

Unidade e contradição nos modelos sociais e estilos de vida contemporâneos

Boas vindas e agradecimentos.

Para falar do tema que me propus, devo começar por avisar que o mesmo sintetiza alguns descobrimentos, compreensões e conclusões resultantes de um processo de estudo, reflexão e intercâmbio de cerca de seis meses, pelo que não esgota o que se possa dizer a este respeito. De resto, o interesse desta comunicação é mais o de suscitar questões e abrir o debate do que dar respostas definitivas, tanto mais que se insere numa oficina de trabalho. Em qualquer caso, o que se diz aqui não é somente o resultado de um esforço individual, mas sim sobretudo de um trabalho conjunto, pelo que devo agradecer também aos que participaram no mesmo, designadamente em encontros, seminários e retiros no Parque de Estudo e Reflexão Minho, no norte de Portugal.

Como ponto de partida, recorri à definição de estilo de vida constante do Dicionário do Novo Humanismo, da autoria de Silo (disponível em www.silo.net): *“conjunto histórico dos traços de comunicação e do sistema de imagens e métodos da criação artística próprios de uma personalidade ou grupo de pessoas, que representa gostos, hábitos, modos de conduta, refletindo particularidades do seu mundo interno através das formas externas da existência humana. Depende, em grande medida, dos valores culturais, das características sociopsicológicas e das tradições históricas da família, o grupo social, a etnia e a religião em que se formou uma pessoa. Está vinculado ao modo de vida manifestado pelas normas e estereótipos de conduta e consciência dos grandes grupos humanos e até de gerações inteiras e civilizações. O estilo de vida inclui também os aspetos éticos e estéticos correspondentes. As formas mais humanas de autorrealização e autoeducação encarnam-se no estilo de vida, revelando o grau de liberdade e de integridade de uma pessoa”*.

Além disso, tive em conta o que se discorre sobre este tema no estudo sobre “O Estilo de Vida”, de Maxi Elegido (que se pode encontrar na Internet em www.parquepuntadevacas.org). Nesse trabalho, procura-se evidenciar os fatores que influem na conformação do estilo de vida a que se aspira, nomeadamente: a paisagem de formação, a ética, a atenção e o modelo social. Gostaria de me deter brevemente em cada um destes tópicos: No que respeita ao primeiro, a paisagem de formação é, conforme ensina Luis Ammann¹, constituída pelo conjunto de objetos tangíveis e intangíveis (valores, crenças, ideais felicitários, modelos de vida) que operavam na

¹ Luis A. Ammann. Autoliberación: Epilogo. Virtual Ediciones, 2015.

etapa de formação (infância e adolescência) de cada um e que constituíram uma sensibilidade e um comportamento pessoal e geracional. Por isso, pode dizer-se que *“a paisagem de formação atua através de nós como conduta, como um modo de ser e de nos movermos entre as pessoas e as coisas e é também um tom afetivo geral”* (autor e obra citados). Nesse sentido, a paisagem de formação tem uma continuidade no tempo, é uma co-presença que se manifesta de cada vez que um estímulo externo (um odor, um tom de voz ou uma música, uma imagem ou paisagem, uma sensação tátil, um sabor), ou interno (uma sensação cenestésica, como uma irritação visceral ou mesmo um gesto ou movimento, como acontece no desporto) ativa uma conexão com a memória, gerando um comportamento repetitivo, em muitos casos desfasado das necessidades ou exigências dos tempos atuais (na perspectiva de uma adaptação crescente).

Por outro lado, a ética de cada um é também parte da sua paisagem de formação, na medida em que as considerações do que é ou não correto dependem em grande medida dos valores epocais em que fomos formados. Contudo, também podemos constatar na experiência de cada um que há uma disposição moral que parece vir de outro lado, de um lugar mais profundo dentro de nós, e que nos dá orientação em momentos difíceis, ajudando-nos a escolher a melhor direção. A isso podemos chamar a “consciência moral”, recorrendo à expressão de outro estudioso sobre a matéria². Na verdade, o comportamento deixa uma sensação interna, um registo, e é graças a isso que podemos ir aprendendo. Às vezes esse registo é contraditório, produzindo sofrimento, e outras vezes é unitivo, proporcionando crescimento (outras vezes também esse registo é neutro, porque os atos têm esse cariz, mas não lhes vamos dar atenção agora). Certo é que a nossa consciência tende a evitar o que provoca dor ou sofrimento e a aproximar-se do que lhe proporciona satisfação ou prazer e daí que esse registo interno tenha a maior importância para a definição da conduta e do estilo de vida.

Ora, é justamente graças à faculdade psíquica da atenção que podemos dar-nos conta desses registos internos³. Um nível atencional elevado permite manter o que poderíamos chamar uma ação reflexiva, uma atitude crítica e autocrítica, um distanciamento em relação às nossas próprias tensões e compulsões e às influências externas e, portanto, a escolha e a manutenção de uma direção para a nossa vida, ou seja, de um estilo de vida coerente ou unitivo. Em qualquer caso, teremos de anotar

² Dario Ergas. Investigações sobre a Consciência Moral. www.parquepuntadevacas.org

³ Note-se que nos estamos a referir não à atenção ingénuo, que é capturada pelos estímulos que chegam aos sentidos, mas sim à atenção dirigida, que pressupõe uma internalização do ponto de observação, de tal modo que se pode observar os próprios processos mentais ao mesmo tempo que se capta os estímulos externos e internos.

que o nível atencional depende da disponibilidade energética do nosso psiquismo e que esta é maior ou menor consoante acumulamos ações unitivas ou contraditórias⁴. E a modo de síntese, podemos dizer que unitivas são as ações que se alinham com os nossos pensamentos e sentimentos e nas quais o trato dado a outros coincide com o que queremos para nós.

É neste passo que entra o modelo social. Por um lado, o modelo social também é parte da paisagem de formação: cada um de nós encontra-se submergido num modelo social que não escolheu e que lhe impõe um determinado modo de vida, correspondente ao que se espera dos indivíduos nesse esquema organizativo. Porém, paralelamente, o modelo social surge também como uma aspiração, como uma imagem de futuro inspiradora, como expressão de um propósito evolutivo, que contribui para a autorrealização e a autoeducação, ajudando a definir um dado estilo de vida. Ora, o modelo social vigente pode ser fonte de sofrimento, se impuser condutas que deixam um registo contraditório. E pode também favorecer o crescimento pessoal e coletivo e, nessa medida, manter-se no tempo. É no balanço entre a contradição e a unidade que proporciona aos indivíduos e povos, que se joga o futuro de qualquer modelo social, tendo em conta os estilos de vida que impõe ou permite.

Em qualquer caso, percebe-se que a relação entre modelos sociais e estilos de vida é estrutural, tal como a relação entre o indivíduo e a sociedade, entre a consciência e o mundo. Deste modo, a definição de um determinado estilo de vida não se desentende do modelo social a que se aspira, já que se orienta para a construção deste, transformando cada um e transformando outros. E, nesse sentido, o estilo de vida não depende tanto de um dever-ser, mas sim de uma direção mental consciente que se plasma no meio social. Assim sendo, o registo de unidade e de contradição ganha outro significado, uma vez que indica o maior ou menor alinhamento da conduta com esse propósito evolutivo. Ou dito de outro modo, é por indicadores de coerência e de crescimento que vou verificando se o meu estilo de vida me permite avançar para o modelo social a que aspiro. Neste quadro, a vocação joga um papel importante, uma vez que é nela que me posso apoiar para atuar no meio social com esse projeto transformador que se expressa como um estilo de vida.

Isto posto, queria partilhar convosco uma inquietude: às vezes, após algum ato terrorista, ouço os responsáveis políticos a afirmar que estão a atentar contra o nosso estilo de vida e que devemos manter o mesmo como sinal de resistência. Nessa

⁴ Além disso, a disponibilidade energética do psiquismo pode ser aumentada mediante o uso das técnicas da distensão e da operativa (para maiores desenvolvimentos sobre este tópico, cfr. Luis A. Ammann, obra citada).

altura, questiono-me como é esse estilo de vida ou, pelo menos, a que se estão eles a referir e o que devemos realmente defender. Compreendo que, ao longo do processo histórico, se foi desenhando, nas nossas sociedades ocidentais, um modelo social e um estilo de vida, com algumas variações de pormenor, que tem as suas qualidades: podemos talvez apontar a democracia (ainda que carente de aprofundamento urgente) e os direitos humanos ou, pelo menos, uma certa afirmação da liberdade pessoal e da justiça social, embora sempre em contínua dialética com as razões de Estado conjunturais. No entanto, é possível que outros povos, a partir de outras culturas, não seja isso o que mais destacam dos nossos modelo social e estilo de vida. E seria interessante poder ter em conta o seu olhar, tal como nós também podemos contribuir para a sua humanização, num diálogo entre pares, a partir dos “momentos humanistas” de cada um⁵. Podemos talvez apontar a outros a falta de liberdades cívicas e pessoais, mas teremos que reconhecer, em troca, que não temos bem resolvida a articulação entre o nosso individualismo, por um lado, e a responsabilidade social e a solidariedade humana, por outro. Podemos destacar a desigualdade de género noutras culturas, mas também teremos que olhar para a fragmentação das relações interpessoais que se foi instalando entre nós, gerando solidão. Podemos pôr em evidência a falta de condições materiais noutras regiões, mas teremos que observar como o nosso desenvolvimento económico tem sido alicerçado em relações comerciais desiguais, como o nosso progresso tecnológico tem estado também ao serviço da guerra e da destruição, como a nossa pegada ecológica é insustentável e como as condições laborais são cada vez mais sofridas.

Por outro lado, ao mesmo tempo, é altura de percebermos a ligação dos níveis crescentes de violência e de perturbações da saúde mental com a contradição que o estilo de vida atual provoca. Nesse sentido, a escolha de estilos de vida alternativos, sustentáveis, coerentes e recíprocos é uma necessidade⁶. A partir da implementação dos mesmos na vida quotidiana, o modelo social correspondente poderá passar de uma imagem inspiradora para uma realidade tangível em construção. Porém, a

⁵ Para melhor compreensão do conceito de “momentos humanistas” (cfr. Silo. Obras Completas, Vol. I: Habla Silo, O que entendemos hoje por Humanismo Universalista?, disponível em www.silo.net).

⁶ A referência a estilos de vida no plural não é inócua e corresponde ao que já se dizia a este propósito no 1º Fórum Humanista em desfavor das tendências uniformizadoras (cfr. Silo. Obras Completas, Vol. I: Habla Silo, Foro Humanista, disponível em www.silo.net). Porém, o estilo de vida humanista é claramente um exemplo inspirador para este efeito: “O e. de v. humanista destaca-se pelo respeito pela diversidade, direitos, opiniões e interesses dos outros, pela rejeição da violência e da exploração, pela intenção de manter relações harmoniosas com a natureza e a sociedade, pelo afã de aprofundar os seus conhecimentos e ampliar e aperfeiçoar as suas aptidões” (cfr. Silo. Obras Completas, Vol. II: Diccionario del Nuevo Humanismo, disponível em www.silo.net). Por sua vez, na Cerimónia de Reconhecimento e no Caminho, constantes do livro “A Mensagem de Silo, do mesmo autor, também se apontam características de um estilo de vida afim.

definição e vivência desses estilos de vida “humanistas” não é um dado adquirido e exige que cada um reveja os referidos temas da paisagem da formação, da ética, da atenção e do modelo social a que se aspira, e esse é um trabalho individual e coletivo que urge empreender para avançar no sentido apontado. É essa a proposta que queremos deixar aqui hoje, com base na própria experiência.

Nada mais, muito obrigado.

Luís Filipe Guerra

Centro de Estudos Humanistas “Ações Exemplares”

cehum.porto@gmail.com

Madrid, 12 de Maio de 2018.