

& SENTIMENTOS

ESTUDO DA EXPRESSÃO DE AFETOS VIVIDOS EM FORMAS DE DESAMOR

Lidiston Pereira Silva¹

RESUMO

Neste artigo descrevemos o surgimento do domínio relacional, a partir da noção da emoção de amar, articulando-a ao modo de socialização como base ao surgimento da linguagem humana. Destacamos a ideia de conversar no entrelaçamento do emocionar com o linguajar. Distinguimos emoções de sentimentos a partir Humberto Maturana, e a partir das contribuições de Gilles Deleuze para a leitura da obra de Spinoza, utilizamos os conceitos de afeto e afecção para construir nossa compreensão do que denominamos Sentimentos. Como expressar sentimentos em circunstâncias em que algo faz sofrer? O observador de si assume uma atitude que se desdobra em três movimentos: a) distinguir algo de si numa experiência vivida em emoção de desamor; b) descrever por si mesmo, a partir de suas práxis de viver; c) gerar, espontaneamente, uma coerência operacional-relacional reflexiva de expressão de sentimentos que se dá na linguagem.

PALAVRAS-CHAVES: *Sentimentos, Afetos, Afecções, Emoções vividas.*

¹ Doutor em PSICOLOGIA - ÁREA DE CONCENTRAÇÃO: ESTUDOS DA SUBJETIVIDADE pela Universidade Federal Fluminense (2017). Supervisor acadêmico em estágio curricular de Psicologia comunitária. Atuou nos últimos 6 anos como psicólogo clínico em atenção primária em saúde - NASF - na SMS/RJ, vinculado a Viva Rio. (LATTES, 2019). E-mail: lidiston1@gmail.com. ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0002-0613-9260>.

& FEELINGS

STUDY OF THE EXPRESSION OF AFFECTIONS EXPERIENCED IN FORMS OF UNLOVING

ABSTRACT

We describe the emergence of the relational domain, from the notion of the emotion of love articulating its socialization as a basis for the emergence of human language, highlighting the idea of talking in the interweaving of emotion with language. We distinguish emotions from feelings following Humberto Maturana and using the contributions of Gilles Deleuze to the study the philosophy of Spinoza, we take the concepts of affect and affection to build our comprehension of what we call feelings. How to express feelings in circumstances where something causes suffering? The suggestion is that the self-observer assumes an attitude that unfolds itself in three movements: a) to distinguish something from himself, B) to describe for himself, from his praxis of living. C) spontaneously generate a reflexive operational-relational coherence, as an explanation in language, which expresses feelings.

KEY WORDS: *Feelings, Affects, Affections, Emotions experienced.*

INTRODUÇÃO

As comunidades² onde trabalho são consideradas vulneráveis, poucos moram com certo conforto. A grande maioria vive em “*puxados*”, espaços inacabados, em construção suficiente para proteger da chuva e do sol direto, com poucas divisões e cômodos, onde cozinha, sala e quarto se confundem. É comum se aglomerarem em habitações precárias avós, pais, filhos e netos. No entorno imediato, cenas naturalizadas de crianças armadas, pontos de drogas vigiados e frequentados, bares que vivem dos prazeres da noite, do lazer ritmado por músicas, letras e movimentos corporais eróticos, imitados por crianças que cantam e dançam com alegria e inocência, sem imaginar que aqueles pequenos rituais já são os meios em que se estruturam seus *sentires íntimos*, seu *emocionar e linguajar*, meios que modulam seu modo particular de viver e conviver no *conversar*.

O medo é constante. Ora aumenta, ora diminui, mas nunca some. Esse medo não é só dos moradores em relação aos algozes, mas dos algozes em relação ao que vem de fora. Ao cair da noite, ninguém entra ou sai da comunidade sem ser abordado. As rajadas de tiros são muito recorrentes, seja para a manutenção do medo e garantir o domínio, seja por conflitos nas fronteiras territoriais, seja por defesa de invasão ou para retenção das investidas policiais,. Em meio a tudo isso, com muita frequência, surge um eco que nasce como murmúrio e vai se ampliando até chegar ao grito de agonia que toda a comunidade sente: *acharam um corpo*. Alguém levou um tiro, mataram...outro foi pego pelos rivais, outro pela polícia, outros pela milícia, outros tomados pelo veneno do medo e do ódio, mataram-se entre si. A essa tragédia mortal, acrescenta-se as que não matam, mas são componentes nesse sistema desvirtuado. São abusos de poder, violências de classe, racial, doméstica, familiar, de gênero e outras violações de diferentes e nefastas ordens.

² Como profissional *psi*, faço parte da equipe do Núcleo de Apoio a Saúde da Família (Nasf) que compõe junto com as Equipes de Saúde da Família (ESF), a parte operativa da Atenção Primária a Saúde (APS), realizada pelas Clínicas da Família (CF), no circuito Irajá-Colégio da CAP 3.3, a partir da Secretaria Municipal de Saúde do Rio de Janeiro, com o apoio da OSS Viva Rio. Nesse contexto, a presente pesquisa assume como campo problemático a saúde em território adscrito, desde a postura ético política da atenção primária. Nesse campo problemático, apresentam-se modos de conviver no conversar sobre Saúde, a partir de enorme e crescente demanda de cuidado dirigida a sofrimentos por formas de desamor.

Nesse cenário, marcado por esses domínios de ações em formas de negação, existe um potencial gerador de sofrimento que se conserva e percorre as linhas de cada família, onde se tramam em diversas formas de violência e violações. A exigência de sujeição, que os joga para longe da condição de vida digna, opera diretamente nas relações constitutivas de cada indivíduo, família e espaço territorial de convivência que supõe como condição de saúde, a existência pautada em domínios de ações na *emoção de amar*.

A questão “*O que me faz sofrer?*” é o operador da prática de trabalho com os sentimentos. A pergunta não é negativa, refere-se ao que cada um, no encontro de conversação, traz consigo a respeito de si mesmo. Como por exemplo, marcas de formas de desamor, em que surgem como acontecimentos em domínios relacionais que reduzem sua capacidade de produzir mundos, alienam seu modo de vida, produzindo dor, sofrimento e tristeza. Mas, como pensamos esse estado de sofrimento? Como entendemos esse modo de conservar marcas de experiências vividas em formas de desamor? Do nosso ponto de vista, não se vive em vazios. Não há falta, ausência ou carência de algo que possuindo, nada me faltaria. O que nos faz sofrer são formas de desamor. Não sofremos por incapacidade ou impotência. Sofremos, simplesmente, por não nos realizarmos em certas relações que poderiam nos fazer aumentar nossa potência de agir e conhecer, no sentido de Spinoza. Tal relação supõe encontros de convivência no conversar, tendo como base a emoção de amar. Essa força de existir, que dispomos por natureza, que só no amor pode se formar e perseverar, é o que se encontra restrita, impedida de ser efetuada, de se realizar. É isso o que nos faz sofrer!

Nos espaços de conversações, onde se trabalha com a expressão de sentimentos, surgem queixas nas quais se observa a pluralidade de experiências vividas em formas de dor, que se avolumam em diferentes maneiras de padecimentos: perdas, abandonos, rejeições, indiferenças, desconsideração, mentiras, enganos, maus tratos, humilhação, entrelaçados com o medo intenso e contínuo, o pânico chegando até o terror. São experiências de angústia, ansiedades, aperto no peito e sensação de morte, de onde decorrem a insônia, a irritabilidade e o isolamento. Diante disso, se produzem limitações e restrições, bloqueios mentais, problemas de memória e de aprendizado,

resultantes de marcas de história de convivência em domínios relacionais. Nesse contexto, as condutas de agressão, descuido, ausências, faltas e carências surgem na recursividade como explicação que expressa sentimentos de experiências distinguidas como afeto no modo particular, em que cada um, à sua maneira, passa a descrever o entrelaçamento na trama entre ideias e imagens em correspondência a esse domínio de ações em emoções, vividas por formas de desamor.

“&³ *Sentimentos*⁴” assume como horizonte a atenção ético-política, em que a intervenção se opera num espaço de conversação espontânea e consensual de enfrentamento ao que faz sofrer por formas de desamor. Não se reporta à clínica clássica que distingue diferentes formas de neuroses, nem se fecha no quadro de descrição sintomatológica das psicoses da psiquiatria, mas supõe que o que faz sofrer depende da linguagem, resulta de maneiras históricas de negação que cultivamos em nossa cultura patriarcal e capitalista que opera na expropriação de bens e na limitação de expansão e diversificação de modos de vida, produzindo a dor e o sofrimento em saúde mental por diversas formas de desamor. Sofremos, não porque algo nos falta, mas por não nos realizarmos e, por isso, adoecemos, enlouquecemos. Perdemos-nos, não porque somos por condição de origem desnaturados, mas porque fomos desvirtuados na integração e amadurecimento do nosso modo de viver e conviver no conversar espontâneo em harmonia com o bem-estar, desde as condições da *emoção de amar*.

Esse artigo traz um recorte da tese de doutorado *& sentimentos*. Descreve-se as diferenças e o entrelaçamento conceitual, entre as noções de *emoção e sentimento* de Humberto Maturana e os conceitos de *afeto e afecção*, tendo como intercessor do spinozismo Gilles Deleuze. Dinâmica intensiva: “& *Sentimentos*” enquanto um modo de *sentir como sente*, o *afeto* como maneira de *sentir que sente*, determinado por *afecção* de algo *que sente que faz sofrer* em correlação ao que *sente que vive* como

³ Nesse artigo passamos a pensar *Sentimentos* como noção autônoma, daí o “&”, como maneira de descrever essa distinção entre *emoções, afecções, afetos & Sentimentos*.

⁴ Registra-se que nesse artigo estamos entendendo *Sentimentos* só na sua perspectiva *negativa*, de redução de potência, no qual o observador de si expressa as marcas de afetos vividos em formas de desamor. O sentimento com expressão de aumento de potência, na alegria, é presente, mas diz de outro movimento no qual o observador de si envolve-se na intensificação de si sem se ater à negatividade (formas de desamor como ponto de recursividade), se lançando na criação, na inventividade, na colaboração à composição de noções comuns.

emoções. Como modo de fazer que expressa o que faz sofrer: “& Sentimentos” parte do afeto ao distinguir algo de si, passando a descrever afecções por si mesmo, a trama entre imagens e ideias em correlação ao domínio de ação em que faz sentido, gerando uma coerência operacional-relacional reflexiva na linguagem, como explicação de experiências de afetos de afecções de emoções vividas em formas de desamor, em que surge o domínio íntimo dos Sentimentos.

EMOÇÃO DE AMAR E O SURGIMENTO DA LINGUAGEM HUMANA

O amor é a emoção central na história evolutiva humana desde o início, e toda ela se dá como uma história em que a conservação de um modo de vida no qual o amor, a aceitação do outro como um legítimo outro na convivência, é uma condição necessária para o desenvolvimento físico, comportamental, psíquico, social e espiritual normal da criança, assim como para a conservação da saúde física, comportamental, psíquica, social e espiritual do adulto (MATURANA, 2002, p. 25).

Supondo o ambiente acolhedor por natureza, o animal nasce e se desenvolve seguindo o suceder de seu viver num contínuo presente. As relações e interações que ocorrem nesse entorno são naturais para o recém-nascido, recursivamente extensivas ao útero e o espaço materno acolhedor. Na história dos seres vivos, o surgimento da linguagem como modo de vida humano se especifica na deriva evolutiva, não tanto pelas capacidades autopoieticas, mas pela coordenação de ações consensuais que se dão *no* conviver entre humanos, de forma recorrente e recursiva, em relações afetuosas e espontâneas de acolhimento, ternura e atenção, o que supõe o *gesto e a proximidade* antes dos símbolos⁵. Esse modo de conviver surge do prazer da companhia, na colaboração, na confiança, no respeito pelo outro, na harmonia do bem-estar individual

⁵ Segundo os fósseis pesquisados por Maturana e colaboradores, que datam de mais de 3,8 milhões de anos, nossos ancestrais primatas eram bípedes; se moviam, podiam caminhar longas distâncias, mantendo a convivência cotidiana, o que mostra que habitavam a terra e não mais as árvores. Viviam em pequenos grupos de 8 a 12 membros, incluindo crianças, adolescentes e adultos, homens e mulheres. Sua estatura era semelhante à de uma criança de 8 anos. O cérebro era três vezes menor em relação ao que encontramos hoje nos seres humanos. Pela arcada dentária, constatam que nossos ancestrais comiam grãos, eram coletores e casuais caçadores. Tudo indica que as coordenações de condutas consensuais ocorriam por meio de tarefas comuns: colher, descascar, triturar, onde homens e mulheres eram igualmente responsáveis no cuidar das crianças. Disponham de muito tempo livre, se tocavam, se acariciavam, sensualizavam-se como parte dos *gestos* no relacionar-se cotidiano, envolvidos pelo prazer da *proximidade* da convivência.

e coletivo, tendo como inspiração a natureza como um todo. Para Maturana e Verden-Zoller (2004), “na história da humanidade, as emoções preexistem à linguagem, porque como modos distintos de mover-se na relação são constitutivas do animal” (MATURANA, 2008).

As emoções surgem nas interações que envolvem as circunstâncias em que todos os presentes participam na configuração dos domínios relacionais na convivência. No caso dos hominídeos, seu modo de se conduzir em harmonia com a natureza, na *emoção de amar*, passa a configurar um modo de acoplamento estrutural. Esse modo de acoplamento surgiu como modo de vida de nossos ancestrais que conservamos até hoje e é base de nossa convivência coletiva consensual.

Como todo modo de vida, cada criança traça o curso de sua história em epigênese, integrada num entorno que a contém e onde deve se realizar. Do ponto de vista da criança, por natureza biológica, ela surge como indivíduo num meio no qual supõe, implicitamente, um mundo acolhedor, uma maternagem suficientemente boa. A criança vai aprendendo com o *emocionar* dos outros com quem convive e, assim, vai configurando seu *emocionar* até surgir o *linguajar*, que se entrelaça no *conversar*. Essa anterioridade do *emocionar* em relação ao *linguajar* não é algo a ser pensado apenas em relação aos nossos ancestrais. A *emoção de amar* continua sendo a base de cada novo nascimento humano.

Desde a fecundação até o nascimento, somos recobertos por *conversações* que envolvem a gestante e a gestação num meio. A criança vai sendo envolvida em domínios relacionais que vão surgindo a partir do entorno mais imediato, que é a maternagem. Surgimos imersos em *emoções de amar* na maternagem, no prazer do toque, das carícias, dos beijos, do cheiro e do olhar, assim, a criança vive a presença.

A criança vai fluindo na convivência com os adultos, mas esse meio nem sempre é acolhedor. Já em seus dias iniciais conta com a capacidade de coordenação consensual de ações primárias: o modo de olhar, de sorrir, de se mexer e de explorar seu entorno mais próximo. Rapidamente começa a se movimentar, a emitir sons, a querer colo, mamar. Já nos primeiros meses vai ampliando sua desenvoltura sensório-motora. Em seguida ganha mais domínios relacionais: surgem outras emoções, engatinha,

explora seu entorno, tem iniciativas de se agarrar, se levantar, quando menos se espera dá seus primeiros passos. Nesse período as crianças expressam monossílabos e dissílabos que já esboçam um palavreado desengonçado. A disposição íntima da convivência na *emoção de amar*⁶ vai integrando a criança que passa a distinguir sua corporeidade, possibilitando surgir a linguagem na recursividade, e começa a relacionar palavras e objetos, surgindo o processo de *conversar*, em que ocorre o entrelaçamento do *linguajar* com o *emocionar*.

Essa descrição mostra duas coisas: a) a origem da linguagem como condição do modo de vida humano na emoção de amar, o *emocionar* na disposição íntima para o encontro, que produz a recursividade e que faz surgir o *linguajar*, entrelaçando-se desde a origem na formação do *conversar*; b) que tal condição se mantém até hoje, pois a cada nascimento o infante surge sem linguagem, mas o fluir da maternagem no *emocionar* faz surgir o *linguajar*. Graças à integração e o amadurecimento progressivo da criança em seus esquemas sensório-motores é que se dá a coordenação consensual de ações, conduzindo também à recursividade na coordenação consensual de ações ao *linguajar*, entrelaçado desde sua origem no *emocionar*, que é a maneira como a criança entra no *conversar*.

Na convivência com outros seres humanos, a criança começa o aprendizado espontâneo das emoções pelas interações corpóreas recorrentes e recursivas, no acoplamento social, *sem linguagem*. O sistema neurobiológico pouco a pouco vai acompanhando o processo de integração da criança no meio (a maternagem), possibilitando as articulações do esquema sensório-motor, sem determiná-las. Maturana sugere pensar que as condutas e ações não são determinadas pelo organismo. Essas emoções não são de origem fisiológica, mas surgem nos domínios relacionais consensuais de ações em que a criança é acolhida e cuidada na maternagem, junto ao

⁶ Maturana expressa essa noção de modo amplo: “Os seres humanos vivemos um tipo especial de *emocionar* que tem que ver com nosso viver na linguagem, com nosso sistema nervoso, com o particular de nossa corporeidade e com nosso modo de relacionarmos. Assim, em nós, o *emocionar* tem que ver com o que fazemos enquanto seres que vivem em mundo de coisas e de ideias, de tu e eu, de entes que surgem na linguagem, e de onde as relações humanas se vivem em fluir de um continuo a *conversar* que implica o pode implicar todas as dimensões da corporeidade, e, muitos espaços relacionais distintos que só existem na *linguajar*” (MATURANA E BLOCK, 2009, p. 131 – tradução nossa).

entorno mais amplo, que vai surgindo como expansão de seus domínios relacionais de emoção.

Assim, a criança, no processo de integração, vai configurando diferentes *disposições corporais dinâmicas* em congruência com as contingências da criança no meio (acolhedor ou não). Nesse contexto, Maturana retoma sua abstração sobre emoções, num sentido biológico

O que conotamos ao falar de emoções são distintas disposições corporais dinâmicas que especificam, a cada instante, que espécie de ação é um determinado movimento ou uma certa conduta” (MATURANA e BLOCK, 2009, p. 26).

O que quer dizer *disposição corporal* e como essa *especifica domínios de ações* possíveis? Três pontos: a) as experiências vividas em domínios de ações são apreendidas espontaneamente pela criança na convivência com os adultos em seu entorno; b) esse aprendizado tem correlações com a composição de *coerência operacional interna*, que se expressa numa maneira de se conduzir, que surge ao observador como um *modo de emocionar*; c) esse modo de emocionar tem correspondência com diferentes *disposições corporais* dinâmicas que *especificam ações possíveis*. Diz-nos o neurobiólogo: “Estas distintas configurações de dinâmicas estruturais aparecem diante do observador como distintos modos relacionais ou emoções” (MATURANA e BLOCK, 2009).

Maturana mostra que as emoções não são o que se expressa, mas o que *se vive*. Nesse sentido, é importante notar que tais distinções são produções de um observador. É o observador de si que faz a correlação entre ação e classe de condutas relacionais que percebe e denota um nome. Esse nome - *amar, odiar, acolher, negar* - conota um modo de relacionar-se que se distingue por um número limitado de ações possíveis. Não especifica a conduta porque essa não tem sentido em si. A conduta se torna ação quando ligada ao domínio relacional ou emoção em que faz *esse e não* outro sentido.

Vive-se o emocionar num processo dinâmico, contínuo, instantâneo, fluido, no presente em ato, como o vivido da experiência. Como refere Maturana (2009), para entender as ações humanas não se deve observar o ato ou movimento particular, mas a

emoção que surge como domínio relacional onde essa ação faz *esse e não* outro sentido⁷

Poderíamos perguntar qual o domínio de ações que define essa ou aquela emoção e veremos que são domínios diferentes. É a emoção que especifica o domínio de ações possíveis, nesse sentido há limites,

Assim, ao falar de amor, medo, vergonha, inveja, nojo...conotamos domínios de ações diferentes, e advogamos que cada um deles – animal ou pessoa – só pode fazer certas coisas e não outras” (MATURANA E BLOCK, 2009, p. 26).

A cada emoção se supõem certas ações possíveis, num limite em que muda. Da mesma maneira, os domínios relacionais de encontros corporais não ocorrem da mesma maneira para indivíduos diferentes. Eles dependem de como cada um se encontra estruturalmente nesse momento em que vive as interações consensuais, que podem ou não se harmonizar, conforme a disposição íntima de cada um para o encontro.

Assim, ao mudarmos de emoções, mudamos de domínio de ações. Mudando de disposição corporal interna, mudamos nossos modos de ver, ouvir, agir, querer, pensar, sentir, mudamos de domínio de existência.

Em outras palavras, é a emoção sob a qual agimos num instante, num domínio operacional, que define o que fazemos naquele momento como uma ação de um tipo particular naquele domínio operacional... (MATURANA, 2001, p. 129, 130).

Isso também indica que as mudanças não são intelectuais, mas requerem transformações na dinâmica corporal. Supõe mudanças de domínios de interação entre os corpos num meio que também se encontra em contínua mudança.

O emocionar surge com a recursividade no fluir das emoções, supõe um processo histórico, no qual passamos a conservar transformações no dinamismo estrutural contingente aos domínios relacionais de convivência. Esses domínios

⁷ Como referem os autores: “Um choque entre duas pessoas será vivido como agressão ou acidente, dependendo da emoção na qual se encontram os participantes. Não é o encontro que define o que ocorre, mas a emoção que o constitui como um ato” (MATURANA E BLOCK, 2009, p. 129). Ao que conclui, afirmando que: “não há ação humana sem uma emoção que a estabeleça como tal e a torne possível como ato. (MATURANA E BLOCK, 2009, p. 129).

especificam posturas internas que aparecem ao observador como disposições corporais dinâmicas, a partir de certo domínio em que interatua:

Quando estamos sob determinada emoção, há coisas que podemos fazer e coisas que não podemos fazer, e que aceitamos como válidos certos argumentos que não aceitaríamos sob outra emoção. (MATURANA, 2001, p.16).

Assim, as emoções tornam-se distinguíveis por atitudes, modo de se conduzir, relacionar-se, de interagir e de querer que especificam domínios de ações possíveis.

Para Maturana, o corpo existe no contínuo presente, sem passado nem futuro, mas em contínua transformação, fluido numa *duração potencial*. *Como assim?* Como a emoção surge na circunstância, em ato e no vivido, ela não pode se conservar, porque o fluir do viver é contínuo e vamos mudando continuamente de domínio de ações, de dimensões, no qual vai mudando o emocional. Assim, consideramos que a emoção é instantânea, dependente das circunstâncias em *que* ocorre, *como* ocorre, *onde* ocorre, *quando* ocorre no encontro. Mas, os seres humanos se definem por uma duração indeterminada e que se conserva enquanto vive. Nossa hipótese: a emoção não dura, é vivida, mas quem vive essa ou aquela emoção, pode conservá-la no modo de afeto particular em função de sua condição constitutiva de duração, mesmo que indeterminada.

Partimos da ideia de Maturana que diz que as emoções determinam as ações. Uma ação é uma conduta com sentido. E o que dá o sentido de uma ação é uma emoção, um domínio de relações. Por isso, Maturana insiste que a emoção não é o que se faz, mas o *que se vive* no que se faz. A emoção, sendo o que se vive, está se transformando no contínuo presente, por isso inferimos que a emoção é instantânea. “& sentimentos”, como ferramenta de operar o que faz sofrer, surge depois, quando um observador de si faz uma distinção, descreve e explica marcas de experiências vividas, no caso de desamor, como seus sentimentos. Os sentimentos supõem o que se conserva, o que dura de modo particular, já que a emoção – como processo fluido – diz das experiências vividas em devir. Do nosso ponto de vista, os sentimentos surgem no movimento em que alguém se reporta em primeira instância ao que se conserva, o que veremos mais adiante, no spinozismo de Deleuze, como afeto vivido no modo particular.

DISTINÇÃO ENTRE EMOÇÃO & SENTIMENTOS

Preciso despir-me do que aprendi. Desencaixotar minhas emoções verdadeiras. Desembrulhar-me e ser eu! Uma aprendizagem de desaprendizagem... Alberto Caeiro
Não posso escolher como me sinto, mas posso escolher o que fazer a respeito.
William Shakespeare

Maturana é claro: emoção não é sentimento. Embora o tema dos sentimentos seja pouco abordado em sua obra, a maneira como distingue emoção de sentimento é clara: “Conheceremos suas emoções como fundamentos que constituem suas ações. Não conheceremos o que poderíamos chamar de seus sentimentos, senão o espaço de existência efetiva em que esse ser humano se move” (MATURANA E BLOCK, 2009). O espaço da experiência vivida pertence a outro domínio que não ao domínio da explicação da experiência na linguagem. A explicação de uma vivência é uma experiência de segunda ordem, diz Maturana. Essa não reabilita, muda ou altera a experiência vivida no tempo zero, no contínuo presente, instantâneo, em ato. Essa é irreversível, aconteceu, mas a explicação que dela fazemos, essa pode mudar.

Maturana distingue sentimento do emocionar numa diferença conceitual importante:

As emoções não requerem a linguagem, sendo próprias de todos os seres vivos. Em troca, os sentimentos sim requerem a linguagem, porque surgem na reflexão com que se olha como se está no emocionar, e a reflexão é possível só ao existir na linguagem. (MATURANA E BLOCK, 2008, p. 128).

Aqui a apreciação surge de uma reflexão que supõe a linguagem. Diferente é a emoção. Esta não supõe a linguagem (verbal), é instantânea, em ato no presente, diz de domínios de ações, se distingue por classes de condutas, modos de fazer, de relacionar-se, envolve o sistema nervoso, o esquema sensório-motor. Já os sentimentos supõem a linguagem, a reflexão, certa consciência, a repartição do tempo em passado, presente e futuro. Os sentimentos se expressam no depois, na distinção, descrição e explicação da experiência pela linguagem verbal.

Partindo da ideia de que as emoções não se expressam, *são vividas*⁸, podemos dizer que no cotidiano do suceder do viver, estamos sempre mudando de domínio de emoções. Fluímos no emocionar. O que se observa quando ocorre uma mudança no emocionar, quando ocorre a troca de domínios de ação, não é uma projeção, mas uma *apreciação instantânea* do emocionar. Quanto a essa instantaneidade, o exemplo mais recorrente que Maturana usa, surge mais ou menos assim: chegamos em casa. Acendemos a luz. Eis que ali no chão, vemos aquela barata. Observamos a barata e vemos que ela circula tranquila batendo as antenas e parando para comer o que encontra. Está numa emoção de tranquilidade, em harmonia e bem-estar. Ao notar a presença de perigo, sai correndo, atropelando outras baratas. Maturana faz algumas observações: a) a barata passou de uma emoção a outra, quando mudou de domínio de ação; b) a observação de que a barata mudou de emoção não é distinção subjetiva ou psicológica, mas *apreciação instantânea* em ato; c) os animais não podem produzir sentimentos, por isso não podemos dizer que a mudança de emoção produziu um sentimento semelhante ao que um ser humano poderia sentir. O sentir da barata é de barata.

Outro aspecto dessa noção: a emoção não se expressa, se vive, em ato, a cada instante, mas dentro da linguagem não verbal:

O que se expressa e o sentir o sentimento, em circunstâncias de que o sentimento é uma apreciação do que um faz sobre como está um ou outro em seu emocionar, ao que poderia dizer-se, um se toca a si mesmo ou ao outro, descobrindo o emocionar em que se encontra. (MATURANA E BLOCK, 2008, p. 127).

Desde essa noção, notamos que o sentir sentimentos surge da apreciação do emocionar de si ou de outro, a partir de interações corporais. Nesse caso, supomos uma experiência vivida no coemocionar de medo. Alguém percebe a emoção de medo no outro e se reporta ao domínio de ações em que esse medo faz sentido, assim vive o medo com o outro. Coemocionar.

⁸ Maturana mantém essa afirmação: “As emoções não se expressam, se vivem. Para o observador que realiza uma apreciação do emocionar do outro, a conduta do outro revela sua emoção”. As emoções a que o observador tem acesso se mostram pelas maneiras de estar em relação do indivíduo e meio. (MATURANA E BLOCK, 2008, p. 127)

Segue distinguindo essa apreciação: “O que se passa é que ao fazer uma apreciação sobre o emocionar do outro, alguém frequentemente opina sobre o sentir dele e fala em termos de opinião, dizendo que o outro expressa suas emoções.” (MATURANA Y BLOCK, 2008). Aqui, sentimentos aparecem na forma negativa, limitada para distinguir o emocionar do outro. Duas coisas nos chamam a atenção: de um lado, os sentimentos concorrem a se tornar opinião quando esse sentir é inferido como sendo a emoção de outro; de outro, a apreciação como sentimento é igualmente válida tanto para o *observador de si* como para o observador do outro.

No primeiro caso, alguém sente algo em relação ao modo de se conduzir do outro; esse sentir não corresponde ao presente vivido, mas surge como opinião de seu sentir sentimentos que usa para inferir que a emoção do outro corresponde a essa opinião. Essa condição, nos parece, faz com que Maturana considere os sentimentos como algo secundário, porque não revela o coemocionar, mas um modo de sentir externo e independente do vivido em ato. Uma coisa é conviver a emoção, entrar num coemocionar, outra, é o que um observador de outro pode descrever, apreciar, deduzir, opinar. Isso lembra a maneira de julgar, interpretar ou representar as emoções dos outros.

Seguindo o exemplo, supondo que se formule uma resposta à situação em torno da opinião e não da *apreciação instantânea* no coemocionar: diante da constatação da emoção de medo, alguém tentaria consolar, acalmar, confortar o outro, sem entrar no coemocionar, mas expressando uma opinião do emocionar que o outro vive. Mantemos essa ideia: na emoção não se trata do que se expressa, mas do que se vive. O que se vive é instantâneo. Em ato, no presente da própria experiência. O sentimento vem depois, quando já se tornou uma experiência vivida.

Percebe-se que há diferenças entre as respostas aos sentimentos de medo: de um lado, alguém acolhe a emoção de medo, segue o fluir do coemocionar e se reporta ao domínio de ações em que vive essa emoção, depois volta-se para as expressões do sentimento de medo e acolhe o outro num abraço amigo. De outro, da emoção de medo, alguém se reporta a seu modo particular de sentir e não o que convive no instante, perde a emoção, perde o vivido e cai na representação. Nota-se a diferença. Se vivo o

coemocionar, faço uma apreciação instantânea, os sentimentos têm correspondência com a emoção vivida, embora sejam diferentes. Se *não* vivo o coemocionar, não incluo o outro, constato os efeitos de outros corpos sobre meu corpo e deduzo que todos sentem a mesma coisa. Esse sentir, sendo de um sobre o outro, se mostra como opinião, uma apreciação constatada no linguajar de um modo de emocionar que surge como representação do que sente ou do que supõe que o outro sente como sentimento. Mas, essa opinião não serve para enfrentar o que faz sofrer. A resposta pode ser sincera, honesta, mas não deixa de ser representação. Claro, será diferente quando usar essas experiências vividas para distinguir, descrever e explicar algo de si por si mesmo, enquanto marcas do que o faz sofrer, modo como passa a expressar sentimentos.

Os sentimentos, para Maturana, são apreendidos desde a infância, como as emoções. Porém a emoção é algo apreendido no vivido, em ato, no instante (coemocionar), enquanto que sentimento é apreendido por meio de apreciações sobre o emocionar de si ou de outros⁹. Um exemplo simples: a criança convive em ato um conflito familiar entre os pais (coemocionar) ou a criança convive o conversar sobre conflitos familiares (sentimentos). Nesse olhar, os sentimentos podem ser distinguidos tanto no observador do outro como no *observador de si*. De um lado, há correspondências no nível da emoção consensual e na distinção de classe de condutas possíveis, mas, de outro, são diferentes no como se explica essa emoção vivida no modo particular. O *observador de si* distingue uma ação em particular, que depende das contingências estruturais nas circunstâncias do momento vivido. O observador do outro distingue no outro a dinâmica corporal e reconhece a classe de conduta operada num meio e correlaciona a um certo tipo de emoção.

Descrevendo a diferença: a emoção se vive no fluir do emocionar, instantaneamente, envolve o sistema nervoso porque as condutas supõem movimentos, mobilizam o esquema sensório-motor, mas o sentido da ação *não* vem do cérebro e sim do domínio relacional de emoção em que essa ação faz sentido. Diferentes são os sentimentos, esses supõem a linguagem, a reflexão e certa consciência, se produzem no

⁹ No dizer dos pesquisadores: “Nós, os humanos, ao viver na linguagem, aprendemos a distinguir sentimentos na convivência, em coordenações de coordenações condutuais que trazem à mão a própria corporeidade e a corporeidade do outro no emocionar” (MATURANA E BLOCK, 2008, p. 127).

depois da experiência vivida. As emoções são dinâmicas relacionais vividas, não estados, logo, seguem o fluxo contínuo do emocionar na mudança de domínio de ações. O sentir o sentimento supõe a repartição na temporalidade, num *a posteriori*. Os sentimentos supõem o que dura. São vividos no presente, mas como algo que se produz com o passado. Esse passado do sentimento envolve a experiência de emoção vivida, mas conservada como marca de afetos vividos no modo particular.

A emoção é uma vivência que *não dura*, ocorre no contínuo presente, está sempre mudando de instante a instante. Mas as condições de identificar essa experiência de emoção vivida em ato são aprendidas, porque o observador de si e do outro como unidade social dura se conserva na linguagem e por meio da linguagem pode operar uma diferenciação de momentos distintos de seu sentir. O sentimento, nesse sentido, não pode derivar da emoção vivida diretamente, no instante¹⁰ da própria experiência, seria coemocionar. Mas o observador de si pode retornar às marcas da experiência de emoção vivida no modo particular a partir de seu corpo que se define por ter uma duração indeterminada.

Gostaríamos de propor que os sentimentos que surgem a um observador de si, na atitude ativa de enfrentar o que faz sofrer, não pode ser genérico, literário, intelectual, mas envolve a maneira de viver a experiência de modo particular. O modo particular de viver uma emoção não muda a emoção vivida, mas a trama dessa classe de condutas que se tornam ação na emoção se difere. Envolve toda a história particular, a epigenia individual. Depende do estado estrutural do corpo no momento em que vive uma emoção. Uma mesma emoção em que alguém venha a rir pode ser causa de tristeza de outro, dependendo das diferentes circunstâncias existenciais em que cada um está vivendo o presente num dado momento. É o *observador de si* que pode expressar ou produzir sentimentos de como tal emoção lhe afetou. E, por isso, pensamos que só ele pode produzir sentimentos sobre si mesmo, não outros.

¹⁰ É importante notar que estamos entendendo a emoção como o que se vive, instantaneamente. Uma mesma emoção *não* se vive da mesma maneira em momentos diferentes, nem é vivida por indivíduos diferentes num mesmo momento. Essa instantaneidade da emoção, ao dizer que ela não dura, ocorre a um indivíduo que dura, que conserva a diferença entre o que vive agora e o que viveu a um instante anterior. Nessa diferença, se constata uma passagem vivida de uma emoção a outra, pelo corpo do observador de si, que pode fazer a distinção do que afeta, produzir a descrição e gerar uma explicação que expressa sentimentos.

Pensamos que os sentimentos¹¹ não se expressam desde um observador do outro, não são externos a quem vive uma experiência de desamor. Não se trata de opinião, representação, julgamento, mas de intensidades conservadas no modo particular que chamamos, a partir do spinozismo de Deleuze, de afeto reduzido. Desde então, passamos a supor que os sentimentos partem dos afetos¹², os quais se conservam como marca no corpo do observador de si, no *sentir que sente que algo faz sofrer*, no modo particular de viver e conviver no conversar. Os sentimentos não são essências, mas um modo de fazer. Na prática, é o observador de si que opera o movimento de se voltar para relação consigo mesmo, em que distingue algo de si (marcas de formas de desamor) passando a descrever por si mesmo (com outras experiências vividas), maneira como gera uma coerência operacional-relacional reflexiva a respeito de si mesmo como explicação. Nesse como se faz, notamos que o observador de si, em atitude ativa de enfrentamento ao que faz sofrer, distingue, descreve e explica na linguagem uma experiência de *afeto* de ações em emoções vividas em formas de desamor, expressando sentimentos negativos, em estado de tristeza continuada.

AFETOS: SENTIR QUE SENTE

O importante é que vocês vejam como, segundo Spinoza, nós somos fabricados como autômatos espirituais. Enquanto autômatos espirituais, todo o tempo há ideias que se sucedem em nós, e seguindo esta sucessão de ideias, nossa potência de agir ou nossa força de existir é aumentada ou diminuída de uma maneira contínua, sobre uma linha contínua, e isto é o que nós chamamos afeto, isto é o que nós chamamos existir. (DELEUZE, 1980, p. 10).

¹¹ Entendemos os sentimentos como algo do *observador de si*, não do observador do outro. Não é geral, mas particular. Não se faz sobre os outros ou as coisas, mas sobre si mesmo. Destacamos: como se faz para expressar sentimentos? Voltamos a atenção a modo de vida singular, a estabelecer distinções de si por si mesmo. Por isso, os sentimentos de estados de tristezas continuadas, surgem de quem se pergunta o que lhe faz sofrer. Esse não se faz sobre a emoção, mas sobre um afeto, uma marca de uma experiência vivida na forma de desamor. Os sentimentos que expressamos não servem para os outros.

¹² Quando o observador de si distingue entre instantes momentos diferentes, o faz desde seu sentir biológico que *sente* segundo dada cultura à qual pertence. Esse *sentir que sente*, é um sentir não da emoção, que já passou, mas da experiência vivida numa emoção que marca o observador de si no modo particular, que, por ter duração indeterminada, conserva como afeto que, por se tratar de uma emoção vivida na forma de desamor, distingue como algo que o faz sofrer. Mas, distingue no *sentir que sente*, o afeto como marca de uma emoção vivida no modo particular, não a emoção em seu caráter geral.

Na aula de 4.1.1978, Deleuze retoma os conceitos de afeto, afecção e noção comum, numa reflexão madura. Inicia pela ideia, entendendo que todo afeto é envolvido por uma ideia-afecção. Diz que Spinoza compreende a ideia como “um modo de pensamento que representa qualquer coisa” (DELEUZE, 1980). Mostra que a ideia representativa é entendida como a relação entre ideia e seu objeto. Essa relação entre ideia e objeto é conhecida na história da filosofia como *realidade objetiva*.

A ideia como representação de um objeto, ligada à realidade objetiva, vai possibilitar uma primeira formulação de afeto, mas enquanto um conceito nominal. Se a ideia representa um objeto, o afeto que a ideia envolve *não* é representativo. O afeto não é uma representação, quer dizer, o afeto não é uma afecção. Até aqui temos dois componentes: o afeto supõe uma ideia e nesse nível toda ideia está ligada ao objeto que representa. O afeto não representa o objeto da ideia, mas delata seu efeito num modo de vida. Essa condição do afeto estar envolvido por uma realidade objetiva nos remete às tristezas, já que a ideia-afecção é inadequada porque tem por causa um objeto externo e independente.

As afecções negativas são consideradas imagens do corpo resultantes de misturas, cuja causa desconheço ou ignoro, mas cujos efeitos vividos sinto como redução de potência por causas externas que me afetam de modo a impedir ou reduzir a capacidade de efetuar relações, numa parte ou no todo de meu corpo e na maneira de pensar. Tais condições exigem um esforço de uma parte de minha potência para neutralizar ou minimizar os efeitos dessa realidade objetiva, que vivo no modo de sentir uma diminuição da intensidade (tristeza), na variação contínua do existir.

Deleuze nos dá um exemplo do qual vamos tirar um primeiro componente que nos ajuda a pensar que o afeto opera nas relações diferenciais, distinguível como modo particular. Diz que todo modo de pensamento não representativo é um afeto:

Uma volição, uma vontade, implica bem, a rigor, que eu quero alguma coisa, isto que eu quero, é objeto de representação, isso que eu quero está dado em uma ideia, mas o fato de querer não é uma ideia, é um afeto porque é um modo de pensamento não representativo.(DELEUZE, 1980, p.6).

O afeto é uma intensidade não representativa, remete à capacidade de querer, de desejar.

No modo existente, a mente é ideia do corpo, pertence ao atributo pensamento. Enquanto a ideia se relaciona a seu objeto quando surge como representação nos domínios de encontros, como misturas de corpos, as imagens são afecções vividas instantaneamente. Essas representações negativas, como forma de desamor, produzem a diminuição de potência, vivida como tristeza. Essas afecções produzem uma mudança de estado no corpo. Nessa passagem de um estado de corpo a outro, surgem os afetos que podem me levar a buscar apoio para enfrentar o que faz sofrer. Quando alguém distingue algo de si mesmo, uma experiência vivida no modo particular, coloca em reflexão essas marcas de formas de desamor. Esse movimento de voltar-se para relação consigo mesmo, diz de uma disposição íntima para pensar a intensidade que o perturba, distingue um afeto, um modo de *sentir que sente* algo de si por si mesmo.

Seguindo Deleuze: o afeto depende da ideia,

primado da ideia sobre o afeto por uma razão muito simples e é que para amar é necessário ter uma ideia, por mais confusa que ela seja, por mais indeterminada que ela seja, do que se ama. (DELEUZE, 1980, p.6).

Esse destaque serve para dar o próximo passo. Mesmo que o afeto dependa da ideia, o *sentir que sente* não se reduz à ideia. O afeto, a intensidade que se distingue antes das imagens e ideias surgirem como descrição, não se reduz a imagens nem às ideias representativas.

Para esse próximo passo, Deleuze diferencia a ideia objetiva representativa, que remete a algo externo, da *ideia formal*, que não remete à realidade objetiva, mas à ideia enquanto ela é alguma coisa enquanto ideia. O que é essa alguma coisa que a realidade da ideia formal aponta? Deleuze diz, “enquanto ela é alguma coisa, eu posso formar uma ideia desta coisa, eu posso sempre formar uma ideia da ideia” (DELEUZE, 1980). Essa ideia da ideia, ideia que não corresponde a uma representação, será para Spinoza, “a realidade formal da ideia, a saber, a coisa de que é a ideia ou o grau de realidade ou de perfeição que ela possui em si, é seu caráter intrínseco” (DELEUZE, 1980).

O texto “*Spinoza e a filosofia prática*” nos fala que a ideia é o primeiro modo de pensar e distingue a ideia que *temos* da ideia que *somos*. A ideia que *somos* não a temos, ela requer uma longa caminhada, uma vez que nossa mente se forma como ideia do que acontece ao corpo. Fizemos uma ideia dos efeitos dos outros corpos sobre o nosso, mas

não conhecemos as causas formais, nem materiais que a compõem. Essas resultam dos acasos dos encontros e é, precisamente, a partir dessa realidade objetiva que nós nos conhecemos. São chamadas afecções, são misturas de corpos, ideias inadequadas, porque resultam de marcas de corpos exteriores sobre o nosso. Já as ideias adequadas nos remetem à realidade formal, ideia da qual a causa é nossa natureza intrínseca. Essas ideias resultam da compreensão de nosso corpo e do corpo exterior, são ideia do que *somos* e se explicam por nossa potência de conhecer pelas causas.

Como Deleuze vai ligar essa ideia formal ao conceito de afeto? Deleuze nos mostra algo interessante: nós não possuímos as ideias, não é algo que manipulamos, ou que usamos, isso porque somos “os autômatos espirituais, isto quer dizer que é menos nós que temos as ideias do que as ideias que se afirmam em nós” (DELEUZE, 1980). Vivemos imersos num fluxo contínuo de ideias, onde cada uma delas tem seu grau de realidade ou de perfeição intrínseca. Esse suceder de ideias vai produzindo modulações na intensidade em conformidade com o grau de realidade que vou vivendo, de modo a operar na “*variação contínua*” de minha existência, produzindo uma oscilação vetorial do tipo aumento-diminuição de grau de potência. “É esta espécie de linha melódica da variação contínua que vai definir o afeto (*affectus*) ao mesmo tempo em sua correlação com as ideias e sua diferença de natureza com as ideias” (DELEUZE, 1980).

Desse ponto, notamos que o afeto não é uma ideia. Cada ser humano, por natureza, se compõe de relações diferenciais constitutivas, cada um tem seu ritmo de movimento e repouso, cada um vive sua linha melódica de variação contínua. Cada intensidade corresponde a um grau de potência de afetar e sofrer singular, o qual se mede em função de um máximo que é a afirmação da vida na realização de ações e um mínimo, o grau zero, que é a morte. Então, afeto nominalmente se define como modo de pensar não representativo e, de maneira mais profunda, é essa modulação “da potência de agir ou da força de existir de acordo com as ideias que se tem” (DELEUZE, 1980). Deleuze¹³ comenta que Spinoza não supõe uma comparação de ideias, o afeto não é algo

¹³ Deleuze, explica: “Porém, uma vez mais, “determinada” não quer dizer que a variação se reduz às ideias que ele tem, posto que a ideia que eu tenho só dá conta de sua consequência, a saber, que ela aumenta minha potência de agir ou ao contrário, a diminui em relação à ideia que tinha até um instante, e não se trata de uma comparação, se trata de uma espécie de resvalo, de queda ou de elevação da potência de agir.” (DELEUZE, 1980, p. 9).

intelectual, porque este e a ideia são de naturezas diferentes. O afeto refere-se à transição vivida, uma passagem de uma perfeição a outra.

Nosso trabalho com sentimentos prioriza os afetos de tristeza¹⁴, ocorre em espaço consensual de conversação na atitude afirmativa de enfrentar a trama de conflitos vividos por formas de desamor. Estamos supondo que o observador de si, ao voltar-se para si mesmo e perguntar o que faz sofrer, é a essa variação contínua da potência de agir e força de existir que se reporta para expressar sentimentos. O afeto.

Deleuze aborda as causas do que nos fazemos sofrer quando explicita o afeto de alegria e de tristeza, marcando um ato ético-político admirável que assume grande importância no trabalho com a comunidade em situação periférica, onde encontramos muitos déspotas e sacerdotes¹⁵ que operam no prazer da dominação. Entende que as paixões tristes são inevitáveis, a vida tem suas perdas, doenças, amores não correspondidos, mas: “Como sucede que as pessoas que têm o poder, não importa em que domínio, tenham necessidade de afetar-nos de uma forma triste? Inspirar as paixões tristes é necessário ao exercício do poder” (DELEUZE, 1980). Os sofrimentos dos que buscam apoio incluem sua relação com esse espaço de convivência, onde meninos e meninas, adolescentes, são tragados por esse modo de relacionar que são subjetivados como modo de vida, onde a violência e violação se naturalizam, onde o medo, a perda e a expropriação são constantes. Fica a questão: se as ideias que circulam nesses espaços armados, invadidos e sitiados envolvem um afeto e se o afeto é a variação contínua do existir, as imagens e ideias que surgem dessas circunstâncias *não* trazem a consciência de sua origem, como podem mudar? Como pensar que a distinção do afeto de tristeza, que vai evocar imagens que descrevem essa realidade de desamor, podem servir de meio para enfrentar o que faz sofrer? O que se supõe na força de existir e na potência de agir, que seja uma abertura para compor outras explicações que expressem outros sentimentos, que não sejam esses de dor e desespero?

¹⁴ Para Spinoza, existem três afetos primários, o desejo como grau de potência, nossas relações constitutivas e dois polos: afeto de alegria e afeto de tristeza “e será triste toda paixão, qualquer paixão que envolva uma diminuição de minha potência de agir, e será alegre toda paixão que envolva um aumento de minha potência de agir” (DELEUZE, 1980, p.7).

¹⁵ Na sequência do texto, conclui: “Spinoza diz que é este o laço profundo entre o déspota e o sacerdote, eles têm necessidade da tristeza de seus sujeitos. (DELEUZE, 1980, p.8).

O fato é que mudam. Apesar dessas condições, um significativo número de pessoas passa a compor, no espaço de conversação, uma explicação que não se reduz às imagens e ideias com que descrevem seu sofrimento. O processo de explicar parece abrir um portal em que algo que corresponde a cada modo de vida, compõe um caminho, às vezes nunca imaginado. Parece-nos que a vida, quando colocada em xeque, salta sobre si mesma, inventa o improvável, o inusitado, o novo, uma fuga, não em relação à realidade familiar, comunitária, mas na relação consigo mesmo.

Fico pensando no quanto ainda apostamos pouco na consciência. Todos esses pensadores maravilhosos, de alguma forma, quando se referem à consciência, está lhes aparece como algo menor, pouco confiável na condução da vida. De fato, hábitos são muito difíceis de mudar. Reconfigurar o modo como nossa estrutura biológica está acoplada à cultura e o que cultivamos a céu aberto, numa sociedade em que seus governantes são réus confessos, em que as escolas não fazem sentido, em que as comunidades encontram-se sitiadas por milícias e facções. Nesse contexto: que consciência se espera que se tenha, se sou atravessado por essas ideias inadequadas que se afirmam em mim? Como mudar?

Tendo como referência o trabalho em comunidade, onde as ações são muito mais motoras que mentais, onde a atenção se concentra no imediato, onde a necessidade é para ontem, onde o medo é constante, onde o sexo é brinquedo, onde em pequenos cubículos dormem cinco ou seis: que consciência pode surgir dessas condições? É comum dizer que a consciência é produzida. A mídia não para de apostar nessa ideia, depende dela. Os políticos, também. Não há dúvida de que a consciência é produzida. *Mas não no meu corpo.* Meu corpo não tem consciência, mas é a condição para se produzir consciência.

A consciência humana é produzida no espaço relacional, na cultura em que se convive. Diferentes culturas têm diferentes consciências. Mas, se tenho consciência de que a consciência é produzida pela cultura, essa consciência de ter consciência é produzida por cada um. A recursividade da consciência de que a minha consciência é produzida, me inclui na minha vida. Quando era consciente sem saber que minha consciência foi produzida, tomava minha consciência como verdade, como inocente e

como culpado. Me confundia com os conflitos entre as ideias que se afirmavam em mim. Sou eu quem estou doente, sou eu que tenho problemas, sou eu que não presto, sou eu que não aprendo, sou eu... também posso dizer que sou o superior, eu o bem-dotado, eu o privilegiado, eu o branco, eu o rico, eu o formado, eu...

Quando aquela dor me atravessa, aquele aperto no peito, aquela angústia, aquele medo, aquela dúvida, aquela ferida, surge uma outra relação comigo que não está prevista pela produção da consciência. Penso que quem busca apoio traz essa experiência. Uma disposição íntima de pensar sua consciência. Não é se dar conta de algo escondido, nem se conscientizar de alguma coisa que estava encoberta ou esquecida, mas reinventar a vida. Porque se a vida é feita dos mundos que criamos com os outros e se não podemos mudá-los, nem esperar que eles mudem para então mudarmos, parece-me que agir é um começo. Agir na consciência que se tem. Produzir consciência na consciência produzida. Penso que enfrentar a pergunta “*o que me faz sofrer?*” supõe, na consciência produzida, condição de produzir consciência. Expressar os sentimentos: um caminho...

Essa disposição íntima, no enfrentamento do que faz sofrer, não é uma ideia representativa, mas distingue uma variação na dinâmica existencial. Tal atitude é considerada afirmativa, porque emerge da busca de meios para recompor relações diferenciais constitutivas. Quem busca apoio para enfrentar o que faz sofrer pode estar cheio de imagens e ideias que não surgem como problema, mas como meio de descrever um problema não representável, um modo de *sentir que sente*, um afeto.

Destaquemos esses três operadores da expressão de sentimentos. Distinguir, descrever e explicar. Ao distinguir um afeto de tristeza, as imagens que surgem como descrição do que me faz sofrer são ideias representativas de algo confuso, conflitivo, contraditório, que opera no que *sou*, uma limitação do que *posso*. Aqui surge o problema. Se a descrição ocorre por imagens e ideias que suponho que existam independente de mim, por uma lógica objetivista, a descrição rompe a relação comigo mesmo, o que significa que passo a validar minhas avaliações com algo externo à minha experiência. As imagens e ideias vão remeter ao objeto da representação, a ideologias ou transcendências. Ao fazer isso, remeto o que me faz sofrer a um domínio externo que

não inclui minha capacidade de sentir. Os sentimentos, assim, expressam afetos paixões.

Parto do suposto de que qualquer imagem e ideia que distingo vem junto à circunstância em que essas representações fazem sentido para mim. Esse vivido me concerne. Magoar, rejeitar, negar são domínios de ações consensuais, são emoções. Não é o mesmo quando vivido no modo particular, como afeto, que surge no modo como magoei ou fui magoado, de como rejeito ou sou rejeitado, de como nego e sou negado. Se distingo uma intensidade, magoar, negar, e remeto ao domínio relacional amplo da mágoa, da negação no nível abstrato, intelectualizo-a. A trama entre as ideias não concerne à experiência vivida, se mantém na lógica universal e não no modo particular.

Quando abro mão de meu vivido, perco as condições de produzir uma experiência na explicação e faço interpretações, julgamentos, já que a validação do que distingo que me faz sofrer é externa à minha experiência vivida. Se explicar uma experiência não é recompor nem representar uma experiência, mas gerar uma experiência de segunda ordem na linguagem, essa experiência de segunda ordem só surge como explicação se envolver outras experiências por mim vividas. Isso quer dizer que o que me faz sofrer não é algo mágico, mas faz parte de minha história, em que posso aprender algo e vir a me conhecer um pouquinho mais. Entende-se que as afecções como imagem do corpo que me preenchem são efeitos de causas externas, mas quando colocada em questão por mim mesmo a imagem do meu corpo que disponho, coloco os efeitos das afecções em questão. Posso não saber a causa, mas a esse efeito que distingo posso dizer sim ou não.

Portanto, no trabalho com sentimentos, distinguir um afeto que faz sofrer (angustiado, ansioso, nervoso, irritado, deprimido) é discernir modos de *sentir que sente* que algo não está bem, não sabe quanto, mas percebe que sua potência de agir e força de existir está abalada. Desde então podemos perguntar: como se faz para expressar sentimentos? Ao distinguir uma marca de afeto, uma intensidade vivida em formas de desamor, o observador de si passa a descrever a trama entre imagens e ideias em correspondência ao domínio relacional em que essas afecções fazem sentido para ele,

compondo uma coerência operacional-relacional reflexiva, que gera a explicação, um conhecimento que expressa sentimentos.

AFECÇÃO: SENTE QUE ALGO FAZ SOFRER

A própria precisão com que outras passagens lembradas se oferecem, de entre impressões confusas, talvez se agite a maligna astúcia da porção escura de nós mesmos, que tenta incompreensivelmente enganar-nos, ou, pelo menos, retardar que perscrutemos qualquer verdade. Guimarães Rosa

Essa ideia afecção tem causas externas. Deleuze coloca que afecção é um estado do corpo que sofreu ação de outro corpo, misturas de corpos, de maneira que um corpo retém as marcas do outro, os efeitos, por isso a afecção diz mais do corpo afetado, o meu, do que do corpo afetante. As ideias que se tem são as consequências do que o corpo sofreu, sem saber das causas. Nos interessa saber que a afecção envolve a natureza do corpo que afetou¹⁶, embora não se tenha consciência ou conhecimento para discernir. Como compreender isso?

A argumentação diz que Deus é a causa de todas afecções e sendo Deus a causa de si, Deus pode explicar todas afecções, por isso Deus age e não pode padecer. Diferentes são os modos existentes, o indivíduo: primeiro não é causa de si, surge na extensão, pode ser afetado de inúmeras maneiras por ações de outros corpos exteriores. Não é causa de suas afecções, sua condição é passiva. Esse modo existente dura e, enquanto dura, não cessa de passar de um estado a outro em contínua transformação. Nessa linha, cada indivíduo, sua existência, a cada instante, está preenchida pelas afecções que tem. Nessa modulação de afetos, a variação contínua do existir é determinada por uma afecção.

Deleuze lembra: a diferença de intensidade (não se trata de comparação) não é um conhecimento intelectual, mas experiência vivida, que a cada instante é singular. Mas se as intensidades são singulares e instantâneas, a ideia que delas fazemos

¹⁶ Em Deleuze: “Spinoza dirá que uma affectio indica a natureza do corpo modificado melhor do que a natureza do corpo modificante, e ela envolve a natureza do corpo modificante” (DELEUZE, 1980, p. 10).

encadeiam-se entre si¹⁷. Mas como venho a ter ideias? Surgem do corpo? Ou, o corpo se encontra num espaço mais amplo onde as relações se fazem pela linguagem, meio pelo qual o corpo e ideia do corpo, se tornam ‘algo meu’?

Importante marcar que são dois tipos de efeitos de ideias afecções: as que aumentam e as que diminuem, assim modulam para mais ou para menos a variação contínua de existir. As que nos conduzem a alegrias, mesmo passivas porque dependem de causas externas, e as que produzem as tristezas, que operam uma redução da potência de agir, cujas causas também desconhecemos. Notemos que nas duas condições não se é a causa dos afetos, mudamos, mas ignoramos o que nos fez mudar, o que nos faz oscilar na força de existir, o que promove a instabilidade, o que nos faz vacilar na potência de agir. Nessas condições, somos passivos. Mas Deleuze nos coloca que os afetos que daí decorrem “envolvem a relação concreta do presente com o passado em uma duração contínua: eles envolvem as variações de um modo existente que dura” (DELEUZE, 1968). O modo existente que dura é o modo que pode distinguir, descrever e explicar, o modo que pode expressar sentimentos, mesmo que desconheça a causa. Abre-se a questão: como os sentimentos podem produzir mudanças se desconhecemos o que nos faz sofrer?

Nesse contexto, Deleuze coloca a pergunta ética no spinozismo: como se chegará a ter afecções ativas? Como se conseguirá compreender as causas do que nos faz sofrer? Até aqui, podemos destacar diferenças: a afecção determina o afeto, os afetos se descrevem como a modulação singular na variação contínua do existir, dizem de algo intrínseco e não se confundem com as afecções que o determinam. Estas possuem um caráter extrínseco e, por fim, algo interessante de conservar: “que nós não podemos conhecer-nos a nós mesmos, e nós não podemos conhecer os corpos exteriores, a não ser pelas afecções que os corpos exteriores produzem sobre o nosso” (DELEUZE, 1980). Conhecemos a nós mesmos e às coisas pelos efeitos das afecções que marcam nosso corpo e que conservamos como afetos de experiências vividas.

¹⁷ As ideias do meu corpo se concatenam umas com as outras, como mostra Deleuze: “Por isso, a toda ideia que indica um estado do nosso corpo está necessariamente ligada a uma outra espécie de ideia que envolve a relação desse estado com o estado passado” (DELEUZE, 1968, p. 149).

Em relação às tristezas, o que faz sofrer é, primeiramente, distinguido como afeto, uma intensidade, e depois descrito com imagens e ideias afecções, produzindo a explicação como modo de expressar sentimentos. Isso porque: “Eu não conheço mais do que as misturas de corpos e somente me conheço a mim mesmo pela ação de outros corpos sobre o meu, e pelas misturas” (DELEUZE, 1980). Mais uma vez nos deparamos com a expressão de sentimentos passivos, mas como pensar sentimentos ativos se só nos conhecemos por efeitos de misturas de corpos, sem ter acesso às causas? Deleuze remete ao exemplo da argila e da cera ao calor: uma endurece e a outra se liquefaz. Diante dessa afecção temos ideias, percepções dos efeitos, mas desconhecemos “Em virtude de qual constituição corporal a argila se endurece sob a ação do sol?” (DELEUZE, 1980). Outro exemplo: o efeito do sol¹⁸ sob meu corpo indica como sofro, como sou afetado, não me faz conhecer meu corpo, nem me diz nada do corpo sol como causa do que me faz sofrer. Essas descrições sobre a afecção e como as ignoramos nos deixa preocupado. Quando Deleuze fala dessa natureza do corpo que sofre e a capacidade do outro corpo me afetar¹⁹, será que quer dizer que as relações entre os corpos ocorrem entre partículas? Ou será que enquanto totalidade, não inter-relacionamos por meio de moléculas, mas pela relação entre unidades e entorno, em acoplamento social²⁰?

Nos preocupam as exigências feitas para nos livrarmos de uma afecção. Mas acho que não é bem assim, já que para Spinoza o que distingue um indivíduo do outro é o poder singular de cada um de afetar e de sofrer²¹. Esse aspecto diferenciante entre indivíduos não é genético, mas ontogênico. Sim, envolve as condições de bases, as

¹⁸ O exemplo da afecção do sol sobre o corpo: “Mas as causas, a saber, o que é meu corpo, o que é o corpo do sol, e a relação entre estes dois corpos de tal maneira que um produza sobre o outro tal efeito melhor do que outra coisa, disto eu não sei absolutamente nada” (DELEUZE, 1980, p. 10).

¹⁹ Parece que não: “Ora, um corpo deve ser definido pelo conjunto das relações que o compõem, ou, o que vem a ser exatamente o mesmo, pelo seu poder de ser afetado” (DELEUZE, 1980, p. 10).

²⁰ Os traços do acoplamento social, se referem as ações consensuais, coordenadas, que fazem parte de como se dão as relações entre iguais, onde aprendem e vivem espontaneamente, na convivência com outros, num meio onde realizam coisas juntos, que sozinhos não realizariam. O acoplamento social é domínio consensual de relações e interações coordenadas na convivência em grupo, que expande cada indivíduo como ser coletivo, capaz de condutas comunicativas, na forma de coordenações de ações consensuais.

²¹ Como refere Deleuze: “A única questão é esse poder de ser afetado. O que distingue uma rã de um macaco? Não são os caracteres específicos ou genéricos, diz Spinoza, mas sim que eles não são capazes das mesmas afecções...” (DELEUZE, 1980, p. 7).

relações constitutivas singulares enquanto grau de potência, mas, também, supõe o meio no qual se encontra em adaptação e conservação de sua autoprodução, além da história particular de cada um. Há uma relação indivíduo e cultura que modula as relações constitutivas²².

Ressaltemos que as exigências para enfrentar a afecção, o estatuto de total ignorância sobre a imagem do corpo que nos afeta, biologicamente, é viável: sou infectado por um vírus, uma bactéria, na comida, no sexo e isso me decompõe, fico triste. Como algo delicioso e isso me alegra. Mas, a imagem de alguém que surge como totalidade diante de mim, tem esse mesmo poder? Como distinguir esse alguém sem ter entrado em alguma forma de experiência vivida com ele? Deleuze (1968) coloca algo interessante: “Uma afecção só é uma paixão quando não for explicada pela natureza do corpo afetado: ela certamente o envolve, mas é explicada pela influência de outros corpos” (DELEUZE, 1968). Parece-nos que a questão não é tanto sofrer ou não, isso é inevitável, mas não dispor de uma explicação, pois, se puder explicar o que produziu minha redução de potência de agir, a afecção deixa de ser uma paixão.

Nos ocorre uma questão instigante: temos à mão a ideia afecção, mesmo que não nos dê a natureza do corpo exterior, ela envolve esse como causa, em que estaria o sentido da afecção? Será realmente necessário saber das essências do meu corpo, das coisas e de Deus para chegar a enfrentar o que me faz sofrer? Ignoramos a causa das ideias afecções porque não temos conhecimento das essências ou porque buscamos as respostas como algo independente do observador de si, *na realidade objetiva*? Supondo que a experiência e a explicação da experiência ocorram em domínios disjuntos, as ideias afecções que conservo do encontro entre corpos são marcas de afetos vividos, sejam quais forem, as maneiras de expressá-las não seriam explicações? E se remeto a ideia afecção para o domínio relacional de emoções em que faz sentido, não surgiriam melhores condições de explicar essa ideia afecção? Será que o movimento de explicar formas de desamor não possibilita conhecer o que se desconhece do que nos faz sofrer? Não a natureza última da afecção, mas o suficiente para dizer sim ou não.

²² As capacidades individuais surgem em conformidade com as circunstâncias onde ocorre o viver e conviver com outros. E isso é suposto no spinozismo, “E igual para os homens: os afetos de que um homem é capaz. Nesse momento perceberemos que, segundo as culturas, segundo as sociedades, os homens não são capazes dos mesmos afetos. (DELEUZE, 1980, p. 7).

Lembremos o exemplo de Spinoza que Deleuze²³ usa para explicar como a imagem de Pedro surge como ideia inadequada, que lhe desagrada, o entristece, e a imagem de Paulo como ideia adequada que agrada, que o alegra. Mas esse *sentir que sente* (afeto), esse modo particular de modulação da variação contínua de existir, surgiria sem as condições em que tive uma experiência vivida com Paulo e Pedro? Será que uma ideia surge totalmente autônoma, sem o contexto em que ela faz sentido? Será que a linguagem é algo que se produz na minha cabeça? No meu cérebro? Adequada ou inadequada, com mais ou menos perfeição sim, mas será que realmente ignoro porque Pedro me faz sofrer? Pode ser implicância minha, vaidade, mas isso já é explicação.

Em outro exemplo fala das transformações moleculares²⁴. Uma coisa é tomar cicuta sem saber, morro. Há misturas de corpos no nível das partículas. Mas quando se trata de dois ou mais indivíduos como totalidade, esses não se misturam só por suas moléculas, mas envolvem a linguagem na composição do espaço relacional gerado pelo encontro, onde se vive o que se vive. Nosso caminho é refletir: nos encontros em que ocorrem as experiências de emoções vividas em formas de desamor, do qual conservamos marcas de afetos que podem ser distinguidas pela potência de pensar, no depois, como o que faz sofrer. A descrição ocorre na linguagem, na correlação que trama imagens e ideias afecções aos domínios de ações em que fazem esse e não outro sentido, como explicação que expressa sentimentos.

Como venho a ter ideias²⁵? Como as ideias podem ser pensadas fora da rede de linguagem que as tornaram possíveis? Como uma ideia surge sem as circunstâncias em que ela faz sentido? Sem linguagem não há observador nem distinção, mas se distingo

²³ Deleuze retoma várias vezes esse exemplo que mostra como a imagem produzir a tristeza ou alegrias, mesmo passivas: “Quando vejo a Pedro que me desagrada, uma ideia, a ideia de Pedro me é dada; quando vejo a Paulo que me agrada, a ideia de Paulo me é dada. Cada uma dessas ideias em relação a mim tem um certo grau de realidade ou de perfeição” (DELEUZE, 1980, p. 8).

²⁴ Deleuze descreve esse exemplo: “Quando eu digo: isso não me agrada, isto quer dizer, ao pé da letra, que o efeito de seu corpo sobre o meu, o efeito de sua alma sobre a minha, me afeta desagradavelmente, são as misturas de corpos ou as misturas de almas. Há uma mistura nociva ou uma boa mistura, tanto ao nível do corpo quanto da alma...” (DELEUZE, 1980, p. 8).

²⁵ Outro exemplo: “Simplesmente porque é uma ideia confusa, esta ideia-afecção, esta mistura, é forçosamente confusa e inadequada posto que eu não sei absolutamente nada, neste nível, em virtude de que e como o corpo ou a alma de Pedro é constituído, de tal maneira que ela não convém com a minha, ou de tal maneira que seu corpo não convém com o meu. Eu posso dizer que isto não convém, mas em virtude de qual constituição dos dois corpos, e do corpo afetante e do corpo afetado, e do corpo que atua e do corpo que sofre, a este nível eu não sei nada” (DELEUZE, 1980, p. 10).

tem história, posso descrever e explicar. Pode não ser um bom encontro, mas não é totalmente ignorado. Posso sentir nojo ao ver Pedro, sinto que me faz sofrer, mas será que preciso saber de sua essência de corpo e de alma para dizer não, tal qual digo sim para Paulo que sinto que compomos em interações recorrentes e recursivas algo em comum.

Só estamos pensando nessas condições de alta exigência de conhecimento para enfrentar o que faz sofrer, porque se assim for, a comunidade está perdida e só os sábios se salvarão. Spinoza nos coloca diante de problemas tão atuais, dessas condições socioculturais em que nos deparamos com volumes de ideias paixões, essa abundância de afecções passivas, de modo que a tristeza ganha um estatuto de coisa comum, embora *não conveniente*. Estamos condenados ao sofrimento, somos tomados por relações parciais numa trama de ideias que nos conduzem de um lado para outro, sem início nem fim, numa moratória infinita. Trata-se de um tipo de arranjo de afecções exteriores que vão nos conduzindo a querer uma coisa em vez de outra e, como desconhecemos as causas do que nos faz sofrer, vamos nos compondo de modo que não sentimos nossas relações características, isso quando essas relações não ficam deformadas. Estamos impotentes diante de nosso poder de agir e esmorecidos em nossa força de existir.

Uma frase, de uma mulher de 50 anos: “queria ficar quietinha, debaixo das cobertas, como um túmulo, até tudo passar... eu não mudo, mas tudo está constantemente mudando em mim” (sic). Esse é o quadro básico da vida afetiva dos que buscam apoio. Pergunta-se: estão passivas? Não, quando buscam apoio. Sim, estão expostas ao acaso, sujeitas a pequenas compensações, impulsividades e contenções, atropelos e atrasos. No cotidiano, sente-se empurrada em meio a correria e imobilizada para ação, propensa a esganar ao mesmo tempo no grande esforço de reprimir sua raiva. Oscilante: nem atacar nem fugir, nem ficar nem partir. Vive em linha de confusão, que não só envolve todo o corpo, a mente, o psíquico, mas, também, o reparte: algo aqui vai bem, mas ali não tanto e lá a coisa está difícil. De repente, não está mais assim, ali melhora, mas aqui as coisas se rompem, lá só suporte. As ideias alteram a potência de agir, hora mais, hora menos, e a variação contínua do existir mal percebe as parcas

alegrias e ignora as causas das constantes tristezas. Perguntamos: e se colocar o problema o que me faz sofrer? E se vier enfrentar a sua dor, terá que saber de sua própria potência? Sim! Expandi-la? Sim! Mas será que para isso tem-se que conhecer a potência de tudo que nos perturba, de tudo que nos atravessa, de tudo que nos faz mal, de tudo que nos faz sofrer?

Sem distinguir, sem descrever e explicar, como produzir experiência? Não é à toa que os sentimentos possuem uma história parasita, agarrados às emoções ou dirigidas pelos afetos, ou mesmo vinculados às paixões. Não entender, menos ainda compreender, desconhecer, ignorar, eis o destino do que nos faz sofrer. No entanto: percebem-se coisas, assombrações, vultos, fantasmas, tem-se sensações, arrepios, náusea, lágrimas, tremores, e como lampejos, aparecem ideias confusas, misturas inadequadas.

Nem sempre dá para relacionar o que se sente a essas imagens, fica estranho. O *menos* (a tristeza) se conhece mais, o *mais* (parcas alegrias) mal se reconhece. Dizem que se é passivo, porque ainda não se sabe a causa dos afetos que se vive, mas *sente-se* o cansaço constante, o desânimo, a perda de sentido, um desgosto, um amargo no peito, uma oscilação de humor, irritação, insônia, desespero, uma vontade de fugir sem ter para onde ir, um não querer ficar sem poder partir, um sair sem ir, permanecer sem estar. E presente o descaso, a exclusão: não ser escutada, nem poder falar, não ser vista, nem poder enxergar, não se tocar e ser agredida, não amar, nem ser amada, sem o acariciar, mas, reincidentemente, abusada. Nessas condições, vive-se o peso no desamor, num contínuo a sofrer, num conviver em tristeza. De fato, não se sabe a sua essência, nem das coisas, nem de Deus. Porém, não saber o que causa o sofrimento não impossibilita que se sinta que algo faz sofrer. Posso não saber as causas do que me faz sofrer, mas *sinto que sofro*.

Podemos até a negar a tristeza, não querer saber das formas de desamor. Isso é fato, a princípio, até que surja a questão: *o que me faz sofrer?* Desde então, cada dor entra na história de cada um, num momento. E nota-se: ao transcorrer do tempo, acumula-se, avoluma-se, transborda. Uma narrativa: “*Antes estava sozinha, já era problema, mas agora estou desempregada, não tenho dinheiro para o aluguel, meu*

filho entrou nas drogas, minha mãe não fala comigo, os “home” (UPP, milícia, facção) tão sempre de olho, a vaca da vizinha não solta meu pé, e o “Pedro”, desgraçado, tem amante” (sic). Abstraindo um quadro geral, tudo surge como vertigem: fazer sem saber... não saber o que fazer... não saber sentir e sentir sem fazer... fazer sem sentir. Nossa reflexão nos possibilita pensar: *o sentir*: isso é biológico. *Sentir que sente*: um afeto. *Sente que sofre*: afecção, que remete a alguma forma de sofrimento. Resta pensar: *como sente*? Nosso caminho: distinguir um *sentir*, afeto. Descrever o que *sente que faz sofrer*, afecções. Compor um mapa ao explicar *como sente*: expressar sentimentos. Retomando as questões éticas de Spinoza: como produzir afetos ativos? Como sair da servidão? Como deixar de sermos só passivos? Como enfrentar o que faz sofrer?

COMO SE FAZ PARA EXPRESSAR SENTIMENTOS?

Há sempre o momento de pedir ajuda, de se abrir, de tentar sair do buraco. Mas, antes, é imprescindível passar por uma certa reclusão. Fechar-se em si, reconhecer a dor e aprender com ela. Enfrentá-la sem atuações. Deixar ela escapar pelo nariz, pelos olhos, deixar ela vazar pelo corpo todo, sem pudores. Assim como protegemos nossa felicidade, temos também que proteger nossa infelicidade. Não há nada mais desgastante do que uma alegria forçada. Se você está infeliz, recolha-se, não suba ao palco. Disfarçar a dor é dor ainda maior. Martha Medeiros

Para esse pesquisador, a ideia de *Sentimentos* surge de duas formas de inquietações: de um lado, a forte tendência nas ciências clássicas e filosofias transcendentais de negar o que extrapola a razão pura, passando a conotar a ideia *Sentimentos* como algo *derivado e dependente* das ideias de *emoções, afecções e afetos*, o que não acompanhamos. Como consequência, o sentido da ideia *Sentimento* tende a expressar formas negativas (*sentimentalismo, denotando algo exagerado, falso, impreciso, confuso*), modos neutros (*sentimento se torna substituível por*), metafóricos (*sentimentos em analogia a*), de força reduzida (*sentimentos em grau mais baixo que...*), ou como produto do subjetivismo, maneira distorcida e confusa, denotada por uma consciência alienada e passiva que ignora ou desconhece o que lhe faz sofrer, mas não de sentir que sofre. Por nossa conta, acrescentamos que *Sentimentos*, para essa pesquisa,

não será entendido como simples reflexo condicionado do que se vive em *domínios relacionais de emoções extrínsecas* ao observador de si. Nem se percebe os *Sentimentos* enquanto representação genérica de *ideias afecções externas*, resultantes de efeitos de misturas entre corpos em condutas realizadas ou sofridas. Também não se confunde com *afetos intrínsecos*, que se vive no modo particular, enquanto marcas de passagem ou transição vivida na variação contínua de um modo de existir. Nesse contexto, encontramos dificuldades ao explicar *Sentimentos*, já que não dispomos de maneiras para situá-lo como ideia autônoma na rede de outras ideias que explicam diferentes modos de *sentir* humano, tampouco podemos cogitar um entrelaçamento dinâmico entre essas noções-conceitos.

Diante desse problema, não perguntamos o que são *Sentimentos*, mas como se faz para que surja isso que nomeamos com a palavrinha *Sentimento*? Os *Sentimentos* se expressam num modo de fazer. Se não fizermos, os *Sentimentos* não se expressam. O fazer que *expressa Sentimento* é a explicação da experiência, não a experiência como algo em si. Notemos que as ações podem e são vividas, mas sem a correlação ao domínio relacional em que fazem sentido na linguagem permanecem desconhecidas, sem explicação. Segundo Maturana, não são ações, mas condutas, motricidades ditas involuntárias ou instintivas. Embora seja vivida no modo de uma intensidade que faz sofrer, não sendo distinguida, não pode ser descrita, não gera a explicação e não se expressa como *Sentimentos*.

Esse estudo surge da prática de trabalho onde indivíduos buscam enfrentar suas vertigens existenciais em seu modo particular de conviver no conversar. A ideia *Sentimentos* foi se compondo como maquininha que surge do trabalho entre dois domínios disjuntos, mas que se entrelaçam: de um lado, histórias cotidianas de vidas em situação de periferização, resultado da convivência dentro de território com grande vulnerabilidade social, no qual participam de diferentes domínios relacionais pautados na violência e violação, que constroem, levam a conflitos e contradições, afetam a dinâmica na corporeidade, diminuem sua potência de agir e conhecer. De outro, a presença espontânea de cada indivíduo que vive e que sente o que lhe faz sofrer, que conserva como marcas de experiências vividas em formas de desamor. Nesse quadro

problemático, não dispor de ferramentas de apoio que ajudem a identificar esses modos de *sentir* o sofrimento, dificulta o indivíduo chegar a conhecer as mudanças na dinâmica estrutural de sua própria corporeidade. Ignora, desconhece o que faz sofrer, no entanto, não deixa de sofrer. Surge a questão: como fazer para iniciar o trabalho de expressar *Sentimentos*, num contexto em que o sofrimento tende a se encobrir, ser desconhecido ao próprio observador de si, aquele que sofre?

Partiremos das condições mais elementares de abstração que o observador de si *faz* quando coloca seu modo de vida em atenção. Algo como um voltar-se e perceber seu corpo, se tocar, se sentir, se ater a seu entorno, mas o que se está distinguindo nessa ação, especificando nesse gesto, surge na questão: “*que recorrências são essas que surgem no como me sinto?*” Noto: não posso prever como me sentirei, mas posso dizer como me sinto ou como me senti. Não posso me jogar e antecipar um futuro, mas posso partir do presente e fazer recursividade com o passado de uma experiência vivida. Daí, mesmo não sabendo o que sejam *Sentimentos*, nem mesmo falar dessas coisas que me constroem, que ignoro, que desconheço, por condição de unidade composta biológica, experimento um *sentir que vivo* e a experiência consensual de conviver no conversar com outros na linguagem pode me ajudar a distinguir isso *que sinto*. *Sentir que sinto* é um começo.

De modo geral, se perguntar: “*Como me sinto? Como estou no viver e conviver com outros?*” São questões que podem ser feitas por qualquer um. Todo mundo pode se perguntar, em qualquer tempo, “*como estou me sentindo?*”. Ocorre que às vezes, em estado de sofrimento, essa pergunta se impõe, não de modo geral, mas pessoal. Surge o observador de si. Esse distingue algo de si junto aos domínios de relações em que viveu experiências de desamor, no modo particular de conviver no conversar com outros.

Abstraímos: o indivíduo ao se colocar a questão “*O que me faz sofrer?*” só pode fazê-lo na condição de resistência, insatisfação, inconformidade com a maneira em que se encontra em seu modo particular de conviver no conversar. Não é o espaço de conversação que coloca a questão aos que o compõem. Quando sai de casa para pedir ajuda, observador de si, cada ser humano já se formulou essa questão. De certa forma, tal questão já está sendo enfrentada.

Quando o observador de si se pergunta: *o que me faz sofrer?* Como se produz a explicação? Maturana nos mostrará que é da práxis de viver o que possibilita ao observador de si *sentir que vive* algo que o faz sofrer, distinguindo na dinâmica de sua corporeidade marcas de afetos vividos em formas de desamor; e é da própria *práxis de conviver no conversar* com outros, que o observador de si dispõe de meios para descrever e gerar a explicação que expressa *Sentimentos* do que faz sofrer.

O encontro de conversação é construído. A conversação ocorre num espaço em consensualidade, vivido de modo consentido, como estratégia de enfrentamento ao que faz sofrer. Dinamicamente: esse modo de pensar o domínio relacional do espaço de conversação, a emoção que se evoca, opera de maneira que passamos a *sentir que se vive* o que se distingue, *como um sentir que sente* marcas de formas de desamor, *onde se descreve o que sente que faz sofrer quando* gera uma explicação, um modo de conhecer, *de sentir como sente*, que expressa *Sentimentos*.

CONCLUSÃO

Nesse artigo, problematizamos as formas de violência e violação em espaços comunitários, onde indivíduos, famílias e grupos vivem e convivem sob formas de desamor, destacando como tal situação propicia a formação de sofrimento que entendemos como causa de tristezas continuadas. Como operadores de leitura, partimos da distinção e o entrelaçamento entre as noções de *emoção e sentimento* em Humberto Maturana e os conceitos de *afeto e afecção*, tendo como intercessor do spinozismo, Gilles Deleuze.

O trabalho na psicologia se faz pela subjetividade, o que corresponde a como cada indivíduo parte do que o afeta na sua corporeidade. Em relação aos *Sentimentos* sugerimos pensar como o que vem depois da experiência vivida, supõem o tempo repartido em passado, presente e futuro. Em tais condições, a expressão de *Sentimentos* diz de um modo de fazer, no qual se evoca *um passado a partir do presente*, quando distingue o afeto, a marca do que faz sofrer. Passa a operar a recursividade *do presente sobre o passado* quando descreve a trama entre imagens e ideias em correspondência ao

domínio relacional, em que condutas realizadas ou sofridas faz esse e não outro sentido, gerando a *explicação da experiência* como *Sentimentos*.

Nesse sentido, podemos dizer que o *observador de si* é esse ser humano que volta sua atenção para si mesmo e distingue algo de si. Surge um *sentir que sente*. Uma intensidade afetiva que conserva como marca de experiências vividas em formas de desamor, por *sentir que algo faz sofrer*. Descreve, com outras experiências vividas, compondo uma narrativa que surge numa coerência operacional-relacional reflexiva, gerando a explicação, um modo de conhecer, de *sentir como sente*, que expressa *Sentimentos* do que o faz sofrer.

Buscamos, com esse artigo, contribuir com a reflexão sobre *Sentimentos* e sugerimos pensá-los enquanto ferramenta, entre outras, para operar no trabalho de compor outros sentidos, num conversar sobre o que faz sofrer. Nesse espaço de conversação, cada participante se encontra para expressar marcas de experiências de afetos vividos em forma de sofrimento em domínios relacionais de emoções vividas, que exigiu muito da sua potência. Assim, o corpo aparece reduzido em sua capacidade de se expandir, porque grande parte de sua potência foi capturada e usadas para suportar alguma forma de dor.

Por fim, esse percurso buscou distinguir, mesmo que de forma breve, *emoções*, *afecções*, *afetos* & *Sentimentos* para destacar como situações (emoções) afetam e marcam seres humanos, de modo que no depois, após muito sofrer, estes se encontram em plena resistência e passam a enfrentar a dor. Descrevemos *Sentimentos* como ferramenta que busca contribuir em modos de pensar *no que se vive* (emoções) o *sentir que sente* (afetos) *que algo faz sofrer* (afecções), no modo de conviver no conversar que resulta num estado de tensão continuada que enfraquece e faz sofrer, que chamamos formas de desamor.

Sobre o artigo:
Recebido: 06/2017
Aceito: 08/2018

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

DELEUZE, G.. Em Medio de Spinoza. Cactus. Série CLases. Buenos Aires. 2º edición. **Clase III Las distinción ética de los existentes.** Potencia y afecto. Traducción equipo editorial Cactus. 2008.

_____. Spinoza e o Problema da Expressão. In: <http://conexoesclinicas.com.br/wp-content/uploads/2015/12/DELEUZE-G.-Espinosa-e-o-Problema-da-Express%C3%A3o1.pdf> –. 1968.

_____. **Spinoza e a Filosofia Prática.** São Paulo: Escuta, 2002.

MATURANA, H. e VARELA, F. (1984). **A árvore do conhecimento - As bases biológicas do conhecimento humano.** Campinas: Ed. Psy, 1995. São Paulo: Ed. Palas Athena, 2004.

MATURANA, H.; VERDEN-ZÖLLER, G. **Amar e brincar: fundamentos esquecidos do humano.** São Paulo: Editora Palas Athena, 2004.

MATURANA, H. R. e DÁVILA, X. Y (2008). **Habitar humano em seis ensaios de biologia-cultural.** São Paulo: Ed. Palas Athena, 2009. Tradução de Edson Araújo Cabral.

MATURANA H. e BLOCH, S. **Biologia del Emocionar y Elba Emoting: respiración y emoción – bailando juntos.** Santiago do Chile: Dolmen Ediciones, 1996.

MATURANA, H. **Cognição, ciência e vida cotidiana** - organização e tradução Cristina Magro, Victor Paredes. Belo Horizonte: Ed. UFMG, 2001.

_____. **Emoções e linguagem na educação e na política.** Tradução: José Fernando Campos Fortes. - Belo Horizonte: Ed. UFMG, 1998.