

# MEDO E ESPERANÇA\*

INDIVÍDUO, GRUPO E SOCIEDADE

*José Fonseca\*\**

## **Introdução**

Medo e esperança fazem parte do amplo espectro de sentimentos, que são os canais de comunicação nas relações humanas. Além de conduzirem seu conteúdo psicológico, eles carregam o código (simbólico) dos valores socioculturais da rede relacional onde estão inseridos. Contêm, portanto, o princípio vinculador humano. Para Espinosa (1973), os sentimentos (paixões) constituem a “maneira humana” de viver. Segundo Heller (1987), sentir significa estar implicado em algo, sendo este algo outro ser humano, um conceito, você mesmo, um processo, um problema, uma situação, outro sentimento. Sentir significa estar em algum tipo de relação. É estar envolvido, consciente e/ou inconscientemente, com alguém ou algo. Faz parte do estar no mundo.

Proponho repassar o percurso do desenvolvimento do ser humano para melhor situar o estudo dos sentimentos. Em primeiro lugar, enfoco o aspecto neurológico do seu desenvolvimento, depois seu componente psicossocial na matriz de identidade (Moreno, 1976); segue-se uma visão dos sentimentos na evolução dos grupos e, finalmente, considerações sobre a afetividade no âmbito sociopolítico. Tento fazer um estudo integrativo entre o individual, o grupal e o social.

O objetivo principal deste texto, no entanto, é o de situar a discussão dos

---

\* Trabalho apresentado nas IV Jornadas Interculturales de Grupo: Miedo-Esperanza-Visiones, realizadas em Granada, Espanha, em junho de 2003.

\*\* Doutor pela FMUSP (área: Psiquiatria); Professor-Supervisor da SOPSP – Sociedade de Psicodrama de São Paulo; Coordenador do Daimon – Centro de Estudos do Relacionamento.

sentimentos, especialmente do medo e da esperança, em um contexto sócio-político-cultural, uma vez que ele foi preparado para um encontro de profissionais que se propunham discutir aspectos interculturais dos grupos terapêuticos (vide título e respectivo rodapé).

### **Os três cérebros<sup>1</sup>**

O adulto humano funciona com três *núcleos vitais reguladores*<sup>2</sup> inter-relacionados: o núcleo *instintivo-motor*(*nim*), o núcleo *emocional-afetivo*(*nea*) e o núcleo *intelectual*(*ni*). Como a própria denominação sugere, o núcleo emocional-afetivo é regulador das emoções e dos sentimentos; o intelectual coordena o pensamento, enquanto o instintivo-motor se encarrega do funcionamento autônomo dos órgãos internos, da coordenação dos movimentos gerados pelos músculos estriados e lisos, bem como da sexualidade.

Do ponto de vista evolutivo, o *núcleo instintivo-motor*, ou “primeiro cérebro”, também conhecido como cérebro reptiliano, é o mais antigo. Corresponde anatomicamente ao hipotálamo, porção alta do tronco cerebral e dos gânglios da base. Ele comanda as regulações viscerais e glandulares, a procriação, o ciclo vigília-sono, a predação, o instinto de território e a vida gregária, ou o *instinto da relação*. Quando falamos de instintos, estamos falando, portanto, deste primeiro núcleo, o instintivo-motor.

---

<sup>1</sup> Inspiro-me em Nicoll (1979) e na neurofisiologia.

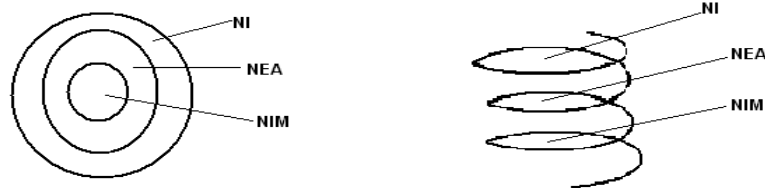
<sup>2</sup> A denominação *núcleo vital regulador*, aqui utilizada, expressa mais uma dimensão funcional de circuitos cerebrais do que anatômica.

O “segundo cérebro” humano, correspondente ao funcionamento neurológico dos mamíferos inferiores, é composto pelo sistema límbico (SL), constituindo o *núcleo emocional-afetivo*. É o responsável pela autopreservação, pela preservação da espécie e pelos cuidados com a prole. Representa a possibilidade de haver certo grau de aprendizado e de solução de problemas com base na experiência. Até esse momento, não há ainda verbalização, atos responsáveis e emoções elaboradas (sentimentos ou afetos) – ou seja, o ser humano não atingiu, por enquanto, sua capacidade simbólica.

O “terceiro cérebro”, privilégio dos mamíferos superiores, corresponde ao amadurecimento do neocórtex. É o chamado *cérebro inteligente*, responsável por pensamentos, operações lógicas, linguagem verbal e capacidade simbólica. Constitui o *núcleo intelectual*.

Com o desenvolvimento desse terceiro núcleo acontece, a rigor, a transformação do segundo, que antes era somente emocional e se torna emocional-afetivo, passando a coordenar não só as emoções, mas também os sentimentos. As emoções, antes primárias, passam a ser elaboradas e requintadas pelo filtro do núcleo intelectual, surgindo os sentimentos ou afetos. Estes são permeados pela influência sociocultural, expressando tabus, refinamentos estéticos, censura, moda, enfim, todas as sutilezas sentimentais humanas. Emoções são primitivas, enquanto os sentimentos passam pelo filtro intelectual. Emoções, em termos evolutivos, precedem os sentimentos e são seus fundamentos. As emoções contêm uma resposta automática, não necessitam do pensamento (núcleo intelectual) para sua expressão. Podemos dizer que as emoções são eminentemente corporais enquanto que os sentimentos são corporais e mentais. Emoções primárias tais como o apego, a raiva etc. podem se transformar em amor, ódio, culpa, vergonha.

Para finalizar este tópico, gostaria que o leitor visualizasse os núcleos como três círculos concêntricos. Desta forma, na vida adulta, um instinto se expressa através da emoção, do sentimento e do pensamento (palavras). Podemos dizer que um recobre e interpenetra o outro de forma sistêmica.



### **Instintos, emoções, sentimentos e pensamentos**

O instinto representa um impulso inato, hereditário, não aprendido, que faz um animal, no caso o animal homem, executar uma série de ações essenciais à sua sobrevivência e à preservação da espécie. Exemplos: instinto gregário, de nutrição, sexual etc. Já a emoção compreende o componente físico, biológico, as sensações corporais que acompanham os sentimentos humanos. Em geral, expressa-se em uma reação corporal imediata e contingente (*flash*), circunscrita ao instante de sua ocorrência. As *emoções primárias* são as próprias do bebê, quando não houve ainda um pleno desenvolvimento do sistema neural (especialmente do córtex cerebral) e, portanto, quando o psiquismo (a mente, ou o “eu”) se encontra em estado rudimentar. As *emoções secundárias* acompanham, como manifestação corporal, os sentimentos elaborados por um psiquismo já suficientemente desenvolvido.

O sentimento implica um elaborado “aprendizado” psico-famílio-sócio-

histórico-cultural, constituindo uma estrutura integrada pelos elementos genéticos, biológicos e ambientais (núcleos instintivo-motor, emocional-afetivo e intelectual, formados e conectados). Exemplo: o medo, instinto que guia a reação animal de luta e fuga, manifesta-se como emoção primária universal, passando a ser um sentimento a partir do momento em que ganha, com o desenvolvimento neuro-psico-social, uma condição histórica particular permeada por elementos familiares e culturais de sua inserção social.

Como se vê, a emoção tem a ver com o biológico, com a fisiologia, em conexão com a psicologia. Corresponde a alterações do tônus visceral e musculoesquelético, passíveis de serem observadas, subjetiva e/ou objetivamente, na medida em que apresentam alterações visíveis, tais como aumento ou diminuição das frequências respiratória e cardíaca, miose ou midríase, rubor ou palidez etc. Já os sentimentos (afetividade) significam uma articulação da emoção com a cognição, em conexão com o contexto sociocultural. Os sentimentos ultrapassam a esfera corporal, adentrando o terreno do mental. As emoções, em sua dinâmica, representam a resposta a um estímulo, enquanto que os sentimentos significam um percurso de circuitos cerebrais (mapa cerebral). Podemos dizer, inspirados em Damásio (2004), que as emoções se encenam no teatro do corpo, enquanto os sentimentos, no teatro da mente. É no corpo que tanto a emoção como o sentimento se inserem e é nele que estão armazenadas suas memórias. Em cada célula do organismo há o registro de uma parte da história de vida de seu portador. Naffah diz que:

(...) podemos pensar o corpo como superfície onde se inscrevem os acontecimentos da história, formando um conjunto de marcas ou sinais, uma espécie de memória corporal que codifica os fluxos, imprimindo-lhes valores,

direções. A cultura não modela uma identidade, não cria um eu, não impõe seus padrões de conduta sem deixar no corpo as suas marcas. (1989, p. 96)

Segundo Vitale (1994), os sentimentos (proponho que sejam incluídas também as emoções e as sensações corporais) podem ser considerados positivos e negativos, conforme o critério de proximidade e distância nas relações, sem que haja necessariamente a conotação de “bom” ou “ruim”, uma vez que ambos constituem “patrimônio” humano e são essenciais para a dinâmica relacional. A falta deles é que seria esdrúxula. Assim, seriam positivos: o amor, a amizade, a alegria, a esperança. E negativos: o ódio, a tristeza, o medo, a vergonha etc. Vitale ainda adverte que pode ocorrer

(...) um amplo leque de ambivalências, contradições e movimentos. Um sentimento pode ser positivo em um contexto e negativo noutro. O ódio, por exemplo, afasta, mas também pode unir; o medo leva à fuga, mas pode levar à luta. Tais sentimentos podem, portanto, adquirir uma forma passiva ou uma forma ativa. É possível que um sentimento esteja ocultando outro; talvez o ódio esteja encobrando a dor de uma rejeição, e assim por diante. (Ibidem, p. 15)

Fica implícito, também, nessas considerações, que se há de levar em conta a qualidade da emoção ou do sentimento, pois a alegria de um encontro genuíno é diferente da manifestada em um estado hipomaniaco. Outra possibilidade útil de ser lembrada é a gradação consciente/inconsciente no “sentir” os sentimentos. O medo, dependendo de sua intensidade, pode ser um cuidado, um receio ou um desespero. As paixões (paixão de amor ou paixão de ódio, por exemplo) seriam sentimentos agudos e de alta intensidade.

Pode-se ainda refletir sobre a eventualidade de sentimentos neutros, como seria,

por exemplo, a sensação de calma ou tranquilidade (ausência de ansiedade), a paz interior. Weil (1998) fala das três dimensões da paz: a paz consigo mesmo (ecologia e consciência pessoal), a paz com os outros (ecologia e consciência social) e a paz com a natureza (ecologia e consciência planetária).

Apesar de neste texto realçar a formação dos sentimentos, não posso deixar de comentar, em poucas linhas, por não ser seu objetivo primordial, também a origem dos pensamentos, uma vez que ambos os processos são compartilhados neurológica e psicologicamente. Como foi visto, em termos evolutivos, a criança vai ganhando pouco a pouco a capacidade de ‘pensar pensamentos’ e de ‘sentir sentimentos’. Nessa época, do ponto de vista psicológico, o bebê atravessa uma fase em que passa a perceber e sinalizar a falta de pessoas queridas em sua rede sociométrica primária (matriz de identidade). Em linguagem psicanalítica a criança vivencia a falta do ‘objeto’, seja este o leite, o seio ou a própria mãe. Como será descrito em tópico subsequente (Relação-separação), a criança tem o prazer da presença e a raiva-tristeza da ausência de pessoas objetos de seu apego (posteriormente, amor). Na experiência da falta, já capacitado pelo núcleo intelectual(ni), o bebê imagina, fantasia, pensa (no dizer psicanalítico: “alucina”) a figura-relação (“objeto”) ausente. Neste momento o bebê inaugura sua capacidade de pensar e lembrar de algo que já teve e que de alguma forma perdeu. Preenche com pensamentos e lembranças a falta das relações que agora ‘sente’.

A teoria socionômica de Moreno deixa claro ainda, através da teoria de papéis, que no desempenho deles está implícita uma ação. Podemos dizer, então, que os instintos, emoções, sentimentos e pensamentos se expressam relacionalmente pelo desempenho de papéis (que se vinculam a contra-papéis), de forma explícita ou implícita (papéis latentes).

O ser humano necessita três tipos de alimentos para sua sobrevivência física e mental: o alimento (comida) que é digerido pelo aparelho digestivo, o alimento (oxigênio) que é processado pelo sistema respiratório e as impressões recebidas e elaboradas pelo aparelho psíquico. Qualquer falta ou exagero, ou mesmo falha nesse processo, põe em risco o equilíbrio fisiológico. As impressões recebidas de fora, do ambiente, das outras pessoas, do outro pólo da relação sofrem um processo de metabolização interna, transformando-se em emoções, sentimentos, pensamentos e, conseqüentemente, em ações. Quanto mais fluente (espontâneo) é o processo desse fora–dentro–fora, mais criativo será seu resultado.

Em quaisquer desses processos, está em jogo um trabalho com diferentes tipos de energia, uma vez que, no primeiro, há a metabolização de sólidos e líquidos (alimentos e água), no segundo, de elementos gasosos (ar) e, no terceiro, quando as impressões são transformadas em emoções, pensamentos e sentimentos, teríamos que imaginar, por decorrência, uma substância energética mais sutil do que as anteriores. Nessa mesma linha, Bion (1966) propõe o conceito da “função alfa”, responsável pela transformação de “elementos beta” (recebidos através das relações) em “elementos alfa”, movimento “digestivo” necessário para uma vida psíquica saudável, ou na linguagem psicodramática, para estabelecer relações télicas e auto-télicas.

## **Consciência**

Damásio (2000) chama de “sentimento de fundo” o que viria a ser a consciência de estar vivo, de existir. Neste conceito nos deparamos com outro elemento crucial para o estudo dos sentimentos que é a *consciência*. Prefiro considerá-la como um meio através do qual chegamos ao conhecimento (autodiagnóstico) dos sentimentos. Ela é responsável pela nossa sintonia com os outros e com o meio ambiente. A consciência



não é, portanto, um sentimento, mas um estado por meio do qual percebemos o que sentimos. A consciência pode nos conduzir também aos sentimentos antes ocultos ou inconscientes. Enfim, os sentimentos são captados pela consciência, ainda que nem todos os seus processos sejam conscientes.

Já a “consciência de si” seria atingida quando alguém, tendo feito um movimento deliberado de atenção sobre si mesmo, amplia sua autoconsciência, “lembra” que existe, percebe que é alguém além do nome que leva: um ser vivo em relação com pessoas, com a natureza, com o universo. É claro que esse estado nos proporciona também a consciência da passagem e da finitude da vida.

A atenção é um elemento básico da consciência. Ela é o catalisador da consciência. Se a consciência fosse um rio, a atenção seria o seu leito. Podemos subdividi-la em 1) atenção automática e 2) atenção deliberada ou intencional. A automática manifesta-se reflexamente. Acontece, por exemplo, quando algo cai ao chão e imediatamente olhamos (‘prestamos atenção’). A atenção deliberada ou intencional já significa um “trabalho” voltado para um objetivo a ser atingido. Digamos, metaforicamente, que a atenção deliberada ou intencional utiliza uma “energia” mais fina ou mais sutil do que a atenção automática. A atenção e a consciência decorrente estão sempre situadas no presente. Este ‘momento’ institui uma estrutura temporal, uma marca divisória entre o passado e o futuro.

Inspiro-me em uma metáfora de Moreno (1976, p. 136) sobre o conceito de espontaneidade, para ilustrar a compreensão que proponho da consciência. Diz Moreno que uma sala escura e iluminada apresenta a mesma estrutura básica (móveis etc), porém, na segunda alternativa surge uma qualidade fundamental que na primeira não existia: a luz. A partir dela é possível uma movimentação segura pelo espaço.

Transpondo a idéia para o psiquismo, teremos, de acordo com o grau de consciência (luz) que incida sobre ele, fenômenos mais iluminados e/ou menos iluminados. Nesta comparação temos dois extremos, um muito escuro e outro muito claro, entremeados por uma zona variável de claro-escuro. Ao claro-escuro corresponde o pré-consciente (e o pré-inconsciente); ao escuro, o inconsciente, e ao muito escuro, o inconsciente transpessoal — como, por exemplo, o inconsciente coletivo de Jung. A zona clara refere-se à consciência e a muito clara à supra-consciência. A supra-consciência corresponde aos estados de consciência vividos em momentos especiais, fora do cotidiano — *peak-experiences* —, como os Encontros descritos por Moreno, Buber, pela filosofia existencial e pela filosofia oriental. A supraconsciência abrange, em uma gradação, também os estados modificados de consciência atingidos durante os exercícios meditativos (‘não-pensamento’ ou ‘vazio interior’).

A consciência, e seu ato correspondente, a conscientização, também deve ser compreendida, segundo uma gradação variável, entre a simples apreensão, ou, conhecimento de uma realidade, até à crítica dessa mesma realidade. Segundo Paulo Freire (1980), devemos considerar uma etapa de passagem entre a ‘consciência ingênua’ e a ‘consciência crítica’, pois, nesta é que se situa a possibilidade de ‘transformação da realidade’. Do ponto de vista psicoterapêutico, não basta somente uma boa interpretação ou uma boa dramatização, não basta o insight ou a catarse de integração. O compromisso existencial com essa ‘nova verdade’ é que se torna essencial para o processo de transformação pessoal.

### **A cunhagem psicossocial**

Os sentimentos têm origem no período em que o ser humano está sendo

“cunhado”, como foi visto no início deste texto, quando recordamos o desenvolvimento neuropsicológico através dos núcleos instintivo-motor, emocional-afetivo e intelectual. Esses núcleos estão inseridos em um contexto mais abrangente, que é a matriz de identidade. Para Moreno (1976), ela representa a rede relacional bio-psico-sócio-cultural que dá sustentação ao novo ser, desde o período anterior ao seu nascimento, quando ele ainda é somente expectativa familiar, até o momento em que ganha identidade, internalizando-a como referência existencial. A bem dizer, a matriz de identidade é o berço ou o útero relacional do novo ser.

Ainda Moreno (ibidem), de acordo com sua teoria de papéis, nos ensina que o desenvolvimento na matriz de identidade se dá através de papéis psicossomáticos, psicológicos e sociais. Os *papéis psicossomáticos* estão diretamente relacionados às funções biológicas, que fazem a ponte da criança com o ambiente e se revestem dos aspectos psicossociais inerentes a esse relacionamento inicial; são eles, por exemplo, os papéis de ingeridor, defecador, urinador, respirador, dormidor etc. Os *papéis psicológicos* são responsáveis pelo mundo interior da imaginação ou fantasia. Já os *papéis sociais* consolidam-se, apesar de estar implícito que outros processos estejam envolvidos nesta consolidação, quando a criança consegue distinguir a fantasia da realidade. Através deles acontece o relacionamento com os outros. Os sentimentos são suscitados no âmbito de uma relação, em que papel e contrapapel estão vinculados de forma simétrica (namorado–namorada) ou assimétrica (pai–filho, professor–aluno).

Moreno (1974) resume o desenvolvimento da matriz de identidade em três etapas: 1) etapa de identidade, do eu com o outro (tu), do sujeito com os objetos circunvizinhos; 2) etapa do reconhecimento do eu, de sua singularidade como pessoa; e 3) etapa do reconhecimento do tu, do reconhecimento dos outros. A observação

detalhada desse período do desenvolvimento psicológico revela pontos importantes para o estudo da psicossociodinâmica humana.

## **Relação–separação**

Proponho a consideração de *três posições psicodinâmicas básicas* no trajeto que a criança percorre entre a etapa inicial de identidade total, em relação ao ambiente circundante, e as etapas de reconhecimento do eu e do tu. Essas posições psicodinâmicas estruturam o *aprendizado* do *relacionar-se* e do *separar-se*, o que, na verdade, constitui dois pólos do mesmo processo: a *relação–separação*. Essas posições representam os alicerces da maneira como o futuro adulto estabelecerá relações (separações).

A primeira posição psicodinâmica refere-se ao *aprendizado* da *relação–separação* propriamente dita. A segunda, relacionada de outra maneira à *relação–separação*, tem a ver com a formação do conceito autovalorativo, ou seja, da captação consciente/inconsciente do valor que a pessoa atribui a si mesma (auto-estima) e daquele que percebe usufruir em seu meio social (estima). A terceira posição psicodinâmica básica é relativa à transformação qualitativa de uma relação dual em triangular e à separação que o *terceiro* promove na unidade anterior.

O exame da primeira posição será suficiente para o estudo do *medo* e da *esperança*. Ela coordena o “aprendizado” do “estar junto” e do “estar só”. O par de opostos (“lei do dois” da natureza) relativo à relação–separação está sempre presente na vida humana: espermatozóide e óvulo, separados e unidos (ovo), gestação e parto, cuidados maternos (maternagem) e o prescindir deles, vida–morte etc. Nesta fase, as

estruturas relacionais básicas da experiência de amar e ser amado, de amar e ser rejeitado e de rejeitar são internalizadas.

A observação indica que, inicialmente, a criança se vincula aos seres humanos circundantes de maneira genérica, aceitando os cuidados de forma indiscriminada. Com o amadurecimento neuropsicológico, ela passa a se vincular em uma ordem preferencial (sociometria primária), adquirindo a capacidade de escolher pessoas. Em nossa cultura, a mãe é sua escolha principal, mas não raro a avó, a babá ou o pai podem ser os primeiros eleitos. De qualquer modo, a observação do mundo relacional da criança revela que existem escolhas preferenciais e há uma gradação entre elas. Assim, seguindo critérios variáveis, os adultos também escolhem amigos, parceiros sexuais, cônjuges etc.

A criança “espera” que sua personagem eleita, a *número um*, não só a alimente, mas que a tome nos braços, converse com ela, sorria,<sup>3</sup> faça carinhos. Podemos denominar essa expectativa otimista do bebê de *ansiedade-esperança*. Ao se concretizar esse esperado contato, o pequeno ser não sente apenas a fome saciada ou o desaparecimento do seu desconforto; sente, também – e principalmente – o prazer do contato físico, do estar junto, da relação. Aqui reside o princípio da relação amorosa. O usufruir dessa experiência leva o bebê a experimentar a *alegria* do momento compartilhado, semente do futuro sentimento de felicidade. Essas sensações positivas vão sendo internalizadas (quarta fase do processo) e conformando uma perspectiva de vida otimista no futuro adulto. Este ciclo, reiterado ao longo do desenvolvimento neuropsicológico com as figuras afetivas da matriz de identidade, desenvolve uma parte do processo, que é completado com a experiência concomitante da separação.

---

<sup>3</sup> Spitz (1998) mostra que o “olho no olho” (mãe-criança) das mamadas do primeiro mês de vida evolui para o sorriso indiscriminado do início do segundo e, depois, ao estranhamento aos rostos desconhecidos do oitavo.

Considere-se agora o *pólo* da separação.<sup>4</sup> Toda vez que a pessoa eleita ameaça afastar-se, ou se afasta de fato, a criança passa por uma série de reações. A primeira, diante da perda iminente, é de *ansiedade-medo*. Ao se concretizar o abandono, a emoção que se segue é de *raiva*, base do sentimento de ódio. A terceira etapa é representada pela *tristeza*, que decorre da vivência de perda. A quarta e última significa a resolução do processo, ou seja, dentro de algum tempo a criança volta a ficar bem, relacionando-se de forma tranqüila com o cuidador do momento. Essas fases se repetem reiteradas vezes no seu dia-a-dia e, por que não dizer, na vida toda de uma pessoa. Acrescente-se que existe uma contrapartida (resposta) afetiva dos adultos cuidadores em relação a essas manifestações emocionais, gerando uma rede relacional, um *átomo microssocial* de atrações, neutralidades e rejeições, que constituem a *sociometria primária* da criança em sua matriz de identidade.

Devido ao prazer de estar em relação com seus amados e ao sofrimento inerente à separação, a criança organiza modos psicológicos (*técnicas*) para diminuir ou evitar a dor e prolongar o prazer. A essa estrutura organizada dá-se o nome de processo *amortecedor* ou de *formação de defesas*. Os *amortecedores* ou *defesas* são incorporados à sua maneira de ser, passando a fazer parte de sua personalidade. Enfim, *as marcas* das diferentes fases do aprendizado da *relação* (ansiedade-esperança, prazer-amor, alegria-felicidade) e da *separação* (ansiedade-medo, raiva-ódio, tristeza-depressão), acrescidas das *marcas* de *amortecedores* ou *defesas*, delineiam sulcos na personalidade em formação, que vêm a ser os traços principais e secundários da personalidade. Essa estrutura psicológica primária serve de base para todos os processos de relação-separação (perda) do futuro adulto.

---

<sup>4</sup> Inspiro-me em Bowlby (1982), que coloca quatro fases na elaboração do luto: torpor, saudade,

Apesar da essência dos sentimentos não se ajustar propriamente a esquemas, disponho espacialmente, e de maneira ordenada, o percurso vivencial destes na matriz de identidade, a fim de tornar didática sua apresentação.

RELAÇÃO	SEPARAÇÃO
Ansiedade/esperança	Ansiedade/medo
Prazer (de estar junto [amor])	Raiva (ódio)
Alegria (felicidade)	Tristeza (depressão)
Resolução – internalização – formação de amortecedores ou defesas	

Proponho, desta forma, que a ansiedade seja considerada em seu pólo positivo, ou seja, a esperança, e em seu pólo negativo, ou seja, o medo, como os pólos positivo e negativo da corrente elétrica, ambos essenciais para a circulação da energia. Nesta alegoria a esperança estaria ligada à relação, ao ganho, à vida e à luz, enquanto o medo estaria vinculado à separação, perda, morte e escuridão.

O psicanalista Luis Cláudio Figueiredo (2004), em seu artigo “Crenças, esperança e fé”, chama atenção para a esperança como princípio de funcionamento psíquico. Tece considerações sobre ‘esperanças saudáveis’ e ‘esperanças regressivas’. As primeiras seriam essenciais, por exemplo, para o bom andamento do processo psicoterapêutico. As esperanças regressivas seriam correspondentes à expectativa de reencontro de um estado primitivo de satisfação em que não há trabalho e sofrimento psíquico. Deduz-se, portanto, que a esperança pertence à dimensão do presente-futuro e não à dimensão do passado. Este autor lembra ainda que Winnicot (1949) refere-se à desespero e reorganização. Nas crianças de quinze a trinta meses, segundo o mesmo autor, a

‘desesperança congênita’ como aquela que acompanha os quadros depressivos profundos e cronificados.

Creio que em linguagem psicodramática podemos chamar a esperança saudável de ‘esperança télica’, aquela que contempla uma relação voltada para a busca de algo melhor no futuro, e a esperança regressiva de ‘esperança transferencial’, aquela aprisionada no desejo de revivência do passado. Ainda neste vôo moreniano não poderia perder a oportunidade de comentar que a esperança está diretamente vinculada à teleespontaneidade-criatividade porque por meio delas se rompe o círculo vicioso da repetição compulsiva do passado, da transferência, da conserva cultural. A criatividade é uma esperança que se concretiza por meio da espontaneidade.

### **Medo e esperança no grupo**

Vimos como o medo e a esperança se desenvolvem no âmbito individual. Vejamos agora a perspectiva de seu aparecimento nos grupos. Bion (1970) utiliza a expressão “mentalidade grupal” para designar o fato de um grupo funcionar como uma unidade, mesmo quando seus membros não possuem consciência disso. Do ponto de vista da sua dinâmica, um grupo é sempre maior do que a soma das dinâmicas individuais de seus membros.

Alguns aspectos da “mentalidade grupal” foram chamados por Bion de “supostos básicos”. Entre eles, o psicanalista inglês destaca três: dependência (baD: “*basic assumption of dependence*”), luta-fuga (baF: “*basic assumption of fight-flight*”) e acasalamento (baP: “*basic assumption of pairing*”). Na dependência, o grupo idealiza o

---

separação da mãe revela: protesto, desespero e desligamento (negação).



coordenador grupal (terapeuta, professor, coordenador, facilitador etc.), de quem espera (esperança) apoio incondicional às suas aspirações. Investe-o de elementos onipotentes e místicos.<sup>5</sup> Na fantasia grupal do segundo suposto básico, o de *luta-fuga*, o grupo tem a tendência de agredir ou de se defender de um perseguidor interno ou externo (medo). O terceiro suposto básico, o de *acasalamento*, traduz o movimento grupal para se centrar em torno de um casal (misto ou do mesmo sexo), ao redor do qual se cria um clima emocional de expectativa e esperança mágicas. É como se o produto (filho) desse acasalamento trouxesse a certeza da felicidade futura. Neste sentido, o resultado do acasalamento significaria a vinda do Messias grupal.

Segundo Py (1986), na fantasia grupal inconsciente ou na expectativa regressiva de seus membros, o coordenador grupal deve ser todo-poderoso (dependência), imbatível (luta) e jamais aprisionado (fuga), um verdadeiro Messias (acasalamento). Como contraponto a esses anseios regressivos, no grupo maduro, no suposto básico de dependência, o coordenador grupal seria apenas confiável; no de luta-fuga, meramente corajoso; e no de acasalamento, simplesmente criativo.

Bion (1970) reconhece que os grupos apresentam também possibilidades de transformação rumo à maturidade. Denomina “grupo de trabalho” à busca grupal organizada quanto a suas necessidades e objetivos.

Creio que as dinâmicas regressivas dos supostos básicos possam transcender os pequenos grupos, podendo ser observadas também em organizações, Estados e nações, concedidos os devidos descontos aos componentes econômicos e políticos inerentes a cada situação. Na verdade, o processo dinâmico do pequeno grupo não é o mesmo do grande grupo, e muito menos o do processo sociodinâmico das massas. Quando se fala

---

<sup>5</sup> Freud (1967) já dizia que o líder provoca, à semelhança da admiração dedicada ao pai, um

de Estados e nações, essas transposições devem ser ainda mais cautelosas. No entanto, algumas evidências do sentimento popular podem ser estudadas na dinâmica relacional entre o povo e seu líder.

Nesta dimensão, um regime ditatorial convalidado pelo povo reflete, de um lado, o desejo regressivo de se possuir um pai redentor e milagroso e, de outro, o abuso político do ditador. Não poderia ter havido um Hitler sem um povo alemão que lhe tivesse dado sustentação. Em termos brasileiros, creio que Getúlio Vargas representa melhor que outros presidentes e ditadores a figura populista do “pai dos pobres” – tanto que, derrubado do poder pelos militares, em 1945, volta ao cargo cinco anos depois, reeleito pelo povo.

A figura do perseguidor interno ou externo é às vezes manipulada politicamente, como aconteceu na Alemanha nazista, onde os perseguidores internos eram representados por judeus, ciganos, homossexuais, doentes mentais, ou seja, pelos considerados “impuros”. Vale a pena lembrar, também, neste sentido, a “limpeza étnica” executada na antiga Iugoslávia nos anos 90, quando milhares de pessoas foram mortas ou expulsas de suas terras. Já na ditadura argentina dos anos 70-80, os militares “ressuscitaram” um inimigo externo – a Inglaterra, que no passado realmente ocupara um reconhecido território argentino –, tendo em vista conseguir apoio popular a um regime político agonizante, e o povo argentino pagou seu tributo de sacrifício na malfadada Guerra das Malvinas. Ainda lembrando da Argentina, que melhor exemplo de acasalamento do que o formado por Perón e Evita nos anos 40 e 50? O povo argentino viveu a perspectiva de ter o grande pai e a grande mãe, assim como a expectativa otimista de um futuro grandioso (a vinda do Messias) que não se

---

feito hipnótico ou de enamoramento em seus liderados.

concretizou. Recentemente, em 2003, o Iraque e os países discordantes da política norte-americana, ou fazendo parte de áreas de interesse econômico para os Estados Unidos, foram apresentados pelo presidente estadunidense, George W. Bush, como fazendo parte do “eixo do mal” (perseguidor externo na suposição básica de luta). Nesse mesmo período, estabelece-se uma união entre o presidente Bush e o primeiro-ministro britânico, Tony Blair, que lembra o suposto básico de acasalamento.

Outro estudioso dos grupos, Schutz (1973), descreve três fases na evolução grupal: fase de inclusão, de controle e fase afetiva.<sup>6</sup> Na primeira, acontece a luta para ser aceito, ser incluído, para se conseguir um lugar, ter uma identidade grupal; na segunda, o esforço para obter uma importância no grupo (inclusive a luta por liderança) corresponde a uma identidade de valor (quanto valho?); na fase afetiva, há a fluência do trabalho grupal. Essas afirmações mostram que o primeiro movimento do indivíduo é para não se sentir excluído; o segundo é para conseguir um reconhecimento de valor; é somente depois desses dois tipos de identidade – um existencial-grupal e outro valorativo – que ele chega a uma fluência produtiva no grupo. Esses dados são coerentes, por exemplo, com a grande incidência de quadros psicóticos em migrantes nordestinos recém-chegados a São Paulo (observação clínica efetuada em hospitais psiquiátricos paulistanos). Conseguida uma melhor inserção na rede relacional local, ou seja, uma melhor *inclusão* na cidade grande, os surtos não mais se repetem.

## **O sofrimento ético-político e a felicidade pública**

Proponho, agora, continuar nossa incursão no âmbito sociopolítico, uma vez que,

---

<sup>6</sup> No livro *Psicodrama da loucura* (1980, p. 129), apresento as fases de evolução dos grupos segundo uma linguagem psicodramática: indiferenciação, reconhecimento grupal,

como já afirmado, os contextos individual, grupal e sociocultural são interdependentes. Os sentimentos apresentam, portanto, também uma dimensão cultural e nacional.

O documentário *Tiros em Columbine (Bowling in Columbine)*, Oscar de 2003, do diretor Michael Moore, levanta a hipótese de que a cultura norte-americana do medo e da paranóia seja responsável pelo enorme número de mortes por armas de fogo nos Estados Unidos. Provavelmente, a valorização exagerada da coragem e o desprezo pelo medo resultem na moral da valentia norte-americana. Os filmes de faroeste exibem a figura do “mocinho” norte-americano como corajosa, enquanto a personagem do latino-americano aparece como medrosa ou covarde. Nesta perspectiva, a coragem passa a ser a virtude dos “nobres” e o medo é confundido com covardia, característica da plebe ou dos fracos, quando ambos os sentimentos são imprescindíveis em seu equilíbrio.

Para continuar a análise do tema, lanço mão das idéias do filósofo Espinosa. Para tanto, valho-me de escritos do próprio (1957; 1973), como também de textos de Marilena Chauí (1987; 1995) e de Bader Sawaya (1999), reconhecidas conhecedoras da obra do filósofo holandês.

Espinosa discorre sobre democracia e a liberdade com base nos sentimentos humanos, propondo um sistema de idéias em que o psicológico, o social e o ético-político aparecem entrelaçados. Para ele (1957, *Ética*, livro II), o corpo, sede dos sentimentos (ou das paixões, como diz), é matéria biológica, emocional e social. Considera que a ação do corpo está diretamente relacionada ao pensar da mente. Todo indivíduo tem o direito de ser, afirmar-se, expandir-se, atingir a liberdade. Nessa busca, está implícito um movimento, uma ação em direção à liberdade. A atividade leva à liberdade; a passividade, à servidão.

---

triangulação e circularização ou inversão de papéis.

Ao ler Espinosa, o psicodramatista não pode deixar de lembrar de Moreno (1974). Para este, o homem é um ser essencialmente espontâneo – livre, então, para criar. Não se pode compreender o conceito de espontaneidade sem levar em conta seu atributo de liberdade. A *conserva cultural* de Moreno, se preponderantemente valorizada, significa a estagnação desse processo. Portanto, espontaneidade e conserva, de alguma forma, podem representar, para ele, o que liberdade e servidão representam para Espinosa.

Ao estudar a origem e a natureza dos afetos, o filósofo holandês afirma (*Ética*, III, propos. 50) que “não há esperança sem medo nem medo sem esperança”. A diferença entre eles seria a presença da alegria na esperança e da tristeza no medo. Assim (*Ética*, III, definições 12 a 15), a esperança (*spes*) é definida como uma alegria originada da imagem de algo passado ou futuro, de cujo resultado duvidamos. O medo (*metus*), sentimento que nos induz à fuga ou nos imobiliza, é definido como uma tristeza originada da idéia de algo passado ou futuro, de cujo resultado duvidamos. A *segurança* nasceria da esperança e o *desespero* do medo: a segurança (*securitas*) é a alegria nascida da idéia de algo passado ou futuro sobre o qual já não existe dúvida; o desespero (*desperatio*) é a tristeza nascida da imagem de algo passado ou futuro sobre cuja ocorrência já não existe dúvida. O percurso almejado é o que vai do medo à esperança, à segurança, ao contentamento e à paz. Medo e esperança estão referidos, portanto, ao passado e ao futuro, sobre os quais pesam dúvidas; desespero e segurança, em relação ao passado e ao futuro, quando não pesam dúvidas. A ausência da dúvida transforma, portanto, a esperança em segurança, e o medo, em desespero. Nessa circunstância, o presente perde sua plenitude existencial, passando a ser somente um momento intermediário (o evento foi ou será) preenchido pela duração temporal de sentimentos.

O que há de patético no *sistema medo–esperança* é que nada podemos fazer senão esperar (temer) o que virá e chorar ou bendizer o que já se foi. Essa tensão nos leva a uma sucessão desordenada de sentimentos (temor, regozijo, desespero, esperança, remorso) que nos faz oscilar como ondas do mar, denominada *flutuação de ânimo* (*fluctuatio animi*), que, segundo Espinosa (*Ética*, III, propos. 50), nos leva à *servidão* suprema: a *superstição*. O homem sucumbe a essa flutuação entre a esperança e o medo, inclinando-se à credulidade e se tornando presa de adivinhos, curandeiros, falsos profetas e maus políticos, ou seja, pagando seu preço à tirania teológica e política. A cultura popular é rica neste terreno, e todos sabem como as pessoas tomadas pela superstição se entregam nas mãos de exploradores inescrupulosos. O lucro dessa exploração parece ser tão compensador que organizações são criadas para tal fim.

O homem, nos dias de prosperidade, não ouve nenhum conselho, mas, nos de adversidade, ouve todos. A superstição cria os “mistérios” da Natureza e de Deus, dos quais nascem os segredos do poder. A superstição promove um falso saber, ou seja, uma ignorância revestida de aparente conhecimento. Dura o tempo que perdurar a sua causa: o medo. Espinosa (*ibidem*) comenta que poucos, valendo-se da angústia de muitos, apresentam-se como intermediários entre os homens e os deuses e, depois, como seus representantes. Nesta categoria, incluem-se os sacerdotes e os reis, representantes desses altos e baixos poderes. Ao se posicionar dessa forma em relação aos poderosos de sua época (século XVII), não é de estranhar que Espinosa, que era marrano ou cristão-novo, tenha sido expulso da comunidade judaica e da cristã de Amsterdã.

Chauí explica que, na vertente de Espinosa, “o medo não é louco, mas enlouquece o ânimo e extravia a alma. A superstição sim é louca” (1987, p. 61). A superstição busca alívio para o medo, abrindo as comportas da servidão. Permite que se

derrube o tirano, mas não a tirania. Um tirano muitas vezes sucede a outro, e todos eles também vivem sob a égide do medo: temem ser derrubados pelo que vem de cima (uma tirania mais forte) e pelo que vem de baixo (o poder do povo). A superstição oferece, portanto, sustentação e legitimidade ao governo corrupto. “Ciência alguma – chame-se ela filosofia, ciência política ou economia – garantirá de antemão a derrota do medo. A luta aqui, passional, é combater entre duas paixões em tudo contrárias: fuga da morte e desejo de vida” (ibidem, p. 75). A luta está situada entre o medo da morte – separação – e a esperança de vida – relação.

A dimensão social confere um caráter histórico ao sentimento. Cada momento histórico prioriza um deles. Vitale (1994) comenta que, no século XIX, predominou a vergonha do olhar do outro, com a respectiva exigência de expiação pública. No século XX, a culpa substituiu a vergonha, mudando o caráter da expiação pública em privada, individual. O sentimento ganha, portanto, também um aspecto ético-político.

Sawaya (1999) comenta que o *banzo*, estado melancólico que acometia os escravos africanos no Brasil e que muitas vezes os levava à morte, estava legitimado pela política de exploração e dominação econômica internacional. Hoje, encontramos um fenômeno semelhante entre os índios brasileiros. Um estudo psiquiátrico realizado em algumas comunidades indígenas (Oliveira e Lotufo Neto, 2003) revelou que o índice de suicídio é cerca de quarenta vezes a média brasileira. A “depressão” desses índios não pode ser interpretada somente com explicações genéticas ou neuroquímicas. O ato do suicídio é a concretização biológica de algo que já aconteceu: perderam a identidade, morreram psicossocialmente. Trata-se da tentativa de auto-extermínio étnico, um suicídio social. Preferem antes a morte definitiva do que a meia-morte da exclusão social, sendo tratados como coisas, “apêndices inúteis da sociedade” (Sawaya, 1999, p.

104). Na gênese do sofrimento dos excluídos em geral – índios, desempregados, populações em situação de risco – paira, antes de tudo, a esperança de “ser gente” para estar com outras gentes.

A dimensão coletiva do medo manifesta-se em diferentes facetas. O medo que a sociedade brasileira sente de roubos, assaltos, seqüestros, balas perdidas e morte manifesta-se, por exemplo, em uma transformação arquitetônica: as casas ganham características de fortalezas, com grades, lanças nos muros, fios eletrificados, câmeras, sistemas de segurança e guaritas para vigilantes particulares. Os adolescentes passam a ser “confinados”, por motivos de segurança, em centros comerciais (*shopping centers*), e devidamente monitorados pelos pais através de telefones celulares.

Ainda sobre sentimentos coletivos, ocorre-me comentar a “quebra narcísica” (Kohut, 1984) vivida pelo povo argentino em relação à perda de sua privilegiada condição sócio-econômico-cultural entre os anos 30 e 60. Buenos Aires era considerada uma cidade “européia” na América do Sul. A decadência da economia, com o decorrente empobrecimento popular, levou os argentinos a um estado de tristeza/depressão que se refletiu em um ceticismo em relação às próprias instituições – hoje, felizmente, em processo de recuperação.

O sofrimento ético-político contrapõe-se à felicidade pública, na medida em que ambas retratam a vivência cotidiana de questões dominantes em cada época. A felicidade pública acontece quando a esperança vence o medo e se transforma em segurança. Não é, portanto, qualquer vã esperança que vence o medo. O presidente do Brasil, Luiz Inácio Lula da Silva, utilizou, coincidentemente, em sua campanha eleitoral de 2002, o refrão “A esperança vence o medo”, no intuito de incentivar os eleitores a votarem e elegerem um ex-operário, socialista e candidato pela quarta vez ao cargo.



## Referências Bibliográficas

- BION, Wilfred Ruprecht (1966). “O aprender com a experiência”. In: \_\_\_\_\_. *Os elementos da psicanálise*. Rio de Janeiro, Zahar.
- \_\_\_\_\_ (1970). *Experiência em grupos*. Rio de Janeiro, Imago.
- BOWLBY, John (1982). *Formação e rompimento dos laços afetivos*. São Paulo, Martins Fontes.
- CHAUI, Marilena (1987). “Sobre o medo”. In: CARDOSO, Sérgio et alii. *Os sentidos da paixão*. São Paulo, Funarte/Companhia das Letras. pp. 35-75.
- \_\_\_\_\_ (1995). *Espinosa: uma filosofia da liberdade*. São Paulo, Moderna.
- DAMÁSIO, António (2000). *O erro de Descartes*. São Paulo, Companhia das Letras.
- \_\_\_\_\_ (2004). *Em busca de Espinosa: prazer e dor na ciência dos sentimentos*. São Paulo, Companhia das Letras.
- ESPINOSA, Baruch de (1957). *Ética*. São Paulo, Atena.
- \_\_\_\_\_ (1973). *Ética (e outros)*. São Paulo, Abril Cultural. (Os Pensadores, v. XVII).
- \_\_\_\_\_ (1988). *Tratado teológico-político*. Lisboa, Imprensa Nacional/Casa da Moeda.
- FIGUEIREDO, Luis Cláudio (2004). “Crenças, esperanças e fé” (mimeo).
- FONSECA, José (1980). *Psicodrama da loucura: correlações entre Buber e Moreno*. São Paulo, Ágora.

- FREIRE, Paulo (1980). *Conscientização – Teoria e prática da libertação, uma introdução ao pensamento de Paulo Freire*. São Paulo, Moraes.
- FREUD, Sigmund (1967). “Psicologia de las masas”. In: *Obras completas*. Madri, Biblioteca Nueva. v. 1.
- HELLER, Agnes (1987). *Teoria de los sentimientos*. México, Fontamara.
- KOHUT, Heinz (1984). *Self e narcisismo*. Rio de Janeiro, Zahar.
- MORENO, Jacob Levy (1974). *Psicoterapia de grupo e psicodrama*. São Paulo, Mestre Jou.
- \_\_\_\_\_ (1976). *O psicodrama*. São Paulo, Cultrix.
- \_\_\_\_\_ (1993). *O psicodrama*. São Paulo, Cultrix.
- NAFFAH NETO, Alfredo (1989). *Paixões e questões de um terapeuta*. São Paulo, Ágora.
- NICOLL, Maurice (1979). *Comentarios psicológicos sobre las enseñanzas de Gurdjieff y Ouspensky*. Buenos Aires, Kier.
- OLIVEIRA, Cleane S. e LOTUFO NETO, Francisco (2003). Suicídio entre povos indígenas: um panorama estatístico brasileiro. *Revista de Psiquiatria Clínica*, v. 30, n. 1.
- PY DE MELLO E SILVA, Luiz Alberto (1986). “Contribuições de Bion a psicoterapia de grupo”. In: MARTINS, Cyro et alii. *Grupoterapia hoje*. Porto Alegre/RS, Artes Médicas. pp. 57-63.

SAWAYA, Bader Burihan (1999). “O sofrimento ético-político como categoria de análise da dialética exclusão/inclusão”. In: SAWAYA, Bader (org.). *As artimanhas da exclusão*. Petrópolis/RJ, Vozes, pp. 97-118.

SCHUTZ, William C. (1973). *Todos somos uno*. Buenos Aires, Amorrortu.

SPITZ, René Arpad (1998). *O primeiro ano de vida*. São Paulo, Martins Fontes.

TIROS EM COLUMBINE (filme, vídeo/DVD) (2002). Dir. de Michael Moore. Estados Unidos, Distrib. MGM – United Arts. col., son., 120 min.

VITALE, Maria Amália Faller (1994). *Vergonha: um estudo em três gerações*. São Paulo. Tese de Doutorado – Pontifícia Universidade Católica de São Paulo.

Winnicott, Donald W. (1987). “Birth memories, birth trauma and anxiety”. *Through paediatrics to psychoanalysis*. London, The Hogarth Press, p. 278-294.

WEIL, Pierre (1998). Comunicação verbal. In: XI CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICODRAMA. Campos do Jordão, São Paulo.

AGRADECIMENTOS: Agradeço as generosas contribuições dos participantes do GEP-Grupo de Estudos de Psicodinâmica, e, do GEM-Grupo de Estudos de Moreno, do Daimon-Centro de Estudos do Relacionamento. Agradeço também às professoras Marília Pontes Sposito (USP), Ana Maria Niemeyer Cesarino (Unicamp) e Maria Amália Faller Vitale (PUC) pelas valiosas correções e sugestões.