

CAPÍTULO 4.4.

A preponderância dos afetos no emergir da cultura e das artes

The preponderance of affections in the emergence of culture and the arts

Luís Carlos S. BRANCO^{232.)}

Resumo

Neste artigo, com base no pensamento do neurocientista António Damásio, pretendo demonstrar como os Sentimentos se constituem como o elemento primordial no emergir das artes e da cultura. Por um lado, analisarei a forma como eles se inscrevem, de modo criativo, no nosso organismo, em correlação com o nosso mundo visceral e com a auto-geração de imagens interiores, e, por outro, de como estão na base da nossa cultura coletiva. No fundo, pretendo responder, de modo consequente, a estas duas questões: será possível a existência de arte e cultura sem uma forte componente emotiva e afetiva? E de que modo é que esse processo efetivamente ocorre?

Palavras-chave: António Damásio, sentimentos, cultura, criação artística, memória.

Abstract

Based on the thought of the neuroscientist António Damásio, I intend to demonstrate, in this essay, how feelings are a primordial element in the emergence of culture and all the arts. First, I will analyze the way they are creatively created on the stage of our inner body in correlation with our visceral organism, alongside with the self-generation of interior images, and, simultaneously, I will show how they are linked to our collective cultural heritage. My main aim is to answer to these two questions: will the existence of art and culture be possible without a strong emotional and affective rooted component? And in what way does, individually and collectively, this process actually occur?

Keywords: António Damásio, feelings, culture, artistic creativity, memory, photography, visual culture, art education

²³²⁾ CLLC/ Departamento de Línguas e Culturas da Universidade de Aveiro, Portugal E-mail: lcrsb(at)campus(dot)ua(dot)pt



«Pensem com o corpo, porque é lá que está a verdade» Bob Wilson

Introdução: o neurohumanista António Damásio e a sua relação com a cultura

António Damásio é certamente uma das luminárias que, com o seu trabalho, impulsionou o advento das Neurohumanidades. Pese embora a sua formação de base seja em Medicina e Neurociências, e a própria estrutura do seu pensamento crítico seja enformado por ambas, na verdade, desde o início da sua profícua carreira, ele encetou uma demanda por postulações advindas de outras áreas do conhecimento, com especial destaque para a Filosofia, mas também a Literatura, a Sociologia e a Psicologia. As suas obras são bastante afirmativas, no entanto, são também eminentemente dialógicas. Vários autores, quer clássicos, quer hodiernos, perpassam nos seus trabalhos, com os quais ele interage especulativamente e cuja mundivisão confronta e incorpora nos seus livros.

Deste modo, filósofos, como Descartes, Nietzsche e Espinoza, estudiosos da psique, como William James e Freud, ou sociólogos, como Émile Durkheim, são trazidos à colação para o seu trabalho. Também escritores como Fernando Pessoa ou Scott Fitzgerald marcam presença relevante nas suas páginas. Em relação a autores contemporâneos, ele está, sobretudo, muito atento aos seus pares neurocientistas, como Jaak Pansek, o pai da Affective Neuroscience, ou a outros estudiosos da consciência humana, como David Chalmers e Daniel Dennett.

Esta sua abertura de pensamento e válida intersecção de ideias, aliadas ao seu interesse científico pela preponderância do fator emotivo na práxis humana, fazem dele, um pioneiro e inspirador, por excelência, das NeuroHumanidades. É célebre, mas mal-entendida, vista quase como uma boutade inconsequente, a sua proclamação de que o melhor especialista na sua área teria sido Shakespeare (Lucas, 2017). Com isto, ele não quis, de certeza, afirmar, que o dramaturgo seiscentista era um neurologista *stricto sensu*. Damásio estava, por um lado, a aludir à vasta paleta emocional contida nos atos e nas motivações das personagens criadas pelo bardo inglês, por outro, chamava-nos a atenção para a ineludível e necessária inter-relação entre as Humanidades e as Ciências, ditas duras, tradicionais. Não está só nesses intentos. Por exemplo e entre outros, Oliver Sacks e Sidarta Ribeiro tem uma visão muito similar à sua.

Portanto, as artes, a cultura, enfim, a invenção e criatividade humana *tout court sempre* estiveram presentes no seu trabalho académico e no seu horizonte crítico. Para ele, um dos elementos presentes e essenciais para a criação cultural é a preponderância dos afetos, aqui entendidos na sua dimensão de Sentimentos, e é sobre este seu entendimento que me pretendo debruçar neste artigo.

Assim, talvez convenha começar por circunscrever aquilo que Damásio entende por Sentimentos, que para ele são expressões mentais das emoções e estão diretamente relacionados com a homeostasia do corpo humano, ou seja, com o nosso equilíbrio orgânico interno. Ele estabelece a seguinte delimitação:

Sentimentos: são as experiências mentais que acompanham os vários estados da homeostasia do organismo, quer sejam primários (sentimentos homeostáticos como a fome e a sede) ou provocados pelas emoções (sentimentos emocionais como o medo, a raiva ou a alegria) (Damásio, 2020, p. 114).



1. Os sentimentos e a cultura^{233.)}

Na linha do trabalho pioneiro que iniciou em *O Erro de Descartes* (1994), Damásio chama-nos, então, a atenção para um aspeto absolutamente fulcral na questão da cultura e das artes, mas que, apesar da sua importância, foi, durante muito tempo, negligenciado pela academia: o aspeto afetivo. O neurocientista assevera que “A maioria das emoções e dos sentimentos é essencial para dar energia ao processo intelectual e criador. [...] Seria impossível descrever de um modo satisfatório aquilo que é a mente cultural humana sem referir a intervenção dos afetos” (Damásio, 2017, p. 148)^{234.)}. Tal como ele acentua, o processo cultural e criador faz-se da fusão interativa de dois elementos, que têm sido vistos como antitéticos, mas não o são, pois, ambos concorrem para o mesmo resultado – estou a referir-me, claro, à razão e à emoção. Hoje, Damásio está longe ser o único a pensar deste modo. Mesmo em áreas científicas correlatas às Ciências ditas Duras como a Medicina, se dá cada vez mais a atenção analítica e investigativa ao papel fulcral do fator emocional humano^{235.)}. No entanto, quando surgiram, em 1994, e apesar de alguns assinaláveis antecedentes, as suas postulações sobre o afeto, apoiadas na Hipótese dos Marcadores Somáticos^{236.)}, no seu livro *O Erro de Descartes*, foram uma verdadeira pedrada no charco^{237.)}.

²³³⁾ Chamo a atenção para o facto de a questão relativa aos Sentimentos ser tratada por Damásio de forma complexa, minuciosa e evolutiva nas suas várias obras. Por exemplo, ele tem uma tipologia específica para os Sentimentos (Sentimentos de Fundo e Primordiais) e distingue-os das Emoções (que têm mais a ver com reações corporais, que, de algum modo, antecipam os Sentimentos; por exemplo, a contração muscular perante uma situação perigosa ou o eriçar dos pelos). Apesar de estas suas definições irem, ao longo da sua obra, mudando, para um melhor entendimento destas conceptualizações, ver Damásio (2013).

²³⁴⁾ Damásio considera que a Consciência Humana que se projeta na cultura e nas artes se pode designar por Mente Cultural. Dito de outro modo, a Mente Cultural é Consciência Humana externalizada.

²³⁵⁾ A esse propósito, lembremos algumas áreas (inter) disciplinares recentes, como as Humanidades Médicas ou as Neurohumanidades.

²³⁶⁾ Ao longo do artigo, surgirão algumas palavras em maiúsculas, pois, elas configuram-se como palavras conceptuais, e esta é uma forma de as distinguir das outras. Por exemplo, é aqui utilizada a palavra Consciência, pois o seu sentido não é o mesmo, usado vulgarmente, de “consciência”.

²³⁷⁾ Através de uma série de estudos empíricos em pacientes, Damásio, em conjunto com Bechara e Hanna Damásio, estudaram, nos anos 90, a correlação entre a tomada de decisões e fatores emotivos. Chegaram à conclusão de que, quando há lesões em certas áreas relacionadas com o fator emotivo, apesar dos sujeitos manterem intactas as suas capacidades de raciocínio e memória, são incapazes de fazerem decisões sensatas. Quando tem de se tomar uma decisão, no ato de se imaginar um determinado resultado, o organismo reage com determinadas sensações, com base nos Sentimentos e na Memória, que podem ser agradáveis ou desagradáveis (os referidos Marcadores Somáticos), ajudando-nos, assim, a decidir. É esse o cerne da Hipótese dos Marcadores Somáticos. Estas experiências e os seus resultados foram seminais no campo das Neurociências e estão na base do primeiro livro de António Damásio, *O Erro de Descartes*, e das suas conclusões, onde lhe são dedicados vários capítulos. Damásio, em coautoria com Marco Verweij, tem expandido esta sua hipótese aplicando-a à área das decisões políticas, com resultados quiçá inesperados e muito interessantes, e que levantam muitas questões, pois, ao que tudo indica, a emoção, em correlação com a memória, desempenha nelas um papel fundamental: “The somatic marker hypothesis is not compatible with key assumptions on which various influential political and social approaches are based. It disagrees with the largely cognitive view of decision-making presented in rational choice analysis. Contrary to behavioral public policy, the somatic marker hypothesis emphasizes the extent to which affect and cognition are integrated and mutually enabling. [...] Rather, the somatic marker hypothesis implies that political decision-making is socially constructed yet subject to constraints, is often sluggish but also is prone to wholesale, occasional reversals, takes place at both conscious and unconscious levels, and subserves dynamic, sociocultural homeostasis” (Damásio & Verweij, 2019, p. 1).



Vejamos melhor o que o neurocientista postula acerca dos Sentimentos e qual a tipologia que nos propõe. Para Damásio, eles defluem e acompanham as imagens fornecidas pelo Mundo Interior Antigo, que é o nosso interior visceral. Consoante o que os origina, podem ser de três tipos:

- Os primeiros podem ser definidos como Sentimentos Espontâneos ou Homeostáticos, e, como o próprio nome sugere, derivam de fatores homeostáticos do organismo. Ou seja, estão ligados ao equilíbrio interno do nosso organismo, às imagens que ele nos fornece ininterruptamente. Não esqueçamos que somos uma Consciência imersa num corpo, que a Consciência, ela própria, se constitui em inter-relação com o organismo.
- Aos segundos podemos designá-los por Respostas Emotivas Sensoriais. Surgem como reação aos estímulos sensoriais, por isso, consignam uma parte assinalável dos Qualia, que são os estados da auto-subjetividade. E podemos aduzir que, por exemplo, este tipo de Sentimentos está muito presente na fruição de objetos artísticos, aos quais os nossos sentidos reagem (por exemplo, o nosso sentido auditivo ao escutarmos uma determinada canção).
- Finalmente, o terceiro tipo prende-se com pulsões, motivações e emoções. São aquilo a que chamamos Respostas Emotivas Pulsionais.

Os do primeiro tipo (os Sentimentos Espontâneos) ocorrem, como o seu nome indica, de modo espontâneo; ao invés, os dois outros (Respostas Emotivas Sensoriais e Respostas Emotivas Pulsionais) configuram Sentimentos Provocados, reativos ao mundo circundante e aos nossos pensamentos, às nossas representações internas. Nesse âmbito, repare-se que somos todos criadores. Criamos Sentimentos e as respetivas Imagens Internas, e vice-versa. Ou, se quisermos ser mais precisos, recriamos Sentimentos Novos a partir dos já existentes, através do diálogo intersubjetivo que vamos mantendo connosco próprios. Criamos em nós, constantemente, toda a sorte de representações internas. Criamos imagetivamente o passado e imaginamos o futuro, e nesse processo criativo interno, posto em cena no palco da nossa Consciência, os Sentimentos, de todos os três tipos categorizados por Damásio, são os motores, os dinamizadores, de todo esse teatro quotidiano da nossa Consciência.

Em suma, se somos, de facto, seres pensantes, usando a razão, somos igualmente seres sencientes, seres que sentem, que recebem e emitem impressões. Pensamos e sentimos ininterruptamente. Repare-se que “Quase todas as imagens da procissão a que chamamos «mente» são acompanhadas por um sentimento” (Damásio, 2017, p. 146). Ou vários, acrescento eu. Neste contexto, sublinhe-se também que os Sentimentos são também uma espécie de Juízes Estéticos Internos, pois é, sobretudo, através de eles, que julgamos valorativamente um determinado filme, canção ou quadro como bom ou mau, belo ou feio, agradável ou desagradável. Na Mente Cultural Humana, as imagens do nosso Filme Interno são *sempre* por Sentimentos. E a cultura e as artes não seriam possíveis se não os tivessem na sua base. São preponderantes. Mas vejamos, de seguida, como se desenrola esse processo interativo dos Sentimentos connosco.



2. Sentimentos, mundo visceral e valência

O facto de os Sentimentos estarem interconectados com o Mundo Interior Antigo, o mundo visceral, leva a que, em consequência, eles se caracterizem pela Valência. Por exemplo, quando dizemos que uma determinada experiência é agradável ou, pelo contrário, desconfortável estamos a valorar, determinados conteúdos sencientes. Por exemplo: quando estamos nervosos sentimos a boca seca ou um aperto no peito; quando temos medo sentimos pressão no Sistema Urinário e no Sistema Entérico; ou, quando nos emocionamos, podemos sentir arrepios na coluna e os pelos eriçados (a pele é um órgão, não o esqueçamos). Damásio chega mesmo a afirmar que o elemento central definidor dos Sentimentos é a Valência (Damásio, 2017, p. 149).

No entanto, apesar dessa importante componente visceral, que não subsista nenhuma dúvida em relação ao seguinte: os Sentimentos são, essencialmente, experiências mentais. Porém, não são neutros em termos de valoração, de Valência. Aliás, estes dois aspetos não se contradizem; complementam-se. Eles são como uma espécie de avaliadores da vida e são absolutamente essenciais à sobrevivência e ao bem-estar próprio, pois ajudam a regular o organismo. A fruição e a criação de cultura e arte contribuem, e muito, para o nosso bem-estar, para o nosso equilíbrio orgânico, têm efeitos nos nossos organismos.

A Valência é mais antiga do que os Sentimentos – remonta, na verdade, a formas de vida elementares ainda sem Sistema Nervoso, que tinham de avaliar o mundo circundante para poderem sobreviver. No entanto, os Sentimentos vieram reforçar e elevar a avaliação a um outro patamar. Seres mais evoluídos, como, de um modo geral, os mamíferos, e de modo particular, a espécie humana, estabelecem o com seu meio ambiente uma complexa relação de Valência. Repare-se, uma obra de arte é também uma valoração sobre um determinado estado de coisas. E, aqui, em certo sentido, podemos dizer que todas as obras de arte são artistas, pois, com múltiplos recursos, mas, sobretudo, com os Sentimentos nelas enformadas, elas postulam uma mundivisão própria, uma valoração do mundo e contexto particular em que foram criadas. Sobre correlação desta com os Sentimentos, Damásio explicita-a assim: “O sentimento é um processo natural de avaliação da vida relativamente às suas perspetivas. A valência «julga» a presente eficiência dos estados corporais, e o sentimento anuncia o resultado ao proprietário do respetivo corpo” (Damásio, 2017, p. 153).

3. Sentimentos e auto-narração

Analisemos, agora, com mais atenção, a questão da auto-narração e da sua umbilical relação com os Sentimentos.

Atente-se que, para Damásio, Mente e Cérebro são co-dependentes e estão interligados ao corpo, às ocorrências corporais. Ele afiança que “Mente e cérebro influenciam tanto o corpo como este influencia o cérebro e a mente. São pura e simplesmente dois aspetos do mesmo ser” (Damásio, 2017, p. 170). Isto permite-nos inferir que não há arte nem cultura sem corpo. Ao contrário do que muitas vezes é propalado, a criação artístico-cultural não se faz, nem é feita, de intangibilidade, está longe de ser algo inefável. Uma canção impele ao ritmo e à dança; num filme as personagens são corpos em interação e inter-relação; uma pintura apela aos olhos e ao olfato, ao cheiro das tintas, à percepção dos materiais. E esta é uma das razões pela qual ambas se tem mantido, ao longo dos



séculos, como pilares fundamentais da humanidade: arte e cultura não existem sem esse lado visceral que lhes é fornecido pelos Sentimentos. O criador parte dos seus próprios Sentimentos, das suas próprias narrativas internas, para depois as representar, as objetificar, nas suas obras, com o intuito claro de que elas provoquem uma reação emotiva nos fruidores e espetadores. Esta conceção, note-se, vai muito para lá de qualquer noção de mera catarse, que com certeza aqui também tem o seu lugar. Contudo, repito, os Sentimentos defluem, em primeira mão, do nosso mundo orgânico, das nossas vísceras: é esta a raiz primeira da cultura e das artes. Há, com certeza, obras artísticas opacas, mas não obras sem sentimentos. Aliás, a opacidade que podemos assinalar em determinados mundos autorais deriva e constitui-se também como Sentimentos, como Respostas Emotivas Pulsionais.

O neurocientista insiste em frisar constantemente, na sua obra, a natureza homeostática dos Sentimentos^{238.)}. São os sinais químicos e os estados viscerais, e as correspondentes imagens interiores, que propulsionam, num primeiro e fundamental momento, os Sentimentos. Estes são centrais para a regulação e monitorização do bem-estar do Ser Humano e podem ser de sinal positiva ou negativo. É tal a sua importância que tudo o resto, incluindo a memória e a imaginação, pode ficar comprometido se, porventura, existe, em determinado momento, uma prevalência de estados sentimentais negativos. Por exemplo, uma doença, ou o stresse, implica um estado sentimental de tristeza. Neurofisiologicamente, esse processo ocorre do seguinte modo:

O stresse associado à tristeza é devido à entrada em ação do hipotálamo e da glândula pituitária e à libertação de moléculas cuja consequência é a redução da homeostasia e a lesão de diversos sistemas corporais tais como os vasos sanguíneos e as estruturas musculares. Curiosamente, o custo homeostático de uma doença física pode ativar o mesmo eixo hipotalâmico-pituitário e causar a libertação de dinorfina, uma molécula que conduz à tristeza e à depressão (Damásio, 2017, p. 169).

Remontando às origens genéticas remotas e colocando a tónica na natureza homeostática dos Sentimentos, Damásio refere a interação entre o Sistema Nervoso e os sistemas endócrino e imunitário. Acrescenta que a Dor, ou a noção de Dor, é relativamente recente na evolução humana^{239.)}. De facto, os Sentimentos decorrem do mapeamento multidimensional imagético dos fenómenos corporais, contudo, é preciso assinalar que “As experiências mentais não são «fotografias instantâneas», mas sim processos que decorrem ao longo do tempo, narrativas de diversos microacontecimentos que têm lugar no corpo e no cérebro” (Damásio, 2017, p. 174). Ou seja, e este é um fator muito importante, os Sentimentos são, por natureza, intrinsecamente narrativos e são, por isso mesmo, um elemento fundamental para a criação da Subjetividade^{240.)}. É por isso que

^{238.)} A este propósito, gostaria de colocar a seguinte hipótese exploratória. Se os Sentimentos defluem do Mundo Interior Antigo, logo poderemos dizer que, em relação ao que sucede nele, podemos falar de Co-Relatos-Sentimentais, pois, os Sentimentos sinalizam o que se passa, em determinado momento, na Mente. Por exemplo, se eu sinto Tristeza, isso é um sintoma do estado geral da minha Consciência, numa determinada altura.

^{239.)} Ver Damásio (2017, p. 171). Nesta página, é-nos explicado, de modo minudente, a ocorrência do processo de dor no organismo, ao longo da evolução da espécie.

^{240.)} Sobre a origem dos sentimentos, ver Damásio (2017, pp. 174-178).



estão no centro da nossa identidade individual. Se fizermos um mapa das ocorrências sentimentais de um determinado sujeito, teremos uma sinalética fiável do que constitui a sua auto-subjetividade. Além disso, devemos referir que na partilha coletiva de uma determinada cultura está implicada também, em decorrência, a partilha de determinados Sentimentos. Não é impunemente que se nasce num país onde impera o Fado, o Samba ou o Flamenco: a arte ressoa, ecoa e vincula determinados Sentimentos e, amiúde, esses Sentimentos consigam, por sua vez, uma determinada identidade de teor coletivo, ou, pelo menos, uma parte dela. Repare-se no seguinte:

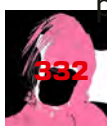
A subjetividade é uma narrativa construída inexoravelmente. A narrativa surge das circunstâncias dos organismos com determinadas especificações cerebrais ao interagirem com o mundo exterior, com o mundo das memórias passadas, e com o mundo do seu interior. É esta a essência dos mistérios por trás da consciência (Damásio, 2017, p. 221).

4. Os sentimentos enquanto experiência corporal total

Talvez faça, agora, mais sentido aprofundar a relação dos sentimentos com a sua fonte de origem: o corpo, o interior do corpo. Como já anteriormente mencionado, de acordo com o neurocientista, encontramos nos Sentimentos uma particularidade muito relevante: uma fusão entre corpo e cérebro, ou mais precisamente, entre mente e vísceras. Os Sentimentos estão, assim, longe de se reduzirem a uma mera fenomenologia corporal ou mental, pois ambas se interligam e se alinham para formarem uma terceira entidade, de carácter holístico, interpermutável. É, portanto, de modo dúplice que se produz a, já referida, Valência. Existe uma “continuidade de estruturas corporais e estruturas nervosas”(Damásio, 2017, p. 178), o que implica que a distância entre o acontecimento fisiológico e a sua narração mental e neuronal seja mínima, quase nenhuma, pois, o Sistema Nervoso está imerso nas vísceras, na ossatura, na pele e nos músculos – é, sobretudo, através dele, daquilo que ele capta e regista, que emergem os Sentimentos. Podemos então dizer que existe uma intercontinuidade e intercontiguidade, aquilo que Damásio denomina por *bonding* (Damásio, 2017, p. 181).

Partindo dessa ligação imersiva com o corpo, podemos dizer que os Sentimentos fazem parte intrínseca do Ser. Têm também uma natureza ontológica. A arte e a cultura são, assim, uma afirmação vitalista do Ser. Mesmo um artista suicida, depressivo, ao criar está a afirmar a vida, numa concreção do seu organismo, dos seus Sentimentos Viscerais. E, embora isto não seja lícito nem possível de comprovar, não será descabido dizer que procura a duração, busca, com as suas criações, que os seus Sentimentos, o mapa identitário das suas emoções, perdure no tempo. O principal Sentimento de todos talvez seja o da sobrevivência, o da perdurabilidade. Mas isto não é uma questão do inefável nem do racional; é algo intrínseco ao Ser Humano, que está no seu imo. A cultura e arte sobrepõe-se ao tempo e expandem-se para lá da época concreta da sua realização. Se calhar, e voltando aos parágrafos iniciais deste artigo, Shakespeare tem a imensurável dimensão que tem por condensar uma panóplia de Sentimentos capaz de falar aos vindouros: nós.

Em termos meramente neurofisiológicos, Damásio define lapidarmente a relação entre o Sistema Nervoso e o organismo como “incestuosa” (Damásio, 2017, p. 178). E frisa que a questão de saber se esta relação é dual ou una é particularmente problemática, pois, como já referimos, o próprio Sistema Nervoso está localizado no interior do corpo.



Assim sendo, ele inclina-se mais para classificar essa relação como simbiótica. O seu circuito orgânico é-nos descrito assim:

O Sistema Nervoso interage com várias partes do corpo graças a vias neurais, distribuídas por todo o organismo e, na direção inversa, graças a moléculas químicas que se deslocam na circulação sanguínea e têm acesso direto ao sistema nervoso, em determinados pontos cujos nomes suscitam curiosidades tais como «área postrema» e «órgãos circunventriculares». Podemos imaginar estas regiões como locais de circulação livre e sem fronteiras, ao passo que em todas as restantes zonas existe uma barreira – a barreira hematoencefálica – que impede o movimento livre da maior parte das moléculas químicas em direção ao cérebro e vice-versa (Damásio, 2017, p. 181).

O Sistema Nervoso, que é o principal vaso comunicante dos Sentimentos, estabelece com o interior do organismo uma relação naturalmente diferente daquela que tem com o mundo externo. Para melhor entender esta questão, talvez valha a pena fazer a seguinte distinção. Existem os Sentidos de Contacto, como o tato e o paladar; e os Telessentidos, como é o caso da visão, da audição e do olfato. Os dados e as Imagens concernentes a estes últimos são mediados: “Os «telessentidos» que nos informam sobre os objetos externos chegam-nos primeiro de modo neuronal e mental e só atingem o nosso interior fisiológico por intermédio do afeto.” Por sua vez, “Os primeiros sentidos de contacto chegam mais diretamente ao interior fisiológico” (Damásio, 2017, p. 182). E os sentimentos acompanham todas estas imagéticas, derivada das perceções orgânico-corporais. São uma espécie de etiquetas vivas, de filtros, que se imiscuem e nelas se fundem. E tanto assim é que as imagens que não são acompanhadas de uma forte componente afetivo-emotiva tendem a desaparecer, a ser esquecidas: a estas não as arquivamos internamente. No entanto, aquelas que são acompanhadas de Sentimentos fortes, sejam eles de sinal negativo ou positivo, gravam-se indelevelmente na memória e nos Repositórios do Inconsciente. E é com base nisso que emerge a criação artística. Neste quadro, não há arte superficial, pois parte *sempre* de uma necessidade vital, ancorada no poder invocador e transformador dos Sentimentos. E, neste caso, sim, podemos falar de catarse, mas um tipo de catarse que nem *sempre* liberta; por vezes, aprisiona e faz-nos conscientes dessa prisão, dessa opacidade. Estamos aqui para duas coisas profundamente contraditórias. Estamos aqui para morrer e para afirmarmos a vida em toda a sua pujança. A cultura e as artes lembram-nos constantemente esse paradoxo, essa ferida primordial.

Em suma, e voltando aos mecanismos fisiológicos onde tudo isso ocorre, Damásio propõe uma visão integrada, holística, da relação corpo-cérebro. Para ele, em termos de Homeostasia, de equilíbrio orgânico, não é propriamente o corpo que transmite informações ao Sistema Nervoso Central, pois, existem uma série de nuances e gamas a considerar, a começar pela relevância do Sistema Nervoso Periférico (Damásio, 2017, pp. 183-185).

Em termos concretos, as coisas processam-se do seguinte modo. As Estruturas Periféricas são preponderantes pelo processo de teor humoral que nelas se nelas. Elas inundam, através de sinais químicos que se deslocam nos capilares sanguíneos, determinadas regiões do Sistema Nervoso Central desprovidas de barreira



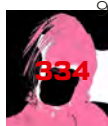
hematoencefálicas²⁴¹). Estas áreas, que podemos considerar como Estruturas Periféricas dos Sentimentos, são as seguintes: área postrema, os órgãos circumventriculares, e os gânglios espinais. Estes últimos situam-se ao longo da coluna vertebral. Para a holística dos Sentimentos, além do que já mencionei, Damásio põe igualmente em evidência outros elementos neurobiológicos como a Efapse, ligada à transmissão de impulsos elétricos entre os neurónios, e sublinha ainda a importância de mecanismos não sinápticos de transmissão de informação (Damásio, 2017, pp. 186-189). Além disso, ele postula que os intestinos e o respetivo Sistema Entérico desempenham um papel da maior importância na construção dos Sentimentos. Aliás, esse sistema é considerado, atualmente, um segundo cérebro. Ele justifica esta sua advocação do seguinte modo:

Ora a verdade é que o sistema nervoso entérico não é periférico, mas sim central! É enorme na sua estrutura e indispensável na sua função. Compreende cerca de 100-600 milhões de neurónios, um valor comparável ou até mais elevado do que o encontrado em toda a espinal medula. A maioria dos seus neurónios é intrínseca, tal como a maior parte dos neurónios no cérebro propriamente dito é intrínseca, ou seja, os neurónios nascem nessas estruturas (Damásio, 2017, p. 190).

A todo o exposto, adite-se o seguinte. O aparelho gastrointestinal e o Sistema Entérico são também fundamentais para a emergência dos Sentimentos. Note-se que 95% da Serotonina, um neurotransmissor relacionado com a nossa felicidade e bem-estar, é produzida neles. Há igualmente milhares de milhões de bactérias neles, o que certamente influencia também a ocorrência dos Sentimentos. Além disso, esse sistema é um relevante afluyente do nervo vago, que está em estreita ligação com as vísceras abdominais. Tudo isto pode redundar, por exemplo, em náuseas, ou perturbações digestivas que implicam mudança de humor. Portanto, facilmente se deduz, e tal está já sobejamente comprovado, a relevância dos Sentimentos para a Saúde.

Para terminar este ponto, convém reforçar novamente a seguinte ideia: os Sentimentos são expressões mentais da Homeostasia; por isso, são vitais para manutenção e regulação da vida. Nesse sentido, lembre-se que o corpo e as respetivas operações neuronais, implicadas nos Sentimentos, *fundem-se*; não estão, de modo nenhum, separadas. Existe uma permanente interação dialógica entre o organismo e o Sistema Nervoso: “São estes os factos e as circunstâncias de ambos os dois lados da moeda: de um lado a experiência mental a que chamamos «sentimento», e, do outro, os processos corporais e neuronais que lhe estão circunstancialmente ligados” (Damásio, 2017, p. 195). Nesse contexto da relação entre os Sentimentos e a Saúde, o neurocientista, a par de outros colegas, é pródigo em salientar a importância de relações amorosas estáveis e felizes na manutenção saudável do Sistema Imunitário. Opostamente, estados negativos, como a tristeza e a depressão, perturbam a saúde física. Ele refere que “Tanto no lado bom como no lado mau da moeda do sentir, os sentimentos cumprem o seu papel de motivadores dos instrumentos e das práticas culturais” (Damásio, 2017, p. 197).

²⁴¹) A Barreira Hematoencefálica é essencial para função metabólica normal do cérebro, pois, protege o Sistema Nervoso Central de entrarem nele substâncias potencialmente neurotóxicas presentes no sangue. É de tal modo eficaz nessa proteção, que cerca de 98% dos medicamentos não a conseguem ultrapassar, o que constitui um verdadeiro desafio farmacológico.



5. Sentimentos, memória e criação artística

A certa altura, Damásio interroga-se sobre um fenómeno complexo e muito importante para a criação artística: a recriação de Sentimentos através da memória. Ou seja, a capacidade que temos de, ao rememorarmos um determinado evento, por um lado, alterarmos sensorialmente essas ocorrências passadas, tornando os pormenores descritivos mais nítidos e vivos, e, por outro, a capacidade de voltarmos a sentir o que sentimos no passado, reavivando-o. Donde se deduz que o processo de Rememoração é, essencialmente, um processo criativo, imaginativo, que nos diz respeito a todos e não apenas aos artistas. Como já vimos nos pontos anteriores e que agora se reforça, o processo de auto-subjetividade, de construção da nossa identidade particular, no qual os Sentimentos são elementos primaciais, é narrativo e recriador. Portanto, desta perspetiva, somos todos seres criativos. A cultura não é algo exterior a nós; faz parte do nosso íntimo. E, nesse aspeto, os mecanismos da memória desempenham um papel importante e relacionam-se com os Sentimentos, que ajudam no seu processo seletivo.

Temos um mecanismo de defesa na memória, em que, no ato de recordar, tendemos a amenizar eventos traumáticos e tornamos experiências passadas felizes, positivas, em momentos verdadeiramente prodigiosos, absolutamente inesquecíveis. Não é por acaso que, por vezes, se fala do Paraíso Perdido da Infância. Esse ato de Recriação dos sentimentos passados, invocando ocorrências antigas, é feito cinematicamente e literariamente, através de montagens e edições internas. A nossa memória consigna-se, assim, de ajustes criativos. Nós somos as histórias que contamos a nós próprios. E mais importante do que os eventos que nos sucedem é a forma como os arrumamos e catalogamos no nosso Arquivo Interno; ou seja, o modo como os recordamos e os efeitos que eles têm, no presente, em nós – e isso é um processo pleno de criatividade e imaginação.

Além disso, o modo como realizamos *cinematograficamente* a memória, condiciona a forma de como iremos sobreviver ao futuro. Recorrendo aos exemplos extremos dos suicídios de Primo Levi e de Paul Celan, podemos, se calhar, dizer que lhes foi mais penoso atravessar a memória dos hediondos campos de concentração do que a própria estadia lá. Ambos sobreviveram estoicamente ao Holocausto, mas não resistiram à sua memória, à recriação interna dos Sentimentos e acontecimentos lá passados. Um exemplo oposto; a obra de Viktor Frankl atesta uma recriação altamente positiva de eventos insuportavelmente doloroso (Frankl, 2004). Não é assim tão importante o que nos sucede, mas os Sentimentos que agregamos a essas memórias; e isto é um processo recriador.

Portanto, a memória, associada aos Sentimentos que lhe subjazem, é certamente uma das pedras de toque da criação. Não há arte nem cultura sem representações ou Recriações Mnemónicas: “A forma como criamos culturalmente e aquilo que criamos bem como o modo como reagimos aos fenómenos culturais, dependem dos truques das nossas memórias imperfeitas, e da forma como os sentimentos as manipulam” (Damásio, 2017, p. 199). Deduza-se, então, que a manipulação da memória (intencional ou não) está *sempre* presente no ato criador. Não existem criadores amnésicos, pelo contrário, na sua grande maioria, demonstram ter uma memória de elefante. E, em certa medida, isto também se aplica à memória cultural coletiva. Veja-se o significativo exemplo da História: não é por acaso que um determinado povo, numa determinada época, escolhe dos factos históricos aqueles que lhe servem para a sua narração coletiva identitária, e essa escolha vai mudando ao longo do tempo, consoante a evolução dos Sentimentos identitários que lhe subjazem.



6. Sentimentos e auto-perspetivação

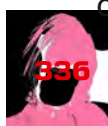
Mas como é esse processo (re)memorativo seletivo, em concreto, funciona e que outros elementos estão implicados nele?

Note-se que ele é holístico e, por isso, vários componentes emergem ao mesmo tempo e decorrem uns dos outros. Portanto, existe Autoperspetivação: as Imagens e Sentimentos são auto-perspetivados. Quando os Portais Sensoriais registam um dado acontecimento ou objeto, assomam a nós uma ampla gama imagética: imagens visuais, olfativas, táteis, sonoras, linguísticas e adstritas ao Sentido Vestibular. Elas são as Imagens Experienciadas, as quais interpretamos e perspetivamos de modo individualizado. Contudo, no processo de filtrarmos e arquivarmos essas imagens nos recessos da nossa Consciência, criam-se em nós, por sua vez, novas Imagens internas, do interior do organismo, as quais, por espelharem a nossa reação às Imagens Experienciadas, se denominam de Imagens Espelho. Ou seja, criamos novas Imagens e Sentimentos com base no que previamente experienciamos. Atente-se no processo descrito. Quando criamos a nossa auto-subjetividade, geram-se as imagens do nosso organismo que acompanham esse processo, e surgem também novos Sentimentos. Estas novas Imagens e Sentimentos-Espelhos registam impressivamente o que ocorreu no processo de Arquivamento Interno. Algo de similar sucede também na Rememoração.

Assim sendo, os Sentimentos desempenham um papel fundamental na Autoperspetivação. Em conjunto com a perspetivação sensorial, são eles os principais motores da subjetividade. Relembremos que, essencialmente, eles provêm de duas fontes. Em primeiro lugar, dos estados de vida, relacionados com a homeostasia do organismo; estão *sempre* em conexão com os níveis homeostáticos do sujeito em cada momento, estão estreitamente ligados ao Mundo Interno Visceral. Em segundo lugar, derivam das próprias imagens mentais, que inevitavelmente geram respostas emotivas e Sentimentos. Não esqueçamos que as Imagens Internas são *sempre* acompanhadas de Sentimentos. Temos, portanto, um fluxo permanente de Sentimentos Homeostáticos e um outro entrelaçado aos conteúdos e eventos mentais, que configura uma corrente contínua de novos Sentimentos Imagético-Mentais. Ou seja, inventamos novas Imagens e novos Sentimento com base nos que primeiramente sentimos. Damásio coloca estas questões do seguinte modo:

Concluimos que a subjetividade surge a partir de uma combinação da perspectiva do organismo, relativa ao ponto no corpo onde se geram as imagens que serão tornadas conscientes, e da contínua construção de sentimentos espontâneos e provocados, desencadeados pelas imagens fundamentais, sentimentos esses que as acompanham. Quando as imagens são corretamente colocadas na perspectiva do organismo e são devidamente acompanhadas por sentimentos, segue-se uma experiência mental. [...] As experiências mentais que constituem a consciência dependem assim da presença de imagens mentais e do processo de subjetividade que faz com que tais imagens sejam nossas. A subjetividade necessita de uma atitude de perspectiva, uma posição face à criação de imagens, bem como da *feelingness* que acompanha o processamento de imagens (Damásio, 2017, p. 214).

Na transcrição supramencionada, o neurocientista refere o *feelingness*, que é um conceito do maior interesse para nós. Sentimos continuamente e os Sentimentos estão



sempre ao nosso dispor. É como se tivéssemos um Acervo de Sentimentos ao qual pudéssemos recorrer quando, assim, o entendêssemos (o que não quer dizer que tal ocorra de modo consciente). Além do mais, esse acervo pode ser expandido dado que assomam *sempre* novos sentimentos ao longo do filme da nossa vida, e outros, por sua vez, desvanecem-se. Os Sentimentos são o pano de fundo sobre o qual a auto-subjetividade se entretece, são a tela essencial para a noção do Eu se inscrever. Nós somos incessantes criadores de Sentimentos, e, por isso, somos criadores de Cultura e Arte. Somos criadores do nosso Eu particular e do nosso Self coletivo.

7. Súmula e considerações finais

Em suma, podemos afirmar que é a partir do Mundo Senciente, do mundo impressionista das sensações, que, sem dúvida, nascem os Sentimentos, pois, eles são os estados mentais basilares, descritores do estado vital do organismo. Eles refletem o estado interior do organismo, do qual, após a integração das nossas experiências e correlata Subjetividade, emana a Consciência individual. Além disso, como já se referiu noutro ponto, eles são valenciados. Quando são integrados, situados na Autoperspetivação, emerge a Identidade de cada um de nós. E “A partir daí, os acontecimentos que nos rodeiam, os acontecimentos em que participamos e as memórias que invocamos ganham toda uma nova propriedade: passam a ser relevantes para nós, podem afetar o rumo da nossa vida.” E, como é evidente, em consequência: “A invenção cultural humana precisa deste passo” (Damásio, 2017, p. 220). É então que surge o ímpeto para a Mente Cultural Humana. É a partir daqui que, de facto, começam a tomar forma as produções culturais humanas. O Acto Criativo é uma extensão, uma progressão natural, do processo de Emergência da Consciência.

Assim, nunca será demais sublinhar que a Cultura é, em grande medida, uma projeção externalizada da Consciência Humana. Sobre isto, há um dado que quero ressaltar. A Consciência, e o que a constitui (o pensamento e os Sentimentos), é o único objeto de estudo que não pode ser analisado diretamente por um observador externo: não a podemos colocar num microscópio. Neste sentido, quando analisamos, através da imagiologia, ocorrências cerebrais, não estamos a analisar a Consciência. Os eventos cerebrais estão correlacionados com a Consciência, mas não são a Consciência. Um neurocientista pode ter acesso a alguns dos nossos eventos cerebrais, mas não tem acesso à nossa Consciência. Assim, só a podemos analisar de modo indireto, e é na arte e na cultura que ela verdadeiramente se projeta, se exterioriza, e isto é de uma grande importância. Ao lermos a obra de um determinado autor estamos, na verdade, a aceder aos mecanismos íntimos da sua consciência; ao estudarmos a pintura de um determinado período histórico, estamos a penetrar na Consciência coletiva daquela época. E tudo isto não existiria sem os Sentimentos, que são os tijolos sobre os quais ela assenta. É, por isso, que Damásio implica o Imperativo Homeostático na evolução cultural. Desse modo, teriam sido as experiências mentais de dor, fome e sofrimento que criaram o desejo de melhorar e escapar a esses estados negativos e impeliram, por isso, a Criação Cultural. A cultura e as artes existem para nos fazerem sentir bem.

Em resumo, “não é possível falar sobre pensamento, inteligência e criatividade sem ter em conta os sentimentos”, já que “os sentimentos desempenham um papel importante nas nossas decisões e atravessam a nossa existência” (Damásio, 2017, p. 196). Porém, não devemos esquecer que os Sentimentos têm também um potencial de conflito que não deve ser negligenciado. Há Sentimentos de antagonismo, e esses devem ser com-



batidos, e também nisso a arte e a cultura podem desempenhar um importante papel de sublimação e reflexão sobre esse lado emotivo mais violento, e de aproximação – nenhuma cultura se constrói isolada das outras.

Para concluir, quero apenas dizer que, no meu entender, com base nestas conceptualizações de Damásio sobre a correlação entre Sentimentos e cultura, muitos estudos de caso se poderiam fazer, o que ajudaria, certamente, a aprofundar estas bases teóricas. Assim, podemos estudar um determinado objeto ou evento cultural, tentando indagar os Sentimentos que impeliram os seus criadores a efetivá-los e também analisar a sua receção pelos públicos sob este prisma. Um aspeto me parece inquestionável: “Os sentimentos lançaram e ajudaram a navegar mil e um navios intelectuais” (Damásio, 2017: 315), e assim continuarão a fazê-lo. Cabe-nos a nós entrar nessa viagem ou não.

Agradecimentos

Agradeço à Universidade de Aveiro pela concessão de bolsa, que possibilitou a realização deste trabalho.

Financiamento

Este trabalho foi realizado com o apoio de bolsa de doutoramento, concedida pela Universidade de Aveio (*Grant number*: BD/REITORIA/9316/2020).



Referências bibliográficas

- Chalmers, D. (2010). *The character of consciousness*. New York: Oxford University Press.
- Chalmers, D. (1996). *The conscious mind*. New York: Oxford University Press.
- Damásio, A. (2020). *Sentir & saber: a caminho da consciência*. Lisboa: Temas e Debates/ Círculo de Leitores.
- Damásio, A. (2017). *A estranha ordem das coisas: a vida, os sentimentos e as culturas humanas*. Lisboa: Temas e Debates/ Círculo de Leitores.
- Damásio, A. (2013 [1999]). *O Sentimento de si: corpo, emoção e consciência*. Lisboa: Temas e Debates/ Círculo de Leitores.
- Damásio, A. (2011 [1994]). *O erro de Descartes: emoção, razão e cérebro humano*. Lisboa: Temas e Debates/ Círculo de Leitores.
- Damásio, A. & Verweij, M. (2019). The somatic marker hypothesis and political life. In W. R. Thompson (Ed.). *Oxford Research Encyclopedia of Politics*. (pp. 1-17). Tallahassee: Oxford University Press.
- Fernandes, L. (2021). *As lentas lições do corpo: ensaios rápidos sobre as relações entre o corpo e a mente*. Lisboa: Contraponto Editores.
- Frankl, V. E. (2004). *O homem em busca de um sentido*. Lisboa: Lua de Papel.
- Lucas, I. (2017, novembro 05). Quando me perguntam qual é o maior cientista de sempre, respondendo: na minha área, é Shakespeare. *Público*. <https://www.publico.pt/2017/11/05/ciencia/noticia/antonio-damasio-1791116>.

