

A escolha pela vida¹

Ênio Brito Pinto

Resumo: Depois de questionar como se fazem hoje as escolhas pela vida, coloca-se a hipótese de que hoje essas escolhas são primordialmente fundamentadas em valores narcisistas. Questiona-se como a sociedade narcísica lida com o tempo, o prazer, a o corpo e os direitos humanos. Coloca-se como um dos meios de auxiliar os jovens em suas escolhas o trabalho de Orientação Sexual nas escolas, um trabalho orientado pela busca de uma sensibilidade solidária que possibilite a diminuição das gravidezes precoces, dos abortamentos, das relações inconsequentes, através de discussões que enfatizem as áreas da Orientação Sexual mais sensíveis à temática dos direitos humanos, o corpo e as relações de gênero, além do cuidado e da saúde, o que inclui questões como, dentre outras, o direito à igualdade nas questões de gênero, o direito a constituir família, o direito à posse do próprio corpo. Propõe-se a busca de uma convivência aprendente, respeitosa e amorosa com o outro, tão diferente e tão semelhante.

Palavras-chave: direitos humanos; narcisismo; orientação sexual na escola; solidariedade

A hipótese que escolho para podermos entender um pouco melhor a questão da escolha pela vida é a que me parece a mais óbvia: diz respeito a **como** estamos vivendo em nossa cultura hoje. **Como** estamos fazendo nossas escolhas pela vida. Qual vida temos escolhido? Como se estabelecem os valores fundamentais para nossa cultura e para cada um de nós? Que relação essa valores guardam com os direitos humanos?

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.

É óbvio que não há só progressos a comemorar. Além dos progressos 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. Enfrentá-los também faz parte da escolha pela vida.

¹ Publicado em Conselho Regional de Psicologia de São Paulo. (Org.). Laicidade, Religião, Direitos Humanos e Políticas Públicas. 1ed. São Paulo: São Paulo, 2016, v. 1, p. 189-198. Disponível em <http://www.crpssp.org/fotos/pdf-2016-06-21-18-16-42.pdf>

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. Nesse sentido, quando se coloca a liberdade como valor-farol, colocam-se de imediato questões relativas aos direitos e aos deveres, fronteiras a orientar escolhas e posturas morais.

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, enquanto cultura, também faz suas escolhas e privilegia determinados jeitos de ser. Nossa cultura ocidental do século XXI é uma cultura de múltiplos e multifacetados saberes. Ela nos obriga a constantes escolhas e torna cada vez mais difícil a sensação de coerência.

É fato sabido e discutido por muitos meios que uma das coisas mais importantes para as pessoas é a confiança de que a vida faz sentido. Do ponto de vista fenomenológico, nós, humanos, inevitavelmente tecemos significados para as nossas vivências, ou seja, sempre damos um sentido às nossas experiências, transformando-as em vivências. No correr da vida, desde a infância até a madurez, uma de nossas fontes de sentido mais importantes é a cultura na qual vivemos. Dizendo de outro jeito: o jovem de nossa cultura vai, inevitavelmente, buscar um sentido para a própria vida; essa busca vai ter um fundamento cultural, o jovem vai desejar, como sentido existencial, em parte, o que a cultura lhe coloca como desejável. Se a cultura lhe diz que o bom é ser rico e famoso, o jovem desejará, em alguma medida, ser rico e famoso; se a cultura lhe disser que o bom é ser culto, ele buscará, de novo em alguma medida, ser culto. Quer dizer, ao formarmos nossos valores mais essenciais, somos influenciados pela cultura, embora essa não seja a única fonte dos valores.

Do ponto de vista da psicologia, cada cultura em cada época tem uma personalidade típica, um jeito de ser que vai ao encontro da ideologia que sustenta a cultura na qual as pessoas vivem, 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 da cultura, num movimento circular, retroalimentador, em que a cultura alimenta o indivíduo, o qual, por sua vez, alimenta a cultura. O indivíduo é o criador e a criatura de sua cultura, qualquer que seja ela. 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 da realização ou da felicidade 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. A literatura e o cinema estão cheios de exemplos de pessoas que cedem demais ao ideal cultural e, num determinado momento da vida, vivem uma crise que as chama para se ajustarem mais ao que são do que ao que deveriam ser.

Essa auto-orientação não se dá, como já disse, independentemente da cultura: fazemos nossas escolhas na cultura na qual vivemos. Por isso, quero caracterizar a nossa cultura do ponto de vista da psicologia fenomenológica. Hoje, começo do século XXI, a cultura ocidental, aí incluída a cultura brasileira, pode ser caracterizada como uma cultura narcisista (egotista, na linguagem gestáltica). Como tal, o indivíduo privilegiado por essa cultura é a pessoa narcisista. Com isso, estou afirmando que, do ponto de vista da psicologia fenomenológica, grande parte dos problemas que enfrentamos hoje tem estreita correlação com o nosso narcisismo cultural.

Para começarmos a 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. É esse o caso de nossa cultura hoje: o narcisismo nosso de cada dia está exagerado, o que nos exige mudanças de rotas, correção de posturas,

reavaliação de valores e dos horizontes culturais. Isso está sendo feito em alguma medida, embora ainda pequena diante da necessidade.

De maneira bem sucinta, podemos descrever um indivíduo narcisista a partir de algumas características, todas com repercussões importantes na questão dos direitos humanos: 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 verdadeiramente 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) Se você encontrou nessa lista uma descrição de um adolescente, não considere: muitas dessas características aparecem no adolescente por causa da adolescência, não querem dizer que o adolescente seja narcisista – ele é apenas adolescente. Essa relação de características diz respeito ao indivíduo adulto; essas características só demarcariam o narcisismo de um adolescente se muito exacerbadas.

Vou destacar desta lista de traços narcisistas quatro características, aquelas que têm correlação mais estreita com algumas das realidades que vivemos hoje nas escolas e na educação de nossos adolescentes, com ênfase na relevante associação dessas características com a convivência cotidiana com os direitos humanos: a relação com o tempo, o hedonismo, a relação com o corpo e a dificuldade com a empatia.

Segundo Christopher Lasch (1983, p. 15): a sociedade narcísica é aquela “que dá crescente proeminência e encorajamento a traços narcisistas”. Alexander Lowen (1986, p. 09) amplia a colocação de Lasch:

em nível cultural, o narcisismo pode ser considerado como perda de valores humanos - uma ausência de interesse pelo meio ambiente, pela qualidade de vida, pelos seres humanos seus semelhantes. Uma sociedade que sacrifica o meio ambiente natural em nome do lucro e do poder revela sua insensibilidade em face das necessidades humanas. A proliferação de coisas materiais converte-se em

medida de progresso na vida, e o homem é oposto à mulher, o trabalhador ao patrão, o indivíduo à comunidade. Quando a riqueza ocupa uma posição mais elevada do que a sabedoria, quando a notoriedade é mais admirada do que a dignidade, quando o êxito é mais importante do que o respeito por si mesmo, a própria cultura supervaloriza a 'imagem' e deve ser considerada narcisista.

Podemos dizer, com Buber (1979), que a civilização moderna, ao não valorizar os aspectos relacionais da vida, ampliou o espaço para o narcisismo e para o isolamento do ser humano.

A primeira das características do indivíduo narcisista que quero destacar diz respeito ao modo como nossa cultura lida com o tempo. O tempo narcísico é um tempo de imediatidades e de hedonismo. Vivemos como se o tempo fosse algo que nos fosse dado e tivesse que ser aproveitado ao máximo, antes que se esgote. Conceitos como paciência, espera, conquista paulatina, construção ao longo do tempo, e outros semelhantes, não nos servem mais. Como isso repercute nas relações humanas? Elas também se tornam rápidas. E, porque rápidas, tendem a ser mais e mais superficiais, menos e menos respeitadoras de si e do outro.

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. Isso quer dizer que somos, como mostrou Heidegger, seres-para-a-morte. A partir disso, podemos entender uma pessoa saudável como aquela que, dentre outras características, consegue assimilar e assumir as fragilidades típicas da condição humana como forma de escapar da soberba narcísica, ou seja, consegue atingir um ajustamento equilibrado e habilidoso ao sofrimento, às deficiências, às doenças, ao envelhecimento e à morte, eventos que, uma hora ou outra, atingem a vida de todos. Para tanto, essa pessoa precisará entregar-se ao jogo da vida sem apego às perdas (inevitáveis!), o que é tarefa difícil para o narcisista, tão convencido de que é e será sempre um ganhador.

A questão das gravidezes precoces é uma das mais importantes preocupações de educadores e de profissionais da área da saúde que lidam com adolescentes. Grande parte

dos abortamentos tem relação com esse fenômeno da gravidez precoce. Os números são impressionantes, mas tendem a diminuir: em São Paulo, em 2006, houve uma queda de 32% mas, ainda assim, há um montante assustador (*cf* Duarte, 2008). Essa redução vem sendo conseguida a partir de inúmeras iniciativas voltadas ao adolescente, como a Orientação Sexual na escola, um trabalho que se fundamenta em três eixos (o corpo; as questões de gênero; DSTs/AIDS) especialmente voltados para a discussão de temas relacionados aos direitos humanos, como o próprio direito de discutir a sexualidade e a educação sexual, o direito à posse do próprio corpo, o aborto, o direito à saúde e ao cuidado, o direito a escolhas e à igualdade nas questões de gênero, o direito a constituir família. Mais que tudo, o que se pretende com esse trabalho é respaldar a luta por uma sexualidade autônoma e consciente, constituída em torno dos direitos individuais e coletivos dos seres humanos.

O tempo é pai de grande parte de nossos valores. No caso das gravidezes precoces, o próprio nome já diz que há uma relação com o tempo. Não é esperado que tantas meninas engravidem tão cedo. Grande parte dessas meninas vive esse senso de urgência porque a cultura narcísica é imediatista. Parte dessas meninas vai abortar pelos mesmos motivos narcísicos pelos quais engravidou.

Uma maior conscientização dos jovens sobre a sexualidade, uma maior abertura para falar claramente desse assunto, acaba por gerar maior responsabilidade e, por consequência, redução no número dessas gravidezes e de abortamentos. Um dos efeitos mais prováveis da Orientação Sexual na escola é um início mais tardio e mais responsável da experiência sexual propriamente dita. Outro efeito da Orientação Sexual na escola é um questionamento mais profundo a respeito daquele que é um dos mandamentos mais fortes da cultura narcisista: o hedonismo. Este é o segundo aspecto que quero destacar ao tratar da postura narcísica incentivada no Ocidente.

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. Na prática, a vida abundantemente vivida é confundida com a vida inconsequentemente vivida.

O prazer é importante, mesmo fundamental na vida. Não é isso que questiono. O que questiono é a colocação do prazer como finalidade da vida, coisa que ele não é. O prazer é meio, um dos melhores meios, mas não o único. A finalidade da vida são as relações, é o desenvolvimento ao máximo possível dos potenciais de cada pessoa em sua relação com as outras pessoas e com o mundo. Quando uma cultura coloca como máxima suprema o “goze a vida”, há um buraco nela. Porque, se a vida é gozo, ela é também, talvez até principalmente, a complicada assimilação das frustrações tantas a que estamos sujeitos desde que nascemos. Em nossa cultura, a maneira mais comum do hedonismo se manifestar, especialmente, mas não somente, 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. O resultado acaba sendo ansiedade e depressão, não vitalidade.

Em Gestalt-terapia definimos saúde como a capacidade de ritmo entre as polaridades da vida, de acordo com as circunstâncias. Consequentemente, a neurose é a cristalização em uma polaridade. 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. Numa cultura hedonista como a nossa, 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. Na sexualidade, essa exagerada ênfase na sensação e na ação, somadas à urgência que já comentamos, tem gerado muitas das gravidezes precoces entre as adolescentes. Tem gerado também abortamentos, que são feitos antes que a pessoa pare, pense, reflita e sinta visceralmente se vale a pena, ou não, correr o risco de levar adiante a gravidez.

Como em nossa cultura o prazer está ideologicamente ligado à sexualidade, também nesse aspecto o trabalho de Orientação Sexual na escola pode ser de grande valia, na medida que este trabalho tem como um de seus pressupostos a discussão das responsabilidades ante a vida sexual. Não apenas no sentido da prevenção das gravidezes indesejadas e das DST, mas, especialmente, no que diz respeito à vivência da corporeidade

e aos cuidados para como o corpo. É no cuidado com o corpo que encontramos os maiores problemas com a ideologia narcísica, de novo especialmente para os mais jovens. Este é meu terceiro destaque neste texto.

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. De maneira bem simples, podemos dizer que o ser humano é capaz de sentir, basicamente, seis sentimentos, os quais podem ser compreendidos aos pares: amor e raiva; alegria e tristeza; coragem e medo. Eles se apresentam aos pares porque andam mesmo juntos: não há coragem sem medo, não há amor sem raiva, alegria e tristeza se alternam constantemente em nossas vidas. Todos os outros sentimentos são combinações de dois ou mais desses seis. Por exemplo, o ciúme é uma combinação venenosa entre o amor e o medo, a saudade uma combinação entre tristeza, amor e medo, a esperança é a alegria amorosa. Pois bem, o indivíduo narcisista tem muita dificuldade para discriminar o que sente, e maior dificuldade ainda para se orientar pelo que sente. Então, ele 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. Assim, 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 ser – como, de fato, é – 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, tanto quanto o corpo do narcisista, está a serviço de um ego inflacionado porque identificado com sua imagem idealizada. Um ego inflacionado porque não baseado no que a pessoa é de fato, mas em uma imagem idealizada do que a pessoa deveria ser. O sexo passa a ser performance, meio de impressionar o parceiro, de maneira que o indivíduo narcisista se torna uma pessoa capaz de fazer sexo, mas incapaz de fazer amor, porque o amor é fruto da intimidade.

O corpo narcísico, 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. Idem a solidariedade de fato. Sem solidariedade, como levar em conta o outro, e, por via disso, os direitos humanos? Aqui o quarto e último destaque.

Parece-me que a questão da solidariedade é um dos desafios mais importantes que se apresentam à educação nos nossos dias em nossa cultura. Uma educação voltada para o desenvolvimento mais integrado do ser humano e para a solidariedade traz a possibilidade de um novo paradigma. Necessitamos urgentemente de uma revolução ética, de uma mudança na postura de vida das pessoas. Penso que essa mudança necessária tem como um dos instrumentos 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.

Parece-me que a questão da solidariedade é um dos desafios mais importantes que se apresentam à educação nos nossos dias em nossa cultura. Uma educação voltada para o desenvolvimento mais integrado do ser humano e para a solidariedade traz a possibilidade de um novo paradigma, qual seja, o de que “dado um clima psicológico adequado, o ser humano é digno de confiança, criativo, automotivado, poderoso e construtivo – capaz de realizar potencialidades jamais sonhadas.” (Rogers, 1983, p. 66) Nesse sentido, seria interessante que passássemos a prestar atenção aos laços afetivos com o ambiente, à possibilidade de se compreender o diferente, o outro. Tentar entender o diverso, tentar entender o outro, é combustível para acender a chama da compaixão, farol da solidariedade.

Há aqui uma questão importantíssima que quero abordar para terminar essa primeira parte de nossa conversa: como vocês se lembram, 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 narcisista não é assim por acaso; quer dizer também que 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. Com calma, com curiosidade, com imensa 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 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 semelhante, tão humano e digno de direitos como o eu.

Referências bibliográficas

- ASSMAN, H & SUNG, J M, *Competência e Sensibilidade Solidária – Educar para a Esperança*. Petrópolis: Vozes, 2000
- BUBER, M. *Eu e Tu*. São Paulo: Cortez & Moraes, 1979
- DUARTE, A. <http://www.oliberalnet.com.br/cadernos/opiniaover.asp?c=2E6B0C24242> , acesso em 28/02/2008
- HELLER, A. *O Cotidiano e a História*. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1985
- LASCH, C. *A Cultura do Narcisismo*. Rio de Janeiro: Imago, 1983
- LOWEN, A. *Narcisismo*. São Paulo: Círculo do Livro, 1989
- PINTO, Ê.B. *Orientação Sexual na Escola: A importância da psicopedagogia nessa nova realidade*. São Paulo: Gente, 1999
- _____. Sexualidade e Ética: Um olhar do psicólogo. Revista *Vida Pastoral*, novembro-dezembro de 2010, ano 51, nº 275, p. 06-11
- _____. *Orientação Sexual: Como ensinar aos jovens dialogando com sua religião*. São Paulo: Ideias e Letras, 2015
- RIBEIRO, M. (org.). *Educação Sexual*. Rio de Janeiro: Rosa dos Tempos, 1993

ROGERS, C. R. *Um jeito de ser*. São Paulo: EPU, 1983

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