

A PSICANÁLISE, O PENSAMENTO GREGO ANTIGO, E O CONCEITO DE SAÚDE MENTAL

CID VALE DE SOUSA

Abstract: This article aims at pointing out that some of the most fundamental ideas of contemporary psychoanalysis were already present in many instances of the ancient Greek thought. Although the definition of mental health is traditionally considered as such a complex theme, what would prevent the formulation of a satisfactory statement on it, our purpose is to argue that it is possible to establish some basic parameters on what mental health is.

Durante toda a sua vida, Freud ambicionou que a psicanálise fosse reconhecida como uma ciência. Sua obra, quase que literalmente, se inicia¹ e termina² com a afirmação de que a Psicanálise é uma ciência natural. Tornou-se rotina, nas Sociedades de Psicanálise, empregar a palavra “ciência” e “científico” sempre que se faz referência ao conhecimento psicanalítico. Mas ciência é um conhecimento que se obtém com a aplicação de determinado método. Como o conhecimento analítico não é obtido em pesquisas rigorosas, e integralmente conformes a este método, tal rotina torna-se incomodamente vazia. Muitos analistas dedicaram-se a examinar este problema. Com frequência, os resultados destas investigações foram bastante críticos com relação à Psicanálise, mas a rotina permaneceu.

Esta questão remete para outra interrogação, talvez mais importante: poderá esta disciplina contribuir para uma melhor compreensão da

Cid Vale de Sousa é psicólogo clínico e pesquisador em Psicologia Clínica na Pontifícia Universidade Católica de São Paulo.

1. FREUD, S. *Project for a Scientific Psychology*, Part I, Introduction; (The Standard Edition of the Complete Psychological Works of S. Freud, vol I, London, Hogarth Press, 1975), p 295;
2. FREUD, S. *Some Elementary Lessons in Psychoanalysis*; (The Standard Edition of the Complete Psychological Works of S. Freud, vol XXIII, London, Hogarth Press, 1975), p. 282;

própria idéia de racionalidade? Contribuir para uma idéia de razão pensada como parte de uma teoria geral da mente, teoria esta necessariamente psicossomática, e que, além disso, estará em permanente diálogo com descrições minuciosas, específicas e esteticamente sofisticadas, dos diversos acontecimentos humanos³? Isto significa reintegrar a razão em seu lugar próprio.

Durante décadas os analistas acreditaram ter, realmente, um poder definido sobre os fenômenos mentais; basicamente, a capacidade de eliminar sintomas. Nada mais justo, então, que esta disciplina fosse reconhecida pela comunidade científica internacional como uma co-irmã. Porém, a Psicanálise não cura sintomas; ou, não os cura no sentido médico usual do termo.

A situação é complicada e paradoxal. A Psicanálise é um sistema extremamente amplo, sofisticado e rico, de investigação, teorização e intervenção sobre a mente humana. Ao longo de muitas décadas, os analistas acumularam uma enorme quantidade de observações, experiências e construções teóricas sobre os processos psíquicos. A teoria da transferência, por exemplo, é uma extraordinária criação intelectual e uma experiência fortemente marcante para todos os profissionais que realmente a compreendem e aplicam na clínica. No entanto, a crise existe.

Neste ponto ocorre-me ir aos textos gregos, em especial aos poetas gregos, da lírica e, mais particularmente ainda, da tragédia. Justifico esta decisão com dois motivos: o primeiro é o menos original possível, na medida em que, em última instância, deve ser o que justificou todas as investigações sobre a Grécia Clássica em toda a história Ocidental: eles são nossa origem, portanto estão dentro de nós⁴. Se soubermos mais sobre nossas origens, talvez tenhamos condições de saber mais sobre nossos pensamentos.

A escolha da tragédia (o segundo motivo) se deve ao fato de que existem semelhanças fundamentais entre essa forma literária e a psicanálise: ambas parecem acreditar em articulações muito profundas entre três fatos: 1) a exposição dos conflitos íntimos humanos em seus contextos reais, isto é, nas relações pessoais. A encenação funcionava, assim, como um espelho dos conflitos vividos pelos espectadores em geral; 2) a reflexão,

3. NUSSBAUM, M.; C. *Finely Aware and Richly Responsible: Literature and Moral Imagination, in Love's Knowledge: Essays on Philosophy and Literature* (Oxford University Press, Oxford, 1990), pp. 148 e ss.

4. WILLIAMS, B. *Shame and Necessity*, (Berkeley, University of California Press, 1993), p. 3.

individual ou não, sobre estes conflitos, inevitável, de um modo ou de outro, após a apresentação da peça; e, 3) a esperança de algum tipo de benefício humano como consequência dos dois fatos anteriores. Assim, as idéias mais fundamentais da moderna Psicanálise já eram conhecidas, ou pelo menos, intuídas no século V.

A tragédia grega mostra seres humanos bons e dignos serem destruídos devido a acontecimentos que simplesmente não lhes era possível controlar. Percebemos isto com profunda angústia e com sentimentos de desorganização de algumas de nossas crenças mais fundamentais, mas não há como negar que se trata de um fato comum. Mas a tragédia nos mostra algo ainda mais perturbador: pessoas consideradas acima de qualquer crítica, em termos éticos, cometendo, por sua livre vontade, atos violentamente contrários aos mesmos critérios que sempre pautaram suas vidas e nos quais elas, sinceramente, acreditavam. Frequentemente vemos o herói se defrontando com o chamado “conflito trágico” e, em seguida, tomando uma conduta inteiramente contraditória com os valores que seguira durante toda a sua vida.

Hércules, o maior herói grego, mata seus filhos em um ataque de loucura. Medéia, mãe amorosa, também mata seus filhos, mas com total lucidez e premeditação. A tragédia considera essas situações legítimos problemas do existir humano, e não apenas meras inconsistências lógicas ou produtos de um primitivismo moral, como muitos críticos importantes, em passado não muito distante, afirmaram⁵.

E, mais ainda, as tragédias nos informam que o destino humano é constantemente decidido pelos deuses e a partir de motivos os mais fúteis. Portanto, a vida humana depende diretamente de uma instância que, por definição, está duplamente além da nossa compreensão. Por fim, a própria existência dos textos trágicos e a importância das festividades nas quais eram encenados, mostra o valor que se atribuía à observação e reflexão sobre uma região da experiência humana que, em princípio, é sentida como insuportável⁶.

Podemos chamar de “fragilidade” a característica humana que define esta região. E parece que, de fato, a preocupação com a fragilidade huma-

5. NUSSBAUM, M.; C. *The Fragility of Goodness: Luck and Ethics in Greek Tragedy and Philosophy*, (New York, Press Syndicare of the University of Cambridge, 1986), p. 25 e ss.

6. NUSSBAUM, M.; C. *op cit*, p. 25 e ss.

na foi um tema central nas reflexões de poetas e filósofos gregos. Píndaro⁷ comparava a ser humano a uma videira, inteiramente dependente dos diversos fatores ambientais para crescer ou morrer, tornar-se forte ou quebradiça, bela ou não. Precisar-se-á de pessoas que cuidem dela e que lhe dêem coisas que não poderá alcançar sozinha. E, mais ainda, precisará ser de boa cepa, para aproveitar o que as contingências lhe permitirem; mas nunca estará em seu poder escolher nascer (ou não) de uma boa cepa.

Essa imagem do poeta coloca vários graves problemas: se o ser humano é como essa videira, como evitar a angústia insuportável, a desesperança e impotência totais? Como atribuir eventuais sucessos ou fracassos de alguém a seus próprios méritos, ou à sua própria culpa⁸? O que é que pertence ao ser humano, em termos de ambição e capacidade, em termos de fazer e ser feito, em termos de voz ativa e voz passiva? Como, e até que ponto, um poeta poderá fazer o elogio de qualquer realização humana?

Mas os gregos também nos forneceram o caminho de busca de solução para este insuportável: a razão. Se somos frágeis, pela razão nos tornaremos fortes, porque pelo conhecimento aprenderemos a controlar estas forças do caos. Pela adesão à "ciência" (*téchne*), nos libertamos da dependência do contingente, do casual, do caótico⁹.

Porém, e isso é fundamental, esse quadro referente ao pensamento grego, se mostra esta profunda confiança na razão como via possível e única de alternativa para o caos mental e físico, mostra também uma aguda e permanente consciência quanto à experiência da fragilidade humana.

Se retornamos agora para a Psicanálise, temos um elemento importante para pensar a ajuda que os poetas gregos podem dar ao psicanalista. A psicanálise, herdeira da ciência do séc. XIX, partiu para estudar um objeto novo: a mente humana. Desde o início, Freud sabia que isso significaria estudar, essencialmente, a vida afetiva do ser humano. E que isto implicava uma diferença radical com relação aos objetos e teorias das ciências tradicionais. Mas isso não impediu uma forte adesão aos ideais epistemológicos dessas ciências, por parte de Freud e da maioria de seus seguidores. Para ser reconhecida, a psicanálise tinha de mostrar suas

7. NUSSBAUM, M. C.; *op cit*, p. 1 e ss.

8. NUSSBAUM, M. C.; *op cit*, p. 2.

9. Ver, por ex., Hippocrates, vol II, (Cambridge, Harvard University Press, Loeb Classical Library nº 148); p. 195. Todas as idéias de Winnicott discutidas são temas muito conhecidos e recorrentes ao longo de sua obra. Por isso, indicarei apenas uma passagem para cada referência que foi destacada no texto.

credenciais; e a parte mais fundamental destas credenciais seria a existência de teorias logicamente consistentes e empiricamente eficientes.

Mas aí instalou-se uma situação paradoxal. Por opção epistemológica, a Psicanálise posicionava a razão como referência fundamental nos processos de investigação e elaboração teórica. Ao mesmo tempo, a clínica psicanalítica o tempo todo fornecia (e fornece) grande quantidade de indicações, no sentido de que as funções mentais da racionalidade não são autônomas no conjunto dos processos psíquicos, mas sim sofrem vários tipos de transformação a partir de movimentos afetivos. Isto é, a razão também é frágil!

Para pensar esse estado de coisas, isto é, a experiência da fragilidade essencial, entendo que as descrições da experiência humana do viver, tal como aparecem nas tragédias da Grécia Clássica, devem ser usadas como elemento de diálogo com as teorias dos processos mentais. Uma implicação de extrema importância para a constatação de que a razão também é frágil, é o fato de que, se é verdade que as ciências tradicionais têm sido extraordinariamente eficientes em produzir conhecimentos e tecnologias, também é verdade que qualquer tipo de conhecimento e qualquer tecnologia serão usados de uma forma ou de outra, dependendo dos processos mentais, tanto cognitivos quanto afetivos, dos respectivos responsáveis. Ao falar isso, situamo-nos, imediatamente, no campo das teorias dos processos mentais e da ética.

Não que a psicanálise ignore esse tema. Mas há uma tendência em pensá-lo sempre dentro de uma teoria psicanalítica clássica. Se Édipo matou Laio e se casou com Jocasta, é porque havia um desejo inconsciente, poderoso, nesse sentido. Não é valorizado o fato de que a opção assumida de Édipo, durante toda sua vida, foi fugir desse destino, previsto desde seu nascimento, e o quanto ele foi frágil na luta para realizar um desejo que subscrevia como seu. Com isso, a Psicanálise, cujo objeto é a totalidade da experiência humana do viver, pode estar insuficientemente atenta para o que seria seu tema nuclear: a luta desigual entre o desejo reconhecido pela pessoa e outras forças, situadas no inconsciente, no corpo, ou em qualquer ponto da realidade exterior.

Uma teoria psicanalítica nesses termos é possível e a prova disso é que já existe uma. Pelo menos um psicanalista construiu uma obra em que a questão da fragilidade humana é, o tempo todo, olhada em toda a dimensão com que ocorre na vida real das pessoas. Significativamente esse psicanalista foi, e é, visto de forma profundamente segregada pelas Sociedades de Psicanálise.

Desde o início de sua carreira como analista, o pediatra Donald Winnicott entrou em conflito com a Comunidade Psicanalítica, porque declarou que queria estudar o “ambiente”. Isso seria um pecado grave, porque se aproximava da linguagem dos inimigos da psicanálise: o que caracterizava essa disciplina era justamente o estudo das etiologias intrapsíquicas para os sintomas psicopatológicos, enquanto que seus inimigos negavam a importância desse tipo de investigação e falavam em etiologias extrapsíquicas, orgânicas, por exemplo.

Entretanto, Winnicott, ao mesmo tempo que plenamente identificado com a causa psicanalítica, continuava respondendo que tinha de estudar o ambiente. E se justificava dizendo: “Não existe isso a que se chama um bebê”¹⁰. Ou seja, não existe um bebê sem a mãe; e a mãe, para seu filho, antes de ser uma pessoa, é um ambiente. O bebê nasce com o potencial de se tornar um ser humano maduro, mas esse potencial só se realiza a partir do relacionamento pessoal e íntimo com a mãe.

Toda a teoria psicanalítica winnicottiana se constrói em torno dessa idéia da mãe-ambiente. A função principal desse envoltório humano é somente agir em função de um ato do bebê. Assim, a alimentação só será oferecida a partir de manifestações de fome. Somente nesse caso o bebê poderá aprender a ter relações significativas com o mundo: comida só faz sentido quando acontece relacionada com a fome. Esta seria a base da saúde mental: durante as primeiras semanas de vida, a criança aprende a se relacionar significativamente com o mundo, porque o mundo parece sempre acontecer de acordo com seus movimentos instintivos.

Tanto o processo de desenvolvimento do aparelho mental, quanto a experiência de habitar nosso próprio corpo, não são acontecimentos inevitáveis na evolução de uma criança; na psicopatologia, encontramos pacientes que sofreram danos nesses aspectos do processo maturacional. Assim, um paciente psicótico pode dizer que seu braço direito não é realmente dele; ele viu quando, de noite, alguém veio e tirou seu braço e colocou um outro no mesmo lugar! Um outro paciente, não psicótico, pode se olhar no espelho e sentir “como se” o rosto que vê refletido, de alguma forma, não fosse ele mesmo.

Por outro lado, podemos observar o processo inverso: imaginemos um bebê, quieto em seu berço. Em um momento qualquer, ele poderá

10. WINNICOTT, D. W. *The Family and Individual Development* (London, Tavistock Publications, 1969), p. 16 e ss.

estar chupando seu polegar e pensando pensamentos. Estará se deliciando com fantasias que apenas se esboçam em sua imaginação, relacionadas ao prazer da experiência “dedo-na-boca”, que por sua vez também lhe traz lembranças de outra experiência melhor ainda, a de sugar o leite no colo aconchegante da mãe.

Esse bebê está tendo uma série de experiências da maior importância. Está desenvolvendo sua imaginação, usando para isso as diversas experiências sensoriais que vai tendo sucessivamente ao longo do dia. Está aprendendo a associar essas fantasias com lugares e sensações ligadas a partes de seu corpo. Dessa forma, está aprendendo que possui um corpo no qual deverá viver e com o qual aprenderá a sentir, integrando, na relação com a mãe, e somente na relação com a mãe, sensorialidade e significado. Todo esse processo, que continua ao longo do tempo, é denominado por Winnicott de “experiência de ser”¹¹. Portanto, experiência de ser é uma experiência de continuidade de ser.

Imaginemos agora que, nesse momento, passa alguém e impede o bebê de continuar chupando seu dedo. Há uma ruptura nessa experiência de continuidade de ser, há uma ruptura entre pensamento e experiência de corpo, aquilo que é um esboço de identidade se torna, de repente, “desencarnado”, dissociado do único espaço onde a identidade humana pode habitar. Para Winnicott, esse tipo de experiência, quando constitui o padrão da relação entre a mãe e seu filho, configura a situação prototípica de etiologia psicopatológica. Toda a sua psicopatologia se centra na idéia de um ambiente invasor, que interfere na experiência de continuidade de ser do bebê, em função de motivos que pertencem ao ambiente e não ao bebê.

Assim, uma mãe poderá estimular o riso de seu bebê de muitas formas. Mas esse riso não corresponderá a nenhum processo espontâneo na criança e se constituirá como uma reação a um ato de invasão do ambiente. Se a relação entre essa mãe e esse filho tiver esse tipo de dinâmica como padrão, a criança desenvolverá uma personalidade baseada na reação a um ambiente invasor e não na expressão de um processo instintivo autônomo.

Portanto, a teoria winnicottiana é uma investigação, com a ajuda do modelo freudiano (modificado), do mesmo tipo de experiência que vimos ser recorrente nos textos gregos: o ser humano radicalmente vulnerável

11. WINNICOTT, D. W. *The Maturation Processes and the Facilitating Environment* (London, The Hogarth Press, 1976), p. 86.

diante de um ambiente que o invade a qualquer momento, sem que ele, em princípio, possa fazer qualquer coisa. Winnicott toma a teoria da relação mãe-filho como modelo para pensar a relação do ser humano adulto com o mundo, que poderá ser invasor em menor ou maior grau.

A gestação se processa simultaneamente, tanto em termos do bebê quanto em termos da mãe. O bebê é gestado a partir da fecundação; a mãe é gestada a partir da mulher e da esposa. Esse período de nove meses cria na mãe condições psicobiológicas, para que ela possa fazer a maternagem de seu filho melhor que qualquer outra mulher.

Ninguém terá a mesma disponibilidade e dedicação para manejar os momentos mais difíceis, como os que envolvem, por exemplo, noites em claro, doenças, fezes e urina. A idéia de amor não faz sentido para o bebê durante os primeiros meses de vida; para ele, amor será a qualidade da técnica de maternagem da mãe.

Mais que qualquer outra coisa, o bebê precisa que a mãe seja humana e confiável. Porque a maior tarefa da maternagem é dar sentido aos gestos puramente instintivos e espontâneos do bebê. A mãe humana conseguirá viver na relação com seu bebê as diversas possibilidades de sentimentos humanos. Amor, medo, inveja, raiva, admiração, etc. Sempre na relação, isto é, por mais que ocorram momentos de angústia no bebê, após vivências intensas de raiva, por exemplo, ele aprenderá, aos poucos, a temer menos a raiva, porque a relação não se rompeu por causa da crise. E aprenderá a sentir seus sentimentos.

A mãe confiável não será invasora. Dentro dos limites reais de suas capacidades agirá, regularmente, em função dos impulsos do bebê. Quando o bebê tem fome e imagina o seio que já o alimentou outras vezes, nesse momento o seio aparece e o bebê tem a impressão de que cria os objetos. O grau de capacidade com que o adulto terá de aceitar a realidade depende do grau em que, nas primeiras semanas de vida, o mundo aceitou seus desejos. A aceitação da onipotência infantil nessas semanas é a condição necessária para que o adulto possa ter uma relação significativa com a realidade.

Tudo isso pode não acontecer: de certa forma, a psicopatologia começa no lugar da mente em que os objetos perdem o sentido. Numa situação limite, a realidade como um todo, ou diversos aspectos dela, se esvaziam. Há anos, uma cliente me disse que, na sua infância, nunca a fome e a comida se encontravam. Essa moça tinha um sofrimento psíquico muito grande e graves tendências a se expor a situações de sério risco para ela mesma.

A mãe humana, confiável e constante, construirá a saúde mental na vida de seu filho. Mas o que é saúde mental? Winnicott insiste que não é ausência de sintomas. Isso implicaria um conceito muito pobre de saúde mental, e seria factualmente incompatível com a complexidade e riqueza que podemos sempre observar em uma criança ou num adulto.

Saúde mental é um dos resultados a que podemos chegar quando avaliamos o funcionamento mental de uma pessoa em função de três parâmetros: 1) capacidade de relacionamento humano; 2) capacidade de criatividade; e 3) capacidade de existência ética. Quanto maior for o grau de cada uma dessas capacidades em uma pessoa, diremos que mais saudável ela é. Essas três capacidades significam três dimensões da natureza e do existir humano que são absolutamente irreduzíveis. Por outro lado, o parâmetro que fala em "capacidade de criatividade" não pretende afirmar que só a pessoa com os talentos de um artista poderá almejar a saúde mental. Para Winnicott, criatividade significa a possibilidade de, pelo menos em uma quantidade razoável de vezes, a pessoa ser capaz de se sentir inteira naquilo que estiver fazendo.

Para descrever as formas paradigmáticas de experiência da relação e da comunicação do homem com seu ambiente, os gregos escreveram as tragédias. Para fazer o mesmo, Winnicott investigou a relação mãe-filho. Com isso, ele, ao mesmo tempo, propôs uma possibilidade de alternativa para se pensar as angústias da experiência de fragilidade.

Penso que essa é a forma mais rica de diálogo que nós, psicólogos clínicos, podemos estabelecer com o pensamento grego em geral, e com os poetas gregos em particular: de um lado, uma descrição do viver humano onde a idéia de fragilidade aparece em todas as suas dimensões. Do outro lado, um conjunto de sofisticadas teorias sobre o funcionamento mental.

Fragilidade significa tanto vulnerabilidade quanto comunicação. O ser humano é vulnerável, por exemplo, a desastres naturais, a bactérias, ou a mensagens provenientes de outro ser humano. Em todas essas situações ocorrerão transformações que serão sempre mentais e orgânicas, isto é, envolverão a pessoa inteira. Nesse campo das relações do homem com os diversos envoltórios nos quais está inserido, o que inclui, evidentemente, todas as ciências e tecnologias, as interrogações e as ansiedades, hoje em dia, se multiplicam. Investigar as formas como essas relações podem, e as formas como essas relações devem, se processar, é uma tarefa que se impõe.

Zygmunt Bauman¹² afirma que os objetivos da ética da época moderna, os ideais de um código racional, abrangente e integrado, que seria “injetado” em todos os seres humanos e que domaria os instintos sempre tendentes à licenciosidade, fracassaram. A época pós-moderna se caracterizaria por este fracasso, mas isso não deveria ser visto como a destruição final da ética, mas sim como a possibilidade de entender de uma forma radicalmente nova os fenômenos do comportamento moral.

Nessa interrogação radicalmente nova, discussões sobre a idéia de saúde mental devem ser incluídas nas investigações sobre os fenômenos morais. E o diálogo entre os trágicos gregos (na verdade devemos dizer: os autores de toda e qualquer boa literatura; mas isso já seria outra discussão), o psicólogo clínico e o especialista em ética seria muito fértil.

Winnicott escreveu que o adulto amadurecido traz vitalidade ao que é antigo, velho e ortodoxo, recriando essas coisas, depois de tê-las destruído.

12. BAUMAN, Z. *Postmodern Ethics* (Oxford, Blackwell Publishers, 1996), pp. 6 e 7.