

Sexualidade e ética: um olhar do psicólogo¹

Ênio Brito Pinto

A questão que conduz este artigo diz respeito a **como** estamos vivendo a sexualidade em nossa cultura hoje. **Como** estamos fazendo nossas escolhas no campo da sexualidade? Quais valores nos norteiam hoje em dia? **Como** se estabelecem alguns valores fundamentais para nossa cultura e para cada um de nós?

Colocar a ênfase no *como* é fundamental para que não se percam de vista os progressos – tantos! – que temos conseguido, especialmente após a segunda metade do século XX. Progressos materiais e progressos relacionais, mais os primeiros que os segundos. Vou comentar brevemente os progressos materiais que temos conseguido; depois, vou me focalizar nos progressos relacionais, pois me parece que, embora nesse aspecto haja significativas evoluções nas últimas décadas, paradoxalmente, é aí que mais o ser humano precisa evoluir.

Como exemplo dos progressos que temos alcançado, posso citar as mudanças na expectativa de vida para as pessoas no Brasil: em 1960, a expectativa de vida era de 54,6 anos; hoje ela está em 72,3 anos. Espera-se que, em 2030, os brasileiros vivam em média mais de 80 anos. Apontam-se duas causas mais marcantes para esse progresso: a melhora das condições alimentares e sanitárias e os avanços da medicina. Mais do que um aumento do tempo de vida, temos conseguido evoluções no que diz respeito à qualidade de vida, especificamente quanto aos confortos.

Não há só progressos a comemorar: além do que ainda não alcançamos, existem os efeitos não-intencionais dos progressos alcançados, os quais acabam por gerar retrocessos e dores. Êxodo rural, problemas de moradia e trânsito nas grandes cidades, devastação de florestas, efeito estufa, poluição, drogas, má distribuição de renda e de oportunidades, dentre tantos, são problemas materiais a serem melhor enfrentados ainda.

Todos esses progressos trazem mudanças, propõem novos horizontes e demandam novas posturas éticas, gerando importantes discussões. Quanto mais progredimos materialmente, mas

¹ Publicado na Revista “Vida Pastoral”, novembro-dezembro de 2010, ano 51, nº 275, p. 06-11 <http://www.paulus.com.br/institucional/wp-content/uploads/2012/07/novembro-dezembro-de-2010-ano-51-n.275.pdf>

estamos desafiados a rever nossas relações conosco mesmos, com os outros, com o ambiente, com o mundo, até com o sagrado.

Além daqueles efeitos não-intencionais, as conquistas materiais que a humanidade vem conseguindo têm repercussões no jeito de viver, nas relações que cada um de nós tem consigo mesmo e com os outros. À medida que uma cultura progride materialmente, esse progresso provoca a queda de alguns valores e exige o surgimento de novos valores. Esse processo, geralmente lento, nem sempre é retilíneo e muito raramente é tranquilo. Passamos por um desses momentos de transição. Há uma série de valores que já não nos servem mais, mas ainda não desenvolvemos novos valores que acalmem nossos corações. Vivemos, por assim dizer, uma crise de valores. Somos em parte conservadores e em parte inovadores, e temos, a todo momento, nossa coerência desafiada. São tempos difíceis esses nossos! Difíceis principalmente porque hoje a ninguém escapa a constatação de que inevitavelmente escolhemos. Mesmo aquelas pessoas que escolhem obedecer, sabem que estão escolhendo e que poderiam escolher diferente. Isso coloca como um de nossos valores mais importantes a liberdade.

Ao percorrermos a história da humanidade, verificamos que o nascimento da sociedade capitalista trouxe uma grande mudança no posicionamento humano diante do mundo e da vida: antes do capitalismo havia uma certa predeterminação à espera do homem quando ele nascesse, ou seja, nas comunidades anteriores ao capitalismo a pessoa já nascia com um lugar social determinado e com um destino, de certa forma, já traçado, de modo que, por exemplo, quem nascesse camponês, camponês morreria. A partir do advento do capitalismo, o ser humano já não está mais inserido de maneira natural e imutável numa situação social. Pelo menos em tese, o ser humano já pode escolher seu lugar no mundo, já pode escolher seus valores, o que acabou por enfraquecer uma ética baseada nos costumes, na repetição, de geração a geração, dos valores e comportamentos. Dessa maneira, a 'liberdade', enquanto categoria ética, acaba por viver um crescimento perante os outros valores, substituindo, de certa forma, a antiga busca da felicidade como valor supremo. Se antes a liberdade sequer era pensada como valor, agora a felicidade depende da liberdade e de sua consequente – e, às vezes, angustiante – possibilidade de escolher. (cf Heller, 1985)

Nossas escolhas são feitas em um ambiente, em uma cultura. Essa cultura configura a maneira como fazemos nossas escolhas pela vida afora; configura, inclusive, a maneira como escolhemos nossos valores. Assim como uma cultura muda em função de suas conquistas,

mudam também as pessoas nelas inseridas e mudam os valores dessas pessoas e da cultura. Cada novo saber nos coloca diante da obrigatoriedade de escolher. Nossas escolhas não são feitas APESAR da cultura em que vivemos, mas NA cultura em que vivemos, concordemos com a cultura, ou não. E cada cultura também faz suas escolhas e privilegia determinados jeitos de ser.

Do ponto de vista da psicologia fenomenológica, cada cultura em cada época tem uma personalidade típica, um jeito de ser que vai ao encontro da ideologia que sustenta a cultura, compondo uma personalidade da cultura. Essa personalidade da cultura se torna tão poderosa, que acaba por se tornar o ideal de grande parte das pessoas, num movimento circular, retroalimentador, em que a cultura alimenta o indivíduo, o qual, por sua vez, alimenta a cultura. Ninguém está imune a isso, ninguém sobrevive se não se ajustar ao ideal cultural. Esse ajustamento se dá a partir das peculiaridades e da força de cada pessoa, de tal maneira que uns se ajustam mais que outros, e a cultura premia mais uns que outros. De maneira geral, os mais frágeis emocionalmente se adaptam melhor à cultura.

Com isso não quero dizer que uns são mais felizes ou mais realizados do que outros por causa dos ideais culturais. A adesão ou a não-adesão a esses ideais não é medida de realização ou de felicidade. A medida é o quanto de si a pessoa tem que ceder nesse processo de ajustamento, de modo que cada um de nós é mais feliz ou realizado na medida que é mais consciente e autêntico consigo mesmo, independentemente do reconhecimento cultural. É a possibilidade de, levando os outros em consideração, se orientar por si mesmo que dá o grau de realização ou de felicidade para cada pessoa.

Essa auto-orientação não se dá, como já disse, independentemente da cultura: fazemos nossas escolhas na cultura na qual vivemos. Hoje a cultura ocidental, Brasil incluído, pode ser caracterizada como uma cultura narcisista. Como tal, o indivíduo privilegiado por essa cultura é a pessoa narcisista. Grande parte dos problemas que enfrentamos hoje tem estreita correlação com o nosso narcisismo cultural, o qual configura como vivemos hoje.

Para delimitar o narcisismo nosso de cada dia, quero lembrar que todos nós temos em nossa personalidade – e precisamos ter – uma certa dose de narcisismo. Quando bem dosado, podemos dizer que, *grosso modo*, o narcisismo é o amor próprio. O problema começa quando esse narcisismo começa a ficar exagerado, porque aí ele gera prejuízos, sofrimentos e dores.

Quando falo em narcisismo, estou me referindo ao mito grego no qual Narciso, depois de rejeitar tantos quantos tentassem aproximar-se sensualmente dele, acaba por apaixonar-se pela sua própria imagem refletida em um lago cristalino. Este mito descreve um jovem tão vaidoso, mas tão vaidoso que não é capaz de amar a ninguém além de si mesmo. Desse exagero da vaidade é que surge na psicologia o termo narcisismo, o qual nos serve para designar um jeito de ser cuja característica principal é uma exagerado apreço pela própria imagem, a exemplo de Narciso.

De maneira sucinta, podemos descrever um indivíduo narcisista a partir de algumas características: a) preocupa-se mais em aparentar que em ser; b) tem imensas dificuldades com a proximidade, ou seja, teme a intimidade e o compromisso amoroso; c) tem extrema sensibilidade a críticas, pois percebe toda crítica como ameaça pessoal; d) tem dificuldade de lidar com os aspectos simbólicos da vida; e) é egocêntrico, com dificuldade de empatizar com os outros; f) orgulha-se de não precisar dos outros ou imagina-se como não influenciável; g) é extremamente competitivo; h) tem grande dificuldade para lidar com os aspectos femininos da existência; i) trata-se como um objeto e faz o mesmo com os outros; j) tem dificuldades de lidar com o tempo e com o envelhecimento; k) é francamente hedonista; l) tem imenso potencial, mas teme realizá-lo, de modo que, enquanto não realiza esse potencial, a profundidade é trocada pela ostentação. (cf Schwartz-Salant, 1995) Essa relação de características diz respeito ao indivíduo adulto; ela só demarcaria o narcisismo de um adolescente se muito exacerbadas.

A cultura ocidental pode ser entendida como uma sociedade narcísica porque tem características típicas do narcisismo e, principalmente, porque exige de cada membro, para ser aceito, que se comporte segundo esses parâmetros que listei. Ou, nas palavras de Lasch, a sociedade narcísica é aquela “que dá crescente proeminência e encorajamento a traços narcisistas”.

Por causa do pouco espaço que tenho, vou destacar desta lista de traços narcisistas quatro características: a relação com o tempo, o hedonismo, a relação com o corpo e a dificuldade com a empatia.

O tempo narcísico é um tempo de imediatidades e de hedonismo. *Fast food!* Compre hoje, aproveite já, e só comece a pagar daqui a dois meses. Cursos superiores em menos de dois anos, viagens a jato, trens-bala, carros supervelozes, responsabilidades precoces, “ a vida é uma correria”. Vivemos como se o tempo fosse algo que nos fosse dado e tivesse que ser aproveitado

ao máximo, antes que se esgote. Mas o tempo não é somente algo que é dado ou pelo qual simplesmente passamos! O tempo é uma construção humana. Para o ser humano o tempo mais importante é o tempo vivido, não o tempo cronológico. No tempo vivido, uma vida pode passar depressa demais; ou, ao contrário, uma hora, às vezes, dura um século. Então, se o tempo humano é o tempo vivido, como é o tempo narcísico?

O tempo vivido narcísico é imediatista. Tudo tem que ser para aqui e agora. Conceitos como paciência, espera, conquista paulatina, construção ao longo do tempo, e outros semelhantes, não nos servem mais. Aquela velha passagem da Bíblia que diz que tudo tem seu tempo, está superada. O tempo é agora! Imediatamente! Como isso repercute nas relações amorosas? Elas também se tornam rápidas. E, porque rápidas, tendem a ser mais e mais superficiais. Essa escolha pela rapidez, essa preferência pelo vertiginoso, tem nítida conotação ética e importantes consequências na vivência da sexualidade.

O tempo de cada pessoa é construído e vivido a partir do tempo biológico e do tempo cultural. O tempo biológico nos lembra que envelhecemos a cada segundo e que caminhamos para a morte; o tempo cultural nos grita a plenos pulmões que devemos permanecer jovens, que a beleza é essencialmente juvenil, e que a morte deve ser negada, ou, pelo menos, banalizada. E nenhum de nós escapa hoje desse conflito, pois cada um de nós vive o tempo mas não o determina.

Pulando rapidamente de assunto, vou tratar agora daquele que é um dos mandamentos mais fortes da cultura narcisista: o hedonismo. Entendo aqui o hedonismo como uma ideologia que defende que o prazer é o bem supremo, a finalidade e o fundamento da vida, ou seja, a ideologia hedonista defende que se deve ter o maior prazer possível a cada momento, com pouca atenção às consequências de cada ato, pouco importa de onde venha esse prazer. A vida abundantemente vivida é confundida com a vida insequentemente vivida.

O prazer é importante, mesmo fundamental na vida. Ele não é a finalidade da vida. O prazer é meio, um dos melhores meios, mas não o único. A finalidade da vida são as relações, é o desenvolvimento ao máximo dos potenciais de cada pessoa em sua relação com as outras pessoas e com o mundo. Quando uma cultura coloca como máxima suprema o “apenas goze a vida”, há um buraco nela. Porque, se a vida é gozo, ela é também, talvez até principalmente, a difícil assimilação das frustrações tantas a que estamos sujeitados desde que nascemos. Em nossa cultura, a maneira mais comum do hedonismo se manifestar, especialmente para os mais jovens,

é no constante fazer. É preciso ação, movimento, agitação, para que uma pessoa se sinta viva. A superestimulação é desumanização e logo se torna compulsão. Quando a quantidade de experiências sexuais é mais importante que sua qualidade, o resultado acaba sendo ansiedade e depressão, não vitalidade.

Agitar-se prazerosamente é bom e saudável, desde que não se perca a capacidade de aquietar-se e contemplar as estrelas. Cada coisa na sua hora. A vitalidade, a vida em abundância, vem do ritmo entre ação e contemplação, entre agitação e quietude, entre pensar e sentir, entre ser e fazer. Na nossa cultura hedonista a hora da quietude é sempre adiada em prol do máximo proveito do prazer advindo da ação. A ação excessiva se torna ação compulsiva, de maneira que a pessoa acaba como que dominada pelos sentidos, reduzindo sua capacidade de reflexão, reduzindo sua capacidade de cuidar-se, inclusive sexualmente.

Outra questão delicada quanto pensamos sobre sexualidade e narcisismo é o corpo. É no cuidado com o corpo que encontramos os maiores problemas com a ideologia narcísica, especialmente para os mais jovens.

Uma primeira coisa que nos chama a atenção quando estamos diante de um indivíduo narcisista é a sua imensa dificuldade em sentir e perceber emoções. O contato do narcisista com os sentimentos é extremamente deficiente, embora o contato com as sensações seja intensificado. O indivíduo narcisista exagera os sentimentos em busca da sensação de estar vivo: em vez da coragem, vive temeridade; em vez do medo, pânico; no lugar da tristeza, depressão; em vez da alegria, euforia; no lugar da raiva, competitividade; em vez de amor, manipulação e culpa.

Isso só pode ser feito se a pessoa considerar seu corpo, fonte dos sentimentos, como um objeto. O narcisista lida com o corpo como se ele fosse um objeto a serviço de um ego, algo a ser usado, e não vivido. O corpo passa a ser algo que se tem, em vez de algo que se é. A maneira como o narcisista lida com seu corpo vai determinar diretamente a maneira como ele lidará com sua sexualidade. O sexo passa a ser performance, meio de impressionar o parceiro ou parceira, de maneira que o indivíduo narcisista se torna uma pessoa capaz de fazer sexo, mas incapaz de fazer amor.

O corpo, aparentemente bem cuidado, atraente ao olhar, não mostra os olhos durante a relação sexual. Aliás, não mostra os olhos, as “janelas da alma”, em nenhuma relação. A relação íntima, face a face, é muito penosa para a pessoa narcisista. Ela prefere comer vendo TV,

conversar vendo TV, se isolar vendo TV, como bem salienta Mário Quintana quando diz que “os que olham a tevê vivem eternamente de perfil, separados uns dos outros...”.

O olhar é a janela por onde os sentimentos podem aparecer, uma janela fechada pelo narcisista. É também a janela por onde passam a espontaneidade, a empatia e a solidariedade, o que significa que o narcisista não é capaz de vivenciar plenamente essas formas de ligação com o outro. As barreiras ante a espontaneidade, a empatia e a solidariedade, bem como a exagerada atenção ao desempenho são marcas de nossa cultura.

Uma das mais importantes barreiras à empatia e à solidariedade é uma certa falta de atenção para com os pequenos gestos, as pequenas atitudes. Uma ampliação da conscientização sobre a importância da empatia e da solidariedade só poderá ser verdadeiramente formada se vinculada ao cotidiano das pessoas, ao dia-a-dia das pequenas atitudes e posturas, ao concreto da existência de cada pessoa. Caso contrário, a solidariedade nunca deixará de ser algo especial para se fazer em momentos especiais. O que quero dizer é que devemos banalizar a solidariedade, torná-la algo comum em nosso dia-a-dia. Isso poderá ser alcançado se iniciado pelos mais próximos, se voltado a princípio para aqueles que nos são iguais socialmente ou próximos afetivamente.

Não é verdade que a solidariedade para com os mais próximos seja inevitável ou suficientemente existente, a não ser em momentos extremos. Momentos extremos, entretanto, não são parte do cotidiano e são raros o bastante para que possamos olhar com mais atenção para a possibilidade da solidariedade nos outros momentos, aqueles do dia-a-dia, aqueles nos quais até parece que a solidariedade não tem cabimento. Quase não se percebe em nossa cultura, quer seja nas escolas, quer seja nas famílias, uma educação preocupada com esse tipo de postura diante da vida: somos educados e educamos principalmente para a competição e para o raciocínio, quase nada para a solidariedade e o sentimento. Isso gera a troca do “sexo com” pelo “sexo em”.

Nesse sentido, seria interessante que passássemos a prestar atenção aos laços afetivos com o ambiente, à possibilidade de se compreender o diferente, o outro, quer ele seja de outro sexo, quer ele seja de outra orientação sexual. Tentar compreender o diverso, tentar compreender o outro, é combustível para acender a chama da compaixão, farol da solidariedade.

Necessitamos urgentemente de um incremento da empatia, pois, à medida que conseguimos acentuar a capacidade de empatia, também ampliamos nossa intolerância à dor

alheia, o que pode nos levar a ações de maior cuidado e atenção para conosco mesmos, para com o outro e com o ambiente.

Para finalizar, há uma questão crucial que quero abordar. Quando coloquei aquela lista de características da pessoa narcisista, eu terminei com a seguinte característica: 1) tem imenso potencial, mas teme realizá-lo, de modo que, enquanto não realiza esse potencial, a profundidade é trocada pela ostentação.

Isso quer dizer que a pessoa ou a cultura narcisista não é assim por acaso: tanto a pessoa quanto a cultura têm potenciais imensos, que precisam ser melhor explorados para que se possa trocar a ostentação pela realização, o parecer pelo ser. Isso vem acontecendo em nossa cultura em diversos aspectos: são as resistências à ideologia narcísica, as quais aparecem através de reivindicações por uma maior autonomia. São inúmeras essas reivindicações e vêm de inúmeras fontes: vêm de questionamentos acerca de questões de gênero, de raça, étnicas, ecológicas, éticas, sexuais. Essas buscas todas se fundamentam na possibilidade de que narciso crie coragem e se aventure pelos rios do amor (*cf* Morin, 2000). Com calma, com curiosidade, com humildade, com a capacidade de se admirar ante o diferente e dialogar e conviver mesmo ante a diferença.

Essa emancipação acontece em meio a buscas por novas perspectivas, integradoras e mais complexas, em direção a redes e vivências comunitárias nas quais possamos nos descobrir como parte de algo maior. Vivemos hoje uma necessidade de colocar em seu devido lugar o “eu” para darmos o merecido valor a esta outra palavra cheia de beleza e mistério: “nós”. Mas atenção: falo de um “nós” que inclui o diferente, não apenas o semelhante; o aparentemente distante, não apenas o próximo. Um “nós” que nos permita exercer com confiança a sensibilidade solidária, a empatia, a compaixão, as quais possibilitarão, por sua vez, a convivência aprendente, respeitosa e amorosa com o outro, tão diferente e tão igual.

Bibliografia

- HELLER, Agnes. (1985) *O Cotidiano e a História*. Rio de Janeiro: Paz e Terra
- LASCH, Christopher (1983). *A Cultura do Narcisismo*. Rio de Janeiro: Imago
- MAY, R. (1992) *A Procura do Mito*. São Paulo: Manole
- MORIN, Edgar. (2000) *Os Sete Saberes Necessários à Educação do Futuro*. São Paulo: Cortez
- PINTO, Ê. B. . (2000) Para que Mundo Educa(r)mos. Revista Psicopedagogia, São Paulo, v. 19, n. 52, p. 48-56

_____ (2005) O Narcisismo Nosso de Cada Dia. Sampagt Revista do Instituto de Gestalt de São Paulo, São Paulo, v. 2, p. 57-62

SCHWARTZ-SALANT, N. (1995). *Narcisismo e Transformação do Caráter*. São Paulo: Cultrix