

EMBOTAMENTO AFETIVO: A REGRESSÃO DA LIBIDO E A PERDA DAS EMOÇÕES

Keila Cristina Abreu do Vale¹

RESUMO: A finalidade do presente artigo é a abordagem do problema da ausência de sentimentos e de emoções, o que configura o chamado embotamento afetivo ou dormência emocional, caracterizado por uma regressão persistente da libido, em decorrência de situações traumáticas e/ou de submissão a forte estresse. A partir da análise do personagem Lee Chandler do filme “Manchester à beira-mar” (direção de Kenneth Lonergan, 2017) e da letra da música “Socorro” (autoria de Arnaldo Antunes e Alice Ruiz, 1998), apontar um possível caminho para o enfrentamento do problema.

O embotamento afetivo, um estado de ser que é caracterizado pela regressão persistente da libido, resultante do enfrentamento de situações que podem representar um trauma ou mesmo de um forte estresse, pode passar despercebido, como simples tristeza ou apenas um desinteresse pelas coisas cotidianas. A respeito desse tema, podemos analisar as situações que seguem.

Lee Chandler é um homem que tem cerca de quarenta anos e trabalha como zelador na pequena cidade onde mora. Entre limpar a neve e executar os serviços de manutenção nos apartamentos, ele cumpre todas as suas tarefas de modo impassível, não parece sentir cansaço, nem revolta, mas também não demonstra nenhuma satisfação. Às vezes, ao terminar seu trabalho, pode-se vê-lo sozinho, bebendo cerveja em um bar próximo, enquanto assiste a alguma transmissão esportiva, relutando em se envolver com outras pessoas. Porém o que chama atenção é que sua expressão facial é sempre a mesma, não há nenhum sorriso ou brilho no olhar. Em alguns momentos chega a esboçar algo que se aproxima da raiva, porém nem mesmo nessas ocasiões há uma emoção genuína; o que demonstra parece um impulso, algo que se manifesta como um espasmo; em tais ocasiões, ele logo se reprime e retorna ao seu estado de apatia. Um dia ele é chamado à sua cidade natal, pois seu irmão, Joe Chandler, está hospitalizado. Ao chegar à cidade, recebe a

¹ Especialista em Psicologia Junguiana
Analista em formação pelo CEJAA – Centro de Estudos Junguianos e Analistas Associados

notícia da morte do irmão pela equipe médica. Seu rosto permanece com a mesma expressão, não há um resquício de tristeza nem de espanto. Mesmo ao entrar no necrotério para ver o corpo, não derrama uma lágrima sequer. Olha para o rosto do irmão morto sobre a maca, e o toca com um arremedo de abraço, mas não expressa tristeza nem raiva, ou qualquer sentimento referente à perda que acaba de experimentar. Esse é o início do enredo do filme *Manchester à beira-mar*².

Anos antes do lançamento do filme, em 1998, Arnaldo Antunes lançou o álbum “Um som”, do qual faz parte uma canção de sua autoria em parceria com Alice Ruiz. A letra da música contém os seguintes versos: “Socorro, não estou sentindo nada/Nem medo, nem calor, nem fogo/Não vai dar mais pra chorar/Nem pra rir/Socorro, alguma alma, mesmo que penada/Me empreste suas penas/Já não sinto amor nem dor/Já não sinto nada/Socorro, alguém me dê um coração/Que esse já não bate nem apanha/Por favor, uma emoção pequena/Qualquer coisa/Qualquer coisa que se sinta/Tem tantos sentimentos, deve ter algum que sirva.” A letra da música evidencia a angústia de alguém que segue sob o impacto da ausência de sentimentos, sejam bons ou ruins. O eu lírico que pede socorro parece estar desprovido de qualquer emoção, não consegue chorar nem rir, seu coração já não bate, segue como alguém que não experimenta a vida e isso o faz apelar por ajuda.

Nos dois casos, tanto em relação ao personagem do filme quanto ao eu lírico na canção, estes parecem seguir vivos, porém sem vida. A ausência de sentimentos, a apatia, torna-os alheios às coisas do mundo, é como se seguissem sem alma. Veja que, no caso de Lee Chandler, não há tristeza em sua expressão, apenas não esboça sentimentos. Não existem, a princípio, sintomas depressivos: ele acorda, trabalha, frequenta bares, interage de forma natural com as pessoas com quem convive. O que incomoda ao acompanhar sua trajetória é essa ausência de emoções, pois durante os primeiros minutos do filme, ele não esboça nenhuma reação. Em contrapartida, cenas de *flashback* mostram a vida de Lee em outros tempos, quando era uma pessoa diferente e vivenciava suas emoções de forma efusiva, fossem elas alegres ou não.

No caso do eu lírico na poesia de Antunes e Ruiz não se pode afirmar que tenha tido uma vida diferente da que esboça nos versos, porém sua própria angústia quanto à ausência de sentimentos evidencia que, outrora, conseguia sentir as emoções plenamente

² *Manchester by the sea*, 2017, Estados Unidos, direção de Kenneth Lonergan

e, no momento, o fato de não mais tê-las é algo que se mostra incômodo, gerando desespero.

Tal estado anímico é conhecido como embotamento afetivo³ ou dormência emocional⁴, mediante o que o indivíduo, após experimentar uma situação de forte estresse ou um forte trauma, evita o contato com suas emoções de modo a evitar a própria dor, como se criasse uma armadura para si mesmo. Todavia, a falta de contato com emoções “ruins” também gera a perda da capacidade de sentir as emoções “positivas”, como alegria, prazer, satisfação etc.

Em tempos remotos a situação era denominada “perda da alma”, em que o indivíduo perdia o contato consigo mesmo, com a própria vitalidade. O psiquiatra Carl G. Jung tratou da perda da alma nos termos que seguem:

“A perda da alma significa arrancar uma parte do próprio ser, significa o desaparecimento e a emancipação de um complexo que, desse modo, vem a ser o usurpador tirânico da consciência que oprime a totalidade do homem, lança-o fora de sua órbita, força-o a ações cuja cega unilateralidade tem como consequência inevitável a autodestruição.” (JUNG, 2015, §433)

Nas situações retratadas, tanto no caso do personagem do filme quanto do eu lírico na canção, há uma evidente regressão da energia psíquica, ou libido, pois, conforme Jung, libido “outra coisa não significa que a energia do curso da vida” (JUNG, 2015, §398).

Ainda tratando do tema energia psíquica, Jung destaca importância da psicanálise nos estados em que a libido parece ter desaparecido (JUNG, 2014a, §255):

“Devemos colocar a questão de forma inversa no caso daquelas síndromes que se caracterizam pelo desaparecimento de libido como, por exemplo, os estados apáticos. E, neste caso, pergunta-se onde essa libido foi empregada. O paciente nos dá a impressão de não possuir libido alguma, e muitos médicos chegam a acreditar cegamente no que esses pacientes dizem. Estes médicos raciocinam como os primitivos que acreditavam que o sol era devorado e morto durante o eclipse lunar. Estava apenas encoberto. O mesmo acontece com esses pacientes: sua libido existe realmente, mas não é perceptível; permanece inacessível ao próprio paciente. Aqui há falta de libido na superfície. A psicanálise tem como tarefa descobrir o lugar onde se esconde a libido e

³ Disponível em <https://knoow.net/ciencsocialshuman/psicologia/embotamento-afetivo/>

⁴ Disponível em <https://vitat.com.br/dormencia-emocional/>

onde o paciente não pode alcançá-la. Este esconderijo é o “não consciente” também chamado “inconsciente”, sem a conotação de um sentido misterioso qualquer.”

Ao tratar dos movimentos de progressão e regressão da libido, Jung destaca que estas configuram-se como dinâmicas psíquicas de adaptação ao ambiente e ao mundo interior, respectivamente, os quais são essenciais ao indivíduo e funcionam de forma autorreguladora e igualmente essenciais, assim como os movimentos de sístole e diástole, conforme destaca o entendimento de Goethe, quando do estudo dos tipos psicológicos (JUNG, 2015, §4º). Ao tratar dos processos de regressão e progressão da libido, enuncia o seguinte:

“A progressão, enquanto processo contínuo de adaptação às condições do mundo ambiente assenta na necessidade vital de adaptação. A necessidade compele o indivíduo a se orientar inteiramente para as condições do mundo ambiente e a reprimir aquelas tendências e virtualidades que servem ao processo de individuação.

A regressão, ao invés, enquanto adaptação às condições do próprio mundo interior, assenta na necessidade vital de satisfazer as exigências da individuação.” (JUNG, 2014b, §§ 74 e 75)

No caso de Lee Chandler, à medida que o filme transcorre, vemos que sua condição de adormecimento emocional decorre de uma situação extrema e que causou um trauma intenso em sua vida. O filme retrata a condição humana do personagem que, diante de uma situação de intensa tristeza e sentimento de culpa, fechou-se às emoções.

A respeito de situações extremas, merece destaque o ensinamento de Jung no sentido de que em situações traumáticas, a psique pode reagir dissociando-se, fragmentando-se, o que ocorre como uma defesa da própria psique contra o impacto do trauma, conforme aponta o analista junguiano e autor Donald Kalsched:

“Para a pessoa que vivenciou uma dor insuportável, a defesa psicológica da dissociação permite que a vida exterior prossiga, porém a um grande custo interior. O trauma externo termina, e os seus efeitos podem ser, em grande medida, ‘esquecidos’, mas as sequelas psicológicas do trauma continuam a assombrar o mundo interior, e elas fazem isso, como descobriu Jung, na forma de certas imagens que se agrupam em torno de um afeto intenso – o que Jung chamava de ‘complexos de tonalidade afetiva’.” (KALSCHED, 2013, pág. 31)

O eu retratado na canção de Antunes e Ruiz expressa desespero e uma forte angústia diante de sua condição. Seu pedido de socorro demonstra um sentimento de completa incapacidade, ao que parece, repentina, de ter sentimentos e emoções. Não se

pode olvidar, nesse segundo exemplo, que o cotidiano apresenta diversas situações em que traumas e experiências intensas são vivenciadas. Todavia, há ocorrências cotidianas e costumeiras que não são exatamente traumáticas. Estas, ainda que não sejam marcantes, também nos atravessam e produzem efeitos diversos.

Nesse sentido, somos diariamente confrontados com uma série de informações e de vivências que provocam em nosso íntimo sentimentos fortes e negativos, como indignação, revolta, medo, sensação de falta e de necessidade, desamparo, solidão. Ao mesmo tempo, há outros conteúdos diários que geram sentimentos e emoções diametralmente opostas e, às vezes com a mesma intensidade, tais como alegria, anseio por coisas belas, excitação, luxúria, deslumbramento, felicidade, bem-estar.

Todas essas emoções e sentimentos se revezam ao longo das horas e dos dias, de forma rápida, e acabam sendo assimiladas de forma automática, pois nem sempre são digeridas ou colocadas sob o crivo da análise. Mas até mesmo essa ausência de percepção desses sentimentos e emoções diversos que nos atravessam pode causar essa regressão persistente da libido, situação que pode evoluir de forma gradativa até que se alcance a situação de não sentir mais nada.

Verena Kast discorre sobre a importância de darmos atenção às nossas emoções e sentimentos, sabendo identificá-los, de modo a vivenciá-los. Destaca a importância de darmos à nossa própria alma o tempo necessário para viver cada experiência, seja ou não agradável, como uma forma de estar em conexão com o nosso próprio ser.

“Quando somos confrontados com situações difíceis acreditamos num primeiro momento que não as suportaremos. Mesmo assim, conseguimos suportá-las, falamos sobre elas, ficamos atentos às nossas emoções, refletimos sobre a situação, procuramos soluções – tudo isso precisa de tempo. (...)”

A alma, porém, precisa de tempo também para aperceber-se de experiências boas; também em experiências lindas, a nossa atenção se volta para a percepção emocional, para as lembranças e ideias que estas despertam, para aquilo que nos enriquece, para aquilo que revivifica nossos sentimentos, para aquilo que nos ajuda a absorver a experiência de forma positiva.” (KAST, 2016, pág. 14/15)

Ao longo do texto, a autora adverte sobre a importância da imaginação como forma de simbolizar as emoções, de descrevê-las. Ressalta ainda a importância da vivência do luto, mediante a contemplação da situação de perda.

Clarice Lispector, na crônica intitulada *Dies Irae*, disse o seguinte: “Amanheci em cólera. Não, não, o mundo não me agrada. A maioria das pessoas estão mortas e não

sabem, ou estão vivas com charlatanismo.” (LISPECTOR, 1999, pág. 37/38). Em suas análises sobre o mundo, sob uma perspectiva existencialista, Clarice descreve sua insatisfação, sua raiva com coisas cotidianas. Ao dizer que a maioria das pessoas estão mortas, talvez esteja falando exatamente dessa incapacidade que temos de perceber e de descrever as próprias emoções, de tocar a vida através das emoções e, assim, ou seguimos “mortos” ou, como ela mesma descreveu, vivemos “com charlatanismo”. O charlatão é o sujeito que se faz passar por médico ou aquele que vende remédios supostamente milagrosos⁵, ou seja, uma pessoa que engana os outros e/ou engana a si mesma.

Sob tal perspectiva, é interessante como o personagem Lee Chandler, no início do filme, parece estar conformado em uma vida desprovida de emoções, protegido em um local distante de sua vida anterior. Porém uma contingência da vida coloca-o novamente diante dos fatos e das pessoas do passado, obrigando-o a encarar situações que confrontam essa armadura emocional.

À medida que a história se desenrola, há uma tensão constante e a expectativa de que o protagonista consiga retornar à vida que levava antes da situação traumática que vivenciou, que novamente possa expressar suas emoções de forma humana. O filme atinge o clímax quando Chandler encontra sua ex-esposa na rua e ela, emocionada, pede perdão por tudo que havia dito a ele anos antes e diz que, apesar de já estar casada novamente, ainda o ama e que não aguenta vê-lo “morto” como está. Apesar do momento carregado de emoção, Chandler se desgarra de sua interlocutora e segue para casa com sua costumeira inexpressividade emocional.

Embora a expectativa seja legítima, o personagem parece saber de suas próprias condições e dificuldades para encarar suas dores e nega-se a retomar sua vida do ponto onde parou.

Nesse sentido, é Jung que adverte sobre a problemática de manter-se fechado no mundo interior. Ao tratar dos tipos psicológicos introvertido e extrovertido, faz uma análise dos mitos de Prometeu e Epimeteu conforme a obra de Carl Spitteller, ressaltando que Prometeu conserva-se no mundo interior, dedicado exclusivamente a sua própria alma, enquanto seu irmão, Epimeteu, vive exclusivamente para o mundo exterior, sem ocupar-se dos assuntos da alma. Nesse caso, a atitude de Prometeu, ao dedicar-se exclusivamente ao serviço de sua alma, faz com que a libido passe totalmente para o inconsciente.

⁵ Disponível em <https://michaelis.uol.com.br/moderno-portugues/busca/portugues-brasileiro/charlatao>

“Acontece então algo que já denominei outrora de típico e segundo a lei: quando o homem está diante de uma tarefa difícil que não consegue realizar com os meios à sua disposição, surge automaticamente um movimento retrógrado da libido, isto é, uma regressão. A libido se retrai diante do problema, introverte-se e reativa no inconsciente um análogo mais ou menos primitivo da situação consciente juntamente com caminho primitivo de adaptação.” (JUNG, 2015, §312)

E adverte sobre a necessidade de se encontrar o equilíbrio entre a progressão e a regressão da libido.

“Só é possível alcançar o ótimo vital pela obediência às leis do fluxo da libido que alterna sístole e diástole, que trazem a alegria e a necessária limitação, que fixam também as tarefas vitais da natureza individual cujo não cumprimento impede se alcance o ótimo vital. (JUNG, 2015, §399)”

Ao final da história, Lee Chandler admite que não consegue permanecer em sua cidade de origem e volta para a cidade em que exerce suas atividades como zelador do prédio. Nota-se, porém, que o contato com seu passado e com as pessoas de seu passado, produziram uma outra atitude para com o seu presente. Suas emoções permanecem adormecidas, mas ele já admite um contato mais próximo com o sobrinho, decorrente de uma responsabilidade que os fatos do destino impuseram a si. De alguma forma, ainda que de forma sutil, ele tem uma perspectiva de retomar o seu contato com o ambiente em que vivem seus parentes e antigos amigos, de modo a, eventualmente, reencontrar o equilíbrio entre a atitude introvertida e a atitude extrovertida. Isso se mostra em sua disposição em separar um local para receber seu sobrinho em sua casa, bem como pela promessa de visitá-lo no futuro.

O eu lírico da poesia de Antunes e Ruiz não parece encontrar uma solução para o seu problema. Os versos seguem inalterados até o fim da canção, pedindo socorro a alguém que possa dar-lhe alguma experiência de sentimentos. Não pode passar despercebido, porém, que a própria consciência desse personagem acerca do problema apresentado representa um início de solução, pois embora não consiga sentir as próprias emoções, o personagem admite que a situação é capaz de provocar-lhe um incômodo real e, por isso, procura ajuda.

Em conclusão, é importante que estejamos em contato com nossas emoções, para que saibamos identificá-las e, na medida do possível, tomar o tempo necessário para vivenciá-las. Determinadas situações na vida nos colocarão na presença de estar em contato com a nossa própria alma e, se assim for, é proveitoso que entremos em contato

com o nosso próprio mundo interior e que possamos nos dar o tempo necessário para vivenciar e experimentar o que for necessário para que essa experiência passe a constituir parte da nossa própria vida.

Há que se lembrar, entretanto, que o contato com o mundo interior não deve prolongar-se no tempo, vindo a privar-nos do contato com o mundo exterior, com as pessoas e experiências do ambiente, sob o risco de perdermos o contato com a vida real e deixarmos-nos ficar entorpecidos. É preciso encontrar um caminho de equilíbrio entre o mundo interior e o mundo exterior.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

JUNG, C.G. Freud e a psicanálise. Edição digital. Petrópolis: Vozes, 2014a.

_____ A energia psíquica. Edição digital. Petrópolis: Vozes, 2014b.

_____ Tipos psicológicos. Edição digital. Petrópolis: Vozes, 2015.

KAST, V. A alma precisa de tempo, Edição digital. Petrópolis: Vozes, 2016.

KALSCHED, D. O mundo interior do trauma: defesas arquetípicas do espírito pessoal, São Paulo: Paulus, 2013.

LISPECTOR, C. A descoberta do mundo. Rio de Janeiro: Rocco, 1999.