

S

sumário

1 • CONSIDERAÇÕES INICIAIS 9

A psicologia é essencial porque pode nos ajudar a administrar melhor nossa vida	9
É preciso cautela e rigor para conceituar liberdade	14
Temos de combater a tendência de nos deixar seduzir por belas idéias	21
O ser livre não é egoísta nem generoso	29

2 • A BIOLOGIA E A QUESTÃO DA LIBERDADE 35

Somos todos diferentes	35
É pequena a nossa capacidade de perdoar os inimigos	45
Quando provocados, somos competitivos	52
O homem está sujeito a medos irracionais	59

3 • OS INSTINTOS E A QUESTÃO DA LIBERDADE 69

Temos dois instintos — sexo e amor — que muitas vezes estão em oposição	69
O amor, vivido como necessidade, escraviza e se contrapõe à liberdade	79
O amor, vivido como desejo, é uma experiência rara e rica que em nada se opõe à liberdade	87
O amor também se manifesta sob a forma de uma tendência à integração em grupos	96
A separação entre sexo e reprodução deu início a uma revolução nos costumes milenares	104

A ausência de sensação de saciedade é um dos aspectos básicos da sexualidade feminina	114
O machismo é a mais evidente manifestação da inveja masculina em relação às mulheres	123
A manifestação maior da vaidade no ser livre consiste em exhibir sua coerência	137

4 • A RAZÃO E A QUESTÃO DA LIBERDADE 148

Nossa razão tem sido negligenciada pela psicologia contemporânea	148
O egoísta não supera as frustrações infantis, enquanto o generoso não ultrapassa as de caráter metafísico ...	160
Nascer, no sentido psicológico, é poder tolerar a dor do desamparo	172
A insignificância da condição humana é a maior ofensa a nossa vaidade	182
O medo da felicidade está na origem de nossa tendência destrutiva	196
Nosso princípio biológico básico é a busca do prazer	206
É arbitrária a conceituação do que são o bem e o mal	218

5 • O MEIO SOCIAL E A QUESTÃO DA LIBERDADE 229

Precisamos avançar rapidamente na direção da liberdade para tentarmos evitar a hecatombe	229
Nossos conflitos íntimos, mais do que os fatores externos, nos impedem de ser livres	235
O meio social nos pressiona com mecanismos de punição e recompensa	245
O meio social nos enfraquece ao valorizar muito a sexualidade e minimizar a importância do amor e da amizade	256

O rebelde: uma proposta de comportamento alternativo	265
Comportamentos extravagantes: o meio social promete castigos sem condições de cumprir	275
6 • CONCLUSÕES 282	
Já que somos todos diferentes, o respeito se impõe	282
Nem tudo que é importante é útil e nem tudo que é útil é prazeroso	291
Pela via direta ou por rotas sutis, só buscamos o prazer	300
O medo da felicidade é o maior obstáculo ao real exercício da liberdade	306

1 um

CONSIDERAÇÕES INICIAIS

A PSICOLOGIA É ESSENCIAL PORQUE PODE NOS AJUDAR A ADMINISTRAR MELHOR NOSSA VIDA

A maior parte de meus trabalhos tem sido do tipo analítico, ou seja, tenho me esforçado em estudar detalhadamente cada um dos elementos que compõem nossa vida psíquica e, sobretudo, como eles se relacionam entre si. Tenho refletido muito sobre o amor, para mim um impulso autônomo, separado do sexo. Tenho feito considerações originais e, acredito, importantes para o melhor entendimento de nossa sexualidade. As mais relevantes dizem respeito à vaidade na natureza masculina e na feminina e às diferenças entre elas; daí derivam emoções muito fortes, especialmente a inveja entre homens e mulheres, um subproduto dessas diferenças que ambos registram como desfavoráveis.

Outra característica de meus textos é a valorização da razão, parte do psiquismo que é tão biológica quanto nossos instintos. É difícil defini-la: trata-se do produto daquela porção do cérebro que funciona quando estamos trocando informações, reflexões e memórias — entre outras múltiplas atividades. A razão é, a meu ver, fonte de prazeres autônomos e de problemas que lhe são peculiares.

Fui parar, por caminhos inesperados, nas questões de natureza moral. Demonstrei que o narcisismo, muito valorizado por alguns setores da cultura contemporânea, nada mais é do que a persistência, em adultos, de padrões de comportamento próprios de uma criança pequena. Mostrei que a generosidade, tão prestigiada pelo pensamento religioso, é uma forma sofisticada de prazer pessoal ligado à sensação de grandeza e superioridade que uma pessoa pode cultivar por ser mais capaz de renunciar do que aqueles que a cercam.

Como todos esses aspectos de nossa psicologia são essenciais para o estudo da liberdade, a eles voltaremos ao longo do livro. O adequado entendimento desses assuntos e a maneira de superar algumas das contradições que deles derivam constituem a base do que pretendo propor.

Sempre estive muito interessado em entender as emoções mais elementares, aquelas que pensamos conhecer tão bem a ponto de dispensar qualquer tipo de reflexão. Assim, tenho me empenhado em compreender melhor a inveja, o ciúme, a vaidade, a ambição e o sentimento de culpa. Faremos um grande avanço se pudermos defini-las de modo singelo e eficiente. Aliás, a clareza sempre foi uma de minhas maiores preocupações, uma vez que alimento profunda repulsa pelos textos rebuscados. Por vezes, considero-os arrogantes e agressivos, pois parece que foram feitos com o intuito de mostrar a superioridade do autor, grave manifestação de elitismo intelectual. Outras vezes, vejo-os como indício de uma

mente confusa ou pouco rigorosa, sério impedimento para quem escreve com a finalidade de se comunicar. Não é raro uma pessoa fazer um esforço enorme para entender o que o autor pretende dizer, de modo que, no fim, poderá pensar que fez uma descoberta muito importante, mesmo que o conteúdo seja da maior banalidade. **Pessoalmente, gosto das deduções que aparecem como óbvias. Acredito que as observações que mais se aproximam da verdade têm sempre essa característica. Gosto dos espíritos sofisticados mas despojados da vaidade intelectual, desse prazer erótico por destacar-se pela via do saber. Já que somos todos vaidosos, prefiro os exercícios físicos e os cosméticos às citações bibliográficas desnecessárias e às frases quase indecifráveis.**

Não acho que toda atividade da razão tenha de, forçosamente, buscar objetivos definidos. Não podemos negar que fomos condicionados a pensar dessa forma utilitária e que temos dificuldade em compreender esforços mentais que não caminhem nessa direção. Poderíamos definir o trabalho como uma atividade que tem por fim atingir uma meta útil, por cujo esforço somos recompensados com prestígio e dinheiro. Entendemos como lazer aquelas práticas que apenas nos divertem e que, ao menos como regra, não exigem grande esforço intelectual. Aprendemos a pensar no trabalho como algo pouco prazeroso, sério, importante, útil, pesado, maçante e, por isso mesmo, gerador de merecida recompensa. Pensamos no lazer como algo inútil, apenas agradável, que

só se justifica moralmente depois de termos gasto muitas horas em algum tipo de trabalho. Aprendemos, pois, a separar a vida ativa em duas partes: uma que é séria e difícil, relacionada com a busca de objetivos concretos e úteis, e outra lúdica, que deveria ser fonte de prazer. Estamos impregnados por essa dicotomia, de modo que a aceitamos sem refletir mais profundamente sobre ela. É importante revermos esses conceitos, pois eles podem não ser verdadeiros.

Ao pensar na psicologia, aí, sim, creio que a noção de utilidade é fundamental. Não consigo concebê-la apenas como uma ciência que busca dissecar e descrever todas as peculiaridades de nossa subjetividade com o intuito de tratar as pessoas mais sofridas. **O entendimento rigoroso dos componentes do complexo processo mental que nos caracteriza tem de estar a serviço de um propósito bem mais amplo, qual seja, encontrarmos novas e melhores formas de existir.** Se os avanços da atividade analítica — que têm sido o fruto maior da psicologia — puderem ser usados para uma composição mais coerente das peças de nosso intrincado quebra-cabeça mental, poderemos encontrar novos caminhos para o exercício de viver. Isso poderá nos aproximar do tão sonhado estado de felicidade!

Por esse ângulo, a psicologia, para mim, se situa na fronteira entre a filosofia e a medicina. Não estou desprezando a importância das práticas psicoterápicas como especialidade médica que visa aliviar a dor psíquica das pessoas — nem poderia fazê-lo, pois é a isso que

dedico a maior parte de meu tempo. O que estou tentando sugerir é que essa atividade assistencial sistemática nos tem permitido extrair conceitos capazes de nos levar a fazer propostas concretas a respeito das questões mais substanciais e gerais relativas a nossa maneira de viver.

Assim, além dos vários textos de caráter mais analítico que tenho escrito, arrisco aqui um esforço na direção da síntese: buscar fazer uma proposta mais concreta para encontrarmos um modo mais gratificante de viver. O tema é a liberdade, um anseio que se tornou básico para mim desde a mocidade e que coincidiu com os movimentos emancipatórios que caracterizaram os anos posteriores a 1964. Ansiamos muito por liberdade, apesar da dificuldade que temos até de defini-la. **Não sabemos muito bem o que significa ser livre, mas pressentimos que tal estado seja muito atraente.**

A tarefa de síntese é sempre arriscada, pois se corre o risco de construir mais uma utopia. No entanto, é muito fácil comprometer todo o resultado buscado em razão do grande risco de se cometerem erros lógicos ao longo do processo dedutivo. Ainda assim, vale a pena o desafio! A ressalva de que se trata apenas de uma opinião e não da descoberta de alguma verdade absoluta é, pois, uma redundância necessária. **Se nunca fui capaz de enquadrar meus textos nas normas usuais da produção científica – nem mesmo quando assim o desejava –, agora me sinto mais à vontade do que nunca para escrever de modo livre e espontâneo; aliás, seria**

contradição grosseira escrever sobre a liberdade de outra forma.

É PRECISO CAUTELA E RIGOR PARA CONCEITUAR LIBERDADE

Nossa primeira e mais importante tarefa é definir em que consiste a liberdade. Depois, deveríamos detectar quais são os obstáculos, tanto subjetivos quanto objetivos, que podem estar nos impedindo de atingi-la. Além disso, teríamos de propor um caminho concreto para que pudéssemos nos aproximar efetivamente do estado de alma correspondente à condição de liberdade. A possibilidade de fazer tal proposta é especialmente importante, pois é para esse fim que se justifica todo o esforço de compreensão das dificuldades a serem superadas. Não podemos subestimar os obstáculos, porém jamais devemos considerá-los intransponíveis. Ainda que nós, como geração, não sejamos capazes de resolver determinadas contradições próprias de nossa condição, não estamos autorizados a ver tal limitação como definitiva.

Arthur Koestler, em seu livro *Jano*, faz algumas observações interessantíssimas sobre nossas peculiaridades biológicas, entendidas até recentemente como obstáculos intransponíveis. Mostra, de forma brilhante, que nem mesmo a biologia impõe um destino inexorável ao homem. Por possuímos razão e criatividade, podemos ultrapassar até certos limites impostos pela natureza. Vejamos um exemplo bem ilustrativo: a reprodução estava biologicamente correlacionada com a prática sexual, mas o surgimento da pílula anticoncepcional desfez essa cor-