

# REFLEXÕES SOBRE A ANGÚSTIA EM ROLLO MAY<sup>1</sup>

## REFLECTIONS ABOUT THE ANGUISH AT ROLLO MAY

*Carlos Roger Sales da Ponte*  
*Universidade Federal do Ceará (UFC)*

ARTIGO

### Resumo

A fim de exibir algumas definições pilares sobre a angústia em Rollo May, apresento brevemente, em primeiro lugar, as nuances da postura fenomenológica de May na formação de sua Psicologia Existencial. Em segundo lugar, descrevo o conceito de autoconsciência, fenômeno exclusivamente humano e necessário à vivência e compreensão do estar-angustiado. Por último, mostro os conceitos de Rollo May que descrevem a experiência da angústia como fenômeno em que emerge ao humano em suas possibilidades existenciais de escolha, exercício paradoxal de liberdade e de tensão.

**Palavras chave:** Rollo May; angústia; autoconsciência; existência.

### Abstract

In order to show some definitions to pound on the anguish in Rollo May, I present shortly, in first place, the nuances of the phenomenological posture of May in the formation of his Existential Psychology. In second place, I describe the concept of self perception, exclusively human phenomenon and necessary to the experience and understanding of being-anguish. For last, I show the concepts of Rollo May that describe the experience of the anguish like phenomenon in which it surfaces to a human one in his existential possibilities of choice, paradoxical exercise of freedom and tension.

**Key-words:** Rollo May; anguish; self perception; existence.

### Resumen

Con el fin de mostrar algunos ajustes en los pilares acerca de la angustia en Rollo May, brevemente presentes, en primer lugar, los matices de la postura fenomenológica de May en la conformación de suya Psicología Existencial. En segundo lugar, se describe el concepto de sí mismo, fenómeno exclusivamente humano y la experiencia necesaria y la comprensión de la estar-angustiado. Por último, aparecen los conceptos de Rollo May que describe la experiencia de la ansiedad como un fenómeno que surge en el

---

<sup>1</sup> Esta é uma versão ligeiramente modificada de uma palestra proferida no I Colóquio de Psicopatologia Fenomenológica realizado no Curso de Psicologia da UFC/Campus Sobral, em 25 de janeiro de 2013.

ser humano em sus posibilidades existenciales de la elección, el ejercicio paradójica de la libertad y la tensión.

**Palabras Clave:** Rollo May; angustia; auto-conciencia; existencia.

## 1. Introdução

Rollo May (1902-1994), antes de tornar-se psicólogo, foi ainda bem jovem (na casa dos 20 anos) um artista itinerante na Europa; pintando, desenhando e estudando arte (Feist & Feist, 2008). Obrigado a *ver, contemplar*, para se fazer artista, estimulando sua sensibilidade estética, podemos perguntar: será que essa experiência de presenciar e viver outros ares culturais, lhe permitiu uma primeira aproximação ao universo multifacetado do humano com um olhar desprovido de sistematizações teóricas filosóficas e psicológicas? Será que tal vivência não lhe ensinou um pouco da postura e atitude dita “fenomenológica”, cultivando um olhar e deixando-se alumiar à sua consciência vivente o brilho dos fenômenos? E entre tantos “fenômenos humanos”, não teria vivenciado entre eles a angústia?

A Psicologia Existencial por ele constituída em solo norte americano é fruto tardio, creio eu, não só do contato que ele tivera com a psiquiatria existencial emergente na Europa na primeira metade do século XX, por exemplo, nas figuras de Binswanger, Jaspers, Minkowski, Straus (May, 1988); mas destas experiências primeiras de interrelação com o “diferente” (não só como artista, mas inclusive como estudante de Seminários de psicologia e psicanálise que participou ainda na Europa), promovendo uma intersubjetividade compreensiva, embasadas numa postura fenomenológica. Provavelmente isso contribuiu para tê-lo encaminhado à clínica, levando tudo o que experienciara e aprendera, desejando ainda mais compreender o mundo vivido de seus pacientes.

Este breve estudo intenta refletir sobre a noção de *angústia* em Rollo May. Para

tanto, apresentar-se-á a postura fenomenológica de May na formação de sua Psicologia Existencial. Em seguida, analiso o conceito de *autoconsciência*, fenômeno distintivamente humano e necessário à vivência e compreensão da angústia; e por fim, descrevo a experiência da angústia como fenômeno em que emerge ao humano em suas possibilidades existenciais de escolha, exercício paradoxal de liberdade e de tensão.

## 2. Aspectos fenomenológicos em Rollo May

Rollo May, no capítulo que dedica à origem e o significado da Psicologia Existencial, que consta na obra *A Descoberta do Ser*, falando do lugar de terapeuta que efetivamente ocupava, põe a claro, em forma de pergunta, seu débito para com uma forma de pensar *fenomenológica*. Nos inquiri ele, “podemos ter certeza de que vemos o paciente como realmente é, conhecendo-o em sua própria realidade? Ou estaremos vendo apenas uma mera projeção de nossas teorias acerca dele” (May, 1988, p.39)

Longe de ser uma questão retórica, May nos coloca uma provocação que pode ser resumida assim: podemos nos abrir para o outro em sua singularidade pessoal e diferente mediante uma atitude fenomenológica, desprovidas de “a priori” teóricos, incluindo aí as nossas próprias construções conceituais que foram hauridas dos vários sistemas psicológicos ao alcance das nossas mãos?

Certamente este tipo de pergunta não é novo dentro da região conquistada pelos diversos enfoques existenciais-humanistas em psicologia. Explícita ou implicitamente encontramos-na na ACP, na Gestalt-Terapia, nas ideias de Gendlin sobre a focalização, e outros psicólogos que sustentam uma postura marcada pela herança fenomenológica

husserliana, ou que dela se beneficiaram ainda que por caminhos difusos. Com May não é diferente.

O que ele atentou muito argutamente é que não há condições de existir uma observação desprovida de uma teoria qualquer que a determine. Escreve ele,

É importante lembrar, também, que todo método científico é baseado em pressuposições filosóficas. Essas pressuposições determinam não somente o quanto de realidade o observador pode perceber com o uso deste método em particular – são, na verdade, as lentes pelas quais ele a percebe – mas também se aquilo que está sendo observado é pertinente ou não a problemas reais e, conseqüentemente, se o trabalho científico irá perdurar (May, 1988, p.48).

O pensamento hermenêutico contemporâneo, partindo das reflexões de Martin Heidegger e brilhantemente aprofundado pela hermenêutica filosófica de Hans-Georg Gadamer, dirá que sempre vigora a mediação de uma pré-compreensão quando visamos para este ou aquele fenômeno, objetificando-o de acordo com as lentes que temos diante dos olhos. No nosso caso aqui, pelas perspectivas advindas das ciências psicológicas.

A *ciência*, sabemos, trata de pesquisar os entes enquanto objetos factuais passíveis de serem submetidos a verificações empíricas em concordância com critérios estabelecidos pela comunidade científica vigente. Porém, a *fenomenologia*, compreendida como uma “pesquisa daquilo que se mostra a partir de si mesmo” (Oliveira, 2001, p.208), prepara um *solo hermenêutico* apropriado para trazer à baila o sentido do ser humano em situação: como quando ele se mostra como acontecência ativa no mundo, em suas atividades, em suas performances, em seus silêncios, em suas lógicas, em suas nuances virtualmente inacabáveis... Daí que nossas “teorias fenomenológicas” não deixam de criar uma *situação hermenêutica* onde o humano mostra-se em seu brilho do modo que for, permitindo-nos vê-lo desde esse

horizonte interpretativo, decifrando sentidos sempre emergentes. Delineada deste modo, a fenomenologia, longe de ser um “pressuposto” que deveria estar “ausente” para a efetivação do procedimento da *Redução Fenomenológica*, pode ser descrita como um campo no qual floresce os sentidos cambiantes (as “essências” de falava Husserl) do existir humano, sejam eles quais forem.

É nesta exigência de rigor, para além dos cientificismos muitas vezes exagerados do seu tempo, que May assume um espírito fenomenológico, cultivado por suas demandas advindas da clínica para poder encontrar segurança em transitar pelo mundo existencial de cada um de seus pacientes, pois “devemos conhecê-lo e ser capazes, ao menos em parte, de existir nele se quisermos ter alguma chance de conhecer o paciente” (May, 1988, p.40).

Do exposto, fica claro o modo como May pensa e constrói seu corpo de teorias dado o privilégio indubitável que ele concede a um pensar fenomenológico na sua Psicologia Existencial. A fenomenologia, que é também um método de conhecimento, convive bem com um pensar meditativo e ativo de ordem existencial: são atitudes diferentes que podem ser alternar no âmago do pesquisador psicólogo. Penso que é isso o que acontece com May. E a ele aplico as palavras de Arthur Tatossian (2006) que me parecem adequadamente descritiva da atitude fenomenológica. Escreve o eminente psiquiatra fenomenólogo que

a paciência, e mesmo a lentidão, são virtudes fenomenológicas e as grandes sínteses, brilhantes e originais, são antes próprias a um pensamento existencial que se arrisca em perder as raízes fenomenológicas que ele pôde ter inicialmente (p.56).

Mas não creio que May tenha “perdido” suas raízes fenomenológicas. Penso que elas apenas tenham ficado *difusas*, meio esmaecidas, carente de uma conceituação mais aprofundada na Psicologia Existencial; porém, razoavelmente ativas.

### 3. Autoconsciência

Em seu texto, *Ansiedade e Valores*, May atesta que para compreender a angústia é preciso deter-se antes nesta “capacidade distintiva” do humano que é a *autoconsciência*.

De uma maneira bastante singular, May encara a autoconsciência como a “capacidade do homem para situar-se fora de si, para conhecer-se tanto como sujeito como objeto da própria experiência, para ver-se como a entidade que atua em um mundo dos objetos” (May, 1968, p.114). Logo, esta autoconsciência não é mera consciência de si como se nos percebêssemos como uma coisa entre coisas no mundo, mas como um tipo de compreensão que nos permite dar-mo-nos conta de nosso ser em situação, atirado no mundo sem planos prévios de como agir, pensar e sentir. Desamparados assim, vamos “nos virando” do jeito que podemos com o advento da percepção de nos sentirmos indefesos; e esta consciência ampliada de nossa situação a nos solicitar sentidos, significados a esta vida sem sentidos a priori. A estes, May chama de “valores” e são frutos de nossas construções interativas com os valores culturais nos quais vivemos e nos formamos. A autoconsciência nos joga “na cara” o quão existir comporta riscos a que estamos sujeitos; e envolve também arriscar-se quando se tem por meta ir um pouco (ou mais) além do que se é hoje a fim de nos tornarmos o que somos, parafraseando um conhecido dito de Nietzsche.

Descrita nestes termos, a autoconsciência, segundo May, passa longe da ideia de uma “instância psíquica”, ou mero “processo psicológico”. A autoconsciência estaria mais para uma espécie de *atenção modulada existencial* de caráter ativo na decifração de si. Portanto, e ainda de acordo com May, a autoconsciência proporcionaria ao humano abstrair de sua situação e refletir sobre ela tanto como sujeito como objeto. E se pode “sair de si”, pode transcender o momento presente, rememorar, resignificar

sua história de vida (o passado); esperar e planejar o porvir (futuro).

Assim, o humano é o ente que decifra a si mesmo, consciente e imerso no seu cotidiano (o tempo sempre flui!): esta decifração é transitória, incompleta, manca, posto que o humano, compreendido como *existência*, ainda está a caminho, encontra-se “devindo” em meio ao elemento incontornável do tempo. E se “existe”, o humano é *possibilidade*: caminhos abertos (ou quase) na sua atualidade os quais nem sempre nos dão garantias positivas, uma vez que os reverses da sorte podem voltar-se contra nós. E como não podemos “escolher não escolher”, se achega a nós um daqueles momentos ímpares, sublimes do existir, com aquele jeito de simpatia antipática, parafraseando Kierkegaard: momento da *angústia*.

### 4. Reflexões sobre a Angústia em Rollo May

Antes de tudo, é preciso que eu faça um rápido esclarecimento de uma decisão particular nos uso dos termos a seguir.

May utiliza largamente do termo inglês *anxiety* (ansiedade) nas suas explanações sobre a angústia. Em *A Descoberta do Ser* (1988), ele justifica a escolha deste termo a outros disponíveis em sua língua, embora o considere “muito fraco”. Um deles é *anguish* (angústia). Talvez ele tivesse sido mais feliz se tivesse optado por este último, pois certamente nomearia melhor o que ele (May) estava descrevendo, assemelhando-se também aos sentidos existentes na língua portuguesa os quais se resumem na palavra ***angústia*** que usarei de agora em diante.

A angústia, como May a compreendia, não se tratava de uma espécie de afecção psíquica, ou sintoma de alguma “outra coisa” antecedente. Em certo sentido, a angústia veicula um sentido próprio ao existir humano: um nível *ontológico*. E May percebia esta presença angustiante nas posturas e no discurso de seus pacientes. Por outros termos, as inquietações de May partiam do contexto clínico e a ela retornavam

entremeadas por uma especulação filosófico-existencial impregnada pelo vivido daqueles que acompanhava.

No entender de May, a angústia “é o estado do ser humano na luta contra aquilo que iria destruir seu ser” (May, 1988, p.35). Mais a frente ele amplia e complementa seu conceito de angústia descrevendo-o como o “estado subjetivo de conscientização por parte do indivíduo de que sua existência pode ser destruída, de que ele pode perder o próprio ser e seu mundo, que pode transformar-se em ‘nada’” (May, 1988, p.120-121).

Ora, em se falando de falando de “estado subjetivo de conscientização”, May já nos dá um lembrete: a angústia não é algo “difuso”, como se não fosse possível identificar o que nos angustia. Isso vai na contramão até mesmo de uma definição etimológica da angústia, tal como a de Cuvillier (1976) que traduz este vocábulo como um “mal-estar constituído, a um tempo, de um temor sem objeto bem determinado e de sensação física de constrição” (p.08). Em May, transitando pelo processo clínico, ganharíamos condições de adentrar nos meandros da angústia, nos aproximar mais ainda deste mal estar e delinear para nós mesmos de que nos angustiamos. Porém, o que nos angustia?

Em termos gerais, o que nos angustia é aquilo que May, conforme dito mais atrás, chama de “valores”, isto é, significados atribuídos pelo humano à própria existência. Paradoxalmente, as possibilidades disponíveis ao humano, suas *aberturas* existenciais propiciadoras do poder-escolher, exercício de sua destinação no devir temporal fático, parecem configurar-se como o que há de mais *opressor, estrangulador*; numa palavra, *angustiante*.

A possibilidade de escolha nos aponta caminhos. Mas qual ou quais escolher? As garantias são poucas ou meio nebulosas em alguns trajetos; outras vias, não se sabe ao certo onde vão dar, ou não se sabe mesmo. As expectativas permanecem se a configuração existencial presente solicitar ou

exigir que escolhas sejam feitas e nos aperreamos em meio à angústia que está a fazer morada em nosso ser. Escreve May (1988)

Se não houvesse alguma possibilidade de abertura, alguma potencialidade lutando para ‘nascer’, não experimentaríamos a ansiedade [*angústia*]. Esta é a razão pela qual ela é tão fortemente ligada ao problema da liberdade. Se o indivíduo não tivesse alguma liberdade, não importa sua brevidade, para dar vazão a uma nova potencialidade, ele não experimentaria a ansiedade (p.123).

E já que nossos valores, como descreve May, não são blindados contra o devir e as inevitáveis mudanças, estas mesmas experiências as quais nos trazem certa tranquilidade e segurança são “estranguladas” pela angústia, exigindo novas configurações, forçando-nos a sair de nossa zona de conforto. Se o humano enfrenta a situação angustiante em sua crueza e consciente de suas facetas, de modo que seja uma fonte de novas perspectivas construtivas para si, então, de acordo com May, o humano experiencia uma *Angústia Normal*. Entretanto, se o humano, por um forte receio ou pavor de sair de sua zona de comodidade, tende a recalcar esta experiência angustiante e seus elementos desencadeadores, ele está a vivenciar o que May qualifica de *Angústia Neurótica*. Nesta, é claro, o descompasso entre a experiência vital do humano (suas potencialidades) que se quer ir em frente, “devindo”, fluindo, vão de encontro com os valores pessoais cristalizados, trazendo um forte conflito psíquico.

Olhando assim na superfície do conceito, parece tudo muito simples, bonito, poético até. Todavia, numa forma de angústia como em outra, o drama ontológico humano de ser ou não-ser mostra-se em sua amplitude e profundidade.

Na *Angústia Normal*, embora vigore uma clareza luminosa em seu experienciar, ela não é menos incômoda, dolorosa, e difícil de lidar, porque parece nunca haver certezas

(ou quase certezas) das escolhas a serem feitas: o humano só está ciente de que no ponto atual do seu existir já não pode ficar e, mesmo altamente receoso e amedrontado, ele prossegue. Ainda que a dureza da vida se mostre inclemente porque quase sempre ela *não* nos dá um lenitivo ao que ela é (crua e inclemente, ainda que digna de ser vivida), o humano opta por abrir outras perspectivas, outras veredas de existência. E aqui me recordo de um verso (infelizmente não me lembro do autor) que cai como uma luva: *Maldita voz da experiência, porque quase sempre está certa em quase tudo.*

Há um misto de intrigante de gratidão e raiva nestes versos por sermos entes carentes de sentido que só nós mesmos podemos nos dar.

Na *Angústia Neurótica*, o conflito é simplesmente negado à autoconsciência e as ações do humano voltam-se para o “mesmo”, para a “repetição” do viver, preservando significados muito íntimos e dos quais ele não está disposto a abrir mão. Diante de momentos críticos, o humano recua optando em não assumir-se e recaindo numa rigidez perceptual de si e de suas relações com o mundo, ainda que vezemquando perceba algo a mover-se em seu íntimo: certo desconforto difuso meio familiar, meio inominável, meio estrangeiro... Aqui é redundante afirmar mais uma vez tratar-se de *angústia* não assumida, não posta para falar; calada, mas latejante. Embora a vida siga bem conhecida, prossegue amordaçada uma ou mais potencialidades não nascidas; não cultivadas; não postas para voar.

Como o enfoque de May sobre a angústia é, como foi dito, de característica ontológica, e como ele nos conduz também suas reflexões para o âmbito clínico, faz sentido que ele diga que não é função do processo psicoterápico “libertar o paciente de sua angústia”, mas colocar condições para que ele (o paciente) possa transitar por esta mesma angústia, saindo de um modo de ser neurótico de angustiar-se, para outro modo dito “normal”, mas sendo ainda angústia; porém, colorida agora com os tons de

“crescimento e criatividade” (May, 1968). Não cabem aqui atitudes tutelares ou desesperadas por parte do terapeuta para apaziguar ou diminuir a intensidade da angústia do outro, sintomas de suas próprias angústias não trabalhadas. Ou seja, o próprio terapeuta encontrar-se-ia numa vivência angustiante neurótica e nega ao outro a vivência plena ad angústia para não lembrar-lhe a própria.

Lidar com angústia é, antes de qualquer coisa, oportunizar aos nossos pacientes momentos de livre expressão de suas vivências, uma vez que se veiculam por elas os sentidos, os significados (seus valores de que fala May) do existir. As vivências, se forem encaradas de maneira flexível, tal como se apresentam a nós em seu brilho peculiar, e trabalhadas no livre curso do diálogo, também os valores (os significados) serão flexibilizados. O humano angustia-se e pela angústia ele percebe (sem muita clareza é verdade) qual ou quais vias seguir; só sabe que precisa prosseguir buscando revalorar (resignificar) sempre a existência e, por isso, poder dizer-se inconcluso, carente... humano.

### Referências Bibliográficas

Cuvillier, A. (1976). *Pequeno Vocabulário de Língua Portuguesa*. São Paulo: Ed. Nacional.

Feist, J. & Feist, G.J. (2008). *Teorias da Personalidade*. São Paulo: McGraw-Hill.

May, R. (1988). *A descoberta do ser: estudos sobre a psicologia existencial*. Rio de Janeiro: Rocco.

May, R. (et al). (1968). *La angustia normal y patológica*. Buenos Aires: Editorial Paidós.

Oliveira, M.A. (2001). *Reviravolta linguístico-pragmática na filosofia contemporânea*. 2ª ed. São Paulo: Edições Loyola.

Tatossian, A. (2006). *A fenomenologia das psicoses*. São Paulo: Escuta.

## Nota sobre o autor

**Carlos Roger Sales da Ponte:** Psicólogo; Mestre em Psicologia e Mestre em Filosofia pela Universidade Federal do Ceará (UFC). Professor Assistente do Curso de Psicologia da Universidade Federal do Ceará (Campus Sobral) e Coordenador do Projeto de Extensão **VEREDAS** – *Círculo de Estudos em Fenomenologia, Existencialismo e Psicologia Humanista*. E-mail: jardimphilo@yahoo.com.br

Recebido em: 02/03/2013

Aceito em: 25/07/2013