta por que existir? Depois um leve suspiro traz uma saudade de um tempo que agora não existe. Em seguida o coração dispara. É a ansiedade do agora que se faz presente e a preocupação do amanhã que ainda irá chegar.

Para muitas pessoas o mundo é apenas a vida cotidiana, o círculo vicioso sem a amplitude que vai para além das montanhas.

A estrada da vida de cada um é única e há momentos em que ao percorrê-la se depara com a posição de transeunte da estrada de “ser-no-mundo”. Tem-se uma identidade, características físicas, vivencia-se um mundo fantástico de possibilidades. E nesta estrada da vida ao deparar-se com um lago, já sedentos, ansiosos para o que pode acontecer, visualiza-se tal qual *Narciso*, nas águas límpidas de um poço uma imagem. Quando não a reconhecemos ou esquecemos da própria história precisamos buscar quem realmente somos para que nos caminhos da estrada não nos percamos ou até afoguemos na ilusão daquilo que pensamos ser.

Todos podem ter o direito a dúvida de quem se é. Influenciados pelo materialismo, algumas pessoas preocupam-se mais com o ter. Acumula-se uma caixa enorme de coisas desconexas. Possivelmente na intencionalidade de ser, o excesso quase transborda a realidade. Por vezes o momento presente, o “aqui-agora” tem o

objetivo de colocar o indivíduo diante da responsabilidade de suas ações e responsabiliza-lo. É um período complexo de aceitar as limitações, as possibilidades, abrir espaço no corpo e na alma para se autoconhecer.

O que há então de concreto? Pode-se pensar no sentimento de posse, na relação com o outro na foto ou hoje em dia na “*selfie*” em que expressa um momento congelado de nossa memória. Talvez nada disso, o concreto são as incertezas dos caminhos e dos riscos quando *Eros* se faz presente e torna a vida com variadas tonalidades ou quando visualiza *Sísifo* nas ações do cotidiano repetindo a mesma trajetória.

Qual o significado que se dá a vida? Será que há reflexão? Ao se deparar com uma situação limite é que poderá ser dado sentido ao que aparece. Yolanda Cintrão Forghieri escreve que “*só posso saber quem sou como ser humano, convivendo com meus semelhantes*” (1987, p.31) é certo dizer que para existir o ser em si deve, interiormente, conectar com a vida e com o outro. A palavra deste século é compartilhar a emoção, o sofrimento. Ter generosidade e gratidão, olhar para trás e não petrificar. A felicidade é um instante diferente para cada um. Os percalços da existência talvez tenham que ser compreendidos com generosidade, gratidão e sabedoria.

Desta forma, segundo Monique Augras, no livro “*O ser da compreensão*” (2008, p.21): “*Ser no mundo significa existir para si e para o mundo, não apenas o mundo da natureza, configurado em termos humanos, mas também, é claro, o mundo social em que o ser com os outros assegura a realidade no modo da coexistência*”.

Muitos dos adoecimentos que ocorrem na sociedade contemporânea, apresentam uma causalidade biológica, mas também uma causalidade psíquica. O corpo do ser humano é uma relação entre o interior com suas emoções e sentimentos e seu exterior expresso na linguagem e a cultura social com o outro. É na relação com o todo, com o mundo que o sujeito pode vir a adoecer. No sentido de sentir a vida pulsando atomizada que a doença pode chegar. Ela pede para se olhar, para se cuidar. Da mansidão ao grito de alerta os órgãos internos dizem que algo não vai bem. O descuido com o ser pode ocasionar uma doença psicossomática. Esta, que não quer ser removida, retirada, mas dizer algo que está inscrito dentro do ser e não há modo de se expressar. É uma dor que a medicina convencional com os recursos que possui demora a encontrar.

Fala-se muito da integração entre corpo e mente, para se ter uma vida saudável, porém o ser humano algumas vezes contém um estilo de vida incompatível com a realidade. Com qual intencionalidade o indivíduo dá sentido à sua existência? A resposta obviamente não será única, todavia o cotidiano nebuloso molda o corpo na intenção de se apresentar para o momento. O olhar do outro tem uma relevância e exprime um paradoxo entre a forma de perceber o próprio corpo. Corpo esse que tem a liberdade de escolha de ser quem é e poder de alguma forma transcender as possibilidades. A mente pode trazer o sentimento de vazio sobre este corpo que pressupõe que não fala. O corpo não é silencioso e se percebermos bem ele nos diz muito sobre o que somos. Temos uma corporeidade matéria e uma espiritual denominada essa por alguns como alma ou mente interior.

De acordo com Rose Mary Silva (2009):

“A intencionalidade, como práxis constitutiva de sentido, prolonga a noção de ser-em-situação, exprimindo que o homem não se seduz às determinações sofridas, está voltando para o mundo como vetor polarizante de sua existência. Ser corpo é projetar sentidos em vista a uma tarefa atual que exprime à existência humana um princípio de indeterminação. Esse corpo tem o poder de interrogar, pois ele é uma presença constante na vida do homem, ainda que seja ele considerado como exercício de uma faculdade a ser sistematizada”. (SILVA, 2009, p.63)

O adoecer ligado às emoções pode surgir de diversas formas, dentre elas através do sentir medo. O sentimento de vulnerabilidade de estar-no-mundo e não saber dar conta dele. A previsibilidade, dos acontecimentos cotidianos, pode não ser tão certos se não forem realmente vivenciados. As emoções não devem ser contidas e mesmo que tenham sido incoerentes o organismo pede que sejam soltas. Reconhecer a incoerência é uma virtude. Guardar ressentimentos causa doença.

Conforme Marco Aurélio Dias da Silva (2016, p.107), *“a necessidade de adoecer, relaciona-se a falta de amor a si mesmo, a incapacidade de exteriorizar emoções, a necessidade desesperada e vital de reconhecimento e da atenção do mundo exterior”*.

O corpo é também chamado de “*soma*”, e ao longo da vida a este, “*soma*” são agregados várias realidades e ilusões. Na busca por felicidades e na tentativa de compreender a existência, pode-se agregar mais os distúrbios orgânicos relacionados à ansiedade do ser e do *vir-à-ser*, advém, então, uma dor que aperta ao peito que não é nominada ou nem sequer sabe-se de onde vem a angústia ou então ocorre o colapso

invadindo o ser com um intenso torpor estacionando o devir preparando-o para descer os degraus da depressão.

Para Silva (2016), compreende-se que uma doença psicossomática seja:

“A incapacidade de comunicar com palavras os seus pensamentos faz com que essa pessoa “fale” com a “linguagem dos órgãos”, ou seja, o adoecer de determinado órgão é a forma inconsciente do indivíduo de proclamar seu sofrimento, por não conseguir fazê-lo de outra forma”. (Dias da Silva, 2016, p.89)

O bloqueio das afetividades pode causar dor desencadeando a falta de percepção de que o amor próprio quase não existe. Compreende-se que na modernidade há o culto ao outro e a efemeridade das relações. A deterioração do corpo no sentido de obter características associadas ao exterior dos envolvimento afetivos e não do reconhecimento interior, o compartilhar é percebido como líquido e se não dizer volátil.

Na clínica, o indivíduo, ao deparar-se com seu *devir*, entende que seu sentimento aponta para uma dor que não se sabe de onde surgiu. A farmacologia possui poções diversas, porém na alma não houve ainda como manipular algo que faça efeito e tenha rendimento efetivo. Sendo assim o sofrimento do corpo atinge a alma ou vice e versa e *estar-no-mundo* deixa de ter cor. O sujeito se torna cinza como as cidades contemporâneas, adoecendo diante das possibilidades do existir enquanto ser vivente.

#### 1.4 Nos porões da existência – o sentido da vida

Quando o indivíduo, seja ele quem for, abre o portão da vida e se dá conta da caminhada que tem no mundo, imprime em sua respiração uma ressonância que atinge o que há a sua volta. Dependendo do olhar, o que chamamos de fenômeno vai ocorrer no mesmo instante e várias emoções vão surgir trazendo à tona diversos sentimentos. Tais sentimentos bons ou ruins fazem parte da vida e um caminho para um *tornar a ser* ou para simplesmente um dia dizer “já vivenciei isto”.

Guarda-se tudo no baú da memória os afetos por pessoas e coisas. Retira-se de lá quando se quer o que fez bem ou mal dependendo da circunstância.

Como crianças, os adultos correm pela vida, esquecendo de si mesmos, devido as obrigações, responsabilidades e deixam de vivenciar o presente ou então faz com que ele fique registrado, como se diz hoje em dia, em uma “*selfie*”. Pode-se olhar mais adiante e lembrar que aquele momento foi marcante. E marcas são o que todos têm, porque sofremos na estrada da vida a influência de diversos sentimentos e nem sempre tão bons, todavia fazem parte desta caminhada para que nos tornemos realmente pessoas as quais afetados por alegrias ou tristezas deixaremos rolar sem vergonha por existir, uma lágrima.

Qual a atitude que se deve ter diante da vida? Fala-se no cotidiano que se deve ter gratidão, gentileza. Será que é este sentimento que reflete quando se olha no espelho? Talvez haja tons indesejados de perceber que existem como um dos sete pecados capitais mencionados por Dante Alighieri no livro *A Divina Comédia*, a inveja. Alguns autores dizem que há inveja boa e ruim, porém inveja é sempre inveja. Se ela afeta as pessoas o que ela significa? O que pode ser ressignificado através deste sentimento? Guardar ressentimentos seria como ter pedras nos bolsos para dificultar a caminhada.

Embora não seja fácil abrir o portão da vida, ter a liberdade de ser quem é, sem o olhar do outro é um desafio. Às vezes a sensibilidade aos afetos é tamanha que eles se tornam tóxicos. Penetram pelas veias como veneno, deixando turvo o olhar, impedindo a existência que se fecha para fora e para dentro tornando-se monocromático. Emílio Romero, 2001, define os afetos da seguinte forma:

“Os afetos circulam por todos os planos da existência, sem que haja um gesto, um olhar, uma lembrança, um propósito, que não delatem sequer em mínimo grau sua ressonância. Os afetos nos afetam ou melhor, os eventos que vivemos deixam em nós as marcas de sua passagem, imprimindo na pele de nossa memória mensagens que nos sensibilizam e muitas vezes comandam nossa vida; mensagens que raras vezes questionamos, pois as tomamos como simples verdades tiradas e ratificadas pela experiência. Não que sejam inconscientes, como costuma pensar muita gente; não, simplesmente são vividas como crenças, como sentimentos e atitudes. (...) Os sentimentos são os diversos modos de relação que mantemos com os objetos e pessoas significativas que caracterizam nossa vida”. (ROMERO, 2001 p.191-193)

Existem ainda lugares distantes da cidade grande em que as estradas são de terra. Quando se anda por estas vias nota-se a natureza ao redor. O olhar se torna amplo. E se houver sol e a necessidade se fizer presente a sombra de uma árvore refresca o corpo. É talvez nesses momentos de quietude e tranquilidade diante da maravilha da natureza que se pode indagar sobre a existência. O por que existir e tudo ao redor? Que fenômeno é este? A dúvida pode aparecer se não fosse as sensações como colocar a mão sobre o peito e verificar o bater do coração ou tocar o tronco da árvore e perceber com gratidão a proteção pela sombra. Então o que somos? Tereza Cristina Saldanha Erthal (1989), nos diz que:

“O ser humano é ao mesmo tempo interessante e extremamente paradoxal. É capaz de se descrever externamente para alguém, mas tem dúvidas quanto a sua própria identidade, comporta-se de um modo estranho sem mesmo saber o porquê de tal comportamento. “O que somos”? é a pergunta que define, de uma certa forma a maturidade pessoal. É o problema irremediável do significado da própria vida”. (ERTHAL, 1989, p.57)

Pode-se imaginar qualquer coisa, inclusive quem é. Às vezes, o mundo de fantasia imaginação é tão mais fácil que nos transportamos da realidade presente e deitamos no berço da ilusão. Na infância o “faz de conta” era o que aproximava as crianças da realidade. No mundo de possibilidades pode-se imaginar o que quiser e até mesmo concretizar o que se quer.

O desejo é algo que está dentro e não fora do ser, talvez diante da necessidade de sobreviver idealiza-se uma realidade impossível, acreditando que pode ser indestrutível, valoriza-se a futilidade e acumula-se camadas que nos faz perder de nós mesmos. Erthal (1990), afirma sobre a idealização que:

“A imagem do eu não inclui apenas as interpretações do que “eu sou”, mas também o que eu “desejo e devo ser”. A auto idealização geralmente implica numa autoglorificação e dá ao indivíduo a sensação

de um ser superior em comparação com as outras pessoas. Não se trata, no entanto, de um “endeusamento cego”. A imagem idealizada representa um acúmulo de inumeráveis aprendizagens, e de suas valorizações, efetuadas na mesma direção. É formada a partir de necessidades especiais e qualidades que o indivíduo dispõe.” (ERTHAL, 1989, p.62)

Qual o sentido da vida? A mídia vez por outra traz este questionamento. Com o advento tecnológico em que as informações chegam tão rapidamente em qualquer lugar, pode-se perceber que o ser humano está se deteriorando. As causas humanas em relação ao “eu” sobrepõe a harmonia da coletividade, a ecologia e a ética da existência. Ao se deparar com tantas atrocidades, que são inegavelmente uma forma de evolução, o indivíduo ainda não compreende seus propósitos. Sente-se por vezes frustrado, culpado se vendo na tragédia do dia a dia. O trágico é algo irreversível. Cabe refletir sobre a questão: será que na contemporaneidade busca-se sentido na impossibilidade de ser? Viktor Frankl, 1992, explica que:

“(...) o homem é um ser em incessante busca de sentido. No entanto, tal procura de sentido é precisamente algo que, na conjuntura social de hoje, cada vez mais é considerada frustrante. Essa frustração há de ser, não em último lugar, debitada à tríade trágica constituída (1) pelo sofrimento, (2) pela culpa e (3) pela morte. (...) como se pode dizer sim apesar de todos esses aspectos trágicos da existência humana”? (FRANKL, 1992, p.13)

É na estrada da humanidade que se pode ver o outro e ver a si mesmo. No entanto, para cada um o sentido da existência é único. Há que se ponderar que o ser é um ser em construção incessante. O humano não é pronto e acabado. As relações que ocorrem no tempo, espaço e com o outro colaboram para entender as possibilidades que se tem. E quando não se tem o outro tem-se a si mesmo. O descanso solitário ao pé da árvore é um encontro consigo é talvez a possibilidade de entender que a vida tem a cor que quisermos, pois é um propósito individual. É no parar para refletir, mesmo estando só, se sentido só ou até sem sentido para a vida, é à sombra da árvore interior que o ser pode se fazer presente. É também poder deixar uma brisa soprar no rosto para levar aquilo que deve ser esquecido. Estradas às vezes são poeirentas, quando chove as pegadas ficam marcadas, assim como os momentos de dor, sofrimento, alegrias fugazes. De qualquer forma o sol em algum momento surge, seca a lama e o vento se encarrega de soprar a poeira do tempo.

## 1.5 O olhar distante no horizonte – tristeza, vazio, tédio

Em alguns momentos da vida, o homem solitário é levado pela fé. Esta em que é depositada toda a energia em favor de um dogma eclesial, assemelhar a um mártir, se ver diante de jejuns e autoflagelos dos antigos cristãos como absolvição dos pecados, o conflito entre a razão de ser e a mão de Deus sobre o homem. É provável que dúvidas e as interrogações façam o homem questionar sobre seus passos.

Kierkegaard em *Temor e tremor* (1979), conta-nos a história de Abraão e seu filho Isaac. Um pai matar o único filho?! Que desígnios levam a figura paterna cometer tal ato? Em virtude da fé, religiosidade, costumes virtudes.

Abraão travou uma luta dentro de si próprio e pela fé, “Deus o punha a prova”. É eloquente questionar no íntimo mais profundo: quantas vezes duvidamos da certeza que nos apresenta? Temor a Deus ou reflexão diante de um ato insano? A contemporaneidade é atômica e pouco reflexiva *a posteriori*. É sabido que muitos chegam à idade de sabedoria como a de Abraão, diria que o tremor das mãos, dos movimentos e os olhos úmidos não vacilam a perseverança humana. No capítulo “Elogio à Abraão”, Kierkegaard reafirma que o homem busca uma certeza em sua existência.

Equilíbrio e conflito o que dizer desta tal dualidade que invade por vezes o âmago do ser humano? Kierkegaard ilustra em sua obra *O Desespero Humano* (1979), definindo este, em seu prefácio como “doença e não remédio”.

Pode-se pensar que um dos estados de solidão é a busca interior do “eu”. Quem em um determinado período da vida não se pergunta quem é? Respostas advindas do externo não suplantam o verdadeiro “eu” e sua historicidade. Kierkegaard (1979) nos diz que “o homem é uma síntese de infinito e finito, de temporal e de eterno, de liberdade e de necessidade, é, em suma uma síntese”. (KIERKEGAARD, 1979, p.195)

Procura-se, nega-se e encontra-se o “eu”, se aceita, eis a questão! No capítulo III, “O desespero é a doença mortal”, Kierkegaard (1979, p.200) diz que o desesperado quer ser ele próprio, quer desembaraçar o seu eu, mesmo sabendo que não poderia existir outro. Recolhe-se no eu do desejo e esquece-se do eu verdadeiro. O desespero pode apresentar-se terrível quando o ser se depara com o reflexo do verdadeiro eu,

para alguns pode ser como encontrar a personagem mitológica Medusa, olhar dentro de seus olhos e petrificar-se.

Embora seja complexo pode-se admitir que a solidão é um estado de desespero do eu, uma busca no aniquilamento do existir, por conseguinte um estado finito, estético, ilusório que necessita do outro. Ou então considera-se a solidão um estado não conflituoso, estável, de aceitação do eu com escolhas e possibilidades inovadoras em relação ao infinito, a ética.

O vazio não se vê, entra-se nele desesperadamente na procura de algo que não há fora do que se procura, mas dentro de quem não vê. É a queda mortificante no abismo nebuloso. No entanto, para Kierkegaard:

O desesperado é um doente de morte. Mais do que em nenhuma outra enfermidade, é o mais nobre do eu que nele é atacado pelo mal; mas o homem não pode morrer dela. A morte não é neste caso o termo da enfermidade: é um termo interminável. (...) O desesperado pode... Perder o seu eu, e perdê-lo tão completamente que não fiquem vestígios: de qualquer modo a eternidade fará revelar-se o desespero do seu estado, retê-lo no seu eu. E por que nos espantarmos deste rigor? Pois que ente eu, nosso ter, nosso ser, é ao mesmo tempo a suprema infinita concessão da eternidade ao homem e a garantia que tem sobre ele (KIERKEGAARD, 1979, p.201)

## 1.6 A surpresa de Pandora - culpa

Qual é o risco que o ser humano corre em sua existência? Se é um ser de possibilidades e escolhas pode-se viver o que se quiser. Existe uma cultura para isto? Sim e não porque sempre foi e é arriscado viver. É possível que em cada ser haja uma caixa bem guardada. A chave é o enigma de cada um. A caixa mencionada é a de *Pandora* dentro dela reside além de outros sentimentos a culpa.

Relembrando Bulfinch (2006), Pandora foi enviada pelos deuses aos humanos com um presente, uma caixa. Conforme a pintura de John William Waterhouse (1896), Pandora dotada de admirável beleza em meio a natureza, invadida pela curiosidade abre sorrateiramente a caixa para saber quais segredos lá continha.

A culpa pode ser real ou imaginária depende do quanto estamos conscientes de nossos atos. A história de cada um possui verdades que ajudarão a construir o ser. É verdade que se pode sabotar a alegria do momento por perceber que o medo ronda a casa interior e, desta forma, receosos de ser quem somos ou de estar onde estamos nos paralisamos, sem saber lidar com a verdade que não é própria, mas do outro.

A culpa é um outro sentimento que fragmenta o ser, que esfacela o íntimo com dor e sofrimento. Ela é um segredo guardado na caixa de *Pandora* que corrói a autoestima do indivíduo.

“A culpa pode ser um sentimento muito ameaçador. Algumas pessoas têm perturbações físicas, náuseas, tensão no corpo, compressão no peito ou dificuldade em respirar. Além disso, pode nos levar a destruir a autoestima, a duvidar de nossos instintos salutareis e a questionar nossas boas intenções. A culpa nos impede de enfrentar os próprios problemas e de suportar acusações falsas ou maus-tratos não merecidos. Quando sentimos culpa, podemos perder o sono, a fome. Dependendo de sua intensidade, podemos até mesmo tentar o suicídio”. (ENGEL; FERGUSON, 1992, p.51)

Nas cidades hoje em dia existem indivíduos cinzas desprovidos do sentido da vida, andam a esmo ou estão repletos de questões existenciais mal resolvidas. Sentem-se entediados pela organização exterior devido a confusão interior e a tristeza intermitente, caminham de ombros caídos olhando o asfalto cinza que reflete sua alma.

Lewis Engel e Tom Ferguson escrevem sobre crimes imaginários os quais somos levados a acreditar e assumir a culpa. Os acusadores são a própria consciência que em algum momento disparou o gatilho. Todavia, segundo os autores Engel e

Ferguson, 1992, p.52 “*infligimos sofrimento a nós mesmos para sermos as vítimas e não os culpados*”. Não podemos perceber tal atitude se alguém nos disser, pois tal circunstância é inconsciente e a revelação será dada através do *insight* de uma palavra ou da lembrança das ações em dado momento.

Um dos crimes imaginários que pode levar o sujeito ao isolamento é o de “*maldade básica*” que segundo Engel e Ferguson, 1992, p.93 define: “*Sentimo-nos angustiados porque nos consideramos inconvenientes, detestáveis, insignificantes, indignos de confiança, repugnantes ou sem valor. Não se trata de algo que fizemos ou deixamos de fazer, mas daquilo que somos*”.

A inscrição, de tais sentimentos, no íntimo do ser pode relacionar à vivência culpada de até então, a maneira como nos relacionamos com o mundo e conosco diz muito sobre a carga de culpa e de sentimentos inferiores que são introjetados.

A ansiedade e o medo são sinais de um despreparo para as adversidades que inegavelmente aparecem ao longo da vida. Em determinadas situações ter vergonha é bem comum, mas ela não deveria ser tóxica a ponto de fazer com que o sujeito se torne recluso. Vergonha da culpa. As falhas são necessárias para que o indivíduo perceba o quanto ainda é humano. É o que nos possibilita a reflexão dos atos.

Entretanto, um sentimento que encontra atrelado à culpa e a ansiedade é o medo. Aquele que paralisa. Para Engel e Ferguson, 1992, p.135, podemos “*ter medo de magoar os outros e cometer crimes imaginários ou ter medo de ser magoado, rejeitado, desonrado, explorado, humilhado ou agredido pelos outros*”.

Medard Boss, no livro *Angústia, culpa e libertação* (1981, p.26) relaciona a angústia ao medo (de que ou pelo que) e a culpa a alguém que requer uma dívida por algum motivo. Esta dívida que segundo Romero (2001, p.274) é caracterizada de duas formas. A primeira como “*culpa neurótica*”, sendo aquela que causa aflição ao sujeito, atormentando-o continuamente sempre acusando a falha sem solução. A outra é “*culpa existencial*” sendo a que colorida de tristeza encontra-se presente para mostrar através do arrependimento sem remédio “*pelo que poderia ter sido e não foi*”.

Temerosos em existir recuamos em nossa existência e da possibilidade de sermos felizes. A culpa é como uma adaga que perfura o ser na sua essência, pois ele a veste e a internaliza assumindo para si as dores e pesares que não suporta. Contudo tirar a veste da culpa e limpar-se não é algo tão fácil como abrir a torneira do chuveiro e deixar escoar pelo ralo aquilo que se tem por impuro.

Quem sabe perdoar-se e reconhecer como errante na estrada da vida? Temos liberdade para ser e escolher quem somos. Na nossa existência somos os mesmos desde a concepção? Na longa caminhada da vida, no jogo de palavras não seria melhor des-culpar, mas perdoar e ter autoconhecimento.

A noção de tempo e espaço neste século XXI esta escassa, pois o ontem foi rápido demais, o agora já passou e o daqui a pouco não se sabe se existirá. Pode-se pensar que há anos atrás nascia alguém, hoje se é adulto e há vida, a existência é finita, portanto o “Carpe Diem” é encontrar-se muitas vezes no abismo por não conseguir fazer tudo o que se quer.

## 1.7 O enigma de uma dor paradoxal - angústia

Ao ser lançado no mundo o ser humano dialoga com tudo que para ele existe. A referência é o outro. Para existir, na contemporaneidade o outro tem que validar a existência, seja através dos valores capitalistas ou do interesse que na relação alguém possua algo indispensável naquele momento. Quando há o esvaziamento da interação, o ser humano no desejo de saber porquê, torna um ser-em-si. Acometido pelo sofrimento em viver na liberdade e possibilidades em ser, deixa-se ferir. Como diria o poeta Luiz Vaz de Camões (1998), nos versos do soneto “Amor é fogo que arde sem se ver”, *“é ferida que dói e não se sente, é um contentamento descontente”*. A angústia se revela em meio ao paradoxo.

Sören Aabye Kierkegaard, foi um filósofo que nasceu no final do século XIX. Na biografia descrita no livro Kierkegaard em 90 minutos, de Paul Strathern, o autor explicita dois temas importantes sobre o modo de viver que são a ética e a estética.

De acordo com Strathern (1999, p.32) *“cada indivíduo tem oportunidade de fazer escolhas entre as duas. (...) Ao fazer a opção, o indivíduo deve aceitar inteira responsabilidade por suas ações, que caracterizarão toda a sua existência do modo mais fundamental”*.

É inegável perceber que neste século XXI as pessoas de diversas maneiras, possibilidades querem obter prazer. Mesmo que seja efêmero. A indústria em todos os setores e principalmente a farmacológica e a medicina prometem diversos resultados que alteram o exterior do indivíduo, mesmo que contenha riscos. São procedimentos invasivos que naquele momento resolve o prazer, o desejo e depois?

Para Strathern (1999, p.34) *“quando o indivíduo que vive a vida estética reflete sobre sua existência, logo percebe que lhe faltam certeza e significado. Tal percepção frequentemente leva ao desespero”*.

Neste mundo instantâneo, há o culto de representar o ser estético, padrão para o outro, são “selfies”, postagens, “personal” disto ou daquilo para tentar revelar o que poderia ser no íntimo e talvez ainda não seja. A causa é o desespero, a luta no turbilhão de emoções para se tentar viver.

Entretanto, a aparência não está ligada à ética, pois quando o indivíduo reflete sobre suas ações tentando se ressignificar interiormente na busca por respostas dos porquê da existência, ele estará sendo ético. Segundo Strathern (1999, p.37) “O

*indivíduo ético busca conhecer a si mesmo e tenta transformar-se em algo melhor – ele busca tornar-se um “eu ideal”.* É provável que não exista uma pureza no indivíduo do ser ético ou estético, há sim, uma dualidade no fluxo dessas intencionalidades.

Algumas pessoas confundem ansiedade com angustia. A primeira provém de um estado de expectativa do que está por vir, há uma certa excitação para a resolução dos acontecimentos. Já a angustia, que conforme Romero (2001) existem dois tipos a *“existencial e a sintomática”*. Sabendo que a angustia é uma condição humana e é dela que advém um dos aspectos da liberdade para decidir. No século passado *August Rodin* esculpiu uma obra famosa, *“o pensador”*. Uma das possibilidades de observar tal escultura é atentar pelo estado de dúvida, incerteza, distanciamento, solidão que ela expressa. É perceber a angustia por si só. Na temeridade do que está por vir, na incapacidade de resolver o enigma digladiava-se interiormente a pergunta: quem somos nós? Para Ana Maria Lopez Calvo de Feijoo (2000), no livro *a escuta e a fala em psicoterapia*, uma proposta fenomenológico-existencial diz que a angustia está relacionada à liberdade de escolha sendo:

“A angustia: realizada a escolha, sem dúvida, extingue-se uma possibilidade. A escolha como possibilidade fica intimamente relacionada com a angustia. A escolha está implicada em sua consequência, ainda que esteja alheia à liberdade. A consequência e respectiva responsabilidade que a angustia vai entrar em relação. (...) a angustia, quando chega ao ponto máximo, torna-se remorso.” (FEIJOO, 2000, p.67-68)

Os erros e acertos na vida são possibilidades para que possamos transcender em nossa existência, porém na tentativa de deixar de passar pelos processos de angustia, buscar o isolamento é meramente o espaço para adiar futuras frustrações.

Romero (2001) define:

“A angustia existencial sempre estimula o questionamento da situação originante da vivência e incita a procura de novos caminhos. Nesse sentido é criadora. (...) A angustia sintomática decorre de conflitos persistentes, que o indivíduo não consegue superar, e de experiências negativas que abalam a auto-estima do sujeito, colocando em questão sua segurança básica.” (ROMERO, 2001, p.163)

Que caminhos percorrer diante da dor da angustia que desponta e não passa? Talvez lembrar-se da máxima de Sócrates *“conheça a ti mesmo”* ou aceitar enquanto ser de falhas no *“dever”* em sociedade.

## 1.8 A melancolia acorda o vazio da alma e o luto dorme recolhido no ser

Adiante na caminhada da vida os passos apressados não são tão precisos, porém o olhar do movimento ao redor chama a atenção. Os transeuntes das grandes cidades não veem o espectro que anda com o olhar perdido sabe-se lá onde. A boca silenciada o que muito se falou ou do que deveria ser falado. Alguém que observa o espectro do transeunte poderá supor que o indivíduo sofre de algo que não se pode ver ou então é o cansaço devido as horas exaustivas de trabalho. Ora não precisa ser dito aquilo que não está inscrito na pele, está na alma.

Muitos autores dizem que as pessoas devem ser resilientes para superar as adversidades da vida e que tudo passa. Não é ausência de amor. Não é dor, não é tristeza. O sorriso ou o esboço do que foi não é de dentro para fora é, sim um disfarce para seguir em frente.

A melancolia acorda no vazio da alma. A rotina se faz presente preenchendo os espaços deteriorados. Os pensamentos repetem incessantemente a melodia dos momentos que não se quer esquecer. Não foram apenas momentos inesquecíveis é a vida que ainda resiste.

Diante do espelho tal qual a um filme o espectro depara-se com a ilusão. Só se pode ver aquilo que se quer ver. A textura não é a mesma, mas é como se o tempo tivesse parado. O perfume do frasco vazio ainda exala o odor para lembrar a memória. No luto tudo se encontra em seu devido lugar o vazio preenchido pela ausência, à espera do que se foi e não chegará. Na melancolia os nós foram desfeitos, romperam-se e esgarçados pelo tempo parecem líquidos na fluidez da vida.

Como acolher na clínica o sujeito que se encontra com uma fissura rompida semnexo de falta, de falha do desejo de ser? Quem sabe evitar o imediatismo e compreender o silêncio do encontro, a repetição e o monólogo de um tempo presente que não é este!

Jacques Hassoun, escreveu em seu livro “A crueldade melancólica” (2002) que:

“O melancólico não parece dispor de nenhuma outra memória além daquela da triste sorte que sofre. Os fragmentos erráticos de uma reminiscência seletiva parecem todos se ordenar em torno desse prejuízo cuja forma última é o sentimento de sofrer uma punição, e confinar o melancólico num universo glauco de não-vida e não-morte”. (HASSOUN, 2002, p.137)

Diante das perdas significativas várias emoções serão desencadeadas para a elaboração do luto: raiva, culpa, desesperança, negação, indiferença, imobilidade entre outros. Cada emoção terá seu momento e a vivência para que com elas dependerá da historicidade de cada um e do quão significativas foram. Tanto na melancolia quanto no luto o indivíduo se torna indiferente. David Le Breton em seu livro *Desaparecer de si – uma tentação contemporânea* (2018) explica que:

“O indiferente põe uma espécie de vidraça entre ele e o mundo, um muro invisível, para não ser atingido por um acontecimento ou por um personagem suscetível de extraí-lo das rotinas às quais prefere entregar-se. Ele abole o sentido da experiência para transformá-la em espetáculo, sem relação consigo. Não é nem atingido tampouco afetado pelos fatos que acontecem à sua volta. Os outros são mantidos a distância, neutralizados, deixam de ser um perigo ameaçando-o a engajar-se. O indivíduo se torna um estrangeiro aos que lhe são próximos. Está sem emoção, dor, sensação, medo, desejo; vive alhures, lá aonde nada o afeta, lá aonde nada o ameaça. A indiferença ao mundo e aos outros poupa qualquer investimento, mas expõe ao vazio.” (LE BRETON, 2018, p.39)

As palavras com sua força podem desenraizar ainda mais o enlutado. Na ânsia de tentar ajudar, amparar o desamparo frases como: “tudo vai passar!”, “você ainda se encontra dessa forma?” ou “você ainda está chorando?”. É possível que os que dizem isto são os incompreensíveis, aqueles desprovidos de sensibilidade ou empatia, ou talvez seja que ainda não passaram por tal situação.

Em dias nublados, com noite chuvosa, a tempestade imunda o rosto do melancólico ou do enlutado e o abrigo inexistente. Em desamparo e inquietação a repetição, a memória do instantâneo ausente. Cabe diferenciar que perder um objeto não é como perder um afeto humano. A solidão se faz presente no laço da angústia, com o vazio e o remorso. Remorso? Sim, pois a pergunta recorrente é: será que todas as possibilidades foram utilizadas? E se, é a condicionante que atormenta.

É no silêncio do encontro que o sol vai aquecer a alma em desolação, possivelmente na clínica.

O que importa? Saber que amanhã poderá ser melhor? Talvez não. Por sinal saber que hoje, apesar do vento que sopra pelas montanhas ainda sem conseguir vê-lo ou ouvi-lo, pode-se sentir a presença dele. Como desfazer do resto agriado, aquela lembrança quase apagada que ainda persiste. É incerto, embora ressignificar seja um caminho nessa condição humana que é um paradoxo.

## 1.9 O eclipse do ciclo da vida – tempo, envelhecimento, morte

Qual o significado do tempo no contexto da vida humana atual? A percepção que se tem é que o agora é mais importante. Há uma necessidade de que o imediato seja ele verdadeiro ou “fake” seja concretizado. Racionaliza-se depois. Sem notar o individualismo que impera dentro da coletividade. O tempo é uma dimensão estranha diante da vida, pois é intocável. Portanto é o ser humano que estabelece com a liberdade que possui as condições do escoar temporal. Que vida se quer viver? São escolhas. Mesmo que não a desejamos, somos nós, humanos que estabelecemos o tempo o interno e o externo. Cabe a cada um tentar entender o propósito para vivencia-lo.

Qual a perspectiva, o olhar que o indivíduo possui na divisão do tempo que a vida escorre? Os limites entre presente, passado e futuro podem parecer confusos na rigidez de concretizar as ações. O tempo é uma relação com o mundo e com as coisas. O modo como se vê as relações influenciam na fluidez do momento. Se ora encontra-se envolvido emocionalmente em algo e há prazer o tempo flui rapidamente, mas se há o arrastar na angustia de executar algo o tempo não passa. Pode-se procrastinar e assustar-se diante da frustração do não realizável.

Segundo Forghieri, (1987):

“Em nosso existir cotidiano imediato, vivenciamos o tempo como uma totalidade, que consiste num presente perene, abarcador, tanto do já acontecido como do que esperamos que venha a acontecer. Costumamos experienciar o nosso existir como um fluxo contínuo, decorrendo numa velocidade e intensidade que se alteram de acordo com a nossa maneira de vivenciar situações, que é sempre acompanhada de algum sentimento de agrado ou desagrado. (FORGHIERI, 1987, p.42-43)

Em que estação temporal encontram-se sintonizados os seres? É uma resposta subjetiva. Antigamente tudo era mais complexo, analógico, girava-se um botão na tentativa de acessar um canal que demorava a ser ajustado. Hoje em dia aperta-se um botão e a sintonia está realizada rapidamente.

Porém está sintonia rápida não é tão simples. A oscilação entre presente passado é uma constante na atualidade. Diante do ver, sentir, lembrar pode-se descortinar véus encobridores dotados de ambiguidades que revelam uma proximidade com a vivência atual. Esta subjetividade inerente ao ser instaura uma

perspectiva que ocorre no modo como o indivíduo se localiza no tempo e espaço para sobreviver no presente ou solucionar uma dúvida.

O filósofo Merleau Ponty, no livro *Fenomenologia da percepção* (1999, p. 557), esclarece que: “(...) *quando evoco um passado distante, eu reabro o tempo, me recoloco em um momento em que ele ainda comportava um horizonte de porvir hoje fechado, um horizonte de passado próximo hoje distante*”. Portanto, na divisão dos paralelos sob a perspectiva subjetiva de procurar ser que se tem a possibilidade de presentificar e reconhecer.

A maneira como a vida transcorre pode-se experimentar o doce sabor das realizações, o amargor do ainda não atingido e a percepção de que a indiferença o teor insofrito da existência é maior. Cada indivíduo possui uma intencionalidade nas realizações próprias e com os outros. Estar aberto a mudanças é por sinal perceber a transitoriedade da vida. A etimologia da palavra “envelhecer” pode ser traduzida como tornar velho o ser. Em várias sociedades e culturas valoriza-se mais este ou aquele no processo da existência, a criança, o jovem, o adulto e o velho. O espelho mostra o externo e nos revela que a matéria é efêmera. A tecnologia da atualidade tenta solucionar o enigma celular, para estabilizar, modificar talvez não o que faz sentido para o “eu” interior mas para o outro. As mentes tecnológicas do contemporâneo querem encontrar a fórmula do eterno, porém o poeta Vinícius de Moraes em um de seus versos no poema “soneto de fidelidade” escreve sobre o amor da seguinte forma: “mas que seja infinito enquanto dure”. O envelhecer também é subjetivo, apesar das dificuldades de acessibilidade, mobilidade, memória, não é perguntado ou expresso pelo indivíduo seja ela a criança, o jovem, adulto, o velho que se encontra por dentro de diversas camadas interiores. Talvez seja tão difícil responder diante da temeridade tensional do tempo que resta: Quem é você?

Para Augras (2008), em relação a velhice ela afirma que:

“A fase que mais chama a atenção liga-se ao envelhecimento; será a velhice decadência, ou sabedoria? Nessa apreciação, o juízo social entra em primeiro lugar. Em muitas sociedades, os anciãos são detentores do poder. Na cultura ocidental observa-se atualmente grande valorização da juventude, em torno do chamado “poder jovem”. (...) Afirma-se a experiência do velho, mas se cultua a aparência do jovem. Sabedoria e decadência são as duas faces da mesma moeda. (AUGRAS, 2008, p.33-34)

É possível que ao entardecer admirando a natureza, ou após um filme, ou a melodia de uma música encantadora na solidão dos pensamentos em qualquer idade

um sentimento arrebatador invade a alma com o questionamento sobre a existência e finitude desta. E então se dar conta que a morte se encontra na trajetória da vida. Torna-se para alguns angustia não saber o momento do desenlace e ansiedade para outros em viver o instante. No ciclo da vida a ordem dos acontecimentos necessariamente não ocorrem. O turbilhão dos afazeres cotidianos interfere na consciência do ser em si adiando os dilemas que envolvem as perdas. A morte é uma sombra a mais, sempre à espreita. Sabe-se que na tentativa de trazer um pouco de alento e sentido humano, muitas religiões expressam variadas concepções para o além-túmulo. É relevante ressaltar que uma das constituições humanas também é a espiritual. Sabe-se que na história da humanidade, o suicídio e a eutanásia, em algumas religiões não aceitam esse processo de finitude. As causas da eutanásia e do suicídio podem ser diversas, mas indagações podem ser feitas em relação ao indivíduo que comete a ação se por ventura no desatino do destino, desespero de não viver se propõe o fim? A condição humana possui a liberdade de escolhas e tais escolhas remetem a causas e efeitos sociais, culturais e subjetivos.

Sobre a temporalidade e finitude do ser Romero (2001) escreve:

“Distante da natureza, à medida que se torna autoconsciente, o homem permanece igualmente à distância de si mesmo, sem poder permanecer autoconsciente, pois está num perpetuo devir, sujeito à lei do tempo e da mudança. É um ser temporal e temporalizante, isto é, finito e ciente de sua finitude; tudo o que faz e lhe acontece revela sua finitude. O Dasein, ensina Heidegger, é um ser-para-a-morte”. (ROMERO, 2001, p.33)

Na temporalidade do ciclo da vida o isolamento é o reflexo do eclipse do paradoxo da vida e da morte.

## 2.0 A escuridão invade o vazio - depressão

De repente o fio que segura a vida começa a se desgastar e fica sustentado por uma linha tênue, quase invisível. E assim o indivíduo contemporâneo invadido pela multiplicidade de ocupações para dar conta caminha para o cansaço, fadiga de ser. Lentamente as sensações vão se desmanchando por quase completo. A comida preferida deixa de ter sabor. O perfume que remete o aconchego não tem odor. O aquecimento do sol sobre a pele ou a brisa fria do vento não atravessa a derme. As mãos e os braços esquecem o afago. A cor que os olhos viam hoje tonaliza apenas o acinzentado. As lágrimas secaram a tempestade, a boca silenciou o soluço seco e o coração bate baixinho para não ser percebido.

Atravessar o mar revolto da depressão não é tão fácil. Assim como aceitar o desalento. Ou até identificar onde começou a desmoronar os afetos. Conforme Le Breton (2018):

“A depressão sob suas diferentes formas implica remoer a perda. O indivíduo se encontra diante da dolorosa estranheza de sua existência, lançado para fora de si mesmo. Embora permanecendo a mesma pessoa, sente-se esvaziado de sua substância.

A depressão é uma depreciação, um relaxamento da tensão de ser si mesmo por abandono da luta, é deixar-se andar doloroso”. (LE BRETON, 2018, p.73)

Que sentido ou valor tem a vida? A ressonância do tentar significar a existência começa pela sociedade. Diante da liberdade de ser há a imposição de limites. Há a luta para sobreviver e a realidade assombrosa das desigualdades.

No mundo das aparências o ter e possuir significa pouco quando o indivíduo se reconhece, conscientizando de quem é no mundo. Porém nessa era tecnológica, virtual existe uma banalidade da morte. As vidas se vão no morrer constante por qualquer motivo. Há um aumento do feminicídio. Este ato contra a mulher ocorre devido a fragilidade que pretensamente se tem do sexo feminino? Estudos ainda não comprovaram. Porém há relatos que talvez seja devido as pessoas afirmarem que matam por amor. Há a temeridade de ficarem órfãos, abandonados na existência com a sensação de impossibilidade de ser quem são. Não é amor. É desamor consigo e com o outro.

A morte de alguém fragmenta as vidas. Vários sentimentos adentram o ser como: o ódio, a saudade torturante, a negação, a angustia. É neste processo que a pessoa pode desistir de si. Para Le Breton (2018):

“O luto é uma desistência parcial de si mesmo, um desaparecimento provisório e limitado, socialmente aceitável. Cortado da presença de um próximo ou de uma atividade à qual estava vinculado, o indivíduo é psiquicamente amputado dessa parte dele e tenta redefinir sua relação com o mundo lutando contra o sofrimento”. (LE BRETON, 2018, p.68)

O ciclo da depressão que se inicia de dentro para fora e pode ocasionar em tragédia. Tragédia são os acontecimentos vividos que não tem retorno.

Segundo Augras:

“(...) o passado não é imutável, pois o significado de um acontecimento se transforma juntamente com a história do indivíduo. O futuro também atua, enquanto esperança ou receio. Nessa perspectiva, não é o passado que determina o presente, nem este o futuro. Ao contrário, é o sentido da trajetória do ser que modifica a significação do passado e do presente”. (AUGRAS,2008, p, 31)

Que cuidado deve-se ter com o indivíduo que adentra a clínica carregado de subjetividade esfacelado na existência? Compreensão na história do próprio indivíduo que na trajetória e no tempo adequado irá juntar, colar os cacos que sobraram.

Muitas vezes o deprimido não se revela porque o seu interior não desvela. Porém o indivíduo descuidado de si sem suporte não suporta o abandono e se revolta sem ajuda tentando entender as causas. O espelho que reflete sua identidade trinca se perdendo na ilusão. A repetição do evento frustrado invade a alma, imobiliza diante do remorso e da condicionante “e se”, nesse momento a escuridão invade o vazio sem saída dentro do abismo.

Conforme Romero (2001):

“Os motivos para ficar deprimido nunca faltam na vida de uma pessoa. Contudo três motivos destacam-se. Depois de um fracasso ou após uma perda significativa – ou ainda pela simples constatação de uma impossibilidade ou limitação que põe fim a uma expectativa – nos acontece algo no campo anímico, algo que nos abate e provoca um sentimento de encolhimento e desânimo acentuado: é o que conhecemos com o nome de depressão reativa. Pode ser uma reação episódica e circunstancial ou acompanhar o sujeito por um tempo mais prolongado, mantendo a pessoa nesse estado por alguns meses. Pode ser leve ou intensa. Quando leve, permite a execução das obrigações e rotinas do sujeito; quando intensa, o indivíduo tende a paralisar-se, desligando-se de seus compromissos ou simplesmente descuidando-se deles. (ROMERO, 2001 p.266)

Na depressão seja em qualquer um dos processos citados por Emílio Romero o indivíduo tende ao isolamento adentrando no casulo do “eu” para metamorfosear ou não.

## 2.1 Desenlaces do ser - solidão

O indivíduo hipermoderno, super conectado está lançado na existência. São tantas identidades que tem que assumir na relação humana e virtual que chega um momento de saturação. Pode acontecer com qualquer ser humano no ciclo da vida. A inquietação dotada de questionamentos sobre a realidade e a ilusão criada pelos humanos para resistir dentro desse mundo aberto. É no vagar das horas do tempo que vai se desintegrando o acúmulo de certezas que não se tem mais. Existem várias possibilidades para o ser em si desprender do incomodo das relações. Muitas vezes o indivíduo sente-se queimado e com a ação do vento desintegra no ar sem recuperar o sentido de existir.

O andarilho é um solitário. É aquele que desprende de algum lugar e decidiu seguir uma caminhada até onde puder. É uma escolha sem relações quase nenhuma com o outro. Para alguns é assustador, causa medo, distanciamento é diferente. Esse indivíduo conta com a solidariedade humana, no silêncio das palavras, aceita ajuda, porém as palavras não têm sentido, pois o sol é que aquece a alma e a chuva lava seu corpo esquecido pelas longas estradas. O que procura? Talvez não caiba ao outro saber, e talvez nem mesmo o andarilho saiba porque apenas sente que deve ir.

Para Le Breton (2018):

“A individualização do sentido, ao libertar das tradições ou dos valores comuns, desvincula de toda autoridade. Cada um se torna seu próprio dono e só precisa prestar contas a si mesmo. O dismantelamento do vínculo social isola cada indivíduo e o entrega à sua liberdade, à fruição de sua autonomia ou, ao contrário, a seu sentimento de insuficiência, a seu fracasso pessoal”.  
(LE BRETON, 2018 p.9)

A modernidade para alguns indivíduos é carregada de um certo cansaço, esgotamento que no descontrolo da vivência cotidiana o faz querer desfazer-se dos vínculos que o afetam. Sendo o indivíduo dotado de liberdade para escolher é facultativo o isolamento. O adoecimento no mundo do trabalho levado pelo esgotamento é classificado como síndrome de “*Burnout*”. Sejam “*workholics*” ou não estressam na experiência de querer ser o existir. As férias ou os fármacos não são a solução, mas a consciência da necessidade de mudar de estilo de vida.

Percebe-se que alguns indivíduos perdidos nas múltiplas identidades e vínculos não conseguem identificar o significado da existência. Deparam com a incógnita do que é ser um para o outro ou ser um para si?

A perplexidade pode ocorrer diante da avassaladora multidão. Pode causar a fobia dos espaços cheios e, também poeticamente nos versos do soneto de Luís Vaz de Camões (1998), na obra *“Amor é fogo que arde sem se ver”* entender que “é andar solitário por entre a gente”.

A era tecnológica proporciona ao indivíduo o prazer de ter uma *“second life”*, através do aparelhamento virtual. Através de *“avatars”*, imagens e nomes diferentes do indivíduo em que a pessoa se esconde, não se revela totalmente, se isola na ilusão de interação máquina-humano, tornando-o distante da vida que pulsa, ocasionando uma doença moderna ligada a ciber-dependência. A ciber-dependência afeta o indivíduo que fica plugado na internet muitas horas

Uma vida fragmentada começa a romper os laços dentro do ser. O externo vai-se apagando quando há uma certa despreocupação com o interno. O “eu” importa pouco ou quase nada. O que se interpõe diante do outro é uma máscara. No desfazer de si a energia vital não ressoa movimentos, palavras, ações. É como um estado zen, de quietude de silêncio. Existe um silêncio duradouro entre os espaços vazios, uma tristeza transformadora do ambiente e de si, o riso pelos cantos da boca o olhar que vê o nada. O que aquece realmente o ser é o refúgio dentro de si mesmo, pois o corpo é pesado, difícil de locomover. Por vezes a aparência encolhida, recolhida remete ao casulo que irá metamorfosear. Pode ser ou não ir para a morte, mas dar um tempo para entender-se. Nessas horas de encobrimento que o tempo parece não passar.

Segundo Le Breton (2018):

“O indivíduo nunca encontra seu lugar no mundo, sente-se diferente e pouco afetado pelos movimentos à sua volta. Imerso em um exílio interior, subtraído da sociabilidade mesmo que aceite participar dela de forma mínima, está separado do universo dos outros e existe em seu próprio mundo. O peso da individualização, a necessidade de sempre se esforçar para ser si mesmo e de produzir as aparências de uma presença no seio da sociabilidade estão sempre ameaçados pela depressão e por uma forma discreta de “impersonalização”, que consiste em não mais se prestar à comédia da disponibilidade para os outros e ocupar um ângulo morto no seio da sociabilidade. (LE BRETON, 2018, p.33)

Como algo que desmancha nas mãos, assim são os afetos na solidão da indiferença que sem sentido, inconsistência escoam nos abraços frios do encontro. Se alguém pergunta “como vai”?, tem-se nos ouvidos a como resposta a palavra “igual”.

Igual ao estado que foi fixado pelo indivíduo. Lembrando o filósofo da antiguidade Heráclito “um rio não passa duas vezes no mesmo lugar”, assim somos nós como seres saudáveis ou adoecidos com o passar do tempo, que é relativo para cada um, interna ou externamente não somos os mesmos sendo que ainda vivemos.

Ao adentrar no vazio da existência, caminhado na linha tênue entre o abismo e o ser uma das características ainda não comprovadas pela ciência acontece. A invisibilidade. Distante do fluxo da existência ao redor no silêncio de ser, indiferente a tudo o indivíduo passa imperceptível ao outro, pois desmanchado de sentido não se faz presente.

Cabe ressaltar que não é apenas no estado solitário que o indivíduo transmuta para a invisibilidade existem profissões, lugares ou por questões étnicas que os indivíduos não são notados porque o outro não quer notar em atitude preconceituosa e segregadora.

A solidão pode surgir do sentimento de não pertença ao lugar, a sociedade. A falta de cuidado e a perda do afeto instaura a necessidade de desaparecer. Desaparecer não quer dizer morrer. Os ligamentos estão desgastados. É como se o indivíduo se visse fora de si, na perspectiva de um outro que observa notando ao redor o vazio, o rompimento do chão e a queda no abismo.

Os momentos de retirada de si, possui um aspecto positivo que é o fortalecimento do autoconhecimento. O negativo é o descuidar-se do afeto por si mesmo e desintegrar.

No ano de 2020 a partir do mês de março diversos países do mundo inteiro vivenciam um isolamento compulsório das pessoas devido a um vírus que eclodiu em uma cidade da China. O vírus nomeado de Corona-vírus ou Covid-19 é transmitido de pessoa a pessoa e causa sintomas parecidos a uma gripe que pode evoluir a uma pneumonia grave, causando a morte. O grupo de risco são os idosos e as pessoas com diabetes, problemas respiratórios, pressão alta e com baixa imunidade, conforme dados da OMS (Organização Mundial de Saúde). As pessoas encontram-se reclusas em suas casas, com medidas restritivas com o isolamento social. A reflexão que é feita refere-se ao impacto que a imobilidade causará no grupo de risco e nas pessoas propensas a não resistir a falta de contato. A tecnologia, a mídia ajudará até certo ponto. Entretanto, os que não se enquadram no grupo de risco podem acessar aos serviços essenciais terão medo de se contaminar pelo simples fato de dividir o espaço com o outro?

O século XXI apesar de todas as inovações tecnológicas e científicas mostra que o ser humano ainda é vulnerável, como será para sanar o problema da pandemia? E depois a continuidade desse mundo se apresentará como? Além das doenças psicossomáticas, da somatização da higienização controlada, dos afetos e egos rompidos, da desconfiança, do luto, da culpa. O que se espera na mudança de paradigma?

Mesmo com o advento da cura, pois é algo externo interferindo no interior que leva algumas nações do desespero a esperança. E esta esperança é uma metamorfose.

O solitário aprendeu a conviver de certa forma com a reclusão. Os estados melancólicos e de falta de afeto recíproco não o afetam tanto. Porém é possível após a fase da pandemia haver adoecimentos com sintomas de medo, do contato, de aglomerações, taxas elevadas de morte por isolamento, aumento de aconselhamentos e psicoterapias nas clínicas além do paradigma da sociedade atual transformado.

Mudança. Qual é o olhar que se deve ter: para o presente ou o futuro? De que perspectiva se deve olhar de fora para dentro ou de dentro para fora? Como lidar com a liberdade para escolher? Como desenvolver as potencialidades que cada um possui?

A condição humana tem um forte aliado que é a possibilidade de em situações extremas poder se adaptar e dar um novo sentido a existência através da empatia e da resiliência. Nos desenlaces do ser para evitar o abismo deve-se ter consciência do que é ser. A solidão não possui apenas o sentido negativo ela proporciona também no processo de metamorfose o autoconhecimento. Nesse sentido a história, o contexto, a disponibilidade para a mudança, o que aparece diante do ser faz toda a diferença.

## Considerações finais

O objetivo deste trabalho foi trazer questionamentos que atravessam a modernidade. Foi através de um dos aspectos que a condição humana carece de um olhar que se fez este. Não coube trazer soluções, pois não há. Cada ser humano em sua individualidade é o que tem de ser. Humanos dotados de falhas sofremos na felicidade de existir.

Presentes dos deuses ou não carregamos uma caixa sagrada que se encontra esquecida em algum lugar na existência. Como Pandora, abrir a caixa é surpreender-se do quanto a vida torna quem somos na ilusão dos sentimentos que guardamos. Aceitar o inesperado não é fácil assim como pensar que poderia ter sido feito algo melhor. Porém como no senso comum é dito “o que está feito não está por fazer”. A culpa talvez seja uma carga muito pesada a se carregar, possivelmente entre todas as probabilidades é refletir sobre qual foi a intencionalidade da ação. Aceitar ou rejeitar cabe a cada um.

Há um outro dito popular que é “a dor que dói em mim não dói em ti”. É bem verdade, pois não se pode mensurar a dor de alguém, o labirinto da alma se torna um enigma no momento em que o código, o DNA não pode ser sequenciado. A noção de irreversibilidade é tal qual uma espiral de fatos encadeados no vácuo do existir. A melancolia se torna patética por estar na trinca de ser, porém no rompimento da trinca do escuro luto vazio, na solidão dos espaços vazios, no falsear dos pés a queda do abismo convida a tragédia do ser em si e para os outros ao redor.

As marcas transmitem histórias que a poeira do esquecimento não apaga. A vida eclipsa no tempo perdido. A bússola interior não sabe para onde vai. Tormenta, desespero, recolhimento e a certeza da finitude. Seja como for o suspirar é único, não tem hora marcada.

Na tentativa de desaparecer de si, o que resta?! O aniquilamento da existência pode ter as razões de acontecer? E as emoções? Afetos desfeitos. A indiferença desfaz os nós da ilusão mascarada do dia que se tornou noite. O silêncio é o desejo do frio das horas que o vento sopra para o olhar distante. Palavras são para ouvir do vento a compreensão é a terapia da alma.

A percepção pode ser uma ilusão o modo como se vê o prisma da alma não há uma precisão, devido as subjetividades. O indivíduo pode se tornar invisível por vários

fatores da perda dos afetos à segregação social, da tristeza angustiante ao adoecimento levando à depressão. As pessoas na modernidade encontram-se vulneráveis diante do espelho que reflete a ilusão de ser.

Finaliza-se este trabalho através da linguagem poética que as palavras podem permitir à luz da psicologia. Na possibilidade do encontro que o terapeuta pode realizar com o outro.

Conforme a máxima de Heráclito “um rio não passa duas vezes no mesmo lugar”. Assim somos nós, não somos os mesmos, estamos em constante mutação. Talvez seja através do autoconhecimento que o opaco tornará o brilho do olhar. Mesmo na escuridão diante da queda em perceber os projetos de vida aniquilados, com uma cegueira momentânea indicando impossibilidades pode-se tatear e encontrar uma saída. A realidade permeada de violência ou não mostrará o espelho das águas em que *Narciso* viu refletida sua imagem deixando de refletir a ilusão e mostrando a imperfeição como enigma a ser decifrado no mundo nem tão perfeito.

A depressão é um mal contemporâneo, uma dor sem compartilhamento que faz a respiração humana ser difícil, na luta de ser quem quase já não é, com uma vida sem *Eros*, sem cor propensa a invisibilidade.

Na possibilidade de tentar ser descobre-se na angustia o que na verdade não é. O inexorável tempo atormenta o resultado das expectativas afirmando que as escolhas são desafiadoras e incertas, contudo mostrando que a vida continua no doce prazer efêmero de viver as delícias do agora sem pensar nos efeitos, no amargor do passado inesquecível de lembranças e do amanhã de sensações inesperadas.

Aprender a conviver consigo mesmo é perceber que o silêncio da alma é instigante. E por um instante se olharmos em volta podemos perceber o acúmulo de matéria que satisfaz, porém, apesar de tudo ter, tentar ser a alma poderá encontrar o sinistro vazio.

Na caminhada da vida os enlaces ficam perdidos na memória tal qual algodão desprendidos dos galhos da árvore pelo vento levando-os ao ar, suspensos, esfacelados no vazio do espaço circundante.

Enfim, o sentido da vida encontra-se na dor paradoxal de existir, nos fragmentos que não se desintegraram, nas trincas que se romperam no convívio consigo mesmo, nos enlaces esfacelados no vazio da existência.

### Referências bibliográficas –

ANGERAMI, Valdemar Augusto – Solidão – A ausência do outro – Belo Horizonte: Artesã, 2017.

ARENDDT, Hanna- Da Violência – <http://www.sabotagem.revolt.org>.71 p.

AUGRAS, Monique – O ser da compreensão – Fenomenologia da situação de Psicodiagnóstico- 12ª ed. Petrópolis: Vozes, 2008 96p.

BAUMAN, Zigmunt. *Tempos líquidos*. Tradução: Carlos Alberto Medeiros. Rio de Janeiro: Zahar, 2007. 115p.

BIRMAN, Joel – Arquivos do Mal-Estar e da Resistência – Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2006. P.171 -195.

BOSS, Medard – Angústia, culpa e libertação: ensaios de psicanálise existencial. Tradução de Bárbara Spanoudis. 3ª ed. São Paulo: Duas Cidades, 1981.

BULFINCH, Thomas – O livro de ouro da mitologia: histórias de deuses e heróis. Tradução: David Jardim. Rio de Janeiro: Ediouro, 2006.

CADORE, Luís Agostinho – Curso prático de português. 7ª ed. São Paulo: Ática. P.120 e 453-54.

CARROLL, Lewis – As aventuras de Alice no País das Maravilhas – Condensado e adaptado por Tony Ross – Tradução de: Ricardo Gouveia – 1ª ed. São Paulo: Martins Fontes, 2002.

ENGEL, Lewis; FERGUSON, Tom. Crimes imaginários – Por que nos punimos e como interromper esse processo. Tradução: Monica Fuchs. São Paulo: Nobel, 1992. p.230

ERTHAL, Tereza Cristina Saldanha – Terapia Vivencial – uma abordagem existencial em psicoterapia. Petrópolis, RJ: Vozes, 1989. p 57 - 67.

ERTHAL, Tereza Cristina Saldanha – Trilogia da Existência – teoria e prática da psicoterapia vivencial – Curitiba: Appris, 2013.

FEIJOO, Ana Maria Lopez Calvo de - A escuta e a fala em psicoterapia – uma proposta fenomenológico-existencial – São Paulo: Vetor, 2000.

FORGHIERI, Yolanda Cintrão – Psicologia Fenomenológica – fundamentos, método e pesquisas – São Paulo: Pioneira, 1987.

FRANKL, Victor – Dar sentido à vida – A logoterapia de Victor Frankl – Frankl at al: Argumentos em favor de um otimismo trágico. Petrópolis, RJ: Vozes, 1992. p 13 - 31.

GIOVANETTI, José Paulo – O adoecimento existencial no século XXI – In: Sofrimento Humano e Cuidado Terapêutico. Organização de: José Paulo Giovanetti e Cláudia Lins Cardoso. Belo Horizonte: Artesã, 2019. p. 47-74

HAN, Byung-Chul. Agonia do Eros; Tradução: Ênio Paulo Giachini – Petrópolis, Rio de Janeiro: Vozes, 2017.

HAN, Byung-Chul. Sociedade da Transparência; Tradução: Ênio Paulo Giachini – Petrópolis, Rio de Janeiro: Vozes, 2017.

HAN, Byung-Chul. Sociedade do Cansaço; Tradução: Ênio Paulo Giachini – 2ª ed. Petrópolis, Rio de Janeiro: Vozes, 2017.

HASSOUN, Jacques. A Crueldade melancólica – tradução: Renato Aguiar. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2002.

KIERKEGAARD, Sören AAbye. O desespero humano. In: *Os Pensadores*. Tradução: Adolfo Casais Monteiro. São Paulo: Abril Cultural, 1979. p.190-207

KIERKEGAARD, Sören AAbye. Temor e tremor. In: *Os Pensadores*. Tradução: Maria José Marinho. São Paulo: Abril Cultural, 1979. p.109-140

LARAIA, Roque de Barros – Cultura – Um Conceito Antropológico – 12ª ed. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Editor, 1997. p.69 -81.

LE BRETON, David. Desaparecer de si – uma tentação contemporânea – tradução: Francisco Morás. Petrópolis, Rio de Janeiro: Vozes, 2018.

MAGNABOSCO, Maria Madalena – Psicopatologia fenomenológica: expressões contemporâneas da depressão – In: Fenomenologia e Psicologia Clínica. Organização de: José Paulo Giovanetti. Belo Horizonte: Artesã, 2018. p. 135-156.

MERLAU-PONTY, Maurice – Fenomenologia da percepção. Tradução: Carlos Alberto Ribeiro de Moura. 2ª ed. São Paulo: Martins Fontes, 1999. p. 549 -580 .

ROMERO, Emílio – Neogênese: o desenvolvimento pessoal mediante a psicoterapia – 2ª ed. São José dos Campos: Novos Horizontes Editora, 2001. p. 191-206.

ROMERO, Emílio – O Inquilino do Imaginário: Formas de alienação e psicopatologia. – 3ª ed. São Paulo: Lemos Editorial, 2001.

SILVA, Marco Aurélio Dias da – Quem ama não adocece – 44ª ed. Rio de Janeiro: BestSeller, 2016.

SILVA, Rose Mary Costa Rosa Andrade Silva – O conceito de Corpo em Merleau-Ponty como Tentativa de Superação do Dualismo Psicofísico – In: Psicossomática no cuidado em saúde – Atitude Transdisciplinar. Organização de: Enéas Rangel Teixeira – São Caetano do Sul, SP: Yendis Editora, 2009. p.31-67

STRATHERN, Paul – Kierkegaard em 90 minutos – Tradução de: Marcus Penchel. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1999.