

**SÊ INTEIRO.****A AUTENTICIDADE DO SENTIR E A AUTONOMIA****Paulo Pires do Vale**Escola Superior de Educadores de Infância Maria Ulrich  
ppdvale@gmail.com*para a Francisca,  
quem tudo começou***Resumo**

Pensar a educação como *formação da atenção*, implica atender também aos perigos dessa fórmula. Neste ensaio procuro interrogar as determinações educativas e culturais sobre o sentir – dos sentidos e dos sentimentos – e o modo como a poesia de Fernando Pessoa nos ajuda a compreender a necessidade de uma pedagogia *do desaprender*, de modo a que cada um se aproxime mais de si mesmo. Não de um sim já (de)terminado, mas um si sempre por vir, a fazer-se, e autónomo: capaz de sentir e saber o que sente; de pensar por si e saber o que pensa, afastando-se da simples repetição do já-sentido e do já-pensado – mas consciente da vivermos sob influência de outros. Como pode uma educação ajudar a desenvolver as múltiplas linguagens expressivas para que cada um aceda ao que sente e pensa? Como pode a educação contrariar a fragmentação contemporânea, permitindo a formação de um ser inteiro – que está *todo em cada coisa e no mínimo que faz?*

**Palavras-chave:** Atenção; Autonomia; Autenticidade; Arte e experiência estética; Desaprender; Inteira; Já-sentido; Já-pensado; Sentir; Fernando Pessoa.

**Abstract**

Thinking education as formation of attention, implies also to face the dangers of this formula. In this essay I explore the educational and cultural determinations of senses and feelings, and how the poetry of Fernando Pessoa can help us to understand the need for a pedagogy of *unlearning*, so that each one can be closer from oneself. Not a self already finished, but a self always to come, and autonomous: able to feel and know what it feels; to think for oneself and knowing what he thinks,



away from the simple repetition of the already-felt and already-thought – but conscious of living under the influence of others. How can education help develop the multiple expressive languages allowing each one to feel and think for himself? How can education counteract the contemporary fragmentation, allowing the formation of the self as whole – that can *be all in each thing* and in *the least he ever do*?

**Keywords:** Attention; Autonomy; Authenticity; Art and aesthetic experience; Unlearning; Wholeness; Already-felt; Already-thought; Feel; Fernando Pessoa.

## Introdução

Enquanto preparava esta comunicação<sup>1</sup>, ao levar a minha filha, na altura com 3 anos, à ginástica, ela parou a meio do caminho e disse-me: “lembras-te, pai, um dia encontrámos aqui uma pombinha *morrída*”. Isso tinha acontecido há mais de um ano, e eu intrigado por ela ter fixado esse instante, corrigi-lhe o “morrída” e perguntei-lhe o que tinha sentido. Ao que ela, depois de um breve instante, prontamente respondeu: “Oh pai, então!, senti uma pombinha morta!”.

O que significaria para ela *sentir* uma pomba morta? E se eu lhe perguntasse se tinha ficado triste, ou confusa, ou com pena da pomba? Estaria com essas palavras a influenciar a sua interpretação do que sentiu, e o próprio sentimento? Afinal, o que a Francisca sentiu foi a singularidade de uma pombinha morta...

Entre o medo de manipular o sentir e a necessidade de formar o educando: como resolver este dilema da educação? Voltarei a ele. Esta história com a minha filha fez-me lembrar a obra poética de Alberto Caeiro, heterónimo de Fernando Pessoa. É ele que nos vai guiar nesta comunicação.

---

<sup>1</sup> Comunicação apresentada no Congresso “Emotions et sensorialité chez le jeune enfant”, Université Bordeaux 2, (Réseau Girondin Petite Enfance), Bordéus, 10 de Junho 2006. O tom por vezes coloquial do texto e as referências mais explicativas sobre Fernando Pessoa e os seus heterónimos foram um condicionamento de uma audiência que não conhecia bem o poeta, nem mesmo os poemas mais (pretensamente) conhecidos em Portugal. Essa condicionante, as referências a textos de Pessoa bem conhecidos, e a dificuldade em situar ou catalogar o âmbito e forma deste texto dentro das fronteiras estritas de uma área científica (Filosofia, Pedagogia, Literatura, Estética?), conduziu a nunca o ter publicado antes. A compreensão progressiva da liberdade e da impertinência do género Ensaio, o juízo recente da validade de algumas intuições, interpretações e argumentos, com a distância de quase uma década - aliada, talvez, a alguma falta de modéstia ou inconsciência do seu verdadeiro valor ...- conduziram a retomar e publicar esta reflexão, introduzindo-lhe apenas pequenas alterações nas marcas mais evidentes da oralidade e do seu contexto original. Agradeço às editoras deste número da revista a sua leitura, o seu interesse e empenho na sua publicação.



## A Educação da Atenção

A arte poética de Pessoa é a da análise das sensações. Como escreveu José Gil, ele pretende “tornar literários os órgãos dos sentidos” (Gil, s.d., p.20). O poeta é uma máquina de sensações. Encontramos repetidamente nos seus textos a atenção ao que sente e a crítica a tudo o que corrompe ou impossibilita o sentir verdadeiro. Pessoa criou mesmo um movimento chamado Sensacionismo. E apresenta-se assim o seu heterónimo Alberto Caeiro:

*“Sou um guardador de rebanhos.  
O rebanho é os meus pensamentos  
E os meus pensamentos são todos sensações.  
Penso com os olhos e os ouvidos  
E com as mãos e os pés  
E com o nariz e a boca.  
Pensar uma flor é vê-la e cheira-la  
E comer um fruto é saber-lhe o sentido.”* (Caeiro, 1997, pp.39-40)

Uma concepção praticamente humana, empirista. Mas vai mais longe, e percebemos nele a aversão radical que sente pelo pensamento, pelo *corde* que ele causa com o real e que assassina a possibilidade de sentir o particular. A abstracção para onde nos afastamos arranca-nos à realidade, introduz-nos numa região universal, sem a diferenciação e a singularidade que só a experiência directa nos pode dar. Por isso escreve:

*“compreendi que as coisas são reais e todas diferentes umas das outras  
compreendi isto com os olhos, nunca com o pensamento.  
Compreender isto com o pensamento seria achá-las todas iguais.”* (p.88)

É a busca de uma relação originária e sensorial - infantil - com o mundo que impulsiona Caeiro na procura da realidade do universo, ou melhor, dos constituintes do universo, pois não é o geral que lhe interessa. E a sua atitude de atenção é, para quem tão violentamente recusa a filosofia, paradoxalmente, a mais filosófica. É a do *espanto*, o início platónico da filosofia:

*“sei ter o pasmo essencial  
que tem uma criança se, ao nascer,  
reparasse que nascera deveras...  
sinto-me nascido a cada momento  
para a eterna novidade do mundo...”*



(...)

*o Mundo não se fez para pensarmos nele*

*(pensar é estar doente dos olhos)*

(...)

*Eu não tenho filosofia: tenho sentidos...” (p.24)*

É esta inocência, paradoxalmente filosófica, o que procura continuamente. Porque sabe que “Há metafísica bastante em não pensar em nada” (p.28). Pensar é estar doente dos olhos, é não ver o real, mas criar uma realidade ideal, é uma fuga para o interior e a construção de um mundo paralelo, humano, demasiado humano para o poeta, porque nos afasta irremediavelmente da natureza e da sua força vital. Tal como diz, pela voz de Álvaro de Campos, “a metafísica é uma consequência de estar mal disposto” (Campos, s.d., p.259).

Podíamos aprender algo desta atenção que Pessoa dá às sensações. Não proponho, como me parece óbvio, um ódio ao pensamento, nem a sua recusa, mas a sua insatisfação e inquietação. Em contexto educativo o que Caeiro propõe levanta questões importantes: que espaço e tempo se dá para sentir e analisar com a criança o que sente? Não o que *deve* experimentar, fazer, sentir para corresponder aos objectivos do programa, mas dar atenção às sensações e aos sentimentos, e não passar directamente ao campo cognitivo. Porque não transformamos a primeira pergunta depois de uma actividade em: o que sentiste? E não: o que pensam de, o que aprenderam, qual a moral da história, que conclusões retiram? Essa pode ser uma segunda etapa, fundamental também. Mas a primária/primeira seria a do sentir. Recusar a passagem imediata e directa para o conteúdo intelectual que o educador tanto deseja fornecer. Dar oportunidade de experimentar e saber que se sente. Dar atenção às sensações e às emoções no presente é a forma de as tornar presentes no nosso mundo, pois *o mundo nasce da atenção*. Em especial ao infinitamente pequeno ou banal – porque o que está a frente dos olhos, ensinaram Goethe e Wittgenstein, é o mais difícil de ver.

À pergunta “é possível aprender a sentir?”, responderei que é necessário aprender a filtrar, destringir, identificar e refinar as sensações. E aqui o papel da linguagem é fundante. Dar um nome. Nomear. É o princípio da criação do mundo. Não apenas o exterior, mas inevitavelmente o interior. Se a linguagem é pobre, o mundo das sensações e dos sentimentos permanecerá pobre. A ideia simplista de que não há palavras para as sensações ou as emoções é um erro que nos afasta de nós mesmos. Ainda que seja apenas uma aproximação, sem desejo de explicação cabal. De outro modo, nada permanece. Tudo passa sem deixar raízes.



As sensações são complexas. Não as devemos reduzir ao que sabemos, nem tentar domá-las no pouco que conhecemos. Mas se não as enfrentarmos perdem-se. E a linguagem – não apenas a verbal, obviamente – é o nosso modo de construção do mundo. Há múltiplas linguagens, é preciso libertá-las para nos podermos libertar. Neste sentido, a educação pela arte tem um papel fundamental: compreender e sentir. Se na história da estética e das teorias de arte encontramos por vezes radicalizada esta oposição, penso que podemos na educação, beneficiar destas duas características artísticas: o cognitivo e o emotivo.

A arte pode colocar cada um mais próximo da sua experiência mais íntima, ajudá-lo a tocar os seus sentimentos. Ela traz chaves para portas dentro de nós que não conhecíamos ou que, tantas vezes, preferíamos deixar fechadas. Permite, assim, olhar para dentro. Por outro lado, a arte permite olhar e dar uma atenção nova ao mundo. Abre portas e outros mundos. Permite, assim, olhar para fora.

Deste modo a arte permitirá uma existência mais larga. Um jogo constante entre interior e exterior, experiência sentida e comunicada, mundo conhecido e alargamento do mundo interior. Aí a autenticidade poderá ser encontrada. Ela permite experimentar emoções e tocar regiões de si que de outro modo ficariam fechadas. A obra de arte não é uma vida paralela ou uma experiência delimitadamente cultural: é a existência toda que aí se joga. Num outro ponto é inquestionável o ganho que a arte produz: a educação e alimentação da imaginação. Ela prepara para depois reagir ao novo, ao mundo que não esperávamos, ao problema ou à surpresa. Estar preparado para resolver problemas exige estar imaginativamente desenvolvido, capaz de propor soluções inimagináveis.

Educar pela/para a arte não é criar um mundo à parte, mas transfigurar este mundo, abrir nele alçapões de sentido.

### **Uma “Aprendizagem de Desaprender”**

Na sua procura de relação directa com a vida, Alberto Caeiro encontra um enorme obstáculo. Descreve assim essa dificuldade:

*“o essencial é saber ver,  
saber ver sem estar a pensar,  
(...)  
Mas isso (triste de nós que trazemos a alma vestida!),  
Isso exige um estudo profundo,  
Uma aprendizagem de desaprender.”* (Caeiro, 1997, p.50)



Fernando Pessoa, consciente de trazermos a alma vestida pela cultura, pela educação, pelas expectativas de outros, pelos preconceitos, a moral, a linguagem, pelo *sistema simbólico* em que nos encontramos, sabe que o seu programa é uma luta, uma *aprendizagem de desaprender*. Não é espontâneo nem rápido. Nunca está terminado. É preciso continuamente purificar o olhar, os sentidos, presos ao que já conhecem ou pensam conhecer. *Desaprender* os códigos impostos e aceites, que tantas vezes não deixam aceder aos sentimentos próprios mais verdadeiros. Amontoamos experiências mas muitas vezes como quem mobila uma casa e nela já não se pode mexer.

Em tantos casos, a educação tornou-se numa forma de adornamos a alma, mobilamos a nossa alma, em vez de a forjarmos. Escreveu Montaigne sobre a importância da meditação: “é um esforço poderoso e produtivo para aqueles que se sabem examinar, nisso se aplicando energicamente”: E o objectivo desse meditar é assim explicado pelo autor: “prefiro forjar a minha alma a mobilá-la” (Montaigne, 1998, p.210). Infelizmente, ao contrário de Montaigne, somos bem mais decoradores que arquitectos da nossa casa.

E uma outra nota pedagógica que Pessoa nos oferece é esta: é preciso destruir a casa pré-fabricada para ajudar cada um a construir, a forjar, a sua casa. Esse deve ser o papel do educador. Não impor uma casa, mas possibilitar a sua construção, dar instrumentos, e acima de tudo, oferecer a argamassa, o cimento que una todos os blocos. Impomos demasiadas vezes casas pré-feitas – modelos *standard* – e poucos instrumentos para auto-construção.

Alberto Caeiro reflecte-o:

*“O meu pensamento só muito devagar atravessa o rio a nado  
Porque lhe pesa o fato que os homens o fizeram usar.  
Procuro despir-me do que aprendi,  
Procuro esquecer-me do modo de lembrar que me ensinaram,  
E raspar a tinta com que me pintaram os sentidos,  
Desencaixotar as minhas emoções verdadeiras,  
Desembrulhar-me e ser eu, não Alberto Caeiro,  
Mas um animal humano que a Natureza produziu.  
E assim escrevo, querendo sentir a Natureza, nem sequer como um homem,  
Mas como quem sente a Natureza, e mais nada.*

(...)

*Sou o Argonauta das sensações verdadeiras.”* (Caeiro, 1997, pp.68-69)



Despir-se para encontrar uma nudez verdadeira. Não sem influências ou contaminações, mas mais autêntica. E Caeiro indica que nos é exigido um trabalho quase de arqueologia. Raspar a tinta com que nos pintaram os sentidos, tirar dos caixotes as emoções verdadeiras, desembrulhar-se.

Transportamos connosco uma cegueira a que Caeiro chama, abusivamente (dirá o filósofo!) “filosofia”, o pensamento que manipula os sentidos e que não deixa sentir, ou esconde esse sentir, por não ser conforme ao imposto ou desejado. Habitamo-nos a essa máscara que a socialização do sentir nos dá, e ela fica tão presa que já não se consegue sequer tirar para ver a face verdadeira que se esconde por detrás. “Quando quis tirar a máscara,/ estava pegada à cara” – escreve Álvaro de Campos (Campos, s.d., p.257). Já não é apenas o pensamento. Na verdade, o próprio sentir é *já-dado*. É, como escreveu Mário Perniola, um *já-sentido*. Segundo este filósofo italiano, hoje o plano do pensar e do agir estão subordinados ao do sentir. E tal como há uma prevalência da *já-pensado* (ideologia), da repetição das ideias de outros, das teorias dominantes aceites acriticamente, também poderemos dizer, afirma Perniola, que vivemos hoje do *já-sentido* (sensologia): “os objectos, as pessoas, os acontecimentos apresentam-se como algo já sentido, que vem ocupar-nos com uma tonalidade sensorial, emotiva, espiritual já determinada.” (Perniola, 1993, p.12).

Um sentir manipulado e antecipado. Esse “sentido dado”, imposto, destrói a possibilidade do verdadeiro sentir, porque a experiência directa da vida é afastada. E numa sociedade, que Guy Debord caracterizou como do Espectáculo, essa separação é consequência das mediações que levantamos entre nós e a vida. Vive-se, tantas vezes, a vida de outros, a alegria ou a dor de outros, realidade ou ficção, à distância segura do *ecrân*, mas não a vida própria. Esta *separação*, essa distância da vida, cisão aumentada pelas mediações do espectáculo, é uma forma de encaixotar as emoções ou pintar os sentidos, e separar-nos não apenas dos outros, mas de nós próprios. Daí virá a dificuldade da autonomia.

Mas, sem ingenuidades, haverá possibilidade de fugir a este dado? A humanidade constrói-se inevitavelmente na mediação da linguagem, da moral, da estética, do sentido dado. E tendo consciência disso, a educação, e os educadores, têm um papel fundamental:

- por um lado, um trabalho preventivo, não embrulhando ou escondendo o que o educando sente ou pensa, dar-lhe espaço/tempo para que o sinta e o *enfrente*;



- por outro lado, ajudar a *desaprender* quem necessita de ser desembrulhado. Mas, antes de mais, isso é algo que os próprios pais e educadores têm que fazer em relação a si mesmos, sobre si mesmos, antes de o propor a outros.

É urgente reflectir sobre os modelos de sentir que recebemos, que nos impuseram (mesmo sem nenhuma violência) – o que devemos sentir em determinadas situações ou diante de determinado objecto –; e sermos capazes de tocar os nossos sentimentos. Reconhecer em que regiões da existência não estamos tão equilibrados. Fazer a experiência da autenticidade, para a poder provocar noutros. Facilmente o educador repete modelos, reproduz-os inconscientemente. Diz o que não quer ou não devia, tem reacções imponderadas, inconscientes, e nessas situações revela o que apreendeu e está enraizado – mesmo que o negue cognitivamente. Trazemos a alma vestida por outros, convencidos que o vestido é nosso. É tomando consciência desta fragilidade – e assumindo-a como sua – que a autenticidade do educador se poderá revelar e promover então a verdadeira educação que permite a autonomia.

As mediações do sentir são hoje omnipresentes: família, escola, grupos de amigos, publicidade, televisão, música em todos os lugares... por todo o lado as influências são muito fortes, incontroláveis, e vividas sem angústia. A auto-imagem do nosso corpo é mediada, o sentir do nosso corpo é mediato. O olhar do outro constrói a minha forma de sentir, não apenas a de pensar. E a autonomia joga-se aqui: se a influência externa se torna, ou não, escravizante. Quando a experiência do sentir é deslocada para fora de nós estamos perante uma alienação do sentir, um afastamento de si, uma perda de autonomia.

E facilmente vivemos de “alegrias e tristezas catalogados” – como lhes chamou a escritora brasileira Clarice Lispector. De emoções catalogadas e *standardizadas*. E essa catalogação é a transformação do sentir em *já-sentido*. É como uma alegria ou tristeza em segunda-mão. É-nos oferecida, dada, imposta. “Não nos entregamos a nós mesmos, com receio da vida larga que se pode abrir”, escreveu Clarice.

Como viver as paixões, o amor, o desejo, o medo, o sentimento numa sociedade tão mimética? Como educar para os afectos e os sentimentos sem os forçar à máscara? Como aceder ao nosso sentir mais autêntico? Esta é a questão central.





Esta é a definição de autonomia que, na linha de Arno Gruen (1996), proponho: autónomo é alguém que se conhece e acede ao seu sentir mais profundo, é alguém a quem podemos chamar livre. Aceder à sua intimidade, aos seus sentimentos, sem os excessivos constrangimentos socialmente impostos, indo para além do “já-sentido”, é a autonomia que a educação deve proporcionar. Autonomia que implica também a unidade pessoal.

### O Eu-Inteiro e a Metafísica do Quotidiano

Outra característica da poesia de Pessoa, é a atenção aos gestos simples, à experiência comum e banal, a que alguns chamam a metafísica do quotidiano. Propõe-nos – com grande sabedoria prática – não andar sempre à procura do novo, mas aprender a sentir, a olhar, a descobrir o extraordinário no comum. Afinal, “o bom deus esconde-se nos detalhes”. Como escreveu Bernardo Soares no *Livro do Desassossego*: “Saber pôr no saborear duma chávena de chá a volúpia extrema que o homem normal só pode encontrar nas grandes alegrias que vêm da ambição (...)” (Soares, 1998, p.433).

A escola, a educação, devia ser, então, motor de contra-cultura. Não sublinhar a espectacularidade do alarido e do brilho, da novidade permanentemente procurada, mas atender ao que está na sombra e pode ser mais duradouro e importante. E isto numa sociedade marcada pelo desejo de fama rápida, de espectáculo, de ruído, de brilho, é difícil. Mas é esse o papel do educador. Se utiliza as mesmas armas que a cultura mediática pode perder o essencial. Reparar nos gestos quotidianos, na banalidade dos lugares já atravessados, a vista da janela, o quarto... aí está toda a metafísica. Estar inteiro no mínimo que se faz. Todo um programa pedagógico podia ser assim sintetizado neste poema de Ricardo Reis:

*“Para ser grande, sê inteiro: nada  
Teu exagera ou exclui.  
Sê todo em cada coisa. Põe quanto és  
No mínimo que fazes.  
Assim em cada lago a lua toda  
Brilha, porque alta vive”* (Reis, 2000, p.130).

A educação deve ser um projecto unificante, ainda que essa unidade possa ser frágil e aberta. A partir do momento em que a compartimentalizamos, seccionamos, estamos também a fragmentar a existência. E esta separação entre a afectividade, as emoções, o sentir e a razão, o cognitivo, o lógico e ainda o lado da



acção, do agir humano, pode conduzir à dilaceração do sentido de unidade. Criamos muros entre o pensar/ o sentir/ e o agir. O papel da educação deve ser o de ajudar a compreender, avaliar e enquadrar as experiências. Ou seja, de que modo o indivíduo sente e enquadra o que experimenta como uma unidade? O sentimento de unidade e não de fragmentação é assim fundamental, numa sociedade manifestamente fragmentada e estilhaçada. A educação deve possibilitar a formação de uma unidade em devir, em construção, dinâmica. Não um eu estático e imutável. Como ajudar os educandos a sentirem-se a síntese, o centro, o nó dessas experiências tão diferentes?

Este “sê inteiro”, é um propósito do educar, não apenas as sensações, mas a razão e o agir – conscientes de que estaremos a cada instante completos/ou incompletos no que fazemos. Ser “todo em cada coisa”, em cada momento. No mínimo que fazemos. Sem exagerar nem excluir esse que somos.

A educação do sentir torna-se então uma experiência eminentemente ética. Uma educação estética, dos sentidos, é conseqüentemente uma educação ética. Quem o compreendeu bem e escreveu foi Sophia de Mello Breyner: “Aquele que vê o espantoso esplendor do mundo é logicamente levado a ver o espantoso sofrimento do mundo. (...) É apenas uma questão de atenção, de sequência e de rigor” (Andresen, 1998, p.7). Para Sophia a poesia era uma moral. Se a educação o conseguisse, estaria a educar para a unidade, a autonomia e a realização pessoal do educando. Para a sua *inteireza*.

### Referências Bibliográficas

- Andresen, S. (1998). *Obra Poética I*. Lisboa: Ed. Caminho
- Caeiro, A. (1997). *Poemas*. Lisboa: Ed.Ática
- Campos, A. de (s.d.). *Poesias*, Lisboa: Ed.Ática
- Gil, J. (s.d.). *Fernando Pessoa ou a Metafísica das Sensações*, Lisboa: Relógio d'Água
- Gruen, A. (1996). *A Traição do Eu. O medo da autonomia no homem e na mulher*. Lisboa: Assírio & Alvim
- Montaigne (1998). *Ensaíos*. Lisboa: Relógio d'Água
- Perniola, M. (1993). *Do Sentir*. Lisboa: Ed.Presença
- Soares, B. (1998). *Livro do Desassossego*. Lisboa: Assírio & Alvim
- Reis, R. (2000). *Poesia*. Lisboa: Ática