

MESTRADO INTEGRADO EM PSICOLOGIA  
PSICOLOGIA

# A Solitária Morte por Desgosto: Considerações sobre o Sofrimento e a Finitude

Rui Bernardo de Castro Pereira

# M

2024



**Universidade do Porto**  
**Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação**

**A SOLITÁRIA MORTE POR DESGOSTO: CONSIDERAÇÕES SOBRE O  
SOFRIMENTO E A FINITUDE**

**Rui Bernardo de Castro Pereira**

Outubro de 2024

Dissertação apresentada no Mestrado em Psicologia Clínica e da saúde,  
Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto,  
orientada pela Professora Doutora **Cidália Duarte** (FPCEUP).

## AVISOS LEGAIS

O conteúdo desta dissertação reflete as perspetivas, o trabalho e as interpretações do/da autor/a no momento da sua entrega. Esta dissertação pode conter incorreções, tanto conceituais como metodológicas, que podem ter sido identificadas em momento posterior ao da sua entrega. Por conseguinte, qualquer utilização dos seus conteúdos deve ser exercida com cautela.

Ao entregar esta dissertação, o/a autor/a declara que a mesma é resultante do seu próprio trabalho, contém contributos originais e são reconhecidas todas as fontes utilizadas, encontrando-se tais fontes devidamente citadas no corpo do texto e identificadas na secção de referências. O/A autor/a declara, ainda, que não divulga na presente dissertação quaisquer conteúdos cuja reprodução esteja vedada por direitos de autor ou de propriedade industrial.

## RESUMO

A morte por desgosto é um fenômeno reconhecido quase transversalmente na nossa sociedade e cultura, sendo exemplo disso as abundantes referências nos meios artísticos como a literatura, o cinema ou o teatro. Contudo, no meio acadêmico-científico da psicologia, a literatura disponível sobre este tema é praticamente inexistente, sendo o tema dominado pelos artigos de análise de obras literárias ou os artigos médicos acerca da cardiomiopatia de Takotsubo (“broken-heart syndrome”). Isto implicou a divisão do tema nos subtemas da morte e do sofrimento, a partir dos quais desenvolvemos a pesquisa e a análise. Deste modo, procuramos debater e refletir sobre a morte e a natureza do sofrimento humano, que será a origem da morte por desgosto, contrastando perspectivas e autores relevantes neste domínio. Iniciamos esta análise na morte e na tendência natural do ser humano à sua rejeição, e discutimos, seguidamente, em que circunstâncias se poderá dissipar esta tendência. Analisamos o sofrimento na sua subjetividade e aquilo que o caracteriza especificamente no fenômeno do desgosto: para isto, exploramos sob a lente fenomenológica, que privilegiamos, as psicopatologias do luto e da depressão, que se relacionam profundamente com os construtos da temporalidade, corporalidade, solidão e alienação. Assim nos parece o desgostado: isolado e alienado do mundo, corporalizado e refém da sua intemporalidade, deixa de antever o futuro enquanto possibilidade, ocorrendo-lhe apenas a inexistência no horizonte; e a realidade providencia-lhe este último golpe de misericórdia.

***Palavras-chave:*** Morte por Desgosto, Sofrimento, Fenomenologia, Luto, Depressão

## ABSTRACT

Death from a broken-heart is an almost transversally known phenomenon in our society and culture, example of that being the ample references in the artistical means such as literature, cinema or theatre. However, literature available about this theme in the academical-scientific sector of psychology is scarce, it being dominated by literary analysis articles and medical articles about Takotsubo cardiomyopathy (or “broken-heart syndrome”). Because of this, in order to do our research, we divided the theme into the sub-themes of death and suffering, developing our analysis through these. We debate and reflect on death and the nature of human suffering, contrasting perspectives and relevant authors in this domain. We start by analyzing death and the natural human tendency to reject it, followed by a discussion regarding how this tendency could dissipate. We then analyze suffering in its subjectivity, and in what characterizes it specifically in the phenomenon of the broken-heart: in order to explore it, we incur in the analysis of the psychopathologies of grief and depression, through the lenses of phenomenology, that we privilege. We find that these psychopathologies are deeply related with the constructs of temporality, corporality, loneliness and alienation. The “broken-hearted” seems to us isolated and alienated from the world, corporalized and stuck in his temporality, unable to foresee the future as possibility, perceiving only inexistence in the horizon; and reality ends up providing him with this last coup of mercy.

**Keywords:** Death from a Broken-Heart, Suffering, Phenomenology, Grief, Depression

## **A Solitária Morte por Desgosto: Considerações sobre o Sofrimento e a Finitude**

A morte por desgosto é, ainda, aos dias de hoje, um grande mistério. Altamente romantizada e referenciada nas artes, desde a literatura passando pelo cinema e pelo teatro, aparece sob a forma de morte explicada pura e simplesmente pela dor de uma desilusão amorosa, transgressão moral ou luto intolerável, figurando-se como a manifestação mais extrema do impacto da perda. São escassas as referências a este tipo de morte no meio académico-científico, ainda que sejam raras as pessoas que não a reconhecem como fenómeno que, ainda que misteriosamente envolto sobre um véu de misticismo, ocorre. Nesta tese, procuro sobretudo contribuir para uma maior exploração deste interessante fenómeno, tecendo para esse efeito algumas considerações acerca da morte, do desgosto, e da morte por desgosto.

A relativa pouca exploração deste fenómeno é, desde já, compreensível. É de facto uma temática que, por natureza, está rodeada de ambivalências – a morte por desgosto é involuntária, e, não sendo voluntária (pois nesse caso estaríamos a falar de suicídio), é pelo menos aceite como uma conclusão lógica e necessária face à intensidade do desgosto sentido; é uma morte sem intenção e sem revolta. A morte em si, tendencialmente rejeitada como veremos, vê-se então numa situação em que é, antiteticamente, aceite, encarada como a conclusão natural ao estado de sofrimento atroz do qual o desgostado se quer livrar e que, por isso, ocorre de forma naturalística sem que o indivíduo nada tenha contribuído para tal, numa espécie de manifestação psicossomática provocada essencialmente pela dor psicológica do desgosto. Então, as perguntas que nos surgem são as seguintes: como poderá a tendência natural da rejeição da morte ser dissipada e substituída, por oposição, pela aceitação da morte? E, por sua vez, o que define o sofrimento psicológico proveniente do desgosto, de tal forma que este encontre manifestação adequada através, precisamente, da morte, concretizando a morte por desgosto?

Por complexas que sejam estas questões, importa, antes de mais, indagar sobre a questão da rejeição da morte, tão presente no nosso dia-a-dia, na nossa cultura. Encontramo-la tácita e discreta em expressões e ações populares que frequentemente ouvimos e testemunhamos, como o “Ai credo”, ou a superstição das pancadas na madeira, cada vez que é aludida a morte própria ou a de um ente-querido. Expressões e superstições como estas apontam para a tendência humana à rejeição da morte, tendência esta que é passada de geração em geração através de heranças populares que se entranham na linguagem, forma de comunicação humana por excelência. Freud, em *Reflexões em Tempos de Guerra e de Morte* [1], chamou a atenção para

esta mesma tendência humana para a “rejeição”, o afastamento e a negação da morte, explicando o fenômeno como uma “perturbação da relação com a morte”, e opondo-o ao caráter natural da morte (cita até Shakespeare para o efeito, em *Henrique IV, parte I, ato V*– “cada um de nós deve uma morte à natureza”) (p.133).

Também Kübler-Ross, no seu livro *Sobre a morte e o morrer* [2], aponta para que “quando retrocedemos no tempo e estudamos culturas e povos antigos, temos a impressão de que o homem sempre abominou a morte, e, provavelmente, sempre a repelirá” (p.6), explicando que “(...) o homem, basicamente, não mudou. A morte constitui ainda um acontecimento medonho, pavoroso, um medo universal, mesmo sabendo que podemos dominá-lo em vários níveis” (p.9), pelo que considera a morte objeto de repressão social. Neste livro, a autora ilustra-o com os relatos que faz do seu trabalho numa unidade de cuidados paliativos, onde refere a dificuldade sentida por alguns dos profissionais de saúde em lidar com pessoas moribundas, especialmente aqueles que não terão ainda refletido sobre as questões da morte, o medo da sua própria morte. Este problema reflete-se nos cuidados que são fornecidos ao paciente, que são afetados pelas defesas e resistências dos profissionais de saúde, pois estas se refletem na empatia que demonstram para com os pacientes, bem como no modo como as necessidades destes são atendidas, nomeadamente as necessidades de contato humano, entre estas a de uma conversa ou, simplesmente, a de impedir a solidão providenciando alguns minutos de companhia, essenciais para estes pacientes que atravessam momentos temerosos. Ainda que enfrentar a morte se figurasse como o mais benéfico para a profissão destes profissionais de saúde, estes parecem tê-lo ignorado durante a sua atividade, exibindo a resistência natural ao encarar da finitude, ou seja, a rejeição da morte.

Encontramos indícios da tendência para o afastamento da morte já no humano primitivo, presentes no estudo antropológico completíssimo de Morin sobre a morte [3], onde percebemos que os homens de Neanderthal sepultavam os seus mortos e colocavam pedras sobre o cadáver, principalmente sobre o rosto e a cabeça – Morin interpreta-o da seguinte maneira: “O cadáver humano já suscita emoções que se socializam em práticas fúnebres e a conservação do cadáver implica um prolongamento da vida. (...) O não abandono dos mortos implica a sua sobrevivência” (pp.24–25), e concretiza, “A morte é, portanto, à primeira vista, uma espécie de vida, que prolonga, de uma forma ou de outra, a vida individual” (p.25). Assim, já em tempos primitivos se denotam as dificuldades que o Homem tem com a percecionada inércia, a ausência de vida no corpo próximo, um fenômeno que se figura como um mistério e que, provavelmente, o assusta: perante isto, a resposta do primitivo é o prolongamento da vida, rejeitando na sua

ação a morte. Este prolongamento da vida é manifestado pelas crenças que estes adotavam a respeito da morte, morte esta que não existe enquanto conceito por esta altura:

Efetivamente, a morte, nos vocabulários mais arcaicos, não existe ainda como conceito: fala-se dela como de um sono, de uma viagem, de um nascimento, de uma doença, de um acidente, de um malefício, de uma entrada para a morada dos antepassados, e, o mais das vezes, de tudo isto ao mesmo tempo. (p.25)

Estas concepções, por sua vez, introduzem hipóteses acerca da sobrevivência do defunto, inclusive a atribuição de uma vida própria aos mesmos: “A etnologia mostra-nos que, por todo o lado, os mortos foram ou são alvo de práticas que correspondem, todas elas, a crenças respeitantes à sua sobrevivência (sob forma de espectro corpóreo, sombra, fantasma, etc.) ou ao seu renascimento” (p.25). O Homem procura explicações alternativas para aquilo que não consegue, ou não quer, antever: a inexistência, o aniquilamento, no fundo, a perda da sua individualidade, aquilo que mais o angustia. Isto porque, ao mesmo tempo, o Homem reconhece que morre, todos morremos, e ele percebe-o – “(...) a mesma consciência nega e reconhece a morte: nega-a como aniquilamento, reconhece-a como acontecimento” (p.26).

Daí que Morin, logo no início do seu estudo, refira que “(...) a sociedade funciona (...) apesar da morte e contra a morte” (p.10). O Homem, na sua vivência coletiva, não aceita a morte, e Morin relata a impressão que isto lhe provocara, aquando da escrita do livro:

Eu observara que, recalcada cada vez mais durante os últimos declínios da civilização ocidental, a morte não parara de fermentar, sob a forma de angústias assumindo máscaras diversas, e que se tornara tanto mais abominável quanto mais parecia inconfessável, tanto mais insensata quanto mais era impensada. (p.11)

O autor parece identificar um certo desconforto na civilização, proveniente de angústias, que se manifesta concretamente naquilo que apelida de “horror da morte”, ao mesmo tempo silencioso e ruidoso –

(...) os dados da economia da morte, dos funerais, do luto e tanto da mentalidade ‘primitiva’ como da mentalidade infantil, a partir do momento em que esta ‘realiza’ a morte, confirmam conjuntamente, de forma decisiva, a existência de um dado não menos elementar e não menos fundamental do que a consciência da morte e que a crença

na imortalidade: são as perturbações provocadas pela morte na vida humana, aquilo que se entende por ‘o horror’ da morte”. (p.30)

Com efeito, decompõe e atribui o “horror da morte” à dor dos funerais, ao terror da decomposição e à obsessão com a morte, que por sua vez são associadas à consciência da perda da individualidade: “O horror da morte é, portanto, a emoção, o sentimento ou a consciência da perda da individualidade. (...) Consciência, enfim, de um vazio, de um vácuo, que se cava onde havia plenitude individual, isto é consciência traumática” (p.32). De facto, o sentimento de vácuo, a ausência completa que nos assola em momentos de angústia existencial é de uma intensidade brutal, do domínio do visceral, digno de ser caracterizado de traumático e arrebatador. Morin explica-o de forma magistral:

Este traumatismo no seio da consciência da morte é já, embrionária, a ideia da morte (que não é mais do que a ideia da perda da individualidade) estreitamente associada à consciência realista do facto da morte. Esta ideia opõe-se, embora lhes permaneça associada, às metáforas da imortalidade que enchem a morte de um conteúdo de vida. A ideia da morte propriamente dita é uma ideia sem conteúdo, ou, se quisermos, cujo conteúdo é o vazio até ao infinito. É a mais vã das ideias vãs, já que o seu conteúdo é o impensável, o inexplorável, o ‘não sei quê’ conceitual que corresponde ao ‘não sei quê’ cadavérico. É a ideia traumática por excelência. (p.32)

O Homem sente-a e, simultaneamente, no seu íntimo, é-lhe tangível: “A consciência realista da morte é traumática na sua essência, a consciência traumática da morte é realista na sua própria essência” (pp.33-34). Não há escapatória possível à materialidade da morte. A angústia que invariavelmente a acompanha, o “nada”, a aflição, é verdadeiramente traumática. Elas estão conectadas na nossa consciência e, confrontado com tal, o Homem tem de escapar, o Homem precisa de rejeitar o que sabe, o que é mais certo do que tudo: a sua finitude; Ele precisa de ser imortal – “Revoltado por uma morte à qual não pode escapar, ávido de uma imortalidade que desejaria realizar, assim aparece o homem” (p.52).

O desejo de imortalidade do Homem, enraizado no desejo de evitar a perda da sua individualidade, configura-se com clareza como corolário da rejeição da morte, a resposta direta para a tendência humana ao afastamento da morte, a sua extensão. O homem sabe que morre e racionalmente, todos os caminhos vão dar ao abismo, à descontinuidade do ser - “(...) a morte é a lei da espécie, uma necessidade animal, necessidade que vem contrariar e contradizer a

individualidade humana” (p.278). Posto isto, a fé, a religião, oferece uma saída desta angústia, uma autêntica salvação:

(...) durante a polémica ininterrupta que oporá a ‘razão’ à ‘fé’, a fé indicará constantemente à razão o abismo da morte. A recusa da morte é a própria fé, o seu núcleo irreduzível. A fé é o ‘não é preciso que eu morra’. A salvação corresponde a uma exigência antropológica essencial do indivíduo, que teme a morte e quer ser salvo dela. (p.190)

É uma polémica sem resolução, sem vencedores: a “exigência antropológica essencial” aproxima o Homem das crenças religiosas, mas não aniquila a angústia, que, tácita, pois a inteligência e a consciência não podem ser ignoradas, surge originando a contradição mais gritante da humanidade, “a contradição fundamental do indivíduo, entre a morte que a sua ‘alma’ e o seu ser recusam e a imortalidade que a sua inteligência repudia (...)” (p.180).

Assim, parece sensato afirmar que, a religião e a fé, em sentido lato, na sua abrangência antropológica e cultural, servem-se em grande parte da rejeição natural da morte para recolher seguidores e fiéis, capturados pelo poder da tradição e agregação social e aliciados pela satisfação do desejo da preservação da individualidade, que a crença oferece.

Concluimos então que a tendência para a rejeição da morte está profundamente conectada com a necessidade de preservação da individualidade.

Mas como surge, por oposição, a aceitação da morte? Quais as circunstâncias necessárias para que, contrariando a nossa tendência natural para a rejeição, a aceitemos e abandonemos a “contradição fundamental do indivíduo”?

O ser humano possui, como aspeto fundamental da sua natureza, o modo de vida em conjunto, em sociedade – Lévy-Bruhl (1949, citado por [3]) afirma que “A participação do indivíduo no corpo social é um dado imediato contido no sentimento que ele tem da sua própria existência” (p.38). A vida em grupo é, neste aspeto, semelhante à morte, naquela que é a sua coabitação no domínio do existencial. Isto implica que, esta tendência, similarmente à morte, detém um grande poder de determinação, algo que Morin confirma no seguinte excerto: “Quando a sociedade se afirma em detrimento do indivíduo, quando, simultaneamente, o indivíduo sente essa afirmação como mais verídica do que a da sua individualidade, a recusa e o horror da morte dissipam-se, deixam-se vencer” (p.39). Deste excerto, podemos concluir que é possível que uma força externa, especificamente a sociedade enquanto força e, por extensão, as relações sociais, enfraqueça os muros do desejo que afastam o Homem da sua morte (pelo meio da sua

recusa), e que, por sua vez, o aproximem da mesma, ainda que para isso o Homem precise de sentir esse poder como mais afirmador do que o da sua própria individualidade: poderia esta força externa da sociedade, sob o veículo das relações sociais, manifestar-se através de algo como um grande sofrimento emocional, um arrebatamento, um intenso ardor do coração, um “desgosto”?

Mais concretamente, Morin [3], novamente, parte do sentimento de alienação da sociedade e explica de maneira exímia a ligação entre a parte emocional do Homem, o seu “sentir”, e a evaporação dos instintos de preservação da individualidade, e, por consequência, de rejeição da morte:

Aquele que se sente estranho no mundo e que sente que a sua morte lhe é estranha tem-se apenas a si mesmo, última presença, último calor, e é precisamente esse ‘si mesmo’ que perecerá, apodrecerá, morrerá. Não pode basear seja o que for na sua individualidade condenada ao nada. Em última análise, nem sequer a pode considerar já um valor. (...) A individualidade desagrega-se por seu turno. (p.266)

A partir disto, podemos preconizar uma eventual relação entre o “mundo interior” do Homem, sob a forma do “sentir”, e o desmoronamento da individualidade, que como vimos, é o combustível da rejeição da morte: um intenso “sentir”, então, nesta linha de pensamento, poder-se-á tornar um promotor da morte, na medida em que rejeita a sua rejeição.

Importa indagar mais a fundo sobre o “sentir”. O misterioso sentir-se “estranho no mundo”, o vago ter-se “apenas a si mesmo”. O que os caracteriza, na ocasião do desgosto, que os torna tão intensos para que radicalmente enfrentem a égide da morte e da desesperante angústia existencial e saiam vitoriosos?

A análise parte do sofrimento humano e da sua complexidade. Mota Cardoso [4] coloca a solidão do Homem no cerne do sofrimento humano. O autor identifica na atualidade um vazio crescente naquilo que é a vivência do ser humano, que se sente progressivamente vago e desprovido, atormentado e sem capacidade de se libertar - atribui-o ao modo de vida “civilizado”, que promove, pela sua natureza, a constante necessidade de dar um sentido à vida, que, na visão do autor, é concretizada na angústia, profunda e arrebatadora, ou seja, no sofrimento – sofrimento este que associa a vida à morte.

Este sofrimento, que poderá ter como principal contribuidor a solidão, é uma experiência global humana. O sofrimento, como é de conhecimento comum, é uma dimensão da qual a vida não

se pode descolar. No entanto, preconiza-se a existência de algo especial, algo de caracterizador do sofrimento na sua intersubjetividade e da solidão específica do desgosto que o torne de tal ordem que se concretize de forma naturalística na misteriosa morte por desgosto.

Para entendermos a fundo as características do sofrimento na forma como ele se manifesta, ou seja, na subjetividade de cada um, a abordagem fenomenológica na análise será a mais adequada, em particular na área da psicopatologia. Ter uma abordagem fenomenológica em relação à psicopatologia implica uma metodologia de estudo que procura o acesso direto aos fenómenos da forma como eles, marcados pela subjetividade de cada um, parecem à consciência do sujeito afetado pela patologia psíquica [5]. Esta abordagem, através de uma descrição minuciosa e sistemática daquilo que ocorre na experiência patológica, procura o acesso ao significado dos fenómenos correspondentes à mesma e pretende que estes ajudem o visado a compreender os seus comportamentos e aquilo que os orienta dentro da psicopatologia: esta compreensão fenomenológica despoleta de forma frequente, na sua discussão, em temas existenciais e da essência do ser humano [5]. Procurando nós explorar o fenómeno do desgosto, configura-se como lógica a análise do luto bem como da depressão sob este olhar fenomenológico, duas psicopatologias familiares com o intenso sofrimento do desgosto.

Em relação ao luto, este costuma referir-se à experiência de perda de alguém querido para nós, alguém que amamos ou alguém pela qual nos preocupamos, por ação da morte. A morte acontece na vida de um outro, e o luto, por consequência, acontece-nos a nós. É, no fundo, um estado de privação, por oposição a uma mera resposta ou reação, que, devido à dimensão do evento, redefine necessariamente as circunstâncias e possibilidades da vida do enlutado [6]. O luto associado à perda daqueles que nos são mais próximos, quer seja dos filhos, cônjuges ou pais, é um acontecimento de vida dramático, digno de causar aquilo que apelidamos de desgosto. Scruton [7], considerando estas experiências de perda, identifica-as como traumáticas e promotoras da sensação de vazio, ao que descreve estes acontecimentos como “perdas existenciais”, que levam parte de quem o enlutado é – com efeito, afirma, estas perdas transportam os enlutados para um novo e desconhecido mundo, agora desprovido de crucial fonte de suporte.

Estas conceções do luto multiplicam-se pela literatura: devido ao seu impacto e abrangência, que provocam no enlutado a necessidade de uma reconfiguração colossal da sua vida, o processo de luto é, naturalmente, conceptualizado como um evento existencial, disruptor das atividades diárias, que inclui necessariamente a manutenção de relações ou laços com aqueles que já não estão fisicamente presentes, dada a impossibilidade de os “largar” [8] – a título de exemplo, no caso do luto conjugal, a perda de um casamento ou união de uma vida devido à

morte marca frequentemente toda a vivência posterior dos enlutados, chegando, em certos casos, a ocorrer a privação deliberada de todas as atividades que possam causar prazer, sociais ou outras, após a morte do cônjuge [9]. Este fenómeno poderá ser explicado por um sentimento de culpa latente, que parece dar primazia à abnegação da satisfação e pretende demonstrar ao mundo exterior, ou seja, à comunidade, que a perda de facto “afetou” o enlutado. Attig [6] desenvolve esta ideia, ao afirmar a perda do sentimento de totalidade que ocorre na percepção de vida do enlutado, que pode originar das mudanças nos padrões de vida, nas narrativas de vida ou na conexão com a própria vida, ou seja, na discrepância entre o “antes” da morte e o “depois” da morte. A rotina após a morte de um cônjuge altera-se forçosamente, ao ponto de se dar a sentir ao enlutado como inacabada: a narrativa de vida, obra por nós edificada, é corrompida e clivada, impedida de se reerguer, deixando um mundo de esperanças e expectativas espalhadas, ameaçando a coesão e significado daquilo que foi idealizado [6]. A realidade traz consigo a certeza de que as emoções, vontades, disposições, hábitos, pensamentos ou desejos que moldavam a sua vida, partes inerentes daquilo que nos caracteriza, serão forçosamente modificados, colocando em questão, então, a própria identidade do enlutado [6]; como se tivesse, por ação da morte do cônjuge, perdido uma parte de si.

O impacto da perda é, inclusive, de tal forma destruidor que, por sua vez, pode desintegrar os alicerces da sobrevivência e impelir o indivíduo para os caminhos da finitude, por meio do desgosto: Stroebe & Schut [10] afirmam, a partir de estudos epidemiológicos, que a taxa de mortalidade entre as pessoas viúvas é superior àquela que se observa naquelas que são casadas. De facto, o efeito do luto na mortalidade e na saúde do enlutado após a morte do cônjuge está muito bem documentado na literatura. Prior et al. [11] descreveram a associação entre o luto conjugal e um risco acentuado de morte, particularmente nos primeiros meses após a morte do cônjuge, existindo uma associação entre esta e problemas de saúde mental e física. Neste estudo, a maioria dos participantes faleceu de causas naturais (cerca de 96%), sendo as causas mais comuns a doença cardiovascular ou a doença pulmonar obstrutiva crónica. Os autores sugerem a possibilidade de existir uma ligação entre o stress mental provocado pela perda do cônjuge e o aumento da mortalidade – relataram a associação entre o luto e uma maior mortalidade não só no período imediatamente após a perda, como até 17 anos depois desta. Mostofsky et al. [12], de forma semelhante, relatam um risco mais elevado de morte dos enlutados nos meses seguintes à perda, em particular nas mortes associadas a doenças cardiovasculares, especificamente em relação ao enfarte do miocárdio. Adicionalmente, este risco associado ao enfarte do miocárdio foi particularmente elevado nos sujeitos que relataram que a perda do cônjuge tinha sido moderada ou altamente significativa para os mesmos, pelo

que é conjecturado aqui o contributo do impacto psicológico ou emocional no aumento da mortalidade do enlutado. Stroebe et al. [13] consideraram o luto, sendo um evento que exige um intenso reajustamento na vida de uma pessoa, uma experiência altamente stressora e associaram-na ao aumento dos riscos de problemas de saúde mental e física. Para além disto, dado o aumento da mortalidade apresentado em vários estudos, os autores consideram que a origem desta pode estar associada ao desgosto, por meio de fatores como o sofrimento psicológico face à perda, como a solidão, e consequências secundárias da perda, como a mudança nas relações sociais, na habitação, na alimentação ou no apoio económico. Cornwell & Qu [14] também relataram um aumento da mortalidade nos enlutados após a morte dos seus parceiros amorosos - apontam como um dos possíveis mecanismos explicativos deste fenómeno o intenso stress que esta perda traz. Referem que, nestes casos, a dor do luto é de tal forma impactante que o corpo e os seus órgãos são assoberbados de hormonas de stress, provocando uma cardiomiopatia. Este é um fenómeno médico, o qual é frequentemente referido como cardiomiopatia de Takotsubo ou “broken-heart syndrome” (síndrome do coração partido, em português). Clinicamente, esta síndrome representa a disfunção transitória do ventrículo esquerdo, associada a stressores emocionais ou físicos intensos: foi descrita pela primeira vez no Japão, no início dos anos 90, tendo obtido o seu nome devido ao aspeto do coração que, quando visto através de uma ecocardiografia, apresentava o formato de um instrumento tradicional japonês, utilizado na pesca do polvo, denominado takotsubo [15]. A designação “broken-heart syndrome”, por sua vez, é derivada da natureza do stressor emocional ou físico intenso, que antecede esta síndrome, e que está frequentemente relacionado com a perda de alguém amado, ou seja, com o luto [15], referindo-se então à sensação metafórica de coração partido que é manifestada em várias obras artísticas e culturais acerca dos enlutados em momentos de perda. A relação entre a cardiomiopatia de Takotsubo e algumas psicopatologias está bem documentada, particularmente a depressão, algo plausível já que a alteração de níveis hormonais, como nos níveis das hormonas de stress, poderá ser devida à alteração do estado psicológico do indivíduo, decorrente desta [15]. Esta cardiomiopatia pode ser fatal, tendo um índice de mortalidade elevado quando não tratada [16], proveniente de danos elevados no músculo cardíaco [15]. Assim, desta forma, aquela que é muitas vezes apontada como uma noção romantizada ou dramática da “morte por desgosto” ou do “coração partido”, encontra na cardiomiopatia de Takotsubo a sua possível manifestação enquanto realidade médica, um fenómeno presente que, através da descrição da síndrome do coração partido, nos assegura que o desgosto, pode, de facto, aproximar-nos da morte [15, 17].

Focando então a análise do luto no ponto de vista fenomenológico-existencial, Sköld [18,19] inspira-se em Heidegger na consideração das fronteiras frágeis entre o eu, o outro e o mundo. Isto advém da noção de Heidegger de que o mundo e os outros são as estruturas cruciais de qualquer experiência, pelo que a experiência do eu é necessariamente constituída através da contribuição destes. O autor defende esta posição com a ideia de que, sem descrevermos as características da vida que vivemos (ou seja, a interação entre o eu e o mundo e o eu e os outros), torna-se impossível partilharmos quem somos (experiência do eu). Partindo deste ponto, se um destes pilares da experiência é alterado, os outros dois serão forçosamente afetados; afetado o eu, Sköld admite a existência de uma perda parcial do self, na medida em que a experiência do eu é alterada e, com esta alteração, as possibilidades de futuro antevistas perdem-se e são substituídas por outras, distintas daquelas que o eu original, antes da modificação da experiência, considerava parte do expectável percurso da sua vida – o eu perde a possibilidade de seguir determinados percursos. A perda de alguém amado é um acontecimento que espelha as ideias que Sköld refere, enquanto fenómeno que altera substancialmente a vida dos enlutados, em particular pelo seu carácter irreversível e irredutível, que não permite substituição genuína da pessoa desaparecida - com esta impossibilidade, o enlutado perde parte de si através da perda do objeto de seu amor, já que a “âncora interpessoal” para uma específica forma de ser expressa pelo eu desvanece junto com o desaparecimento do outro. Perseguindo esta conceção, de uma elevada componente existencial, o autor considera o luto uma incessante tarefa de navegação numa realidade alterada; explica-o referindo que as possibilidades de vida do eu estavam inerentemente ligadas à pessoa que este perdeu, pelo que, após a perda, o mundo apresenta-se irreconhecível. Tendo em conta o impacto multilateral destas alterações de vida, em particular a sua componente existencial e emocional, poderemos considerar natural que temas da morte do próprio surjam na mente dos enlutados, a partir do sentimento frequentemente relatado da perda de parte do eu, aquando da perda do outro. Para além disto, acrescenta, o enlutado sente que o tempo passa num registo diferente, mais lentificado e sem a cadência que normalmente o caracteriza: o mundo exterior continua a fluir, despreocupado e ignorante para com a dor do enlutado, de que este mesmo mundo se tenha alterado para toda a eternidade, sem possibilidade de retorno, e de que o tenha feito não só através da perda do outro amado, mas também da perda do outro no eu. A perda é, segundo o autor, “ontologicamente permanente”, pelo que a solidão relatada pelos enlutados não é apenas um fenómeno com raízes psicológicas ou sociais, mas antes um marco existencial e ontológico de um eu que estava profundamente conectado com o outro – o morto não voltará, tal como a parte do eu que estava enraizada nele. O autor, referindo-se em particular aos casos de perda conjugal, defende que as

noções fenomenológicas que são descritas pelos enlutados, de que a morte do amado provoca neles uma sensação de morte própria, integral ou parcial, não será meramente figurativa ou exagerada mas uma descrição precisa e adequada da experiência de perder alguém que amamos, aproximando a nossa própria morte à morte do outro, ou seja, por outras palavras, associando ao desgosto a morte.

Køster [20,21] percorre um caminho semelhante a Sköld. Na sua obra, atribui uma elevada importância às relações mais significativas na inteligibilidade do mundo de cada um e referencia também a sensação da perda de parte do enlutado na morte do outro íntimo. Adotando uma abordagem fenomenológico-existencial na análise do luto, este caracteriza a experiência da morte de alguém íntimo como “auto-alienante”, sendo este íntimo considerado uma pessoa com a qual o enlutado partilhava a estrutura fundamental da sua vida, isto é, a maioria das práticas da sua vida diária, podendo designar os filhos, o cônjuge ou os pais. Segundo o autor, as nossas vidas estão inerentemente mescladas com aquelas daqueles que nos são mais próximos, profundamente dependentes de uma confirmação diária que nos é garantida pela interação habitual com o ambiente, originando uma estrutura diádica em conjunto com tal ser. Esta estrutura diádica, em conjunto com a vivência diária experienciada, dá origem àquilo que o autor apelida de uma “auto-familiaridade”, pré-narrativa e incorporada no ser, cuja “textura existencial” confere ao indivíduo um modo específico, ontogénico, de se relacionar com o mundo que lhe é familiar e que, por sua vez, configura a familiaridade do indivíduo consigo mesmo e com os outros. Ora, embora esta conceção inclua na sua formulação as relações humanas de um modo geral, em que qualquer pessoa com a qual tenhamos algum tipo de relação contribui para esta sensação de “auto-familiaridade” e de pertença ao mundo (convenhamos, para fins exemplificativos, o senhor que me vende o pão todos os dias), Køster atribui às relações íntimas uma importância superior às demais, “integrais para a textura existencial da auto-familiaridade”, na medida em que são pessoas absolutamente inseparáveis do nosso “mundo habitado”, cruciais na nossa intencionalidade de ação: forma-se, neste tipo de relações, a apelidada “identidade diádica”, em que cada um dos membros da dupla tem no seu sentido de identidade uma substancial parte entrelaçada com a do outro. Diariamente, as estruturas habituais de funcionamento vão ficando gradualmente associadas ao outro amado até que se tornam totalmente interligadas, ao que a própria estrutura habitual, e, por consequência, o sentimento de “auto-familiaridade”, fica inteiramente dependente da presença do outro íntimo no mundo que agora se torna partilhado, onde locais, práticas e hábitos deste mesmo se configuram significativas apenas e só através da referência ao parceiro íntimo. Ora, em ocasião do falecimento do outro íntimo, o enlutado não só é confrontado com o desaparecimento do

amado, como se depara repentinamente com a desintegração de parte da sua identidade e do mundo como o conhecia, alterado sem possibilidade de retorno, deixando-o como estrangeiro em terras de outrem. Nesta situação, revela Køster, a textura existencial da díade é perturbada, constituindo-se como um evento de profunda magnitude nos alicerces estruturais da vida do enlutado – a teia de intencionalidade que integrara o “mundo habitual partilhado” com o falecido é de um momento para o outro amputada, desprovida do referente que lhe atribuía significado, e lhe concedia a possibilidade daquilo que estaria para vir. O mundo é então impregnado por um vazio e por uma incompletude que é estranha ao espaço e ao corpo. Em linha com aquilo que alguns autores referem, o enlutado encontra-se preso num estado liminal entre o passado irrecuperável e um presente doloroso e vazio, numa ambiguidade multiplicadora do sofrimento: com efeito, o enlutado não se consegue adaptar a um novo “habitual sentido de identidade”, acontecimento fértil para o processo de “auto-alienação”. O futuro fica desprovido do seu sentido, horizonte compartilhado e significado apenas através da díade. A “auto-familiaridade” que Køster refere é corrompida e dá azo ao processo de alienação, onde o enlutado se sente incapaz de se reconectar a si mesmo e ao mundo atual, pois este é desprovido de significado, direção e familiaridade: familiaridade que, por sua vez, só é passível de ser obtida precisamente através do passado, irrecuperável. Assim, ocorre o processo de “auto-alienação” no enlutado, que confrontado com o percecionado vazio da sua existência, se vê escorraçado do mundo e de parte da sua habitual identidade por ação do severo afastamento do íntimo amado, parte fundamental do seu mundo – este sentimento, defende o autor, é espelhado fenomenologicamente nos relatos dos enlutados que referem a perda de si mesmos, o sentirem-se estranhos para si próprios ou a perda de sentido do mundo, presentes transversalmente na fenomenologia do luto.

Hughes [22] parte do trabalho de Köster e atribui também ao fenómeno da “auto-alienação” uma importância de maior na fenomenologia do luto. Afirma, tal como os autores anteriormente expostos, a comum descrição do luto como a “perda de uma parte de si” ou o “sentir-se estranho” na própria vivência na literatura – com efeito, a autora refere o sentimento de desconexão experienciado no luto, que se concretiza nesta sensação de não-pertença ao mundo, e é potenciada por distúrbios a nível da experiência temporal, espacial, corporal e inter-subjetiva, algo que encontra paralelo nos vários autores que discutimos neste trabalho, dentro da fenomenologia. Na base desta sensação de ser um estrangeiro no mundo está, refere a autora, a permanência da identidade relacional do enlutado com o falecido, ocasionada pela conservação da sua relação “inter-corporal” e “inter-afetiva” com o mesmo. A referência à corporalidade do luto que Hughes evidencia não é muito comum na literatura, mas encontramos

referência aos mesmos em Gudmundsdottir [23]. Num estudo no qual esta se foca em pais enlutados e, especificamente, no seu “corpo que sofre”, após a morte dos respectivos descendentes, a autora, partindo de Engel, afirma que o enlutado se torna mais ciente das sensações corporais, entre elas dores, no processo de lidar com o luto e o vazio que este acarreta. Defende ainda que, após a morte do outro amado, o corpo prossegue o seu habitual funcionamento no mundo, ainda que o ser que fornecia o sentido a determinada ação já não esteja presente: isto ocorre pois o corpo necessita de tempo para se readaptar ao novo mundo, desprovido do falecido, de forma a substituir hábitos e práticas que deviam ao seu sentido a presença do outro. Neste processo, o corpo é dolorosamente castigado, manifestando-se através de dor física e sensações corporais bizarras, consideradas estranhas por uma sociedade que, segundo a autora, tende a rejeitar este tipo de fenómeno, já que contraria as teses do luto enquanto sofrimento puramente psicológico [23]. A identidade relacional, de acordo com Hughes [22], é constantemente desafiada pela realidade da perda, lembrada a cada instante, através da vivência que prossegue: a cooperação prática, os hábitos e os planos futuros são perdidos, multiplicando o sofrimento e arrastando com eles a sensação de estar à deriva, desorientado neste novo mundo que teima em ser percecionado, tendo levado uma parte do enlutado no processo. Hughes concorda com Køster quando afirma que a relação diádica é dolorosamente atingida pela morte, que a força a reconhecer o desaparecimento do amado perdido. No entanto, devido à sua “textura existencial”, expressão já utilizada precisamente por Køster, a relação inter-subjetiva enraizada no enlutado mantém o defunto “presente” mesmo na ausência. Esta “presença”, confrontada em simultâneo com a ausência tangível do amado, provoca a sensação de alienação do próprio para consigo mesmo e para com o mundo – preso entre um mundo no qual a perda não existia e um mundo presente repleto de ausência e dor, é fácil depreender a sensação de desconexão partilhada pelos enlutados. Assim, e terminando numa ideia semelhante a Sköld, Hughes sugere a possibilidade de que a ideia frequentemente descrita pelos enlutados de que perderam uma parte de si mesmos ou de que morreram parcialmente com a perda da pessoa amada seja encarada como uma descrição literal, e não meramente metafórica.

Ratcliffe [24,25], à semelhança dos autores já expostos, afirma a importância das relações que nos são mais significativas, alegando que a integridade e inteligibilidade do mundo de cada um é altamente dependente da relação estabelecida com aqueles que ama – para este efeito, explicita como, neste tipo de relações íntimas, os projetos, ambições e passatempos de cada um gravitam e são inteligíveis tendo em conta a relação que um tem com determinada pessoa. Isto é, são organizados com a suposição da presença desta pessoa na vida de cada um, a tornar este

mundo projetado plausível. Assim, para o autor, o processo de luto envolve a perda daquilo que apelida um “sistema de possibilidades”, intrinsecamente associado à pessoa perdida. Quando esta morre, defende, não só se dá a perda do objeto amado para o enlutado, como a perda de capacidade de se relacionar com o mundo, mundo este que sofre uma alteração face àquele previamente organizado, corrompendo a experiência e lesando a integridade do mundo experienciado. Isto origina, naturalmente, um colapso no enlutado, que se vê privado de um alicerce importante naquela que é a sua experiência, fruto da alteração extremada do sistema de possibilidades, impactado pela perda inexorável – o desaparecimento do amado, absolutamente integral no “sistema de possibilidades” do mundo experienciado, torna impossível um retorno ao mundo previamente edificado e à forma de ação habitual do enlutado neste perdido mundo. Partindo do pensamento de Merleau-Ponty, Ratcliffe atribui ao luto uma mudança na experiência temporal, na qual ocorre fenomenologicamente uma espécie de substituição do presente pelo passado, onde a tentativa de preservação do mundo como este era experienciado e organizado na janela temporal anterior à perda da pessoa amada culmina na interrupção da abertura para as possibilidades futuras, o devir, característico da temporalidade humana, que tem impacto no presente vivido. Assim, segundo o autor, o enlutado perde a sua capacidade de ressignificação e atualização do mundo alterado, pelo que se encontra preso no anterior, obsoleto, ávido de ressentir a presença do defunto e do mundo deste: o futuro perde a sua força no direcionamento da vida, e o enlutado é incapaz de se reestruturar. A ideia da afetação da temporalidade, referida aqui, é encontrada nalguns autores que se dedicam à fenomenologia do luto, como veremos em seguida.

Igualmente de um ponto de vista fenomenológico e com a alienação como conceito chave, Fuchs contrasta com os outros autores da fenomenologia do luto (embora Sköld e Ratcliffe a refiram brevemente) na importância principal que atribui ao fenómeno da intemporalidade como consequência da perda, na sua análise. Fuchs [26,27] faz uma leitura da experiência do luto como produtora de alienação e desamparo, sendo que o sujeito deixa de se reconhecer a si e ao mundo, que foi transformado irreversivelmente – fala de uma fenda no ser que já não reconhece a “ordem familiar da existência” composta pelo “sentimento tácito de estar em conexão temporal com os outros (...) numa contemporaneidade básica” (p.20) [27], que tem a solidão e a morte como plano de fundo. A própria natureza da perda assinala a solidão e alienação, na medida em que a sua gravidade, nomeadamente em termos existenciais e ontológicos, proíbe em muitos casos a imersão no mundo exterior e noutras relações, que Fuchs acredita parte fundamental daquela que é a vivência humana: o luto, nestes casos, torna-se incongruente com as atividades mundanas, pelo que o enlutado se isola de um mundo com o

qual já não partilha significados anteriormente presentes, e que lhe garantiam uma certa unidade. Naturalmente, o movimento progressivo da vida e do mundo exterior deixa o enlutado com um sentimento de não-pertença a este mundo, assolado por um vazio existencial, que culmina na sensação de irrealidade e de exclusão. Este fenómeno manifesta-se através, precisamente, da temporalidade do sujeito em luto: Fuchs refere a lentificação do tempo vivido, no qual os eventos se sucedem como se em câmara-lenta, perturbando o sentido de tempo contínuo e inexorável, que deixa o enlutado numa situação de prisão num tempo intemporal, congelado. A explicação para isto, segundo o autor, prende-se com a recusa do enlutado em aceitar o curso do tempo no mundo exterior, sob pena de reconhecer o passado partilhado irrevogavelmente perdido, e com ele, reconhecer a perda eterna do outro amado. Na temporalidade do enlutado, conforme refere, este vive numa constante dessincronização entre o mundo exterior, que continua a fluir com normalidade, e o passado diádico (no seu tempo interior), que está embargado no seu tempo, de forma a preservá-lo no seu presente – por outras palavras, mantendo-o vivo. Por isto, os enlutados rejeitam a imparável força do tempo cronológico e do mundo exterior (numa tentativa de rejeição da morte do outro) abstendo-se de participar nestes mesmos, rejeitando planos, vivências e relações com os outros; rejeitando, no fundo, viver. Ingerslev [28] complementa a referência à intemporalidade na experiência do tempo do enlutado na obra de Fuchs, associando-a também ao desejo de estar na presença do falecido, que está afastado da experiência de tempo, pelo que a desregulação temporal experienciada seria uma manifestação da vontade de estar de novo em sintonia com o significativo. O tempo está arrestado devido à impossibilidade do enlutado prosseguir no movimento deste, pois o mesmo apenas deseja mover-se em conjunto com o outro perdido. Por sua vez, adiciona que o significado existencial do mundo partilhado com o outro, já não presente, desintegra-se e transforma o futuro não só numa incógnita, como numa completa impossibilidade, pois o tempo está congelado, permanentemente no momento presente.

A perda de alguém que amamos é, como vimos, um evento de vida inegavelmente impactante e adverso. Por sua vez, a experiência de uma situação de vida adversa é um preditor bem estabelecido do desenvolvimento de uma depressão [29], tornando fulcral a análise da mesma na exploração do fenómeno da morte por desgosto. Inclusive, a literatura descreve uma relação entre a sintomatologia depressiva e o luto [30, 31], relação que estabelece esta última como um fator de risco elevado para a evidência de sintomas depressivos [29], em particular da solidão, da tristeza e da perda de apetite. Fried et al. [29] sugerem que o enlutado se encontra numa espécie de ciclo vicioso, já que a solidão, provocada inicialmente pelo luto, ativa

subsequentemente os sentimentos depressivos, que depois contribuem para uma percepção de solidão ainda maior [29]. Djenlantik et al. [31], por sua vez, associam a perda conjugal à dificuldade em prosseguir com a vida, dificuldade esta presente frequentemente nos casos de depressão e que se enquadra nas dificuldades que estas pessoas têm em atribuir algum significado ao futuro, ou seja, ao resto das suas vidas. Importa, ainda assim, ressaltar que a depressão associada ao luto não difere daquela não-associada ao mesmo [32], ou seja, os sintomas de uma e de outra não diferem de tal forma que se possam diferenciar uma da outra em puros termos sintomáticos. Os sintomas de depressão fazem parte do luto e a existência dos mesmos neste processo é considerada, na cultura e na sociedade, como uma reação normal à morte de um amado [33]. Para além disto, a própria depressão tem uma associação muito robusta na literatura com a mortalidade [34, 35], em particular a mortalidade associada às doenças cardiovasculares, entre estas a síndrome coronária aguda [36], sendo uma psicopatologia que constitui um fator de risco cardiovascular importante [37], e que pode, inclusivamente, constituir um risco de morte súbita [38]. Cuijpers et al. [35], sugere que a associação entre a depressão e a mortalidade poderá ser explicada por mecanismos genéricos como desregulações biológicas ou aspetos do estilo de vida, mecanismos estes que provirão da complexidade da depressão, que afeta variadas vertentes do ser humano, quer afetivas, cognitivas, físicas ou motivacionais, que têm naturalmente impacto sobre o funcionamento do indivíduo na sua complexidade [34].

Dada a natureza altamente subjetiva de uma psicopatologia como a depressão, que é altamente variável e assume diferentes manifestações em diferentes indivíduos, olhar o estado deprimido sob as lentes da abordagem fenomenológica é particularmente interessante na medida em que a basilar descrição dos fenómenos assume, desde logo, a componente subjetiva da experiência, que a procura na forma como os próprios fenómenos se manifestam na consciência que, como é de conhecimento comum e já foi referido, é influenciada na sua percepção por aquilo que é a experiência, ou seja, a subjetividade do indivíduo. Nesta análise fenomenológica, como verificaremos, o tempo, o corpo, e a alienação assumem um papel chave no entendimento do fenómeno da depressão, tal como o tiveram na análise fenomenológica do luto e, portanto, naquilo que acreditamos poder ter no desgosto. Assumido este papel de protagonismo na depressão, veremos no decorrer da análise que a perturbação da temporalidade, e por consequência da corporalidade, estão consistentemente associados àquele que é o movimento de progressão para o futuro e ação do doente depressivo, sob a forma de inibição, bem como ao sentimento de não-pertença, que se concretizam na decorrente recusa da existência ou, por outras palavras, na “aceitação” da morte que se manifesta nele.

A psicopatologia fenomenológica tem sido, ao longo da história, relativamente unânime naquela que é a atribuição de alterações temporais à experiência depressiva [39]. Karl Jaspers, creditado por certas pessoas como tendo sido o fundador da escola fenomenológica na psicopatologia, caracterizou a depressão como existindo nesta uma falha na percepção comum de tempo, na qual os pacientes relatavam o sentimento de tempo estagnado ou a andar para trás (1913/1997, citado por [39]).

Eugène Minkowski enveredou por semelhante caminho, como verificaremos mais à frente. No entanto, importa antes perceber a sua contribuição para o estudo da temporalidade. Considerou o tempo crucial naquela que é a ontológica característica do ser humano, o existir (1965, citado por [40]). Ele divide-o em duas componentes tendo em conta a distinção na experiência humana do tempo: o tempo do mundo, que designa como “tempo assimilado ao espaço” ou “tempo quantidade”, e o tempo interior que designa como “tempo vivido” ou “tempo-qualidade” (1965, citado por [40]). O tempo assimilado ao espaço ou tempo do mundo é o tempo estabelecido através da organização dos dias, que foi possível devido ao aparecimento e desaparecimento a intervalos regulares do sol. A partir destes, foram estabelecidas horas e minutos, meses e anos; supervisionado pelas leis naturais da sucessão e progressão, este tempo é mecânico, subjogado pelo relógio, na tirania da matemática, que reduz a uma ciência a passagem do tempo – é o tempo do “mundo”. O tempo vivido, por oposição, não pode ser caracterizado simplesmente por dimensões mensuráveis – é introspetivo, e dado à experiência podendo apenas ser captado pela consciência. Ele é, na experiência humana, sentido interiormente como uma sucessão de instantes infinita, que se estende continuamente para aquilo que é o futuro. Este tempo interno é, portanto, inerente, programado, genético, pelo que assume um carácter também ele existencial, conforme refere Mota Cardoso [41]: “é significativamente influenciado pelos diversos fenómenos vitais e por todos os acontecimentos internos ou externos que, direta ou indiretamente, tocam o ser na sua marcha existencial” (p.5); é um tempo muito pessoal – “é algo que não para, algo que não é passível de ser surpreendido na sua dimensão exata, algo que (...) nem sequer é regular no seu compasso, correndo ao sabor das vicissitudes que animam a vida e as circunstâncias existenciais de cada um” (p.6). É possível até, a partir das afirmações de Mota Cardoso [41], que apontam ao tempo interior uma profunda ligação às “estruturas biológicas” e aos “ritmos biopsicológicos”, inferir uma relação entre acontecimentos de vida, nomeadamente aqueles que interpelem questões do foro existencial, e a dimensão mais física ou biológica do ser humano, que regula não só o seu tempo íntimo, privado, como as variadas

funções corpóreas que permitem ao indivíduo manter-se vivo: Minkowski, inclusive, refere que a alteração temporal na depressão é refletida num distúrbio biológico (1970, citado por [39]). Em condições psicológicas normais, este tempo íntimo arrasta-se em conformidade, paralelamente ao tempo exterior (“tempo do mundo”), tempo “cronológico, matemático, regulado principalmente pela eterna sucessão dos acontecimentos cósmicos” (p.6) [41] e democrático, na medida em que acolhe a todos, mantendo o seu ritmo constante e inalterado – orientado para o futuro. No entanto, na depressão, esta natural orientação para o futuro do indivíduo que, conforme Minkowski (1970, citado por [39]) explica, fornece ao indivíduo um propósito ou direção, é afetada fruto das alterações ao nível da estrutura intrínseca da experiência temporal, e deixa na experiência do depressivo um vazio que atribui a tudo o que é experienciado as cores cinzentas do desalento e da irrelevância. Segundo Mota Cardoso [41], a ocorrência deste fenómeno, apelidado de inibição do fluxo vital, atinge profundamente o sentimento de tempo íntimo do indivíduo: “(...) a consciência densifica-se, empasta-se de resistências, tem dificuldade em desembaraçar-se do presente, carrega-se de vivências de arrastamento da vida e de dificuldades produzidas pela travagem no natural fluir para diante” (p.7). E, enquanto isto, o tempo do mundo permanece inalterado na sua corrente, indiferente à incapacidade do doente deprimido de o acompanhar, com um pragmatismo e uma implacabilidade que jorram sobre a “perda de movimento interno” (resultado da inibição do fluxo vital e, portanto, da afetação do tempo íntimo) um sentimento de alienação do futuro [41]. Erwin Straus, outro dos percussores da fenomenologia ligada à psicopatologia, envereda por semelhantes caminhos quando enfatiza a importância da vertente temporal na depressão, que arrestava o “tempo do ego” (tempo vivido) enquanto o “tempo do mundo” prosseguia, ultrapassando-o, originando uma desarmonia que produzia a sensação de encalhe (1928, citado por [42]). Mota Cardoso [41], por sua vez, explica esta interação com clareza:

Lá fora a vida parece correr a uma velocidade fantástica o que agiganta, até limites que podem roçar o insuportável, o atrito doloroso da vida interior. Eleva-se então, frequentemente, na consciência do deprimido, o espectro do intransponível, do insolúvel (paradoxalmente e apesar de tudo reconfortante), abrindo caminho, na atulhada e escurecida consciência do sujeito, para as ideias de auto-supressão. (p.7)

Assim, as dificuldades do doente depressivo, derivadas da discrepância temporal sentida entre o tempo íntimo e o tempo do mundo, parecem, de facto, dramáticas. A sua situação ganha outros contornos, no entanto, quando considerada a inibição do impulso para a ação, consequência da

inibição do fluxo vital, tal como Mota Cardoso [41] a considerou. O homem, implicado no mundo, está sempre impelido para a ação: “Não é possível conceber o homem mergulhado na inação, pois tal, contradiz a essência básica do ser humano” (p.7). O funcionamento societal está organizado de forma a que a ação seja uma constante na vida individual, onde, de facto, a inércia não é opção – o ser humano é, na sua essência, um ser ator. Nesta perspectiva, a inibição do fluxo vital na depressão atinge o doente depressivo profundamente, levando-o, até, a considerações acerca da sua existência: “se o sujeito está impedido de agir, e, a ação, envolve todas as esferas da vida psicológica, desde a vertente cognitiva à vertente afetiva, a vida torna-se dolorosamente pesada e inútil” (p.8). A ação, parte integral da forma como o Homem interage com o seu ambiente (neste caso o mundo externo) e tão abrangente no seu próprio mundo interno, é, então, colocada em questão no doente depressivo. E, ao perceber a velocidade estonteante do movimento verve do mundo exterior, comparada com a sua perçecionada inércia, levanta-se no doente depressivo uma compreensível disforia que invoca nele questões existenciais:

Então, sentindo-se parado no meio de um tempo que teimosamente o atraiçoa e abandona, sentindo-se incapaz de agir numa atmosfera que, no exterior, palpita em movimento e ação, percebendo-se perdido na escuridão do mundo interior, sem projeto e sem sentido (o futuro está-lhe vedado), o sujeito inclina-se reverente para a última solução, afinal aquela que marca o inexorável destino de cada um. É a partir da morte que a vida se torna verdadeiramente totalidade (Heidegger). E a morte, seja qual seja a sua causa e circunstâncias, confunde-se, no plano antropológico, com o mais fundo e último suspiro depressivo, pois nela escoam-se de vez as energias vitais. (p.8) [41]

Mota Cardoso incorre no mesmo percurso de exploração do acontecer depressivo no seu livro *Libertar o Silêncio da Floresta: Ensaio sobre o Sofrimento* [4], onde sublinha as dimensões do tempo e da experiência enquanto importantes dimensões do ser humano. Ora, como afirma, as situações de abatimento profundo parecem transparecer um efeito sobre a dimensão do tempo (neste caso, do tempo interior, próprio), que se vê lentificado, emperrado, submerso na torturante dor. O autor efetua a conexão entre a dimensão temporal e a tristeza, melancolia ou depressão, que se remete particularmente para um sentimento de afastamento da sociedade, de desconexão com a vida comum e para a anteriormente referida inibição vital, característica de alguns estados depressivos que se reflete na vivência dos mesmos através da lentificação do pensamento e da ação. Neste estado, a vida move-se como se contra uma corrente, tornando a

sua evolução pesadamente custosa, na sua natural progressão desde o presente. O impacto deste fenómeno é evidente quando, em perspectiva, consideramos a vida humana como unilateralmente progressiva, num singular movimento de marcha constante até ao futuro, o já referido fluxo vital [4]. O autor relata o efeito da perda do “fluxo vital” no doente depressivo, afirmando a lentidão que se instala no pensamento, deixando o doente como que enferrujado no seu racional, o que afeta igualmente a sua propensão para a ação, ação esta que, conforme defende o autor, envolve todas as esferas da vida psicológica, incluindo as cognitiva e afetiva – este fenómeno então, através da sua abrangência vital, demonstra-se de um impacto intenso, onde o indivíduo sente-se arrastar numa espécie de terreno pantanoso ladeado por duas autoestradas, representantes da vida exterior, do mundo dos “outros”, que provocam nele sensações desagradáveis de insignificância e catástrofe.

A finitude aparece, então, facilmente na mente do doente depressivo, que experiencia a absurda vida que lhe impossibilita a ação, que o chicoteia na sua subida ao calvário, antevendo um futuro partilhado por mais nenhum e que lhe é ao mesmo tempo negado, e que o guia, finalmente, em direção a um caminho no qual não se antevê nada que não seja a morte, doce solução que promete pôr termo ao sofrimento [4].

Através da sua obra, Eugène Minkowski, já referido autor, teve uma contribuição crucial para a psicopatologia fenomenológica através do estabelecimento da relação entre a vivência do tempo no ser humano e a psicopatologia, à semelhança de Jaspers. Encarava a temporalidade no ser humano como um dos fatores essenciais para a compreensão das psicopatologias, em particular, na existência do doente depressivo, pelo qual introduziu, como referido anteriormente, a noção de tempo vivido [43,44]. Minkowski (1965, citado por [40]), tal como Mota Cardoso, afirma a existência natural de uma direção no tempo que se encontra originalmente dirigida para o futuro, que “cria” o futuro antes de nós. É um movimento instintivo que nos projeta de forma automática para o devir, que guia a vida rumo ao futuro; ele utiliza a expressão “élan vital”, já utilizada por Bergson [40]. Considera este movimento progressivo promotor da atividade na vivência humana, atividade esta que considera essencial para a vida, caracterizando-o como uma “energia vital”, que permite ao indivíduo posicionar-se diante do seu futuro, já que é a responsável pela coordenação e finalidade das variadas possibilidades de curso da atividade humana, que ditarão, naturalmente, os acontecimentos futuros. Ora, na perspectiva de Minkowski (1933, citado por [45]), já brevemente exposta, baseada na observação clínica, a propulsão para o futuro encontra-se bloqueada no doente deprimido, privando-o do mesmo. A temporalidade cronológica encontra-se intacta, ao passo que a temporalidade vivida é alterada nos seus termos originais: o doente depressivo sente a

discrepância entre ambos, afastada a sincronia natural entre o mundo e a consciência, que o deixa afastado dos outros. Repellido para o passado, encontra-se na posição ideal para rever os conflitos de outrora e suas amarguras, beneficiando o sofrimento. Na depressão é se ultrapassado pelo tempo, por isso, Minkowski considera-a uma “doença do tempo vivido” (1933, citado por [45]). Impossibilitado de agir em direção ao futuro, o depressivo está igualado na condição de “condenado à morte”: ele descarta a vida, convencido do vazio que o penetra no corpo e pensamento, e refugia-se na inibição que o imobiliza e que é vivenciada como uma “repetição eterna do idêntico” [43,45]. Para Marques-Teixeira [45], o doente depressivo recusa a existência a partir da “absoluta renúncia” da ação, ao que acrescenta: “a depressão é, nesta óptica, uma paragem, uma imobilidade patética, uma suspensão da existência, uma síncope do tempo” (p.10). Na perspectiva de Minkowski (1968, citado por [46]), este inspira-se nos conceitos sobre a temporalidade de Heidegger para afirmar que o estado depressivo tem a sua origem no preenchimento do vazio do tempo pela morte. Confrontado com a impossibilidade de “ser e vir a ser”, o autor defende que o sujeito depressivo se aproxima da morte pois a ideia de futuro fica completamente desprovida de sentido, perdendo direção e valor de antecipação, ficando impregnada da sensação de catástrofe iminente. Daí que a única postura verossímil que resta ao sujeito pareça a de “condenado à morte” [46].

Fenomenologicamente, as depressões melancólicas, como Teixeira [46] as designa, acarretam, segundo o autor, alterações ao nível de como o tempo, espaço e corpo são experimentados pelo sujeito, com implicações a nível afetivo. O autor, na sua obra, demonstra concordar com a perspectiva de Minkowski: em particular em relação ao tempo vivido, relata a vivência da lentificação do mesmo, que atrasa e imobiliza, deixando a realidade de estar atualizada temporalmente. Ora, afirma, isto compromete necessariamente o movimento em direção ao futuro, que vê a experiência de sucessão desintegrada. O autor sustenta então que a temporalidade se inverte no ser depressivo melancólico, no qual o passado passa a ser hegemónico na vivência do sujeito, substituindo o estado natural onde o presente é ilustrado com o devir constante do futuro, provocando uma desregulação profunda da temporalidade, naturalmente projetada no futuro. Marques-Teixeira [43] concorda com esta posição, quando afirma que no doente depressivo a corrente de intencionalidade temporal para o futuro é alterada, ao que a ação de projeção no presente real dos projetos existenciais deixa de ser possível, voltando-se por sua vez para o passado. Prossegue explicando que, com esta alteração drástica, o doente sente-se angustiado, privado da elevada gratificação que a previsão do futuro propicia. Vendo-se impossibilitado de algo fazer para mudar a sua situação, pois sente o seu sofrimento como condição imutável, instala-se no doente depressivo a impotência e

imobilidade que o arrastam para a “autofagia”, o consumo de si mesmo. Fixado neste modo de existir, defende o autor, o doente depressivo impede-se de se aproximar ao outro, ao mundo – o que intensifica a sua incapacidade de se projetar no futuro [43]. Sem se conseguir projetar no futuro, então, a existência desintegra-se e o desespero instala-se, ao que o depressivo, como Teixeira [46] referiu, apenas antevê a morte.

Fuchs [47] incorre num percurso semelhante ao dos autores já referidos, naquela que é a procura de atribuir uma explicação à depressão. Considera-a fruto de uma dessincronização no doente depressivo, que afeta a relação temporal deste com o ambiente, ou seja, com o mundo. Seguindo a linha de pensamento de Straus, este considera que, na depressão, o “tempo do ego”, tempo de cariz pessoal individualmente percebido, é arrestado, enquanto o “tempo do mundo”, intersubjetivo e social, prossegue e no seu movimento o ultrapassa. O depressivo é impedido de progredir para o futuro, por meio da inibição do tempo vivido, que o abandona e, por consequência, o aproxima do passado, que se torna mais premente e salienta as suas experiências passadas, frequentemente repletas de perdas e sentimentos de culpa. Para o autor, a experiência da temporalidade, neste caso a sua sincronicidade entre tempo vivido e tempo do mundo, é afetada particularmente pela ocorrência de eventos traumáticos ou pela presença de sentimentos intensos de culpa, perda ou separação, que guardam o depressivo refém no seu passado: assim, enquanto na normativa experiência do tempo este se propulSIONA para o futuro, ideia já exposta previamente e que Fuchs apelidou de o “básico movimento da vida” englobado nos desejos e pretensões do indivíduo, no sujeito depressivo este fica como que a viver num tempo lentificado, retido pelo passado irrevogável e incapaz de se libertar de algum acontecimento ou experiência passados, que por sua vez se manifesta a partir da incapacidade de se voltar a conectar com os outros e com o mundo, intensificando as ideias de irreversibilidade do tempo. Isto permite-nos fazer um paralelismo com os episódios de luto no conjunto da obra deste autor, sobre os quais refere a “constante assincronia” nos sujeitos que não se conseguem libertar dos mesmos, atribuindo também ao luto, como vimos, o sentimento de dessincronização na sua manifestação.

Desta forma, Fuchs [48] associa-se à caracterização da depressão como uma perturbação que afeta o indivíduo naquilo que é a natural propulsão para o futuro, o seu “tornar-se vital”, que se encontra inibido; por sua vez, a experiência de atraso em relação ao tempo do mundo é implicada pelo autor na inibição deste movimento em direção ao futuro que, sem a sincronicidade entre este tempo e o tempo vivido, torna o primeiro “um mero tempo vazio no qual ele (o depressivo) não consegue mais viver” (p.97). Fuchs admite que a sincronicidade temporal com os outros, ou seja, com o tempo intersubjetivo (aquilo que Minkowski apelidou

“sincronicidade vivida” e Fuchs “contemporaneidade básica”) afeta o “movimento básico da vida”, isto é, a sua propulsão para o futuro – relata a título de exemplo experiências de Spitz e Bowlby (1945/1969, citado por [48]) nas quais as crianças institucionalizadas que não formavam laços vinculativos exibiam sinais de apatia profunda e depressão, ao ponto de atingirem a morte por infecções menores, pelo que acredita que a ausência de laços está implicada na ausência da força vital que impulsionaria estas crianças para o futuro, que providenciam os sinais depressivos e apáticos, que estariam, então, profundamente conectados com a ausência de relações significativas com os outros, ou seja, com o mundo, e que, por sua vez, as guiariam na direção da própria morte. No que se refere à dicotomia entre o tempo vivido ou interno e o tempo intersubjetivo ou do mundo, Fuchs [49] vai mais além na análise da intemporalidade e denomina os estados de sincronia e dessincronização temporal entre estes respetivamente como temporalidade implícita e temporalidade explícita. A temporalidade implícita, marcada pela sincronia, é, segundo o autor, característica de estados onde a passagem do tempo é de alguma forma “esquecida”, em que estamos absorvidos em determinada tarefa, perdendo a consciência do decorrer do tempo numa tarefa fluída e ininterrupta – estamos “dentro do tempo”. Adicionalmente, enquanto estamos absortos, não só esquecemos o tempo como a própria sensação do nosso corpo. A temporalidade explícita, por sua vez, designa a dessincronização temporal que ocorre frequentemente aliada ao sofrimento ou ao desprazer, e à própria depressão. Para o autor [48], a sincronicidade entre o tempo vivido e o tempo intersubjetivo gera a ausência da percepção explícita do tempo, na qual o indivíduo está mergulhado na sua ação e num estado de bem-estar geral. No campo contrário, a dessincronização da temporalidade, correspondente no caso da depressão à lentificação do tempo vivido em relação ao tempo intersubjetivo, provoca dor e isolamento no sujeito que se vê agora afastado do tempo partilhado, em consequência de sentir o tempo de maneira explícita. Este percebe de forma intensa a discrepância social entre ele e a dinâmica na vida dos outros, e torna o tempo “reificado” de tal forma que o passado é encarado como simples facto irreversível e o futuro como inevitável e predeterminado, o que desencoraja a ação [48]. Fuchs, em linha com anteriores autores referidos, considera então a experiência da completa dessincronização com os outros um aspeto central da experiência depressiva. A passagem do tempo torna-se explícita fruto desta dessincronização, aparecendo à consciência que é agora incapaz de obter a satisfação que deseja, e sente o futuro como adiado, exigindo ao sujeito que “aguarde” [49]. De forma semelhante, a perda de algo irrecuperável surge ao sujeito, que o afasta irremediavelmente do passado - o tempo continua a mover-se adiante, separando-o cada vez mais do objeto desejado, multiplicando o sofrimento [49].

O tempo explícito sublinha por este meio não só a implacabilidade do tempo, como a vertente corporal do indivíduo, à qual Fuchs [49,50] atribui também o seu grau de importância na fenomenologia da depressão. O corpo é o meio através do qual percebemos e entendemos o mundo e que, segundo o autor, se vê afetado e aparece também numa vertente explícita, no sentido em que o corpo se evidencia enquanto objeto e o sujeito o sente verdadeiramente, comparando-o com as sensações corporais sentidas em caso de doença: desta forma, o autor efetua o paralelismo entre a temporalidade e a corporeidade nos fenómenos depressivos, que são marcados pela temporalidade explícita numa completa dessincronização com o tempo intersubjetivo. Na depressão, a passagem do tempo é vivida de forma dolorosa e lenta, e a ideia de futuro é arrasada na perda da sincronia com os outros; a sensação do corpo, por sua vez, deixa de ser impercetível como em casos de imersão nas atividades diárias, e é “corporizado”, recuperando a sua “materialidade”: aquilo que outrora era um movimento fluído e tácito de um corpo imiscuído no dia-a-dia, torna-se agora num movimento denso de um objeto pesado que resiste à ação e dificulta a progressão do sujeito depressivo no mundo. Desta forma, o autor defende a importância da temporalidade e da corporeidade no fenómeno da depressão, na noção de que o corpo é, em potencialidade, um contribuidor no movimento do sujeito em direção ao futuro, mas que, no doente depressivo, é afetado pela dessincronização temporal que atinge a temporalidade do indivíduo e o deixa isolado no seu tempo vivido, alheado do tempo intersubjetivo, e que “reifica” o corpo, transformando-o num objeto de experiência, deixando o doente a “senti-lo” inteiramente – nesta situação, o corpo transforma-se num obstáculo de acesso ao mundo, por oposição à anterior posição de promoção de contacto com o mesmo, pelo que contribui em conjunto com a temporalidade dessincronizada para a incapacidade do doente depressivo de gerar o futuro e atuar sobre ele. Fuchs [48] adiciona ainda que a desregulação apresentada manifesta-se simultaneamente no corpo físico, na medida em que afeta alguns ciclos biológicos, como o ciclo sono-vigília ou o ciclo neuro-endócrino, que imitam a lentificação do tempo vivido através de, também eles, uma “lentificação psicofisiológica”; o mesmo se sucede nos fenómenos depressivos da perda de apetite, libido, atenção e interesse e, por consequência destes, uma inibição psicomotora – a materialidade ou corporalidade do corpo, já anteriormente referida, torna-se então mais saliente concretizando-se nas sensações de peso, contração e restrição do corpo. Associa ainda a corporalidade à temporalidade por meio de referência às necessidades, vontades e impulsos corporais, sob o termo “conação”, que defende caracterizarem crucialmente a temporalidade direcionada ao futuro da experiência [27]. O autor considera, então, que a depressão é maioritariamente fruto de uma “dessincronização do indivíduo com o seu ambiente, que evolui posteriormente para uma dessincronização

fisiológica” (p.100) do próprio [48]. Para ele, a completa desunião com o tempo intersubjetivo e, por isso, com o mundo, só encontra adequada metáfora, finalmente, na morte [48].

Tatossian é outro dos autores que faz referência à corporalidade no fenómeno da depressão. Na sua obra, faz uso do conceito de “tristeza vital”, de modo a explicitar o carácter abrangente e total da depressão no indivíduo, que é global e se manifesta na experiência deste consigo mesmo, com o outro e com o mundo – aqui associa o fator corporal, que promove sensações físicas e perceções corporais por vezes “extremadas” – refere a sensação de “corpo pesado no espaço vazio”, que salienta o aspeto vital presente na experiência do doente depressivo (1979/2006, citado por [51]). Tatossian, para além de realçar a componente temporal do doente depressivo a partir do tempo vivido que, estagnado, hipoteca o futuro e o impossibilita, direcionando-nos para a própria morte do sujeito que se torna saliente neste, acreditava ao mesmo tempo não se poder conceber a depressão sem incluir na análise o corpo, parte crucial do ser humano na sua “existência encarnada” (1979/2006, citado por [52]). Inspirando-se em Merleau-Ponty, Tatossian distingue as conceções de corpo sujeito e corpo objeto, que, no caso do primeiro, se refere à vivência do próprio corpo, portanto, a perceção que temos deste e que o sujeito reconhece. No caso do corpo objeto, este é o corpo que está disponível instrumentalmente, no sentido de fazer a ligação entre este e o mundo, o exterior, e que pode ser percecionado por outrem como o sujeito perceciona os corpos alheios (1982, citado por [52]; [53]). Usualmente unidos, num equilíbrio fundamental ao natural funcionamento, na depressão os dois corpos encontram-se desconectados, perdendo o sujeito depressivo a habilidade de estar no mundo como corpo objeto (1979/2006, citado por [54]). Para o autor, o corpo objeto é o núcleo vital da afetividade e aquele que nos permite agir sobre o mundo, pelo que a perda da conexão deste com o mundo seria a génese da anestesia afetiva e inibição relatadas pelo doente depressivo na sua capacidade de projetar o futuro (1982/2012, citado por [54]). Como consequência disto, o doente encontra-se em conexão praticamente exclusiva com o corpo sujeito, pelo que a sua relação com o exterior, o mundo e os outros, deteriora-se progressivamente, dificultando até os atos mais simples (1982, citado por [52]) – isolado, o sujeito depressivo engolido na inibição de agir sente-se como um corpo que nada mais é do que carga, um “peso morto”, uma “existência vazia”, dada a sua incapacidade de se projetar no referencial do mundo [54], ideia que encontra paralelo na nossa análise prévia de outros autores. Tatossian descreve-o como a perda da “proximidade existencial com o mundo, que aparece longínquo, vago, fora de seu alcance” (p.115) (1983/2012, citado por [54]) e é neste afastamento que se altera o vivido espacial, que, no seu movimento, culmina na perda de

confiança no mundo, que se tornou subitamente estrangeiro, e não deixou alternativa ao indivíduo depressivo senão alienar-se, incapaz de se colocar perante o mundo [52,54].

Wyllie [55] é outro dos autores que designa o papel importante do corpo, decorrente da intemporalidade, naquela que é a experiência do doente depressivo. Considera o corpo enquanto ónus da experiência do tempo vivido, na medida em que perspetiva a percepção de tempo vivido como assente na troca sequencial e permanente de determinada situação por determinada situação seguinte, percepção esta que é alcançável apenas através da atividade corporal, que em determinado contexto fornece ao sujeito a sensação presente de passagem de experiência em experiência. Assim, o tempo vivido flui sobre a atuação do corpo, constituindo-se para o autor como a “sensação situacional de tempo experienciado” (p.174). Desde cedo, refere, os seres humanos procuram adaptar-se de forma ativa aos ritmos circundantes da sua vida de forma a estarem alinhados com os outros, ou, por outras palavras, buscam a sua sincronia com o tempo intersubjetivo, manifestado pelo ambiente em redor, afetando até padrões biológicos. Desta forma, o autor afirma a forte influência que é exercida pelo exterior sobre o indivíduo – e, à semelhança dos autores que temos exposto, serve-se do exemplo da perda de alguém amado para ilustrar a ocorrência de uma dessincronização com o tempo intersubjetivo, na qual o sujeito redireciona a sua atenção, afastando-a do seu normal curso dirigido ao futuro e em sintonia com os outros, e torna-se fixado no passado, particularmente na perda, o que o desvirtua na sua vivência atual: cristalizado no passado, o sujeito interrompe o movimento em direção ao futuro para se instalar no “morto passado”, sendo em contrapartida ultrapassado pelo mundo que se mantém no seu normal trajeto, que despreocupadamente se desliga do sujeito que “era” no mundo. Nesta petrificação, o sofrimento é a constante: como Wyllie refere, o sofrimento desprovido de temporalidade é um sofrimento que não vislumbra final, é eterno, num ser incapaz de produzir um futuro em que o seu estado é de outro feitio – o depressivo deixa de poder participar no mundo face à sua abandonada temporalidade, num futuro que, embora num ser biologicamente vivo, apenas se assemelha a morte [55].

Expostas então o luto e a depressão sob as suas abordagens fenomenológicas, que conclusões podemos retirar acerca das especificações do “sentir” no desgosto, que aproximam os desgostados da sua finitude e concretizam, então, a morte por desgosto?

Através da análise efetuada, acreditamos que o sofrimento no desgosto está profundamente relacionado com a solidão, solidão esta que se manifesta fenomenologicamente no luto e na depressão a partir do sentimento de alienação ou exclusão corporalizada relatado, associado à

intemporalidade. Como referido ao longo deste trabalho, o desgosto que associamos às fenomenologias do luto e da depressão parece exercer sobre os atingidos um sentimento de não-pertença a um mundo que parece, pelo contrário, tão plenamente agregador de todos. Por consequência, estes sentem-se estranhos e discriminados, separados da realidade outrora conhecida por ação do desgosto – incapazes de se sincronizar com o espaço (o mundo) e com o tempo, encontram-se, então, perfeitamente isolados. O poder do tempo é aqui crucial na medida em que, através da sua atuação, afeta o corpo e inibe a natural disposição do ser humano de propulsão para o futuro, que lhe permite a ação sobre o mundo. Incapaz de agir, o desgostado isola-se progressivamente dos outros e do mundo, impossibilitado de se ressincronizar, pois sofre e não antevê distinto estado: mergulhado na intemporalidade do seu tempo vivido, alheado da temporalidade do mundo, finita e cronológica, não pode perspetivar o seu sofrimento enquanto temporário ou passível de melhoria, na medida em que não existe base temporal definida, por consequência da sua desconexão com a temporalidade exterior, na qual ele se possa enquadrar num futuro distinto onde a sua situação é diferente [56] – desta forma, encontra-se numa situação em que o futuro lhe é negado, e, por consequência, o seu progresso existencial é, logo à partida, inconcebível. Distante de expectativas, esperanças e idealizações, na posição de esorraçado da possibilidade de futuro, a própria passagem do tempo se torna irrelevante, anulada da equação [57] - daqui vem o confronto com a única possibilidade restante, a não-existência.

É, aliás, curiosa a verificação de que a morte é quase transversalmente referida pelos autores expostos neste trabalho na qualidade de imagem representante do estado do enlutado ou do depressivo na fenomenologia das psicopatologias discutidas, muitas vezes expostas como de tal forma impactantes que apenas encontram adequada manifestação na finitude, quer seja pela ideia de inexistência, da morte parcial após a perda do outro ou na qualidade de “condenado à morte”. É muito interessante esta ligação: a morte surge nestes relatos com naturalidade, uma resposta adequada e aceite transversal e unanimemente enquanto esperada conclusão para os martírios de coração. Recuperamos aqui a ideia previamente exposta por Morin [3] de que a recusa da morte se dissipa precisamente quando “a sociedade”, ou seja, o exterior, se afirma enquanto força mais poderosa ao indivíduo do que aquela da sua própria individualidade: considerando isto, parece-nos que os desgostados, sentindo a arrebatadora força do seu sofrimento emocional, sofrimento este que enquadram como tendo sido infligido exteriormente, sentem a afirmação do exterior por meio do desgosto que, fruto da sua intensidade, afasta a individualidade para segundo plano. Por consequência, a tendência da recusa da morte dissipa-

se e a aceitação da morte floresce nos campos dos desgostados, originando o surgimento da morte enquanto natural resposta ao seu estado de sofrimento atroz.

A morte, acreditamos, está profundamente ligada à dessincronização, em particular com a da temporalidade. A alteração da experiência do tempo vivido ocorre também ela na morte, na medida em que esta é a plena ausência da experiência. Na sensação de vazio e de ausência da morte, característica dos momentos de angústia existencial, a existência do tempo não apenas na percepção imediata mas enquanto valor real e inegável na experiência humana é aniquilada, o que provoca um assombro e um horror que contribui em muito para o absoluto desespero do ser que se vê visitado pela ideia da sua morte, que, não só lhe nega a sua individualidade, como o afasta do seu derradeiro plano referencial, o tempo. Como Edgar Morin [3] referiu, um ser que se sinta deslocado no mundo, “estranho” e alienado, sentimento descrito pelos vários autores expostos e que será característico de situações de desgosto, está isolado na sua individualidade pelo que não a pode relacionar com o que quer que seja – consciente da sua morte e tendo-se apenas a si mesmo, percebe o seu estatuto de “condenado ao nada”, e a individualidade, por sua vez, se desagrega. Sem o sentimento de individualidade, a tendência da rejeição da morte evapora-se e a intemporalidade torna-se promotora da mesma.

Acreditamos que estará aqui algures o seio da ligação entre a morte e o desgosto: solitário e isolado num tempo próprio, alienado do mundo, de corpo reificado, o desgostado é afastado da possibilidade de futuro, restando-lhe apenas a perspectiva da não-existência, a morte – e a realidade acaba por lhe providenciar este último golpe de misericórdia.

## Referências

- [1] Freud, S. (2008). *Reflexões em Tempo de Guerra e de Morte*. Relógio D' Água. (Obra original publicada em 1915).
- [2] Kübler-Ross, E. (2017). *Sobre a morte e o morrer*. WMF Martins Fontes. (Obra original publicada em 1981).
- [3] Morin, E. (1970). *O Homem e a Morte*. Publicações Europa-América.
- [4] Trambelo, J. (2018) *Libertar o Silêncio da Floresta: Ensaio sobre o sofrimento*. Fundação Engenheiro António de Almeida.
- [5] Teixeira, J. A. (1993). Introdução às abordagens fenomenológica e existencial em psicopatologia (I): A psicopatologia fenomenológica. *Análise Psicológica*, 9, 621-627.
- [6] Attig, T. (2004). Meanings of death seen through the lens of grieving. *Death Studies*, 28(4), 341-360.
- [7] Scruton, R. (2023). The Work of Mourning. In M. Sławkowski-Rode (ed.) *The Meaning of Mourning Perspectives on Death, Loss and Grief* (pp.183–191). Lexington Books.
- [8] Naef, R., Ward, R., Mahrer-Imhof, R., & Grande, G. (2013). Characteristics of the bereavement experience of older persons after spousal loss: An integrative review. *International journal of nursing studies*, 50(8), 1108-1121.
- [9] Nogal, A. B. (2005). *À procura de significado (s) em narrativas de idosos sobre a viuvez* [Dissertação de Mestrado, Universidade do Porto].
- [10] Stroebe, M., & Schut, H. (2002). Coping with bereavement: Implications of the dual process model. *Cadernos de Consulta Psicológica*, 17/18, 17-28.
- [11] Prior, A., Fenger-Grøn, M., Davydow, D., Olsen, J., Li, J., Guldin, M., Vestergaard, M. (2018). Bereavement, multimorbidity and mortality: a population-based study using bereavement as an indicator of mental stress. *Psychological Medicine*, 48, 1437–1443.
- [12] Mostofsky, E., Maclure, M., Sherwood, J. B., Tofler, G. H., Muller, J. E., & Mittleman, M. A. (2012). Risk of acute myocardial infarction after the death of a significant person in one's life: the Determinants of Myocardial Infarction Onset Study. *Circulation*, 125(3), 491-496.
- [13] Stroebe, M., Schut, H., & Stroebe, W. (2007). Health outcomes of bereavement. *The Lancet*, 370(9603), 1960-1973.

- [14] Cornwell, B., & Qu, T. (2024). "I love you to death": Social networks and the widowhood effect on mortality. *Journal of Health and Social Behavior*, 65(2), 273-291.
- [15] Marshall, L. S. (2016). Broken heart syndrome. *Journal of Radiology Nursing*, 35(2), 133-137.
- [16] Mustață, A. E. (2020). Psychological Aspects in Cardiovascular Patients. *Journal of Experiential Psychotherapy*, 23(1), 49-58.
- [17] Efferth, T., Banerjee, M., & Paul, N. W. (2017). Broken heart, tako-tsubo or stress cardiomyopathy? Metaphors, meanings and their medical impact. *International journal of cardiology*, 230, 262-268.
- [18] Sköld, A. B. (2021). Being-towards-grief: rethinking death awareness. *Mortality*, 26(3), 284-298.
- [19] Sköld, A. B. (2023). A social ontology of grief. *Theory & Psychology*, 33(1), 24-41.
- [20] Køster, A. (2020). Bereavement and the meaning of profound feelings of emptiness. In C. Tewes & G. Stanghellini (eds.) *Time and body: Phenomenological and psychopathological approaches* (pp.125-143). Cambridge University Press.
- [21] Køster, A. (2022). Self-alienation through the loss of heteronomy: the case of bereavement. *Philosophical Explorations*, 25(3), 386-401.
- [22] Hughes, E. (2023). Grief, alienation, and the absolute alterity of death. *Philosophical Explorations*, 26(1), 61-65.
- [23] Gudmundsdottir, M. (2009). Embodied grief: Bereaved parents' narratives of their suffering body. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, 59(3), 253-269.
- [24] Ratcliffe, M. (2018). The phenomenological clarification of grief and its relevance for psychiatry. In *Oxford Handbook of Phenomenological Psychopathology* (pp.538-551). Oxford University Press.
- [25] Ratcliffe, M. (2020). Towards a phenomenology of grief: Insights from Merleau-Ponty. *European Journal of Philosophy*, 28(3), 657-669.
- [26] Fuchs, T. (2018). Presence in absence. The ambiguous phenomenology of grief. *Phenomenology and the Cognitive Sciences*, 17(1), 43-63.
- [27] Fuchs, T. (2020). Time, the body, and the other in phenomenology and psychopathology. In C. Tewes & G. Stanghellini (eds.) *Time and body: Phenomenological and psychopathological approaches* (pp.12-40). Cambridge University Press.
- [28] Ingerslev, L. R. (2018). Ongoing: On grief's open-ended rehearsal. *Continental Philosophy Review*, 51, 343-360.

- [29] Fried, E. I., Bockting, C., Arjadi, R., Borsboom, D., Amshoff, M., Cramer, A. O., Epskamp, S., Tuerlinckx, F., Carr, D., & Stroebe, M. (2015). From loss to loneliness: The relationship between bereavement and depressive symptoms. *Journal of Abnormal Psychology*, 124(2), 256–265.
- [30] Gupta, L. M. (1994). *Mode of death and bereavement reaction in relation to health status among widowed persons* [Tese de Doutorado, The University of North Carolina at Chapel Hill]. ProQuest Dissertations & Theses.
- [31] Djelantik, A. M., Robinaugh, D. J., Kleber, R. J., Smid, G. E., & Boelen, P. A. (2020). Symptomatology following loss and trauma: Latent class and network analyses of prolonged grief disorder, posttraumatic stress disorder, and depression in a treatment-seeking trauma-exposed sample. *Depression and Anxiety*, 37(1), 26-34.
- [32] Jozwiak, N., Preville, M., & Vasiliadis, H. M. (2013). Bereavement-related depression in the older adult population: A distinct disorder? *Journal of affective disorders*, 151(3), 1083-1089.
- [33] Bowling, A. (1987). Mortality after bereavement: a review of the literature on survival periods and factors affecting survival. *Social science & medicine*, 24(2), 117-124.
- [34] Schulz, R., Drayer, R. A., & Rollman, B. L. (2002). Depression as a risk factor for non-suicide mortality in the elderly. *Biological psychiatry*, 52(3), 205-225.
- [35] Cuijpers, P., Vogelzangs, N., Twisk, J., Kleiboer, A., Li, J., & Penninx, B. W. (2014). Comprehensive meta-analysis of excess mortality in depression in the general community versus patients with specific illnesses. *American journal of psychiatry*, 171(4), 453-462.
- [36] Steptoe, A., Strike, P. C., Perkins-Porras, L., McEwan, J. R., & Whitehead, D. L. (2006). Acute depressed mood as a trigger of acute coronary syndromes. *Biological psychiatry*, 60(8), 837-842.
- [37] Santareno, S. M. (2011). *A Complexa Relação Entre Depressão e Doença Cardiovascular: Evidência que Suporta a Relação Fisiopatológica* [Dissertação de Mestrado, Universidade do Porto]. ProQuest Dissertations & Theses.
- [38] Eliot, R. S., & Bull, J. C. (1985). Role of emotions and stress in the genesis of sudden death. *Journal of the American College of Cardiology*, 5(6), 95-98.
- [39] Lenzo, E. A., & Gallagher, S. (2020). Intrinsic temporality in depression. In C. Tewes & G. Stanghellini (eds.) *Time and body: Phenomenological and psychopathological approaches* (pp.289-310). Cambridge University Press.

- [40] Costa, V. E., & Medeiros, M. (2009). O tempo vivido na perspectiva fenomenológica de Eugène Minkowski. *Psicologia em estudo*, 14, 375-383.
- [41] Cardoso, C. M. (2000) *O deprimir, Análise fenomenológica*. Repositório Aberto Universidade do Porto.
- [42] Santos, G. M. (2022). *A experiência do tempo na depressão: uma análise fenomenológica* [Dissertação de Mestrado, Universidade de Coimbra]. ProQuest Dissertations & Theses.
- [43] Marques-Teixeira, J. (2005). *O médico "ameaçado"*. Repositório Aberto Universidade do Porto.
- [44] Souza, C., & Moreira, V. (2018). A compreensão da experiência de depressividade na tradição da psicopatologia fenomenológica. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 34, 1-8.
- [45] Marques-Teixeira, J. (2003). A vivência do tempo no deprimido: um olhar sobre Eugène Minkowski. *Saúde Mental*, 5(1), 9-11.
- [46] Teixeira, J. A. (1989). Fenomenologia da dor moral. *Análise Psicológica*, 7, 527-531.
- [47] Fuchs, T. (2001). Melancholia as a desynchronization: towards a psychopathology of interpersonal time. *Psychopathology*, 34(4), 179-186.
- [48] Fuchs, T. (2013). Temporality and psychopathology. *Phenomenology and the cognitive sciences*, 12(1), 75-104.
- [49] Fuchs, T. (2005a). Implicit and explicit temporality. *Philosophy, Psychiatry, & Psychology*, 12(3), 195-198.
- [50] Fuchs, T. (2005b). Corporealized and disembodied minds: a phenomenological view of the body in melancholia and schizophrenia. *Philosophy, Psychiatry, & Psychology*, 12(2), 95-107.
- [51] Leite, E., & Moreira, V. (2009). A contribuição de Tellenbach e Tatossian para uma compreensão fenomenológica da depressão. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, 61(3), 46-56.
- [52] Bloc, L., Melo, A., Leite, E., & Moreira, V. (2015). Fenomenologia do corpo vivido na depressão. *Estudos de Psicologia (Natal)*, 20, 217-228.
- [53] Tewes, C., & Stanghellini, G. (2020). Introduction. In C. Tewes & G. Stanghellini (eds.) *Time and body: Phenomenological and psychopathological approaches* (pp.1-11). Cambridge University Press.
- [54] Souza, C., Bloc, L., & Moreira, V. (2020). Corpo, tempo, espaço e outro como condições de possibilidade do vivido (psico) patológico. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, 20(4), 1253-1272.

- [55] Wyllie, M. (2005). Lived time and psychopathology. *Philosophy, Psychiatry, & Psychology*, 12(3), 173-185.
- [56] Hughes, E. (2020). Melancholia, temporal disruption, and the torment of being both unable to live and unable to die. *Philosophy, Psychiatry, & Psychology*, 27(3), 203-213.
- [57] Cavaletti, F., & Heimann, K. (2020). Longing for tomorrow: phenomenology, cognitive psychology, and the methodological bases of exploring time experience in depression. *Phenomenology and the Cognitive Sciences*, 19(2), 271-289.