

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

Adriana Diniz Meirelles

**A CONTEMPORANEIDADE E O NÃO SABER DE SI MESMO**

BELO HORIZONTE  
2021

Adriana Diniz Meirelles

## **A CONTEMPORANEIDADE E O NÃO SABER DE SI MESMO**

Monografia de especialização apresentada à Faculdade de Filosofia e Ciências Humanas da Universidade Federal de Minas Gerais, como requisito parcial para obtenção do título de Especialista em Psicologia Clínica.

Orientador: Paulo José Giovanetti

BELO HORIZONTE  
2021

150	Meirelles, Adriana Diniz.
M514c	A contemporaneidade e o não saber de si mesmo [recurso eletrônico] / Adriana Diniz Meirelles. - 2021.
2021	1 recurso online (42 f.) : pdf
	Orientador: Paulo José 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.Psicologia existencial. 2.Doentes - Psicologia.
	I.Giovanetti, Paulo José . II. Universidade Federal de Minas Gerais. Faculdade de Filosofia e Ciências Humanas. III. .



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  
A CONTEMPORANEIDADE E O NÃO SABER DE SI MESMO

ADRIANA DINIZ MEIRELLES

monografia defendida e aprovada, no dia seis de agosto de 2021, 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

Paulo Eduardo Rodrigues Alves Evangelista  
FAFICH/UFMG

Belo Horizonte, 25 de novembro de 2021.

Profª. Drª. Claudia Lins Cardoso

Coordenadora do Curso



Documento assinado eletronicamente por **Valteir Gonçalves Ribeiro, Chefe de seção**, em 25/11/2021, às 10:10, 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 30/11/2021, às 17:26, 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 **1104706** e o código CRC **55A5AD07**.

A todas as pessoas que vierem a ler estas  
singelas páginas.

## **AGRADECIMENTOS**

À professora Ana Maria Mattos.

A Fernando Emílio e Paulo Murilo.

Aos colegas de turma.

Ao meu Orientador José Paulo Giovanetti e ao professor convidado Paulo Eduardo R. A. Evangelista.

Aos professores, por compartilharem seus saberes de forma, muitas vezes, a nos levarem aos prantos, aos risos e ao estado de silêncio.

E a este Universo, esplendoroso, que ao olharmos para ele, lembramos de quem nós somos.

## RESUMO

Percebemos diversos adoecimentos no âmbito da clínica psicológica e isto nos pareceu ter relação com a forma de viver a contemporaneidade. Fenomenológico-existencialmente temos a possibilidade de observar o fenômeno da vida para esclarecer determinadas percepções que nos levam a crer que o mundo atual faz com que não saibamos de nós. Diante disso, tivemos como objetivo buscar entender se a contemporaneidade estaria influenciando no não saber de si e quais impactos ela teria sobre este si mesmo. Para tanto, desenvolvemos uma pesquisa bibliográfica com base na fenomenologia-existencial, tendo como principais autores Agamben (2009), Giovanetti (2005, 2015, 2017, 2019), Le Breton (2018) e Winnicott (1999, 2005). Concluímos que a sociedade tem enfrentado diversas formas de adoecimento a partir de certas características da contemporaneidade, como o capitalismo, a tecnologia, o imediatismo, falta de alteridade, entre outras e isto atravessa o indivíduo gerando um *Não Sei*, ou seja, um não saber de si mesmo. Esta situação convida, a nós profissionais da psicologia, a estarmos atentos ao contexto sócio-histórico que influencia o existir do indivíduo, auxiliando-o no encontro consigo mesmo, com sua autenticidade.

**Palavras-chave:** fenomenologia-existencial; adoecimento; contemporaneidade; tornar-se si mesmo.

## **ABSTRACT**

We noticed several illnesses within the scope of the psychological clinic and this seemed to be related to the way of living in contemporaneity. Phenomenologically-existentially, we have the possibility of observing the phenomenon of life to clarify certain perceptions that lead us to believe that the current world makes us not know about ourselves. Therefore, our objective was to seek to understand if contemporaneity would be influencing the not knowing about oneself and what impacts it would have on this oneself. Therefore, we developed bibliographic research based on existential phenomenology, having as main authors Agamben (2009), Giovanetti (2005, 2015, 2017, 2019), Le Breton (2018), and Winnicott (1999, 2005). We conclude that society has faced different forms of illness based on certain characteristics of contemporaneity, such as capitalism, technology, immediacy, lack of otherness, among others, and this crosses the individual, generating a Don't Know, that is, a not knowing from yourself. This situation invites us, psychology professionals, to be aware of the socio-historical context that influences the individual's existence, helping them to encounter themselves with their authenticity.

**Keywords:** existential-phenomenology; illness; contemporaneity; become yourself.

## SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO.....	09
2	A CONTEMPORANEIDADE.....	11
3	O QUE É O SER SI MESMO.....	20
4	O IMPACTO DA CONTEMPORANEIDADE NO SER SI MESMO.....	30
5	CONCLUSÃO.....	40
	REFERÊNCIAS.....	42

## 1 INTRODUÇÃO

Vocês encontrarão, neste trabalho, não apenas citações, mas um pouco da minha intimidade expressada por alguns exemplos vividos no passado e no presente, ao mesmo tempo em que este texto me projeta para o futuro.

O problema de pesquisa surge a partir da reflexão sobre a forma com que se vive na contemporaneidade e se esta, influenciaria no ser si mesmo. Forma que se caracteriza pela vida tão acelerada, pela motivação constante de se consumir, pelo modo de se relacionar com o outro tão distantemente, ao mesmo tempo em que se vive contatos tão intensos com as mídias sociais e em que o viver das sensações prazerosas e das respostas imediatas a tudo não nos permite tempo para pensarmos sobre a existência, ou melhor, sobre o nosso existir.

Diante desta forma de viver tem-se surgido diversos adoecimentos existenciais, muitas vezes desconsiderados pela clínica, pela sociedade. Este trabalho tentará contribuir para um melhor entendimento sobre o como se vive e o possível desdobrar deste viver.

O objetivo deste trabalho foi buscar entender se a contemporaneidade estaria influenciando no não saber de si mesmo e quais impactos ela teria sobre este si mesmo. Este objetivo surge em virtude da minha experiência clínica ao escutar de diversas pessoas, durante o encontro terapêutico, a seguinte expressão: *Não sei*, bem como questionamentos de colegas de profissão sobre este não saber em suas clínicas, que aquele que nos procura apresenta. Isto se dá quando nos encontros psicoterapêuticos nossos clientes, muitas vezes, emaranhados com seu sofrimento existencial, não conseguem falar de si, não conseguem ter as percepções, sensações ou mesmo a consciência necessária para o seu vir a ser.

Gostaria, inicialmente, de salientar que não houve, neste texto, pretensão em discursar sobre as diferenças entre modernidade, pós-modernidade e outras nomenclaturas, discussão esta ainda existente entre os próprios pensadores. O objetivo aqui é apenas pensar o funcionamento dos últimos 50, 30 anos para que possamos traçar um entendimento do que é a contemporaneidade, de como ela pode influenciar toda esta forma de ser no mundo, sobre o sofrimento que se apresenta hoje em nossos consultórios e, por que não, vislumbrarmos um horizonte da nossa atuação, enquanto psicólogos, diante de possíveis outros sofrimentos ainda não

manifestos, mas que diante da condução da forma de ser e estar na vida hoje, podem surgir.

Obviamente, este trabalho não se esgota, nem mesmo se aproxima de qualquer verdade imposta como absoluta. Ele se apresenta como uma possibilidade de se pensar a forma de ser e estar no mundo nos últimos anos, nossa responsabilidade sobre este estar e o que faremos com isto.

Esta é uma pesquisa bibliográfica que tomou como base a abordagem fenomenológico-existencial. Assim, buscamos alguns autores que pudessem iluminar o nosso trajeto por meio de seus conceitos e estudos sobre o tema. São eles: Giorgio Agamben, com sua visão sobre o que é o contemporâneo, David Le Breton, por se aprofundar no distanciar-se do si mesmo, José Paulo Giovanetti, por demonstrar os adoecimentos na contemporaneidade e Donald Woods Winnicott, pela sua teoria do desenvolvimento em que o si mesmo começa a se constituir.

Destarte, elaboramos este trabalho em três capítulos. No primeiro, buscamos entender o que é contemporaneidade e suas características, no segundo, fomos ao encontro do que é o ser si mesmo e no terceiro, analisamos o impacto da contemporaneidade neste si mesmo e possíveis adoecimentos como consequência.

## 2 A CONTEMPORANEIDADE

“[...] o que fazemos em vida,  
 ecoa na eternidade.”.  
 (Maximus – O Gladiador)

Um dia conversando sobre o que é ser contemporâneo e a forma com que o homem vem escolhendo, já há alguns anos, para viver sua dimensão existencial, um amigo trouxe uma fala sobre a contemporaneidade que me chamou a atenção pela nuance poética. Ele trouxe um céu onde o brilhar de uma estrela é o que nos chama a atenção, mas que seria para a parte escura dele que deveríamos olhar. Ele falava de Giorgio Agamben.

Uma das reflexões de Agamben (2009) diz que ser contemporâneo é sair desta luz que se projeta pelo universo até nós e olhar na escuridão. Fiquei pensando sobre por quanto tempo uma estrela que explodiu, morreu, leva projetando-se pelo universo até chegar à visão de nós terráqueos, como consequência de um fenômeno há muito tempo acontecido e desta escuridão entre elas que fala de tantos outros fenômenos que ainda não vemos.

Giorgio Agamben (2009) em seu livro intitulado *O que é o contemporâneo? e outros ensaios*, reflete sobre uma colocação de Nietzsche acerca da contemporaneidade e nos diz que ela

[...] é uma singular relação com o próprio tempo, que adere a este e, ao mesmo tempo, dele toma distâncias; [...] Aqueles que coincidem muito plenamente com a época, que em todos os aspectos a esta aderem perfeitamente, não são contemporâneos porque, exatamente por isso, não conseguem vê-la, não podem manter fixo o olhar sobre elas (AGAMBEN, 2009, p. 59).

Buscando uma compreensão deste olhar, para que se seja contemporâneo é preciso que se saia da cegueira da cotidianidade, de repetir padrões socioculturais, entrando no espaço tempo que envolve o passado e presente, mas que permite o lançar-se, o projetar-se para o futuro, para o desdobramento possível do que o aqui e agora está proporcionando existencialmente, ampliando uma visão do fenômeno.

[...] esse escuro não é uma forma de inércia ou de passividade, mas implica uma atividade e uma habilidade particular que, no nosso caso, equivalem a neutralizar as luzes que provêm da época para descobrir as suas trevas, o seu escuro especial, que não é, no entanto, separável daquelas luzes (AGAMBEN, 2009, p. 63).

Vivemos o presente na dimensão de executar aquilo que nos cabe social e culturalmente, envolvendo-nos na rotina, nos afazeres, nas obrigações, nas conquistas a que somos conduzidos a alcançar.

Não há um convite para uma contemplação, para uma reflexão sobre este viver. Assim, as possíveis consequências de tudo o que vivemos hoje, seja de forma privada ou coletiva, como por exemplo o imediatismo, o consumismo, o hedonismo etc., estariam neste ponto cego, ou melhor, nesta luz que nos alcança com muita intensidade e força, a que podemos chamar de contemporaneidade.

Nesta condição, não estamos pensando se fazer parte do *Facebook* ou do *Instagram* onde colocamos nossa privacidade, seja ela em forma de dados pessoais ou de fotos para todo mundo ver, ou ainda, se ficamos a todo o tempo com o olhar voltado para uma pequena tela de celular, nos trarão consequências futuras; se o fato de acharmos que temos sempre razão diante da nossa relação com o outro, trará alguma implicação *a posteriori*. Apenas fazemos, apenas repetimos. Com isso, vamos seguindo sem nenhum senso crítico sobre aquilo que se nos apresenta. Vamos repetindo comportamentos e padrões, sem nem mesmo saber o porquê deles. Será que nos manteremos apenas imersos na cultura, na sociedade, sem conseguirmos nos projetar sobre ela, nos afastando para olhá-la e refleti-la?

Parece-nos que é preciso que nos afastemos do fenômeno para que ele seja visto, o que não quer dizer ausência de relação. É lançando um olhar para o passado, que poderemos entender o contemporâneo. É no olhar lançado para o passado que se pode verificar o presente, porque o presente é um instante que quando se vê, já passou.

Enquanto eu construía estas reflexões, minha mãe, que está em processo demencial, reclamando do frio me perguntou se estávamos no inverno. Eu lhe respondi, provavelmente influenciada pelas reflexões: *Estamos indo para ele*. Aquela resposta ecoou em mim, reconduzindo-me às minhas reflexões e pensei que estávamos longe do inverno, mas a projeção das percepções da minha mãe, lhe trouxeram a sensação de que o inverno se fazia presente, entretanto ele ainda não chegara. Apesar de não estarmos no inverno, estamos caminhando para ele, estamos

caminhando para algo, que já é conhecido, porque se repete, mesmo que com intensidades diferentes, todos os anos, mas no pensar contemporâneo que Agamben propõe, eu saio do presente, da cegueira e me lanço ao futuro, às possibilidades, ao horizonte, eu caminho para algo que ainda não vislumbro, para uma luz que ainda não chegou aos meus olhos. Para Agamben (2009), que, com muita sensibilidade, analisa o que é o contemporâneo dialogando com um poema de Osip Mandelstam, intitulado “O Século”, ser contemporâneo, é isso: “[...] é aquele que mantém fixo o olhar no seu tempo, para nele perceber não as luzes, mas o escuro.” (AGAMBEN, 2009, p. 62). Aqui surge a dimensão da nossa responsabilidade diante do existir, pois se o que fizemos ontem e o que fazemos hoje *reflete* no presente e *refletirá* no futuro, parece ser preciso *refletir* nossa contemporaneidade, sobre sua ação na nossa forma de ser e estar no mundo. Mas isso não é coisa fácil. O mesmo autor nos diz que essa capacidade é algo raro e corajoso, pois esta luz que procura nos alcançar como uma explicação está se distanciando de nós, daí a coragem de olhar para o escuro da época.

A contemporaneidade então, nos atravessa no ontem, no hoje e no amanhã. No ontem, “É como se aquela invisível luz, que é o escuro do presente, projetasse a sua sombra sobre o passado, e este, tocado por esse fecho de sombra, adquirisse a capacidade de responder às trevas do agora.” (AGAMBEN, 2009, p. 72). No hoje pela busca desta compreensão que atravessa o tempo e no amanhã com os próximos contemporâneos que olharão para trás a fim de iluminar o presente obscuro que certamente se apresentará, a não ser que algo mude.

Assim, esta luz que se projeta aos nossos olhos nos dias de hoje nos chega trazendo algumas formas de se entender o existir, mas que vem carregando consigo consequências que, só hoje, no presente, estão se tornando passíveis de percepções, tais como consumismo, imediatismo, hedonismo, tecnicismo, individualismo.

Vivemos em uma sociedade capitalista que teve suas primeiríssimas sementes lançadas a partir do Século XII, e que progrediu a passos largos contribuindo para a alteração da mentalidade que se tinha na época, em que a finalidade da vida não era o acúmulo dos bens materiais, bem como para a busca de um lucro máximo, vindo a tornar-se um modelo global de vida (COMPARATO, 2011). Fazendo um percurso mais significativo pelos séculos XVIII, XIX e XX, esta forma de sociedade, de cultura, funciona até os dias de hoje, século XXI, e nos incentiva a crer que consumir é sinônimo de felicidade, de bem-estar, de liberdade e de ser alguém na vida. Esta

mesma sociedade tem-nos levado a uma vivência imediatista, pois tudo tem que ser respondido a tempo e a hora, a viver de forma líquida, valendo-me aqui de uma expressão utilizada por Bauman, não conseguindo criar vínculos reais, conduzindo-nos a momentos de prazer e não a uma construção do ser, ou seja, vivemos relações líquidas com nós mesmos, com o nosso próprio existir, anunciando o individualismo e o vazio, que são fortalecidos pelo uso de equipamentos tecnológicos que nos trazem a ideia de nos aproximar, mas que talvez esteja nos afastando das relações.

Com o passar dos séculos, nunca se viu, na história da humanidade, tantas mudanças como as que ocorreram no final do século XX para o século XXI. Mudanças muito significativas, profundas na maneira de organizar a vida social e gerar valores, principalmente nos últimos 30 anos, onde as mudanças foram ciclópicas afetando a vida em seus diversos âmbitos - social, econômico, cultural, psicológico e afetivo, sobretudo por meio das transformações dos valores. Tendo a Modernidade como inspiração para o modo de viver, em que tudo é explicado pela razão, tudo deve ser medido, a humanidade, a partir da década de 60, entra em uma crise que gera dificuldades no que diz respeito a razão como ordenadora da vida humana. (GIOVANETTI, 2005, 2015, 2019).

Neste mesmo período o homem, apesar de buscar uma vida melhor e mais confortável, materialmente falando, ainda tinha seus valores estruturados e determinados por certos princípios, que faziam com que sua forma de pensar ainda estivesse no entendimento de que esta busca, pelo bem material, não responderia às suas aspirações mais profundas. Isso se manteve até a década de 70 passando lentamente por uma mudança quando as certezas, hipoteticamente inabaláveis, se transformaram em incertezas, onde as convicções foram deixando de existir devido a mudanças socioculturais da época e ao insucesso de certas ideologias. (COLOMBO, 2012; GIOVANETTI, 2005).

Com toda esta mudança, toda esta crise, surge uma nova forma de ser no mundo que vem recebendo algumas nomenclaturas, sendo Pós-Modernidade a mais usada. Chega-se, então, aos anos 1980, 1990, um mundo em desconstrução onde o homem se vê sem os valores consolidados, tais como amor e trabalho, e princípios de outrora que lhe davam mais certezas sobre a vida e onde a dimensão material assume um lugar preponderante na sociedade (COLOMBO, 2012; GIOVANETTI, 2005, 2015, 2019). Nesta mesma década, deu-se início a sociedade do consumo que traz como forma de viver o individualismo e o tédio, este último considerado por

Giovanetti (2019) como um tipo de adoecimento existencial. “A existência humana nessa sociedade esvai-se de seu conteúdo humano e torna-se uma mercadoria a mais para ser consumida.” (GIOVANETTI, 2019, p. 71).

Deste modo, o homem contemporâneo afastado de aspirações mais profundas, com constantes necessidades materiais a serem supridas e constantes criações de produtos para gerarem as necessidades, encontra o consumismo e com ele se alia. Neste desdobrar surge uma diferença em como se via os produtos e em como eles passaram a ser vistos.

Para Bauman, há uma passagem do consumo para o consumismo, a que ele dá o nome de *revolução consumista*. “O ‘consumismo’ chega quando o consumo assume o papel-chave que na sociedade de produtores era exercido pelo trabalho.” (BAUMAN, 2008, p. 41). A era dos produtores marcava-se por um ideal de segurança, conforto, zelo, onde se tinha, para os bens de consumo, um olhar de perduro, sobrevivência. O consumo era para o sustento, as coisas eram feitas para durarem, para não estragarem, permanecerem em suas vidas por muitos anos. Não existia um ideal de prazer e satisfação imediatos, que existe no consumismo, o que se buscava era a segurança, a perpetuidade, a estabilidade. Diferentemente do consumo, que seria uma característica do ser humano, o consumismo seria um atributo da sociedade. Para o autor, deve haver uma averiguação ao que se deseja, ao que se quer, ao que se almeja e de como isto está mudando em decorrência da passagem do consumo para o consumismo. Há uma diferença na maneira que se vivia para o como se vive no consumismo, pois este relaciona o ser feliz “[...] a *um volume e uma intensidade de desejos sempre crescentes*, o que por sua vez implica o uso imediato e a rápida substituição dos objetos destinados a satisfazê-la.” (BAUMAN, 2008, p. 44). Assim, os produtores tinham como algo de maior valor e de basilar propósito dos bens adquiridos, a segurança a longo prazo, situação bem diferente na sociedade de consumidores que têm como algo maior o consumo imediato associando à felicidade (BAUMAN, 2008).

Este consumo passa a ser reforçado pelas redes de comunicações, onde as propagandas estimulavam e estimulam a venda de uma imagem de felicidade, perfeição, disposição, sucesso, saúde, juventude, beleza, sensualidade e assim por diante. Prova disso são alguns *slogans*: “Vem ser feliz!” diz uma rede de lojas, “Abra a felicidade!” diz uma marca de refrigerantes, “... o sucesso!” dizia uma marca de cigarro na década de 1980.

Felicidade então torna-se sinônimo de acúmulo, de gasto, de consumismo, de aparência. Para Giovanetti,

Na maioria das vezes, o consumo é orientado por uma postura egoísta. Exemplo: o carro que compro é para demonstrar o meu *status* econômico, as roupas de grife são para que eu seja visto e valorizado pelos outros. Essa postura do “aparecer”, de ser aos olhos dos outros, leva cada vez mais a uma atitude individualista. A ideologia contemporânea consiste em acreditar que só existe o indivíduo (GIOVANETTI, 2019, p. 55).

Tendo o homem, ao longo do tempo, se colocado como o foco, o centro da organização de toda a realidade, teve-se como desdobramento o egocentrismo, uma interioridade egoísta que exclui o outro e que dele não se precisa para ser feliz, tendo isto, inclusive, como máxima existencial, culminando em uma dinâmica social que favorece apenas a si próprio, as suas vontades, aos seus desejos, às suas satisfações, conduzindo-se para uma ética hedonista (GIOVANETTI, 2005).

Bem, se são os objetos, os bens materiais, o próprio prazer que traz felicidade ao homem, nada resta a não ser o prescindir do outro, pois este não é um bem de consumo, apesar de estar sendo transformado como um, mas algo que dura, ainda que tenha finitude, e que a hora da morte seja incerta. Esquece-se, porém, que o outro e a relação que com ele pode ser construída, dura mais que um celular ou um *notebook*.

Sendo assim, deixando de lado a importância do passado e do futuro em seu existir, o presente passa a ser, nesta dinâmica, aquilo que vai edificar a vida, que vai estruturá-la, onde o próprio prazer, a própria satisfação é que importa, dando a contemporaneidade uma submissão ao presente como lei, é o agora que manda, sem consequências. Hoje “[...] o homem quer viver mergulhado em satisfações imediatas, buscar sensações que o façam esquecer-se das preocupações e ameaças futuras, estabelecer sua organização de vida no eixo do presente, isto é, viver o momento atual e nada mais.” (GIOVANETTI, 2005).

A felicidade estava, diferentemente de hoje, vinculada às vivências das virtudes, entretanto, hoje com característica hedonista que a sociedade contemporânea apresenta, é justamente na busca dos bens materiais e na busca do prazer que se promove a felicidade, pois o consumismo se torna uma maneira de ser do homem, desdobrando em uma crença de que para se sentir feliz faz-se mister

aproveitar o prazer, uma vez que este gera uma agradável sensação (GIOVANETTI, 2015).

Todas estas mudanças ao longo da história nos conduziram, também, à tecnologia. Ainda envolvidos pelo consumismo, pela busca do prazer e da satisfação, porém levados a um possível isolamento e a uma nova forma de relação e interação, somos envolvidos por ela. Para Giovanetti (2019), o desenvolvimento da tecnologia foi avassalador e o que vimos fazendo é observar a sua entrada em nossas vidas e a dependência que por ela desenvolvemos, há um escravizar. Usando o celular como exemplo, o autor escreve que este objeto é considerado um cordão umbilical, tamanha dependência que temos dele. Para ilustrar trarei a fala que ouvi de uma amiga: “Perdi meu celular. Toda a minha vida estava lá. E agora? O que eu faço da minha vida”. Esta parece estar sendo a dimensão do existir.

Não resta a menor dúvida que a tecnologia nos trouxe grandes contribuições. Hoje podemos fazer uma ligação de vídeo com alguém que está do outro lado do mundo. Fazemos pesquisas e conseguimos respostas para nossas dúvidas culturais, intelectuais e, até mesmo emocionais pela internet, num piscar de olhos; satélites nos auxiliam nas comunicações e nas previsões das condições climáticas do planeta; na medicina, os exames de imagem vêm cada vez mais contribuindo para um melhor diagnóstico e tratamento etc., entretanto devemos nos lembrar que sua dimensão se refere ao uso que fazemos dela. A nossa própria capacidade de pensar sobre ela é fundamental, para que haja um certo escrúpulo em seu uso, bem como não nos tornarmos tão reféns dela.

O filósofo brasileiro, Mário Sérgio Cortella, em uma entrevista à Revista época Negócios, reflete sobre este tema da tecnologia, dizendo que essa “[...] não pode ser nossa senhora, tem que ser nossa serva. Sempre que algo que é do nosso uso nos possui, isto é, domina o nosso cotidiano, esgota nosso tempo, devora nossa condição de convivência, existe algum tipo de malefício.” (CORTELLA, 2014).

A velocidade com que a tecnologia nos responde, nos dias de hoje ligamos o botão do computador e ele tem que ligar, ele tem que funcionar e parece que estamos querendo que nossas relações com o mundo sejam assim, liga-desliga, obedece ou não obedece. Tudo tem que ser preciso e precisa atender ao meu primeiro comando e ao que eu espero dele e, quando isso não acontece, nos frustramos intensamente, nos sentimos perdidos, enraivecidos até. Assim, parece-nos que estamos seguindo esta forma técnica, mecânica inclusive na comunicação das nossas emoções.

Exemplo disso são os *emoticons* nos celulares. Eles expressam nossas emoções nas mensagens que enviamos, mas quando somos perguntados sobre elas, não sabemos responder, quando estamos diante do outro não sabemos o que dizer, e quando somos convidados a refletir sobre o que ou como nos sentimos, também não sabemos. Este funcionamento também se refere à própria linguagem que vem sendo empobrecida e onde, muitas vezes, nos aparelhos de comunicação, geram constrangimento e rompimentos de relações, pois o que é escrito de uma forma, nem sempre é lido da mesma forma com que se intencionava dizer, ao contrário, lê-se diferente. Aqui temos uma questão, pois nos apoiamos nos *emoticons*, nos *gif* para endossar o que está sendo falado, digo, escrito, entretanto, estamos sempre em uma interpretação negativa do que o outro nos diz. Exemplo destas situações são diversos: brigas ou término de relacionamentos pelo *whatsapp*; bloqueio no *facebook*; demissões por e-mail, etc.

O que diria Heidegger sobre esta situação nos dias de hoje, podemos até supor, mas em 1946, ele refletia sobre algo muito, muito semelhante em sua carta para Jean Beaufret. Dizia ele que:

Estas questões presentes em sua carta talvez pudessem ser melhor esclarecidas em uma conversa cara a cara. No escrito, o pensar perde facilmente seu dinamismo. Mas o mais difícil de manter ali é justamente a pluridimensionalidade própria de seu âmbito. Diferentemente do que ocorre com as ciências, o rigor do pensar não consiste apenas na exatidão artificial dos conceitos, isto é, em sua exatidão técnico-teórica. Consiste no fato de que o dizer permanece limpidamente no elemento da verdade do ser e deixa que reine o simples de suas múltiplas dimensões. Mas o escrito, por sua vez, impõe a obrigação saudável de uma formulação linguística pensada e cuidadosa (HEIDEGGER, 2008, p. 328).

Para finalizar a nossa reflexão sobre a contemporaneidade, toda esta transformação da sociedade contemporânea, sinalizada por alguns teóricos, sugere que há hoje o “império da tecnologia”, pois até a máquina vem num processo de substituição do homem, cabendo a este a vigilância daquele. Há que se indagar sobre a influência de tanta mudança na subjetividade humana, pois há um desaparecer dos valores, uma superficialidade que se caracteriza no ritmo das relações, um jeito individualista de ser, um outro como inimigo e não como parceiro, o prazer como objetivo tendo o momento atual como norte sobrepondo-se a dimensão do futuro e onde, nas redes sociais se é capaz de criar um personagem a fim de facilitar a relação

com o outro e onde, por fim, a imagem de si, do eu fica acorrentada, sem solidez, sem constância (GIOVANETTI, 2019).

Um não saber de si?

### 3 O QUE É O SER SI MESMO

Não quero adultos nem chatos.  
Quero-os metade infância e outra metade velhice!  
Crianças, para que não esqueçam o valor do vento no rosto;  
e velhos, para que nunca tenham pressa.  
(Oscar Wilde)

O que é um adulto? Uma criança de idade.  
(Simone de Beauvoir)

Trazendo nossa reflexão para o proceder terapêutico, para o encontro que se dá diante do cliente que nos chega misturado com suas angústias e da sua forma de ser e estar no mundo que, até então, vem lhe trazendo sofrimento, temos como um dos caminhos, favorecer uma maior percepção diante daquilo que se lhe apresenta. Buscamos auxiliá-lo na compreensão das suas sensações, percepções e sentimentos ou seja, da consciência que tem de si mesmo e da troca que tem com seu ambiente, com seu mundo. Entretanto, na clínica o que mais temos observado diante desta conduta é a seguinte expressão: *Não sei*.

Há uma incapacidade de falar de si mesmo, de entender sobre si mesmo, seus sentimentos, suas emoções, podemos dizer uma falta de contato consigo mesmo. O não responder por si, gera uma angústia que dificulta a tomada de decisões, pois acabamos tendo que nos responsabilizar por algo que não conhecemos, nós mesmos. Podemos pensar: O que este não saber sugere? Que consequência tem este não saber? Do que a pessoa precisaria abrir mão para estar mais próximo de si mesma, do mundo? Mas será que o que o mundo traz deve ser vivido em sua total dimensão? Será que encontra-se nas ofertas que a sociedade contemporânea dá o que não se está encontrando em si mesmo?

Diante das reflexões, prossegui pensando sobre o quanto a própria vida possa ser um fenômeno e que como tal, cada pessoa se relaciona com ele de forma diferente, cada pessoa percebe uma parte dele, o que é natural, mas também, o quanto a forma com que a vida se apresenta, influenciada pela questão sociocultural, pode influenciar no nosso modo de ser, possibilitando sofrimentos. A questão que se nos apresenta, talvez, é quando esta forma de ver se torna verdade absoluta, impedindo um olhar mais amplo sobre o próprio fenômeno atingindo a compreensão

das várias facetas nele existentes e, conseqüentemente, as várias possibilidades de com ele se relacionar, que não necessariamente, corresponder às expectativas da contemporaneidade.

Esta reflexão nos conduz à questão do ser si mesmo. Podemos nós sermos nós mesmos, conhecermo-nos e ainda assim, estarmos no todo, em relação com o todo, com o mundo?

Le Breton em seu livro *Desaparecer de si: uma tentação contemporânea*, reflete, entre outras coisas, sobre o esforço que o indivíduo precisa fazer para manter-se si mesmo, devido a uma sociedade que “[...] se impõem a flexibilidade, a urgência, a agilidade, a concorrência, a eficácia, etc.” (LE BRETON, 2018, p.8).

Apesar de toda a melhora, toda a diferença que as condições de vida apresentam hoje em comparação com os nossos antepassados, há algo que não podemos deixar de ter circunscrito em nós mesmos que seria “[...] dar significado e valor à existência em sentir-se ligado aos outros, em experimentar o sentimento de ter um lugar no seio do vínculo social.” (LE BRETON, 2018, p.8).

Isto parece ser um ponto de partida para que ser si mesmo seja algo possível na contemporaneidade, pois para ele, há uma *individualização do sentido* onde cada um começa a responder por si, sem o respaldo, o suporte de um apoio social e de uma regulação que possa auxiliar na autonomia. Manter-se no vínculo social na contemporaneidade, é para ele, um esforço hercúleo e uma grande tensão. Há uma luta no individualizar-se para que se corresponda a demanda da hipermodernidade (LE BRETON, 2018, grifo nosso).

A pessoa exausta de buscar se individualizar, se coloca em uma condição chamada de *branco*, é um afastamento de si, uma condição em que busca-se, entre outras formas, mecanismos patológicos para dar um tempo a si mesmo, para possibilitar uma resistência por Le Breton denominada de *individualismo democrático* das nossas sociedades. O autor cita a síndrome de *Bournout*, Depressão, Alzheimer, Anorexia, entre outras formas de adoecimento como possibilidades para este escape. Para ele há um caráter penoso que é compensado por estas novas formas de ser que refletem um desejo de abrandar a pressão de corresponder a.

Parece que, por não saber que está totalmente misturado com a captura deste *individualismo democrático*, o sujeito adocece. Mais do que isso, por não ter força ou a ter perdido, o indivíduo encontra o afastamento de si, uma falta de contato consigo

mesmo como saída, como uma integridade. Le Breton, coloca algo de muita significância sobre o que favorece o indivíduo, sobre o si mesmo dizendo que:

O indivíduo que não dispõe de recursos sólidos para se ajustar, dar significados e valores aos acontecimentos, que não tem autoconfiança suficiente, sente-se ainda mais vulnerável e é obrigado a firmar-se por si mesmo, já que não encontra apoio na comunidade (LE BRETON, 2018, p.8).

É esta falta de contato consigo mesmo, com suas possibilidades, quanto um ser de afeto e de relação, que promove o adoecimento. Se, o ponto de partida para nos definirmos é a relação com o mundo, com o outro, pelo qual se abre o caminho para que o si mesmo se constitua, num mundo em que o individualismo está sendo a regra, a referência, o si mesmo se perde. Aquilo que o individualismo tenta oferecer é uma fantasia, uma ilusão, e ao invés de proporcionar relação, proporciona o vazio, o distanciamento, o adoecimento, destruindo a possibilidade do contato com o sentido da vida.

Aqui podemos pensar que Le Breton nos coloca diante de um possível paradoxo, pois hoje, na contemporaneidade, estamos ligados a coletividade, ao vínculo social, através do que ele chama de *individualidade dos sentidos*. Mas como assim? Bem, se o essencial da vida “consiste em dar significado e valor à existência, em sentir-se ligado aos outros, em experimentar o sentimento de ter um lugar no seio do vínculo social. [...]” e ele hoje se dá pela “[...] individualização do sentido” (LE BRETON, 2018, p. 8) tornando cada um responsável por firmar o si mesmo por si mesmo em uma sociedade que só sabe falar de si em um contexto individualista, temos um paradoxo.

Na contemporaneidade, para marcar o nosso vínculo com o mundo a que pertencemos, precisamos exacerbar o nosso individualismo, o que nos coloca diante de uma impossibilidade de encontrar o si mesmo essencial, entretanto nos coloca como partes integrantes da atual sociedade. Não tem um si (nós) coletivo formador de um si pessoal, pois a característica comunitária, coletiva hoje, é cada um individualizando o seu próprio sentido. Quem tenta uma experiência comunitária, social ou um ritmo de vida diferente disso e busca fazer uma ligação com os outros, menos individualizada, quem busca corresponder menos a esta forma de ser contemporânea, corre o risco de acabar não pertencendo a própria comunidade. Esta

pessoa fica fora de seu contexto sociocultural, podendo ser considerada como alguém que vive em outro mundo.

Quero aqui voltar a uma citação feita em nosso primeiro capítulo sobre o pensamento de Agamben sobre o vivenciar na contemporaneidade, quando ele diz que “Aqueles que coincidem muito plenamente com a época, que em todos os aspectos a esta aderem perfeitamente, não são contemporâneos” (AGAMBEN, 2009, p. 59). Para o autor, estar tão junto, tão em sincronia assim com a época em que se vive não possibilita um olhar para além daquilo que se vive, ou seja, só se corresponde a ela. Assim, se corresponder a toda esta demanda oriunda da hipermodernidade que nos leva a ser ágil, a saber e responder por tudo e a tudo, ser competitivo, ter que alcançar metas, ser eficiente, ser bonito, ser jovem, etc., o “ser si mesmo já não é algo evidente visto que a todo instante urge expor-se ao mundo, adaptar-se às circunstâncias, assumir sua autonomia, estar à altura dos acontecimentos.” (LE BRETON, 2018, p. 08). Bem, isto significa que o ser si mesmo não é mais algo manifesto, não há possibilidade de manifestação do si em sua essência existencial, porque o si está ocupado em atender as demandas da contemporaneidade, então ele se perde diante da tentativa *de*, através de um si mesmo, que não se conhece mais, que não tem mais contato consigo, com sua ancestralidade, com o passado como referência, com um lugar para chamar de seu e nem com o futuro como algo a falar da sua perpetuidade quanto ser vivente, ser capaz de responder por si.

Para Giovanetti (2015, 2017), o individualismo como consequência da modernidade vai se transformando a ponto de caracterizar-se como narcisista, mudando a forma do homem se relacionar consigo mesmo e com o mundo e, como consequência, se fecha em si mesmo onde o outro é excluído de sua vida, ou seja, a eclipse da alteridade. Este fechamento do dinamismo psicológico provoca uma interioridade egoísta. Importante ressaltar que, *si mesmo* aqui se refere ao si mesmo egocêntrico, narcísico do ser. Para este homem, viver o presente e o momento, é o que importa, pois não há uma preocupação com o amanhã; o homem ignora o futuro, perdendo o sentido da continuidade histórica, vivendo o que é efêmero, o que é passageiro. Assim, “O investimento no presente nos faz perder de vista os valores da tradição e as finalidades propostas pela dimensão do futuro.” (GIOVANETTI, 2017, p. 95).

Diante desta perda de valor, o pertencimento se torna individual. Não temos mais um pertencimento comunitário, social, que nos ensine a cuidarmos e

respondermos por nós, que nos direcione, que nos norteie. Se fomos lançados no mundo ao nascermos, parece que mais uma vez estamos sendo lançados, não no mundo, mas ao mundo, um mundo onde é cada um por si, onde o que foi não tem valor e o que será não existe, trazendo um momento presente praticamente vazio de sentido, sem referência, onde a sensação de prazer torna-se o sentido do existir. Lançando-me ao passado, faço questão de trazer aqui, uma expressão que ouvi por várias vezes do meu avô, que adorava futebol e costumava fazer parte do jogo chutando o ar de sua cadeira. Dizia ele quando um jogador tinha ficado perdido na jogada: “Ficou sem pai, sem mãe”. Estar sem pai sem mãe é estar perdido, sem saber o que fazer, sem pertencimento.

Na contemporaneidade, talvez sintamo-nos pertencentes sim, mas a um mundo virtual onde conecta-se com todo (o) mundo, mas onde, muitas vezes, não há laço com ninguém, onde cada um cuida da própria vida, apesar de “compartilhá-la” nas mídias sociais. O laço com o outro é feito com algo virtual, com algo fugaz, que pode ter fim com um “*click*”, o que não elimina a angústia do existir. Muitas vezes é um laço que se apresenta como uma exposição de imagem, exposição de felicidade não exatamente reais.

Apesar de haver uma comunicação cada vez maior entre as pessoas, o indivíduo vem cada vez menos criando espaço para um encontro que possa ocorrer presencialmente. Existe uma presença junto ao outro que se estabelece através dos canais de comunicação como *chats*, televisão, internet, celular, mas que se configura por um *estar junto sem estar* colocando entre parênteses a presença do outro pelo tempo que quiser, favorecendo a interrupção das relações no apagar da tela. No dia a dia da vida há um descomprometimento na maioria das relações, dando preferência às relações superficiais (LE BRETON, 2018, p.9, grifo nosso).

Gauchet escreve sobre esta questão de viver em sociedade, de ser cidadão, de olhar para o outro e vê-lo, que diz:

[...] a cidadania, há alguns anos atrás, era uma conjunção entre o geral e o particular. Cada indivíduo devia apropriar-se do ponto de vista do conjunto, situar-se como um entre outros, em um movimento em que nem um nem o outro se perdem. Hoje, “o que prevalece é a disjunção, cada um tendo de fazer valer sua particularidade junto a uma instância do geral [...]. Os responsáveis que se arranjam” (GAUCHET apud LE BRETON, 2017, p. 9).

Mas afinal, que si mesmo é este que se relaciona com o todo, que é interdependente, que vive a contemporaneidade, mas que parece não saber de si? Onde este si mesmo começa em nós? Em que escuridão do nosso universo pessoal, do tempo de nosso existir este si mesmo se constitui? Parece, mais uma vez, que é preciso voltar ao passado para entender o presente, criando assim, a possibilidade de ampliar o horizonte.

Portanto, considerando que não há no mundo um adulto que não tenha sido criança, adentraremos, neste momento, nos pensamentos de Winnicott sobre tal questão, também à luz dos estudos de Marchesini, sem querer, entretanto, esmiuçar sua teoria.

Quando o indivíduo nasce, está totalmente dependente de um outro indivíduo e deste precisa, para ser apresentado ao mundo e desenvolver sua tendência inata à integração. Isto se dá gradativamente na experiência que se apresenta em algumas fases, mas não tem um período pré-determinado. Há, inicialmente, um não-eu que está fundido com a mãe, que é o primeiro objeto com o qual o bebê entra em contato e, é na amamentação, no como esta se dá, ou seja, o olhar, o segurar, o manejar, que o bebê começa a se relacionar com o meio externo (MARCHESINI, 2010). Importante ressaltar que mãe significa qualquer ser, qualquer cuidador (a) que possibilitará o crescimento ideal ou não para este bebê.

Segundo a autora, a primeira mamada, chamada por Winnicott de teórica, não é considerada como um ato de alimentação ou de um saciar, mas como o início do contato com a realidade que trará abertura para constituição do si-mesmo e, conseqüentemente, uma integração como uma unidade que ocorrerá gradativamente (MARCHESINI, 2010). “Isso constitui uma nova experiência que vai além da experiência de continuidade de ser, surge à experiência do ser como uma identidade. Ao criar um objeto o bebê está criando seu si-mesmo, sua identidade, [...]” (MARCHESINI, 2010, p. 51).

A constituição do si mesmo se apresenta a partir de uma fase muito primeva que irá permanecer ao longo da vida até a morte do indivíduo através de diversas relações entre o bebê, a mãe, o objeto e o mundo, relações estas que deverão ocorrer em um ambiente favorável. Este ambiente, que deve ser satisfatório, trará para o bebê imperiosas condições para que tendências individuais herdadas apareçam e desenvolvam-se (MARCHESINI, 2010, p.14).

Neste ambiente a mãe provê as necessidades do bebê, que irá gradativamente entrando em contato com os objetos compreendidos em seu próprio mundo subjetivo, favorecendo em seu desenvolvimento, a procura por novas experiências e reações. Esta troca, inclusive, possibilita o começo das relações interpessoais, criando um sentido à existência humana e um desenvolvimento emocional que seja saudável (MARCHESINI, 2010).

Podemos considerar que o desenvolvimento emocional se dá da seguinte maneira: No início o bebê é o ambiente e o ambiente é o bebê. Através de um processo complexo o bebê separa os objetos e, conseqüentemente, separa o ambiente do Self passando a ser uma unidade e a ter um interior, realizando um intercâmbio entre os seus processos pessoais e a realidade externa. Com esse processo ocorre a estruturação e o fortalecimento do ego que leva o indivíduo da dependência a independência (MARCHESINI, 2010, p. 14).

Ou seja, vai-se de uma total dependência, para uma independência considerada como relativa, devido a interdependência existente entre os seres. Vale a pena, neste momento, trazer um pensamento do Winnicott encontrado em seu livro intitulado *Tudo começa em casa*, sobre esta independência como um estado que não sugere isolamento ou invulnerabilidade. Diz ele:

Seria nocivo para a saúde o fato de um indivíduo ficar isolado a ponto de se sentir independente e invulnerável. Se essa pessoa está viva, sem dúvida há dependência! Dependência da enfermeira de um sanatório ou da família. [...] porque a saúde social depende da saúde individual; a sociedade não passa de uma duplicação maciça de indivíduos. A sociedade não pode ir além do denominador comum da saúde individual, e não pode avançar mais porque a sociedade tem que cuidar de seus membros enfermos (WINNICOTT, 1999, p. 3-4).

Neste caminho para o amadurecimento, “[...] o bebê irá criando a externalidade do mundo, irá acalçar a capacidade de relacionar-se com a realidade externa sem que isso ameace o seu si-mesmo.” (MARCHESINI, 2010, p. 42), chegando a uma fase intitulada por Winnicott de *Eu Sou*. Esta fase é considerada como o aspecto central do desenvolvimento humano, sendo a aquisição de um eu coeso, um eu integrado que precisa ser mantida e necessita, mais uma vez, do arrimo de alguém que favoreça esta trajetória, inclusive com um abraço, pois a constituição do si-mesmo é deveras difícil e frágil (MARCHESINI, 2010, p. 15-59, grifo do autor).

Quando todo este desenvolvimento, esta integração ocorre de forma favorável para o indivíduo, ocorre uma vivacidade oriunda da relação do seu si mesmo com o

mundo externo em que as experiências vão realimentando a vida psíquica levando o indivíduo a um avanço cada vez maior que fará com que se sinta real e vivo (MARCHESINI, 2010).

Ao desenvolver-se a criança torna-se capaz de sentir Eu Sou e seu interior passa a ser capaz de suportar as pressões apresentadas tanto pela realidade externa quanto interna. A pessoa que está totalmente integrada é capaz de assumir suas responsabilidades por todos os sentimentos e ideias que pertencem ao estar vivo (MARCHESINI, 2010, p. 15).

Para Winnicott (2005, grifo do nosso), é depois desta integração que o indivíduo *É*, pois alcança uma unidade e este *eu* passa a adquirir um *dentro*. Aqui, as memórias oriundas das experiências, têm a possibilidade de se agruparem favorecendo o erguer da estrutura imensamente complexa da qual o ser humano é portador.

O amadurecimento vai se estabelecendo na vida do bebê em um tempo, em uma fase que não é determinada, mas que, entretanto, permanecerá por toda a vida, pois uma vez que o bebê acessa este *simples estado de ser*, tem a necessidade de continuar sendo e este estado passa a ter uma importância tal que se perpetua como uma tarefa fundamental na vida do indivíduo (MARCHESINI, 2010, grifo do autor).

Há a necessidade de se criar uma condição para que o processo de desenvolvimento e amadurecimento aconteça. Um espaço potencial rico de confiança oferecido para a criança, que dê a ela a possibilidade de entrar em contato com os objetos, descobrindo-os e passando a brincar de forma criativa. Isso favorece o início de um viver criativo que compõe um estado saudável, uma sensação de merecimento de viver a vida. Este espaço torna-se um lugar de infinita separação do não eu e do eu que fará com que tanto o bebê, a criança ou mesmo o adulto possam preenchê-la de forma criativa que com o passar do tempo permitirá a fruição da herança cultural. Porém, quando este ambiente não é adequado, trará a possibilidade do indivíduo sentir que não pode viver criativamente, tendo, inclusive, dúvidas sobre o valor do viver, sendo a submissão para este estado saudável, o doentio suporte para a vida (WINNICOTT, 1975).

É através da apercepção criativa, mais do que qualquer outra coisa, que o indivíduo sente que a vida é digna de ser vivida. Em contraste, existe um relacionamento de submissão com a realidade externa, onde o mundo em todos seus pormenores é reconhecido apenas como algo a que ajustar-se ou a exigir adaptação (WINNICOTT, 1975, p. 108).

Parece-nos, então, que perceber e aperceber às experiências oriundas da relação com o mundo nos favorece um melhor viver, e a falta destas no modo de ser na vida portanto, nos traria um afastamento do nosso eu, ou seja, uma falta de contato conosco mesmo e uma obrigatoriedade em submetermo-nos às exigências do mundo externo, inclusive de forma imediata.

Farei uso aqui, de uma citação de Ginger e Ginger ao expressarem que “É preciso destruir para digerir, [...] é preciso morder, rasgar, mastigar e remastigar pacientemente, e não introjetar uma alimentação constituída de pratos cozidos e já prontos, raramente adaptados ao estômago e ao gosto individual.” (GINGER E GINGER, 1994, p. 11). E não é esta a forma atual de ser e estar na vida? Não é desta forma que a hipermodernidade se apresenta e com ela a nossa forma de viver?

Morder, mastigar, remastigar solicita tempo, avaliação, mesmo que instintiva. Tempo para perceber que tipo de alimento está se comendo, de que forma ele será inserido na cavidade bucal, qual a melhor força a ser usada na mordida ou se será preciso triturar ou apenas amassar o alimento com a língua e deglutir. Há que se ter tempo para uma boa digestão, pois, como diz um provérbio chinês, estômago não tem dentes. Assim somos nós diante daquilo que nos impede, daquilo que nos trava, daquilo que nos gera dúvida ou angústia. Não paramos para nos olhar e ouvir, não avaliamos nossos sentimentos, reações, emoções, buscamos responder a tudo que é complexo da mesma forma que a contemporaneidade se apresenta para nós e, esta tentativa, nos deixa mais adoecidos, cansados, exauridos até, pois exige um ritmo que, poderíamos pensar, não é biológico e isto é um problema. Por tanto, fica-nos a impressão de que a velocidade com que a contemporaneidade nos solicita a viver, não nos favorece o tempo de ser.

Se não se tem consciência *de*, conseqüentemente a relação com o ambiente, com o mundo fica prejudicada. Sobre consciência, Galli (2007) escrevem que ela “[...] é uma intimação a si mesmo, ao seu poder-ser-si-mesmo [...]” e aponta, entre outras formas de se entender o conceito em questão, a de Heidegger dizendo que “A consciência chama ao si-mesmo do Dasein para sair de sua perda no mundo” (GALLI, p. 56).

Ter consciência do como se está existindo, é dar um sentido a própria existência. Este ato de dar sentido caminha junto com a responsabilização pelo nosso próprio existir, pelas nossas escolhas nas relações que estabelecemos com o mundo. Ter consciência nos possibilita desvelar, descrever aquilo que se apresenta na

experiência vivida, aquilo que está oculto em nós e que, muitas vezes, aí o deixamos para que não entremos em contato com a angústia.

A intencionalidade é, essencialmente, o ato de atribuir um sentido; é ela que unifica a consciência e o objeto, o sujeito e o mundo. Com a intencionalidade há o reconhecimento de que o mundo não é pura exterioridade e o sujeito não é pura interioridade, mas a saída de si para um mundo que tem uma significação para ele (FORGHIERI, 2002, p. 15).

Quando não se sabe de si, quando não se tem respostas sobre si, não se consegue dar sentido à própria existência. Dar sentido a existência é uma capacidade própria do homem e se o homem não for capaz de fazer isso, alguém ou algo fará este processo por ele, alguém ou algo responderá por ele, e a sociedade é uma delas (GIOVANETTI, 2017).

Diante de todo o exposto, fica-nos a impressão de que onde as relações não se estabelecem pela via da segurança, da concretude, tendo-se que responder a toda demanda da pós-modernidade, “Firmar o si mesmo por si mesmo portanto, é algo que pode pesar na nossa existência” (LE BRETON, 2017, p. 08).

Entendendo que a saúde psíquica do ser se constitui a partir da forma com que ocorre sua relação com o mundo, voltamos nosso olhar para o consultório a fim de podemos pensar que aquele que nos chega, não apresenta nesta relação, uma forma que o promova quanto ser na vida, que o faça sentir-se com sentido, buscando respostas nas coisas, nos outros, mas não em si mesmo, sugerindo que este ser não está na sua totalidade, consciente de si mesmo, com uma possível dificuldade em realizar mudanças, em estabelecer ajustamentos e em ter consciência das possibilidades existenciais em sua vida, não assumindo a liberdade de responsabilizar-se por si, pelas suas escolhas, colocando-se em um lugar, muitas vezes, de dependência, de um “*Não sei*”.

Assim, nos vemos diante de todo um processo de crescimento que merece ser estudado e identificado, em como o ser está vivenciando esta relação com a contemporaneidade e o quanto isto o afeta e afetará.

“Sem consciência nada há. Sem consciência há vazio.” (PERLS apud LIMA, 2007, p. 58).

#### 4 O IMPACTO DA CONTEMPORANEIDADE NO SER SI MESMO

Frodo:

- Eu queria que o anel nunca tivesse vindo a mim. Queria que nada disso tivesse acontecido.

Gandalf:

- Assim como todos que vivem para ver tempos assim, mas não cabe a eles decidir, temos que decidir apenas o que fazer com o tempo que nos é dado.  
(O Senhor dos Anéis – A Sociedade do Anel)

Vimos até aqui, buscando entender o que é a contemporaneidade e o que é o ser si mesmo na dimensão existencial. A partir de agora, buscaremos entender o possível impacto que a primeira pode ter sobre a segunda, a fim de nos projetar a um estar junto com maior nitidez e abertura para o processo psicoterapêutico.

Percebemos algumas tendências existentes na contemporaneidade que atravessam o nosso existir: capitalismo, consumismo, hedonismo, individualismo, imediatismo. Vimos onde o si mesmo começa a se estabelecer enquanto ponto fundamental para um existir saudável ou não. Entendemos que um si mesmo não fortalecido, não confiante, com suas raízes enfraquecidas diante da possível terra árida que se apresente, favorece um campo de sofrimento que, muitas vezes, chega em nossa clínica sem nome, sem um saber, com uma frase símbolo, “*Não sei*”. E mais, buscando respostas-remédio para aquilo que incomoda, que dói, bem como, um saber, mais uma vez, proveniente do que vem de fora, do externo: “Tenho ansiedade.” ou “Tenho pânico.” ou “Tenho depressão”.

Envolvidos pela pós-modernidade e hipermodernidade, não criamos em nós espaços íntimos, solitude, que nos permitam contemplar nosso existir, nossas atitudes. Não. Muito o oposto disto, na contemporaneidade, somos quase que induzidos a preencher constantemente, impensadamente, imediatamente, ciclópicamente, o nosso tempo, seja com o consumismo ou com o hedonismo, com um “tenho que” que nos aprisiona nos levando a um possível obnubilamento diante das possibilidades existenciais. Estamos em uma “[...] sociedade que não cria espaço para o cultivo da interioridade e, como consequência, só dá atenção a questões periféricas da vida, como se a felicidade estivesse só em consumir, em viver de baladas, etc. Esse tipo de valorização esvazia o eu.” (GIOVANETTI, 2019, p. 69).

Hoje nós olhamos mais para uma tela de computador ou de um celular do que para o próprio ser humano ao nosso redor e temos mais cuidado com o primeiro do que com o segundo. Somos capazes de furar filas, de andar acima da velocidade permitida, de parar em cima da faixa de pedestres, de vender um produto de baixa qualidade como se fosse de boa qualidade. Somos capazes de filmar uma briga, uma pessoa arrastada por uma enchente e postar estas imagens nas mídias sociais, mas não somos capazes de tentarmos amenizar a situação. Somos capazes de ultrapassar o sinal vermelho sem lembrarmos que alguém pode querer atravessar a rua. Tudo isso fala de como estamos vivendo nossa dimensão subjetiva, dando asas às nossas necessidades e sendo elas que conduzem nossas atitudes diante do outro e do mundo.

Importante salientar que a subjetividade é derivada e o movimento que a antecede, é o ser-no-mundo. Quando a subjetividade se sobrepõe ao ser-no-mundo, é como se cada um tivesse seu próprio mundo, seu mundo individualizado, perdendo o olhar para o mundo em comum. Em algum momento isso vai falhar.

Ewald, Moura e Goulart (2012), realizaram uma pesquisa no Serviço de Psicologia da Universidade do Estado do Rio de Janeiro – UERJ, do qual faziam parte, sobre a Contemporaneidade e o sofrimento psíquico e de que forma o funcionamento social estaria influenciando nas demandas que apareciam neste serviço. As autoras observaram que a queixa que mais apareceu estava ligada ao relacionar-se com os outros, seguida de depressão, pânico e ansiedade. Observaram também que os resultados tinham relação direta com fluidez, excesso, urgência, desempenho e técnica. Para elas, “Nossa subjetividade é diretamente afetada, se não forjada pelos ideais modernos de liberdade individual, felicidade e desempenho, intensificados na hipermodernidade.” (EWALD, MOURA E GOULART, 2012, p. 127).

Assim como pensado no segundo capítulo sobre uma possibilidade de paradoxo nesta relação com o outro, trazemos aqui este paradoxo colocado muito claramente por Giovanetti em seu texto intitulado *A religião como força organizadora da subjetividade na contemporaneidade*. Ele escreve:

Tanto o centramento do eu como a busca incessante do prazer nos levam a uma situação paradoxal. Necessitamos do outro para nos estruturarmos como pessoas. O bebê só passa a existir como um ser humano pela presença da mãe. Entretanto, o que verificamos é uma exclusão do outro como pessoa de nossas vidas e um fechamento sobre si mesmos. Nessa sociedade atual, cultivamos um movimento centrípeto, isto é, uma busca de uma felicidade

interior baseada no cultivo de sensações agradáveis. A organização do viver se dá com eclipse do Outro, não na eliminação dele. Isto quer dizer que só me relaciono com o Outro na medida em que ele me serve. Eu o transformo em um objeto como outro qualquer de consumo da sociedade. Só quero saber do Outro enquanto ele me traz alegria e satisfação (GIOVANETTI, 2015 p. 9).

Lembrando que vamos nos constituindo sujeitos exatamente nesta troca com o outro e com o mundo, nos afastamos da nossa dimensão humana quando não interagimos com o outro. Quando nos afastamos desta relação com o outro, estamos na iminência de perder nossa própria dimensão humana, trazendo assim, muitas vezes, a angústia do vazio.

Existe uma interdependência e ela fala da nossa dimensão quanto ser neste mundo, uma vez que somos constituídos psiquicamente a partir do outro, a partir da linguagem. É o olhar do outro que me mantém vivo, que me mantém na existência. É o outro que me olha, é o outro que me cuida, é o outro que me alimenta, é o outro que fala comigo. Sem o outro não evoluímos, não crescemos, não vivemos. Então, essa dimensão do outro, quando não existente, quando anulada diante da contemporaneidade com o hedonismo, imediatismo, individualismo, sua tecnologia, torna-se vazia. Trago como exemplo o personagem de Tom Hanks no filme “*O Náufrago*”, que sofreu um acidente de avião e ficou 4 anos preso em uma ilha deserta. Para manter-se lúcido, mental e emocionalmente capaz, Chuck, o personagem, pega uma bola de vôlei, pinta um rosto nela e a chama de Wilson, desenvolvendo com ela uma relação, uma presentificação.

Na contemporaneidade, não temos o olhar para o outro. O outro que nos auxilia na nossa constituição, parece estar caindo na escuridão. Entretanto, se não vemos o outro, não nos vemos. Se, simbolicamente, matamos o outro, nos matamos também. Se o outro deixa de existir para nós, nós deixamos de existir também.

Lembro de uma senhora, que era vizinha de onde eu morava na minha adolescência, e que reclamou comigo, dizendo que eu havia passado por ela e não a cumprimentei. Em minha defesa disse-lhe que a havia cumprimentado sim e ela me indagou: “Como?”. Eu respondi: “Eu fiz assim.”, e levantei as minhas sobrancelhas. Ela me disse: “Mas isso é cumprimentar?”. Assim vamos, muitas vezes, passando pelo outro sem vê-lo, sem estar com ele verdadeiramente, mesmo que por 2 minutos, presentificá-lo em sua existência.

Hoje costumamos estar horas com o outro pelo *whatsApp*, *Facebook*, *Instagram* trocando mensagens, criando discussões, terminando relações. Entretanto não tem voz, não tem olhar, não tem cheiro, não tem fisionomia, não tem corpo. Tudo que parece existir é o que se pensa sobre o que o outro pensa, o que se sente sobre o que o outro sente. Ademais, na contemporaneidade tudo é descartável. As relações são descartáveis. O que não estamos percebendo é que a própria relação conosco mesmo, está sendo descartável e trazendo adoecimentos.

Distantes de nós mesmos, não conseguimos nos identificar diante da nossa existência, do sentido do existir, criando formas adoecidas de viver. Estas formas nos levam a procurar soluções rápidas, também sugeridas pela hipermodernidade que nos afastam do sintoma, da angústia, de ter consciência *de*, de refletirmos sobre este si mesmo, de se conhecer e de seguir um caminho que levará, não a um prazer imediato, mas a um desprazer, sentido como supostamente eterno, porque, na contemporaneidade, o que não se resolve na hora, na imediatez, traz dor e sofrimento, traz a sensação de que é para sempre, devido ao fato de toda experiência contemporânea estar se dando na dimensão do imediato.

Para Giovanetti, os sintomas falam de um adoecer e são eles, vistos anteriormente como neuróticos, que hoje dão lugar “[...] às desordens do Ser, da estrutura mais profunda do nosso eu.” (GIOVANETTI, 2019, p. 64).

Um sintoma deste modo contemporâneo de ser é a sua incapacidade evidente de lidar com os fenômenos que resistem de modo mais persistente a um enquadramento sob as categorias de significação disponíveis: a dor, a solidão, o amor, o envelhecimento e a morte. Na medida em que as experiências de angústia parecem sempre refratárias às respostas que o planejamento técnico da vida oferece, amplia-se a necessidade de desvio e controle dessas experiências. Eliminar rapidamente o sofrimento psíquico é eliminar qualquer experiência que questione os limites aceitáveis do horizonte cotidiano de sentido (SANTOS; DE SÁ, 2013, p. 54).

Cada vez mais as pessoas têm em seu cotidiano, o culto a velocidade e a vivência intensa do presente, acompanhado de um combinado paradoxal de frivolidade e ansiedade, de euforia e vulnerabilidade. Estamos afundados no contexto social pelo qual somos rodeados e este contexto nos gera sofrimento psíquico caracterizado por inquietações e crises de diversos matizes, tais como crise no trabalho, de identidade e de sentido, com uma relação muito próxima com o sentido de urgência, consumo e estresse provocados pelo *modus vivendi* da atualidade (EWALD; MOURA; GOULART, 2012).

Existe uma mistura entre as condições sociais e as condições afetivas que deve ser levada em consideração nas abordagens psicológicas e nos olhares da sociologia ao se pensar este si mesmo. As primeiras, porque muitas vezes não olham para a dimensão social e cultural do indivíduo e a segunda, por terem um entendimento do indivíduo como se a infância não tivesse sido uma instância vivida e, tivesse ele sido um eterno adulto e não tivesse dificuldades íntimas (LE BRETON, 2018).

Para Le Breton (2018), ser si mesmo na contemporaneidade tem um caráter penoso devido, entre outras coisas, a ter que se estar constantemente dando algo de si e ajustando-se às circunstâncias que frequentemente se alteram e mudam, dando lugar a novas coisas. Com isso, busca-se diversas formas para seguir em frente neste cotidiano que avassala, sem, contudo, fornecer tempo para lidar com elas, para entendê-las. Estas formas são chamadas, por ele de *Branco*. Branco é:

- Estado de ausência de si mais ou menos pronunciada;
- Sentimento de saturação, de excesso vivido;
- Resistência aos imperativos de construir para si uma identidade no contexto do individualismo democrático de nossas sociedades;
- Um entorpecimento, um “deixar para lá” nascido da dificuldade de transformar as coisas;
- Uma paradoxal vontade de impotência;
- Uma depreciação da identidade, um não lugar em que as obrigações impostas pelo mundo circunstante são suspensas;
- Vontade de desacelerar ou de deter o fluxo do pensamento, de finalmente acabar com a necessidade social de sempre compor um personagem de acordo com os interlocutores presentes;
- Um fechamento à situação, etc.

Todos estes estados internos são expressos pelo indivíduo por uma necessidade de corresponder a contemporaneidade e vão aparecendo em atitudes mais superficiais ou mais profundas como uma forma de ser-no-mundo em virtude de uma dificuldade em transformar as coisas, porém transformando o ser si mesmo em algo aflitivo ou, ainda, querer desfazer-se dele. Uma das tentações da subjetividade contemporânea é o desfazer-se de si, mesmo que por um momento ou por toda a

vida. Este desfazer-se de si vai desde uma simples caminhada a um quadro demencial de Alzheimer, passando pela Anorexia, pelo *Burnout* ou pelo Coma. Até mesmo a embriaguez representa um desaparecer de si, porém de forma mais leve, pois busca abrandar as pressões interiores ou olvidar o peso que as preocupações causam (LE BRETON, 2010).

Giovanetti (2019) considera este afastamento de si, do ponto de vista filosófico, como um afastamento do núcleo pessoal. Para ele é uma tentativa de encontrar algo que dê sentido à existência que está sendo vivida inautenticamente, um caminho para o autoencontro, mas que acaba se tornando uma imersão na obscuridade.

Fazendo uma análise do impacto antropológico no modo de ser da contemporaneidade, o mesmo autor nos apresenta três dimensões que estruturam a vida humana e que são a residência do núcleo do sofrimento do homem moderno: a perda do sentido, a destruição da interioridade e o eclipse da alteridade (GIOVANETTI, 2019).

A perda de sentido se dá sob o aspecto de que a todo momento estamos sendo expostos a um grande número de informações que nos alcança de qualquer lugar que estejamos. Temos acesso às informações a todo o tempo, nas nossas mãos ao utilizarmos o celular, por exemplo. Qualquer mensagem que chega tem que ser vista e respondida por nós imediatamente. Devido a sempre quereremos responder às demandas externas, vamos perdendo o contato com nosso eixo existencial. Isso acontece devido ao fato de que nosso referencial de vida está localizado fora de nós e sendo continuamente alterado pela sociedade. Com isso, o indivíduo não encontra tempo para verificar e qualificar a direção por onde está indo e diante de um emaranhado de direções que a contemporaneidade carrega, o estruturar do sentido da vida torna-se, para o indivíduo, um amplo desafio. O fato é que o sentido é exatamente o aspecto responsável pela direção do nosso existir (GIOVANETTI, 2019).

Se a perda de sentido está relacionada com a necessidade de respondermos às demandas externas, conseqüentemente, olhando para fora de nós e não para dentro de nós, na destruição da interioridade, como indivíduos supermodernos, vivemos na predominância da exterioridade, com a necessidade de sermos reconhecidos e com isto estamos frequentemente nos exibindo para que o outro nos veja. É uma sociedade de aparência e a nossa identidade é moldada pelo que o outro vê em mim, seja a minha aparência ou o status que eu alcanço, este é o valor.

Exemplo disto aparece nos *facebook* e nos *blogs*. Não temos olhos para o nosso interior, para os nossos sentimentos e atitudes, justamente o que dá integração, coerência, firmeza, homogeneidade ao nosso ser (GIOVANETTI, 2019).

O eclipse da alteridade tem sua expressão na transformação do outro em objeto. É um esvaziamento das relações interpessoais, onde só há relação com o outro ser humano a título de uma satisfação ou utilidade proporcionada por ele à nossa pessoa, sendo ele uma utilidade. Pode não haver o contato social por falta de engajamento, mantendo-se na superficialidade das relações humanas, não sendo íntimo de ninguém. Convive, mas não interage. Afeta, também, as relações pessoais, pois não conseguimos manter uma intimidade galgada pela aceitação do outro, na possibilidade de construir um relacionamento sólido. Temos dificuldade em vê-lo como parceiro, como alguém que irá construir uma história junto. A preocupação não é com a interioridade, mas com a aparência (GIOVANETTI, 2019).

No adoecimento do mundo atual, o sintoma se mostra a partir do modo com que vivemos e organizamos a nossa vida na sociedade e, dando o homem de hoje direção à sua própria existência, ele é mais frágil, pois é um homem sem recursos próprios que favoreçam um ajustamento que tragam significado e valores ao que acontece. Esta fragilidade se dá devido ao alto índice de pressão com que a sociedade se organiza (GIOVANETTI, 2019).

São diversas as formas com que o sofrimento se estabelece como mal-estar na contemporaneidade, entre elas isolamento, estados depressivos, pensamentos de suicídio, desamparo, desilusão, agressões e drogadições. Entretanto há um ir além que se apresenta em um mal-estar contemporâneo e em um adoecimento característico do século XXI (GIOVANETTI, 2019).

Segundo Giovanetti (2019), este mal estar contemporâneo é vivido por todos nós de alguma forma, seja branda ou intensa, este mal estar nos atinge devido a estarmos em uma sociedade que exige de nós muita performance em todas as dimensões e acabamos por experimentar o estresse ou o *Burnout* de alguma forma. É um alienar e um adoecer secundário a necessidade de responder a toda a dinâmica da sociedade. Perante as questões rotineiras da vida, somos exigidos a dar respostas cada vez mais rápidas e competentes, difícil viver sem estresse, diante disso. Nossa necessidade, passa a desenvolver habilidade para administrá-lo, pois na hipermodernidade, toda esta situação afeta o nosso funcionamento psicofísico desequilibrando-o e trazendo insegurança e incerteza desdobrados no “estresse

existencial” que se transforma em somatizações. “Estresse existencial” é “[...] uma reação de sentido diante das exigências absurdas dos novos tempos [...], caracteriza-se como uma forma patológica da pobreza, da falta de sentido próprio da sociedade atual.” (GIOVANETTI, 2019, p. 65-67).

O mesmo autor nos coloca que a pressão exercida socioculturalmente acerca do desempenho do Eu, dá margens a um esgotamento, uma exaustão também conhecida como *Burnout*. Uma boa parte da exaustão, nasce de atitudes que brotam do nosso interior, decorrente desta pressão. Porém, a exaustão difere do cansaço, pois ela surge de uma cobrança do organismo diante de uma atividade que não agrada exigindo um certo predomínio da obrigação. O cansaço é diferente, pois ele suscita prazer e bem-estar, pois refere-se algo que gostamos de fazer. Como exemplo de fontes de exaustão, temos a ambição desmedida, na busca de uma eterna superação em comparação as outras pessoas e a necessidade de provar para as pessoas que somos os melhores para elas, buscando satisfazer as demandas externas como aprovação, sinônimo de uma carência afetiva. “Procurar satisfazer a todas as pessoas do nosso relacionamento e ser amado por todos nos leva ao esgotamento” (GIOVANETTI, 2019, p. 67-69).

Para Viapiana, Gomes e Albuquerque (2012), um dos adoecimentos da contemporaneidade se expressa no setor trabalhista, devido ao fato de que se está exigindo performances e disponibilidade cada vez maiores do indivíduo. O sofrimento e o adoecimento psíquico são passíveis de influência da atividade profissional, pois esta colabora para o desenvolvimento da consciência e da personalidade no indivíduo, gerando emoções e sentimentos. Parece que “[...] as formas de produção capitalistas, permeadas por processos destrutivos da saúde física e mental, geram significativas cargas psíquicas que se relacionam com a produção de sofrimento e adoecimento (VIAPIANA; GOMES; ALBUQUERQUE, 2012, p. 179).

Os mesmos autores escrevem que uma parte dos trabalhadores, por exemplo, vem sofrendo com uma carga de trabalho que vai além das horas propostas, uma vez que devido as novas tecnologias de comunicação, as tarefas se tornam passíveis de serem feitas nas residências dos mesmos, aumentando a carga horária, exigindo um estar conectado a todo o tempo, psiquicamente disponível. Ter maior qualificação e ser capaz de cumprir com múltiplas tarefas é o esperado para o perfil contemporâneo. Para eles é necessário entender “[...] o perfil epidemiológico da sociedade contemporânea, marcado pelas altas taxas de sofrimento e de adoecimento

psíquico.”, olhando para o capitalismo e suas características relacionadas ao processo de trabalho (VIAPIANA; GOMES; ALBUQUERQUE, 2012, p. 179).

Nas relações cotidianas atuais, saúde associa-se, ainda, às idéias de adequação social, capacidade de produção e consumo. Embora os sofrimentos psíquicos sejam objetivados a partir de representações biologizantes da vida, permanece a associação tácita entre adoecimento e fracasso (SANTOS; SÁ, p. 57).

Muitas vezes nos afastamos no nosso núcleo pessoal em virtude das tarefas com as quais a sociedade contemporânea nos exhibe e vamos arrastando para nossa existência questões que não são centrais para a nossa realização humana. Sem olharmos para as questões mais profundas, tais como a morte e qual o sentido da vida, vamos vivendo o vazio, que é considerado como um adoecimento existencial. Este vazio, então considerado uma patologia, reflete o confronto que o sujeito tem consigo mesmo e com a realidade, em uma sociedade que tem como o eixo o Eu (GIOVANETTI, 2019).

Como aludido no primeiro capítulo, tem-se também o tédio como um dos adoecimentos existenciais, citado por Giovanetti. Nesta sociedade centrada no eu, nesta sociedade do lazer que evidencia a aparência e a superficialidade, a quantidade em detrimento da qualidade, vão-se causando choques que minam a força sutil do indivíduo. Assim, como vive-se muito o que é externo, as distrações encontradas na sociedade, aceitando as diretrizes por ela oferecida como aquilo que irá sustentarnos, como investimos todas as fichas em algo que vem de fora, sem ter como base um sentido próprio, um sentido que tenha sua origem em uma certeza interna, este vazio se faz em algum momento (GIOVANETTI, 2019).

A terceira forma de adoecimento existencial que Giovanetti cita em seu texto *O adoecimento existencial no século XXI*, é a apatia. Apatia não é indiferença, é ausência de investimento emocional em algo que se queira fazer. É um entorpecimento, uma falta de energia e ânimo. É um “para que se”: não vai dar certo, meu trabalho não me satisfaz, os políticos são corruptos, eu nunca consigo, etc. Paralelamente, mas no mesmo âmbito tem-se a vida *light*, onde não há um esforço devido a característica de consumo e lazer que a sociedade tem, que não favorece um esforço nos investimentos pessoais, é um deixar-se ir, pois o importante é viver sem esforço (GIOVANETTI, 2019, p. 70-73).

Nestas três situações, Giovanetti nos traz, com um olhar antropológico, a crise de identidade fundamentada na desorientação de falta de rumo na vida, para o vazio; o desaparecimento da finalidade da vida, para o tédio e a desintegração do projeto de vida, para a apatia (GIOVANETT, 2019). Ou seja, “Não sei quem sou” e “Não tenho projeto de vida”, então, “A vida não tem sentido.”.

Será que é esta a cara da contemporaneidade?

## 5 CONCLUSÃO

Após trilharmos este caminho de compreensão sobre a contemporaneidade, sobre o que é ser si mesmo e o impacto desta sobre este si mesmo, vimos o quanto vamos seguindo o nosso existir sem pensar e o quanto este existir influencia no *a posteriori*. Da mesma maneira observamos o quanto somos, na contemporaneidade, cegos à forma que a vivenciamos e às futuras consequências que ela pode trazer.

Tivemos como objetivo de estudo buscar entender se a contemporaneidade exerceria influência sobre o não saber de si mesmo e o possível impacto sobre este ser si mesmo. Chegamos ao entendimento, de que a contemporaneidade é um desdobramento do passado e que vivemos, hoje, as mudanças que foram construídas ao longo de alguns séculos, e que, com o passar do tempo provocou mudanças significativas na organização social, econômica, cultural e emocional da humanidade, transformando-se em uma sociedade do consumo, do prazer.

Diante desta realidade, o modo de ser do homem foi afetado pela contemporaneidade, que se apresentou marcada por alguns ideais, vistos ao longo do trabalho, tais como o hedonismo, a falta de alteridade, o individualismo, o consumismo, a urgência, etc., sendo, então, a subjetividade sobreposta ao ser-no-mundo, ou seja, um afastamento do núcleo pessoal, gerando o que Giovanetti (2019) chama de perda do sentido, destruição da interioridade e eclipse da alteridade.

Ao viver tanto a dimensão do eu, o outro passa a não ter importância e esta nova forma de viver modificou as relações de modo que o outro passou a ser visto como objeto de consumo, transformando as relações de afeto em relações que coisificam o outro, demonstrando o quanto a relação entre os seres humanos está tendo como base a lógica do consumo, do descartável, do frívolo. Contudo, vimos o quanto a relação com este outro é importante na constituição psíquica do ser, no desenvolvimento do ser si mesmo, favorecendo um amadurecimento que trará a capacidade para o indivíduo lidar com os desafios que encontrar diante das emoções e sentimentos ao ser convocado à uma resposta, tendo condições de continuar vivendo de forma mais integrada, emocionalmente saudável e com sentido.

Nesta sociedade que vive a dimensão do presente em detrimento do futuro, que valoriza a aparência, o prazer, a felicidade, a perfeição, o sucesso, que se submete a necessidade de tudo saber, a tudo responder em um ritmo acelerado, de ter um alto índice de desempenho, que coisifica o outro, que tem as relações como

algo a ser consumido, encontrará indivíduos adoecidos, incapacitados de fazerem contato consigo mesmos, chegando a um estado de não saber de si. Desta forma, enquanto o presente bastar, de modo geral, enquanto pessoas encontrarem respostas no próprio mundo em que vivem, enquanto este mundo responder às suas buscas, seus desejos, influenciados pela contemporaneidade, não haverá crise. Nesta sociedade não há espaço para a angústia, para o silêncio; há espaço para a contínua manifestação de adoecimentos como uma forma de compensar este Não saber, permanecendo o ser afastado da sua dimensão mais profunda que o ajudaria a ser-no-mundo de forma mais autêntica.

Assim vimos que somos totalmente envolvidos pelo contexto social e este gera sofrimento psíquico a partir do nosso modo de viver, desdobrando-se em adoecimentos existenciais, muitas vezes desconsiderados pela clínica, pela sociedade.

Há muito o que se estudar sobre este tema, para possibilitar uma compreensão cada vez maior sobre a humanidade, sua forma de viver e seus adoecimentos. Entretanto, buscou-se, com este trabalho, contribuir para um melhor entendimento sobre o como se vive na contemporaneidade e o possível desdobrar deste viver, chegando-se a um entendimento de que torna-se fundamental para o psicoterapeuta lançar o olhar para o contexto socio-histórico e pessoal daquele que chega em meio a uma floresta de sintomas, crenças, carregado, muitas vezes, de um discurso sintomático, de vazio existencial, com um “*Não sei*”, a fim de auxiliá-lo na trajetória que o levará ao encontro consigo mesmo e com sua autenticidade.

## REFERÊNCIAS

- AGAMBEN, G. O que é o contemporâneo. In: \_\_\_\_\_. **O que é o contemporâneo e outros ensaios**. Chapecó, SC: Argos, 2009. p. 91-101.
- BAUMAN, Z. Consumismo *versus* consumo. In: \_\_\_\_\_. **Vida para consumo: a transformação das pessoas em mercadoria**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2008. p. 37-69.
- COLOMBO, Martistela. **Modernidade: a construção do sujeito contemporâneo e a sociedade de consumo**. 2012. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0104-53932012000100004](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-53932012000100004). Acesso em: 15 mai. 2021.
- COMPARATO, Fabio Konder. **Capitalismo: civilização e poder**. Estud. av. vol.25 no. 72. São Paulo Mai/Ago 2011. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0103-40142011000200020](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-40142011000200020). Acesso em: 12 mai. 2021.
- CORTELLA, Mário Sérgio. Revista Época Negócios digital. 08 SET 2014. Disponível em: <https://epocanegocios.globo.com/Inspiracao/Vida/noticia/2014/09/so-um-imbecil-gostaria-de-fazer-o-que-nao-gosta.html>. Acesso em: 26 jul. 2021.
- EWALD, Ariane Patricia; MOURA, Thieme de Carvalho; GOULART, Samira Meletti da Silva. Contemporaneidade e sofrimento psíquico: Relações entre modos de vida e demandas psicoterapêuticas. **Revista Argumento**, Curitiba, v. 30(38), 119-129, jan-mar, 2012. Disponível em: <https://periodicos.pucpr.br/index.php/psicologiaargumento/article/view/20271>>. Acesso em: 03 nov. 2020.
- FORGHIERI, Y. C. A fenomenologia e suas relações com a psicologia. In: \_\_\_\_\_. **Psicologia Fenomenológica: fundamentos, método e pesquisas**. São Paulo: Pioneira, 2002. p. 15-19.
- GALLI, L. M. P. Consciência. In: D'ACRI, G.; LIMA, P.; ORGLER, S. (Orgs.). **Dicionário de Gestalt-terapia: "Gestaltês"**. São Paulo: Summus, 2007. p. 54-57.
- GINGER, S.; Ginger, A. Prefácio. In: \_\_\_\_\_. **Gestalt: uma terapia do contato**. 5 ed. São Paulo: Simmus, 1995. p. 9-15.
- GIOVANETTI, J. P. O adoecimento existencial no século XXI. In: \_\_\_\_\_. **Sofrimento Humano e Cuidado Terapêutico**. Belo Horizonte: Artesã, 2019. p. 47 - 74.
- GIOVANETTI, José Paulo. A religião como força organizadora da subjetividade na contemporaneidade, Texto mimeografado, 2015.
- GIOVANETTI, José Paulo. Desafios do Terapeuta existencial hoje, Texto mimeografado, 2005.

GIOVANETTI, José Paulo. **Psicoterapia fenomenológico-existencial: fundamentos-antropológicos**. 1 ed. Rio de Janeiro: Via Verita, 2017. p. 83-101.

HEIDEGGER, M. Carta sobre o humanismo. In: **Marcas do caminho**. Rio de Janeiro: Vozes, 2008. p. 326-376.

LE BRETON, David. **Desaparecer de si: uma tentação contemporânea**. Petrópolis: Vozes, 2018.

LIMA, P. Conscientização, Dar-se conta, Tomada de consciência. In: D'ACRI, G.; LIMA, P.; ORGLER, S. (Orgs.). **Dicionário de Gestalt-terapia: "Gestaltês"**. São Paulo: Summus, 2007. p. 58.

MARCHESINI, A. L. S. **A constituição do si-mesmo: uma abordagem winnicottiana**. 2010. 85 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia clínica) – Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo. 2010.

SANTOS, Danielle de Gois; SA, Roberto Novaes de. A existência como "cuidado": elaborações fenomenológicas sobre a psicoterapia na contemporaneidade. **Rev. abordagem gestalt.**, Goiânia, v. 19, n. 1, p. 53-59, jul. 2013. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1809-68672013000100007&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-68672013000100007&lng=pt&nrm=iso) Acesso em: 25 jul. 2021.

VIAPIANA, V. N.; GOMES, R. M.; ALBUQUERQUE, G. S. C. de. Adoecimento psíquico na sociedade contemporânea: notas conceituais da teoria da determinação social do processo saúde doença. **Saúde Debate**, Rio de Janeiro, v. 42, N. ESPECIAL 4, p. 175-186, dez. 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/sdeb/a/Y36fDqvZL5Js4nnWpXrYpBb/?lang=pt&format=pdf>. Acesso em: 24 jul. 2021.

WINNICOTT, Donald Woods. A criatividade e suas origens. In: **O brincar e a realidade**. Rio de Janeiro: Imago Editora, 1975. p.108-186.

\_\_\_\_\_. **Tudo começa em casa**. 3 ed. São Paulo: Margina Fontes Editora, 1999.

\_\_\_\_\_. Influências de grupo e a criança desajustada. In: **A família e o desenvolvimento individual**. São Paulo: Martins Pontes, 2005.