

Fortunato, I., & Schwartz, G. M. Psicologia Positiva, cinema e a resiliência de si: libertar-se do próprio eu

Psicologia Positiva, cinema e a resiliência de si: libertar-se do próprio eu

Positive Psychology, movies and the resilience of self: to free oneself from self

Psicología Positiva, cine y la resiliencia de sí: liberarse del propio yo

Ivan Fortunato¹

Gisele Maria Schwartz²

Resumo

Este artigo trata da relação tripartida entre a Psicologia Positiva, o cinema e a resiliência. Aqui, elucidase uma forma de resiliência que, possivelmente, seja a mais generalizada de todas, pois é a “resiliência de si”. Trata-se da ação de “libertar-se”, ou seja, encontrar meios para se desprender das amarras colocadas pelo próprio indivíduo, quase sempre, pela incapacidade de se resolver, se perdoar e se reinventar a partir das vicissitudes da vida. Metodologicamente, o artigo ancora-se na análise fílmica e, como forma de exemplificar a proposta, estuda-se a força resiliente de Chris Gardner, na película “À procura da felicidade”, e de Charlie Saint Cloud, em “A morte e vida de Charlie”, ambos qualificados como filmes de Psicologia Positiva, conforme critérios da área. Ao final, espera-se que os processos resilientes desses personagens inspirem a busca por novas formas de enfrentar as contingências da vida, e que seja possível compreender o cinema como uma janela para novos possíveis caminhos; quiçá mais positivos.

Palavras-chave: Psicologia Positiva. Cinema. Resiliência.

Abstract

This paper deals with the tripartite relationship between Positive Psychology, cinema and resilience. Here, a form of resilience is elucidated which is possibly the most generalized of all, for it is “resilience of self.” It is the act of “liberating oneself”, that is, finding ways to get rid of the bonds placed by the individual himself, almost always, by the inability to resolve themselves, to forgive themselves and to reinvent themselves from the vicissitudes of life. Methodologically, it is driven by film analysis and, as a way to exemplify the proposal, we study the resilient strength of Chris Gardner in the film “The pursuit of happiness” and Charlie in “Charlie St. Cloud,” both qualified as Positive Psychology films, according to area criteria. In the end, it is hoped that the resilient processes of these characters will inspire the search for new ways of facing the contingencies of life, and that it is possible to understand cinema as a window to new possible paths; perhaps more positive.

Keywords: Positive Psychology. Movies. Resilience.

Resumen

Este artículo trata de la relación tripartita entre la Psicología Positiva, el cine y la resiliencia. Aquí, se aclara una forma de resiliencia que, posiblemente, sea la más generalizada de todas, pues es la “resiliencia de sí”. Se trata de la acción de “liberarse”, es decir, encontrar medios para desprenderse de

¹ Professor do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de São Paulo (IFSP), *Campus Itapetininga*.

² Livre Docente em Atividades Expressivas pela Universidade Estadual Paulista (2004).

Fortunato, I., & Schwartz, G. M. Psicologia Positiva, cinema e a resiliência de si: libertar-se do próprio eu

las amarras colocadas por el propio individuo, casi siempre, por la incapacidad de resolverse, si perdonar y reinventarse a partir de las vicisitudes de la vida. Metodológicamente, el artículo de desarrolla por el análisis fílmico y ,como muestra de la propuesta, se estudia la fuerza resiliente de Chris Gardner, en la película “En busca de la felicidad”, y de Charlie Saint Cloud, en “Siempre a mi lado”, ambos calificados como películas de Psicología Positiva, según los criterios del área. Al final, se espera que los procesos resilientes de esos personajes inspiren la búsqueda de nuevas formas de encarar las contingencias de la vida, y que sea posible comprender el cine como una ventana para nuevos posibles caminos; quizá más positivos.

Palabras clave: Psicología Positiva. Cine. Resiliencia.

Introdução

Talvez o melhor que possamos dizer é que existem muitos caminhos para a vida bem vivida, e alguns “ladrilhos” encontrados ao longo desses caminhos incluem felicidade, significado, engajamento, relacionamentos, maturidade e até tempos difíceis. A disposição desses ladrilhos no caminho de cada pessoa varia de acordo com sua bagagem única de caráter, experiências e contexto cultural. (King, Eells & Burton, 2004, p. 47, tradução livre)

Este artigo apresenta resultados de tese de doutorado defendida no Programa de Pós-Graduação em Desenvolvimento Humano e Tecnologias (Fortunato, 2018). Aqui, ao entrelaçar a Psicologia Positiva, com filmes e a resiliência, o propósito principal é apresentar o cinema como um motivador para transformação de si, para uma vida mais positiva. Eis uma metáfora interessante apresentada na epígrafe: a vida é constituída de caminhos diversos, estruturados por variados ladrilhos. Na concepção dos autores, são vários os caminhos possíveis para uma vida bem vivida, sendo que esta nunca é estática, como se cada pessoa sempre seguisse adiante na(s) trilha(s), por diferentes contextos, representados, portanto, por distintos ladrilhos.

Peterson e Seligman (2004) descrevem a Psicologia Positiva como uma linha da Psicologia interessada em fortalecer o ser humano, com foco nas qualidades já existentes em cada um de nós, embora nem sempre percebidas. Assim, os autores apresentam uma constelação de qualidades pessoais formada por 24 forças de caráter alocadas, uma a uma, em seis forças da virtude. Particularmente, pelo cinema, temos buscado incluir a resiliência nessa tipologia (Fortunato & Schwartz, 2019). Assim, King, Eells e Burton (2004), ao escreverem sobre a boa vida (*the good life*) pela óptica da Psicologia Positiva, destacaram que as dificuldades não são deixadas de lado, pois são incluídas como peça fundamental para a vida bem vivida,

junto com elementos que poderiam ser tidos como óbvios, como a felicidade, o significado e os relacionamentos, formando um complexo mosaico, o qual depende de uma série de fatores ambientais e individuais para se qualificar como uma boa vida.

Nessa complexidade de fatores, de momentos, de ladrilhos, existe uma possibilidade de que uma boa vida não seja conquistada, mesmo que se deseje, por permanecer tempo demais em um único local da metafórica vida-trilha. Tal inatividade pode ser ocasionada por algum tipo de trauma, por algum fator de risco ambiental, emocional, financeiro, físico etc., como pode ser invisível, criado pelo sujeito para dificultar seu próprio desenvolvimento e a conquista de uma vida positiva, ou apenas mais positiva. Inúmeras são as possibilidades para tal imobilidade, assim como são incontáveis as possibilidades para retomar a ação.

Yunes (2006, p. 45), baseada na Psicologia Positiva, reconhece a resiliência como uma dessas possibilidades para retomar a ação, afirmando que esta implica processos que procuram explicar a superação de adversidades, podendo, inclusive, tratar de um dos fenômenos capazes de indicar “padrões de vida saudável”. Segundo a autora, pesquisas recentes, focando aspectos individuais, têm prenunciado a resiliência como uma capacidade humana, sendo um sistema de adaptação que vai se desenvolvendo ao longo da vida.

Para Yunes (2006), contudo, o conceito de resiliência ainda não é dado, assumindo interpretações diversas, sendo utilizado para explicar a superação de um casamento desfeito, qualificar pneus automotivos e cremes de rosto, ou somente para descrever a capacidade física de voltar ao estado anterior a uma deformidade ou choque. Em alguns casos, é usada como sinônimo de flexibilidade ou mesmo resistência. Mas, para a autora, a resiliência é um conceito ainda em busca da sua

Fortunato, I., & Schwartz, G. M. Psicologia Positiva, cinema e a resiliência de si: libertar-se do próprio eu

definição, podendo ser relacionado com características individuais de sociabilidade, criatividade e autonomia. Ainda, resiliência está relacionada à capacidade de reconstruir e reinterpretar a própria história, além de ser algo imprevisível, contingencial e dinâmico.

Dessa forma, neste artigo, a resiliência vai ao cinema, compreendido como um repositório para o desenvolvimento humano que ajuda a elucidar a metafórica vida-trilha. Metodologicamente, o artigo ancora-se na técnica de análise fílmica, que consiste, segundo Vanoye e Goliot-Lété (2008, p. 12), em rever um filme para “[...] examiná-lo tecnicamente [...]” e, assim, superar o que os autores chamam de primeira impressão, aquela motivada essencialmente pelo intuitivo. Para desenvolver esse exame técnico, Vanoye e Goliot-Lété (2008, p. 15) propõem duas fases, sendo a primeira a decomposição de elementos constitutivos, pela qual se destacam as categorias a serem estudadas. A segunda fase é a reconstituição do que foi decomposto, estabelecendo elos entre os elementos e o ponto de vista teórico.

Dois filmes de Psicologia Positiva ajudam a ilustrar duas formas de permanecer inerte sobre o mesmo ladrilho. Um filme de Psicologia Positiva, segundo Niemiec e Wedding (2012), apresenta quatro características: 1. Uma descrição clara de um personagem que exhibe uma das forças de caráter da Psicologia Positiva; 2. A presença de desafios ou confrontos que, para serem superados, demandam uso máximo da força do personagem; 3. Apresentação das qualidades, força(s) e ações desenvolvidas pelo personagem para superar o desafio/confronto apresentado(s); e 4. Um “tom” inspirador facilmente perceptível pelo(s) espectador(es). Assim, os dois filmes selecionados, que contemplam essas características, são: “À procura da felicidade” (2006) e “A morte e vida de Charlie” (2010).

A vida de Chris Gardner, personagem protagonista do filme “À procura da felicidade”, mostra exaustivas tentativas para se deixar o ladrilho das dificuldades (divórcio, despejo, desemprego, assalto etc.). Já “A morte e vida de Charlie” conta a história de Charlie Saint Cloud, um adolescente com potencial de sucesso por meio do esporte e dos estudos universitários, mas que não consegue se desvincular da culpa pela morte de seu irmão mais novo, que não sobreviveu ao acidente de carro em que ambos estiveram envolvidos. Não obstante, tanto Chris quanto Charlie, conseguem dar um passo adiante na vida-trilha, trocando o ladrilho dos tempos difíceis por momentos de felicidade e amor. Para Simão e Saldanha (2012), essa reforma de comportamento realizada pelos personagens, renovando a própria vida diante dos obstáculos e, com eles aprendendo novas formas de seguir pelo complexo (e metafórico) caminho da vida, configura a capacidade de resiliência.

Interessante notar, na dramatização das aventuras e desventuras de Chris Gardner e Charlie Saint Cloud, é que sua capacidade de adquirir resiliência se desencadeia com mais propriedade, a partir do momento em que conseguem perceber que as adversidades vividas não eram mera refração das contingências mundanas, sendo fortalecidas pelas suas próprias atitudes. Por isso, o foco deste artigo é a descrição de uma forma particular de resiliência nomeada como “resiliência de si”. Dito de outra maneira, a vida positiva, experienciada nos ladrilhos da felicidade, do engajamento, do bem-estar, pôde ser conquistada com a ação de *libertar-se* dos reveses criados e/ou fortalecidos por eles mesmos para suas próprias vidas.

Para alcançar os objetivos deste artigo, os argumentos e análises são apresentados em três seções. Na primeira, buscou-se revelar as dificuldades na vida de Chris Gardner e seu processo de resiliência de si para promover uma vida mais edificante para ele e seu filho. Na segunda

Fortunato, I., & Schwartz, G. M. Psicologia Positiva, cinema e a resiliência de si: libertar-se do próprio eu

parte, são evidenciados o luto e o amor vividos por Charlie, até libertar-se e conseguir dar prosseguimento pela sua vida-trilha. Ao final, na terceira e última seção, espera-se que os processos resilientes de Chris e Charlie inspirem a busca por novas formas de encarar a vida-trilha e que seja possível compreender o cinema como uma janela para novos possíveis caminhos.

A resiliência na procura da felicidade

Gardner dá breves narrações [*voice-over*] em seis categorias – andando no ônibus, sendo tolo, correndo, fazendo um estágio, pagando impostos, buscando a felicidade – que servem para fornecer uma visão geral dessa parte de sua vida. É interessante considerá-los como metáforas da vida-trilha – movendo-se no fluxo da vida, cometendo erros, tentando resolver problemas, aproveitando o aprendizado formal e informal, pagando as dívidas e alcançando resultados positivos, respectivamente. (Niemiec, 2007, p. 3, tradução livre)

O trecho de Niemiec (2007) reproduzido na epígrafe é uma síntese das aventuras cinematográficas do personagem Chris Gardner. O filme “À procura da felicidade” foi escolhido pelo autor como exemplo claro de um filme de Psicologia Positiva, pois este atende a todos os critérios: exibe forças de caráter, apresenta obstáculos, descreve as ações tomadas para superação destes e, como um todo, tem um tom inspirador. Para Niemiec (2007), o cinema é um meio poderoso de influência na vida das pessoas, capaz de promover o desenvolvimento das forças de virtude e de caráter, embora nem todos os filmes sejam favoráveis para efetivamente promover mudanças positivas na vida de seus espectadores. No entanto, a história de Chris Gardner parece ter sido cinematografada exatamente com esse propósito inspirador.

Isso porque o filme ajuda a compreender a felicidade não como um estágio final de conquista após longos

períodos de padecimento, mas como um momento, ou como um ladrilho da metafórica vida-trilha. Ao analisar a busca pela felicidade de Chris Gardner, o longa-metragem é qualificado por Niemiec (2007) como um filme de Psicologia Positiva, pois ele reconhece, no personagem, forças de caráter, como amor, persistência e esperança, identifica o divórcio, o despejo, o desemprego e outros obstáculos, bem como evidencia as ações tomadas para vencer cada um deles – aparentemente motivado para dar uma vida melhor ao seu filho pequeno – tornando a história bastante inspiradora.

Niemiec e Wedding (2014) apresentam a linguagem do cinema como uma forma universal de informar a respeito da condição humana. Apesar da complexa estrutura de um enredo suscitar variações igualmente complexas de associações subjetivas nos espectadores, existe uma comunicação subjacente, capaz de desencadear emoções, reflexões e novas perspectivas de vida. É nessa comunicação subjacente que, segundo os autores, residem as teorias, as forças e as virtudes da Psicologia Positiva, as quais emergem como temas motivadores nas ações e características dos personagens. No caso do filme que dramatiza parte da vida de Chris Gardner, declaram Niemiec e Wedding (2014) que seu protagonista exibe uma constelação de forças de caráter, sendo a paixão por aprender, a esperança, o amor, a perspectiva, o entusiasmo e, principalmente, a perseverança. Esta, de acordo com a tipologia de Park, Peterson e Seligman (2004, p. 606, tradução livre), é definida como “[...] terminar o que se começou; insistir em um curso de ação, apesar de [...] ter prazer em completar tarefas”. Definitivamente, a vida narrada de Chris é uma demonstração quase absoluta de perseverança e obstinação em terminar o que começou.

À semelhança dos outros filmes já analisados (Fortunato, Schwartz, 2018), o ator principal, Will Smith, também foi

Fortunato, I., & Schwartz, G. M. Psicologia Positiva, cinema e a resiliência de si: libertar-se do próprio eu

indicado ao Oscar de melhor ator (mas ele não levou a estatueta). Outra correspondência entre os filmes é que a história cinematográfica de Chris Gardner também foi baseada na experiência concreta de uma pessoa homônima. Assim como as outras filmagens, “À procura da felicidade” também dramatiza trechos da vida, de forma a torná-los mais dinâmicos, mais lógicos para o enredo, mais cômicos e/ou intensos para o espectador. Isso implica, portanto, reconhecer que esse filme não é sobre a vida de Christopher Paul Gardner, sendo uma criação do cinema, voltada para o entretenimento, bem como para a inspiração e, até, o aprendizado de quem a assiste.

Dessa forma, os primeiros minutos do filme são decisivos para compreender as motivações para sua perseverança e todas as demais forças que irão guiá-lo na superação dos obstáculos produzidos pelas contingências da vida. Duas coisas são marcantes, embora a primeira possa ser apenas uma interpretação indutiva. Ao deixar seu filho na creche, Chris se invoca com a pichação na fachada do local, pois a palavra *fuck*³ está grafitada na cor preta sobre o desenho lúdico indicativo de uma instituição de cuidados e ensino de crianças. Mas, além do palavrão expresso, Gardner se incomoda com o erro de grafia da palavra *happyness* (felicidade), informando ao dono da creche que o correto é substituir a letra “y” pela letra “i”. Em princípio, a cena parece irrelevante. Não obstante, o título original do filme é “The pursuit of *Happyness*”, ou seja, utiliza-se a grafia errada, por causa dessa cena. Talvez a sonoridade explique sua importância para o enredo, pois, Chris Gardner fala “*there is no ‘y’ in happiness, it is an ‘i’!*”. Isso pode ser entendido como uma simples correção gramatical, ou como uma metalinguagem. Afinal, a letra “y”, em inglês, tem o mesmo som do substantivo “porquê”, e a letra “i”

tem o mesmo som e grafia do pronome eu. Dessa forma, parece, até, que Chris estaria implicitamente afirmando que não existe um porquê na felicidade, pois esta depende unicamente de cada pessoa, pois é exatamente isso que o filme demonstra: uma busca constante e incansável pelo objetivo de ser feliz.

Logo na sequência dessa cena, aparece a segunda coisa que marca o tom do filme. Nesse momento, a linguagem do narrador deixa de ser transparente para ser assumida pelo protagonista, que passa a narrar parte da sua vida em etapas. O narrador-protagonista explica aos espectadores que somente conheceu o pai quando tinha 28 anos de idade, e isso fez com que ele tivesse já estabelecido uma meta para sua própria vida, caso tivesse filhos: suas crianças sempre saberiam quem é seu pai. Logo no princípio da trama, portanto, se estabelecem os motivos para que Chris batalhasse tanto para ficar ao lado do filho, não permitindo que sua mulher o levasse para longe, em decorrência do divórcio, ou que qualquer dificuldade da vida os separasse, mesmo que isso implicasse dormir com o garoto no metrô.

O que se observa, conforme Chris vai narrando episódios de sua vida, desde *pegando o ônibus*, passando por *sendo tolo* até *buscando a felicidade*, é a construção de um personagem herói. Um herói do cotidiano, daqueles que passam por provações às quais os espectadores também estão sujeitos, como não conseguir pagar o aluguel, ou ver sua relação conjugal se desfazendo. Com isso, o filme consegue cativar a atenção, pois promove o que Niemiec (2012) chamou de “admiração cinematográfica”, que é a vontade de fazer o bem e de enfrentar situações adversas, a partir da observação de um personagem buscando se superar. Chris Gardner faz isso de uma forma bastante peculiar, cheio de dificuldades para conseguir, várias vezes

³ Na língua inglesa, essa palavra utilizada de forma isolada não tem necessariamente a tradução de “coito”, sendo uma interjeição de raiva, protesto etc.,

que, em português, teria como equivalentes palavras como “porra!”, “caralho!” ou mesmo “foda-se!”.

sem sucesso, vencer os diversos empecilhos que lhe surgem. Isso fica evidente quando, passada pouco mais de meia hora de filme, ele cita o presidente Thomas Jefferson e o texto da Declaração da Independência, a qual expressa a vida, a liberdade e a procura da felicidade como direitos inalienáveis. Para Chris, a palavra *procura* teria sido colocada de propósito, como se a felicidade fosse algo que se almeja conquistar, mas que não se consegue alcançar.

Seus tropeços, no entanto, não fazem de Gardner um vilão, ou “menos” herói. Pelo contrário, pois cada cena em que ele fracassa parece ter sido pensada para ampliar a admiração cinematográfica, como se cada revés apenas ampliasse a torcida pelo seu sucesso. Campbell (1995, p. 26) já havia anotado que “[...] seja o herói ridículo ou sublime, grego ou bárbaro, gentio ou judeu, sua jornada sofre poucas variações no plano essencial”. Ou seja, não importa o tipo de herói, sua função no imaginário social é a mesma: representar alguém que parte em busca das conquistas que se deseja, que parecem impossíveis de se alcançar. Contudo, apesar da equivalência entre todos os tipos de herói, Morin (1987) identificou uma tipologia intensificada pela tecnologia cinematográfica: o herói simpático, que não tem superpoderes, não tem habilidades fora do comum, não passa por proezas épicas, pois apenas é. Ou seja, o herói simpático é uma pessoa comum, como é a pessoa que assiste ao filme. Dessa forma, Morin (1987, p. 92) reconheceu que o herói simpático “[...] é o herói ligado identificativamente ao espectador”. Por isso, talvez, a procura da felicidade de Chris Gardner possa ser uma metafórica janela da procura da felicidade de quem o acompanha, cena a cena.

Eis, então, que Xavier (2005, p. 166) esclarece um pouco mais essa característica do cinema, pois, para esse autor, “[...] a imagem cinematográfica deve ser o lugar da produção de metáforas que remetem a idéias abstratas”. Isso é visível no filme, pois nenhum espectador terá perdido um escâner portátil para medição da densidade

óssea, tendo que digladiar pelo aparelho com um casal de hippies que o roubou, ou com um morador de rua que o confunde com uma máquina do tempo. Mas, como espectador, é possível perceber a engenhoca como um particular objeto, ou situação, ou relacionamento, o qual também não se quer perder ou, se foi perdido, que se quer recuperar. E essa relação metafórica vai se intensificando, conforme Gardner vai batalhando para manter com ele o escâner, e pode tornar-se angustiante, quando a máquina fica presa na porta do metrô e se testemunha ela se indo novamente, despedaçando-se na plataforma de embarque.

As cenas com o aparelho médico, as desavenças com sua esposa, os despejos, a dificuldade financeira, a briga com o amigo por dinheiro, o momento marcante de ter que dormir trancado em um banheiro público com o filho etc., tudo isso vai cativando e fortalecendo a característica de herói nesse personagem. Isso porque ele não desiste. Assim, é possível ver, na história narrada de Gardner, toda sua perseverança e, ao torcer pelo seu final feliz, identificar outra particularidade do cinema, capaz de produzir reverberações nos espectadores, sendo esta reconhecida por Xavier (2005, p. 116) como a presença marcante de “[...] uma imagem-arquétipo coerente em si mesma, contendo sua própria lógica, sem referenciais de espaço e tempo capaz de criar uma experiência mitológica”.

Talvez, um dos aspectos mais interessantes nessa história cinematográfica é que o simpático herói do cotidiano não tem obstáculos mitológicos para vencer: seus desafios não são monstros, fúrias dos deuses, ou maldições. Tampouco, é preciso combater forças alienígenas, nem qualquer entidade do passado ou do futuro. Tudo o que Chris precisa enfrentar, durante o momento da sua vida escolhido para ser narrado pelo cinema, são situações corriqueiras, originadas de problemas conjugais e de trabalho. Claro que as experiências de Chris Gardner são

Fortunato, I., & Schwartz, G. M. Psicologia Positiva, cinema e a resiliência de si: libertar-se do próprio eu

exageradas, levando sua perseverança a um patamar elevado, mas, justamente por isso, é que suas particularidades foram escolhidas como objetos de um filme. Simão e Saldanha (2012, p. 292) compreendem essa persistência como resiliência, pois esta também é a “[...] habilidade para lidar e se adaptar aos momentos difíceis da vida”. O que é significativo no filme sobre Chris Gardner é que o protagonista precisa se adaptar a momentos difíceis, os quais foram estabelecidos por ele mesmo.

A trama gira em torno de problemas financeiros, iniciados, talvez, pela percepção de Gardner de que ter (bastante) dinheiro equivale à felicidade plena. O filme constrói essa relação logo aos dez minutos, quando o protagonista caminha pela calçada e se depara com um executivo estacionando um belo carro conversível. Esse é o momento em que Chris decide perseguir a carreira de corretor de ações, pois ele mesmo narra a cena, dizendo que não consegue esquecer o semblante de felicidade em todas aquelas pessoas que entravam e saíam da empresa de corretagem – afirmou que todos pareciam tão felizes, perguntando-se porque ele próprio não poderia ser feliz assim. Ai começava sua intensa procura da felicidade, não obstante, a presente falta de recursos financeiros intensificava as discussões entre Chris e sua esposa. Daí, as dificuldades de manter a casa e a creche de seu filho provocam o divórcio.

Isso aconteceu não porque Linda tivesse algum fascínio por dinheiro, mas porque não conseguia mais suportar o fato de ter que trabalhar dobrado para sustentar marido e filho. A discussão definitiva se passa por volta dos 35 minutos de filme, quando ela afirma, no meio da rua, que já não é mais feliz. A felicidade, então, volta a ser o tema mais importante da trama, ao passo em que se torna legítima preocupação para Chris Gardner. Não se inquieta com a sua felicidade, nesse momento de crise conjugal, focando na felicidade de seu filho,

pois ele insiste em manter a sua guarda, mesmo a mãe se mudando para longe. A preocupação é evidente quando ele pergunta ao menino se ele é feliz; a resposta positiva da criança parece ser o alento que ele precisava para manter viva sua acentuada perseverança. Na sequência, ele é despejado, preso e se vê obrigado a dormir em abrigos com seu menino. Apesar de tantos reveses, Chris Gardner não estava enfrentando nada além dele mesmo, isto é, as adversidades de sua vida foram obstáculos criados pela sua própria noção de felicidade. A positividade do filme, portanto, está em demonstrar como é possível superar a si mesmo.

Ao discutir a resiliência, Simão e Saldanha (2012), com base na tese de Barbosa (2006, p. 298), identificam “[...] sete competências humanas como potencializadoras dos mecanismos de resiliência”. Cada uma dessas competências pode ser reconhecida no filme, todas balizadas ou tonificadas pelas forças de caráter positivas do protagonista. De forma sintética, as competências se referem a: (i) administrar emoções, ou manter-se sereno diante de circunstâncias de estresse; (ii) controlar impulsos, que é a capacidade de controlar estímulos nervosos que levam à somatização psicológica; (iii) manter-se otimista; (iv) analisar o ambiente, que é um fator racional que permite compreender as contingências e selecionar o que é mais favorável; (v) empatia, ou a habilidade de compreender os sentimentos dos outros; (vi) autoeficácia, que é a capacidade de reconhecer os melhores recursos de si mesmo para resolver problemas ou alcançar objetivos; e (vii) alcançar pessoas, que é o jeito de lidar adequadamente com as pessoas e, assim, formar vínculos.

As cenas seguintes ao momento em que Chris Gardner decide perseguir a carreira de corretor no mercado de ações vão demonstrando como o personagem gerencia suas forças de caráter, seus valores e as habilidades de resiliência discriminadas por Simão e Saldanha (2012). Há altos e

Fortunato, I., & Schwartz, G. M. Psicologia Positiva, cinema e a resiliência de si: libertar-se do próprio eu

baixos em todas as habilidades e, apesar de tamanha persistência, até mesmo seu otimismo é colocado em xeque por ele mesmo, pensando, em várias ocasiões, que algumas pessoas não nasceram para serem felizes – incluindo a si próprio. Gardner é capaz de manter a calma, quando sua esposa diz que vai deixá-lo, mas perde a compostura quando lhe tentam tomar a frente na fila para o abrigo. Para se destacar no programa de estágio para se tornar corretor, mostra frieza ao reconhecer as contingências do ambiente e, para conquistar seu primeiro cliente importante, usa da empatia. Assim, é preciso considerar as ações do personagem como fez Niemiec (2007): cada batalha que Gardner travava para superar seus desafios era uma batalha que promovia positivamente seu repertório de pensamento e atitudes, especialmente seu encaixe pela felicidade. Ainda assim, o autor alerta para as mensagens implícitas no longa-metragem de que a busca da felicidade implica trabalhar muito mais que os colegas (não tomar água, não usar o banheiro etc.) e que ser feliz equivale a ter um carro conversível e muito dinheiro.

No filme, é perceptível como essa relação leviana entre felicidade e dinheiro foi sendo tomada como o caminho para a felicidade, por Gardner, seja pela vontade de poder assistir aos jogos de futebol americano do camarote, seja pelo desejo de dar uma vida de conforto ao filho, seja por qualquer outro motivo. Apesar de esse caminho ter possibilitado estabelecer mecanismos para potencializar suas forças para resiliência, é preciso considerar uma mensagem subjacente a todo esse processo: o maior obstáculo enfrentado por Chris foi ele mesmo. Afinal, muitos (se não todos) reveses que lhe surgiram foram estabelecidos por ele: se lhe faltou dinheiro, é porque tomou uma decisão equivocada ao investir na geringonça de densidade óssea; se divorciou, é porque não foi capaz de compartilhar das dificuldades vividas pela esposa; se foi preso, é porque não pagou pelas inúmeras multas de trânsito, se

precisou dormir no banheiro da estação de metrô com seu filho, ou fazê-lo passar vários dias correndo até o abrigo para ter onde tomar banho, comer e descansar, é porque teimou que poderia cuidar da criança. Enfim, após ter dado conta de todos esses entraves, Chris libertou-se e pode, nos últimos minutos do filme, narrar a parte da sua vida que ele nomeou “felicidade”.

Culpa e a resiliência de si

[...] um lado do paradoxo é que a perda *não* é um evento propriamente positivo que, de forma intrínseca, cria forças humanas. O outro lado do paradoxo é que as experiências de perda podem se tornar um meio profundo para revelar forças e o potencial humano. A perda é uma parte de vida de todos os seres humanos. O desenvolvimento psicológico muitas vezes está associado à adaptação às principais perdas. Sabemos que essa adaptação é facilitada pela atitude de criar um significado positivo ao lidar com uma perda importante (Miller & Harvey, 2001, p. 315, grifo dos autores, tradução livre)

Esta seção inicia com uma citação a respeito do paradoxo da perda: apesar de toda negatividade que a envolve, uma perda (a morte de um ente querido, uma separação, demissão, destruição de patrimônio por desastres naturais, etc.) carrega aspectos positivos, na medida em que pode levar a pessoa a descobrir e/ou fortalecer suas forças de caráter e desenvolver atitudes positivas. Os autores citados, Miller e Harvey (2001), promoveram um estudo que buscou aproximar a Psicologia da Perda com a Psicologia Positiva. No estudo, os autores notaram que os indivíduos que conseguem estabelecer significados positivos para sua perda são os que se readaptam mais facilmente. Para além da simples “readaptação”, os autores discutem a “elaboração da resiliência” como resultado positivo de uma perda, pois algumas pessoas conseguem lidar com sua perda e, ainda, desenvolver uma vida posterior muito mais produtiva e gratificante. O

cinema ajuda a entender essa elaboração, principalmente por meio dos filmes de Psicologia Positiva, nos quais um personagem apresenta desenvolvimento máximo de uma ou mais forças de caráter na superação de um obstáculo.

Excelente exemplo disse está em “A morte e vida de Charlie” (2010), filme adaptado de romance homônimo. Na história, Charlie é um jovem egresso do ensino médio, prestes a iniciar seus estudos universitários, tendo a conquista de seus sonhos abreviada por uma tragédia: a morte acidental de seu irmão mais novo, Sam, a qual Charlie assume, para si, a responsabilidade pelo ocorrido. Afinal, ele havia permitido que o caçula entrasse no carro que dirigia e que seria destruído por um caminhão. Na fatalidade, Charlie sobreviveu após intensa intervenção de um paramédico, que não desistiu de salvá-lo. Sam, por outro lado, não resistiu ao impacto e veio a óbito no local da batida.

O longa-metragem sobre a vida (e morte) de Charlie Saint Cloud teve a elaboração do protagonista inspirado em um romance de ficção, escrito por Ben Sherwood (2010). Essa película evidencia aspectos positivos, especialmente o fato de apresentar um protagonista que supera obstáculos somente depois de revelar (para si) e fortalecer suas próprias forças de caráter e atitudes. Esse aspecto, potencialmente, torna o filme inspirador para espectadores, especialmente para aqueles que lidam com situações similares de luto e/ou culpa. Isso porque o tom inspirador da narração cinematográfica torna-se, conforme Miller e Harvey (2001), uma metafórica lente para compreender como a perda pode tornar-se eixo fundante de uma Psicologia Positiva.

Aliás, com relação à perda de seu irmão caçula, as atitudes de Charlie inicialmente correspondem à literatura, especialmente de acordo com o levantamento realizado por Miller e Harvey (2001). Segundo os autores, algumas pessoas que sofrem uma perda

intensamente nocente acreditam ser praticamente impossível transformá-la em fonte de estímulo para uma vida mais próspera; outras, por sua vez, recaem num espaço de racionalização e (auto) culpa, como forma de tentar lidar com o ocorrido. Curiosamente, Charlie renuncia à prosperidade que se avizinhava em sua jornada, ao mesmo tempo em que assume total responsabilidade pelo acidente que tirou a vida de seu irmão mais novo. Dessa forma, vê-se que o jovem Charlie acaba por deliberar que permaneceria no ladrilho da culpa pelo resto de sua vida-trilha.

Miller e Harvey (2001) já tinham anotado que uma perda que se dá por meio de uma morte trágica pode se tornar um fardo avassalador para muitas pessoas. No caso de Charlie Saint Cloud, esse fardo se tornou exaustivamente pesado, o qual só foi aliviado por causa de seu intenso processo resiliente. Afinal, conforme declararam os autores, “[...] a presença de resiliência constitui o núcleo do nosso argumento sobre o potencial humano para construir atos de grande valor e significado de eventos que representam uma grande perda para o indivíduo” (p. 319, tradução livre). Para o espectador, torna-se inspirador compreender como Charlie conseguiu *libertar-se* da culpa para, progressivamente, reencontrar paz, amor e vontade de perseguir até conquistar seus sonhos. Para a Psicologia Positiva, tal compreensão apenas fortalece seus predicados de que a vida é plena de estímulos, que nos impelem a desfrutá-la plenamente, quando se localiza seus aspectos positivos de felicidade e de bem-estar.

O filme se desenvolve sempre pela linguagem invisível de um narrador onipresente que, logo na cena inicial e nas subsequentes, aproveita para estabelecer todo contexto que demarcaria a vida estagnada de Charlie, ao passo em que dá pistas dos elementos mais importantes que, mais tarde, permitiram ao jovem reencontrar o próximo ladrilho em sua vida-trilha – que ficou estacionária por longos

cinco anos. Charlie é apresentado como um adolescente que está concluindo o ensino médio, mora com a mãe, que é enfermeira, e com o irmão mais novo, Sam. O jovem é descrito como um excelente esportista, especialista em iatismo, o que é valorizado pelas universidades norte-americanas, garantindo-lhe acesso para o ano seguinte via bolsa parcial de estudos. Nesse prefácio, o narrador quer deixar evidente o acentuado elo fraterno entre os dois meninos, enfatizando a qualidade de irmão-mais-velho-protetor. De maneira menos patente, o narrador mostra que Charlie tinha um olhar afeiçoado por uma garota de sua escola chamada Tess, concluinte como ele, iatista como ele, com a qual não conversava sobre seus sentimentos – eis as pistas que o narrador fornece a respeito da inspiração para o processo resiliente que libertará Charlie anos mais tarde.

Mas, no preâmbulo do filme, o narrador não está interessado apenas em demonstrar que os irmãos são melhores amigos e que Charlie exibe características de protetor. A cena que acontece por volta dos seis minutos marca um ritmo importante para a história: todos os dias, na cidade em que vivem, disparos de canhões assinalam o pôr do sol. Na referida cena, Charlie está impaciente, esperando pelo irmão chegar para jogarem basebol. Eis que fazem um trato: todos os dias irão se encontrar para jogar durante uma hora, a partir dos disparos ao pôr do sol. Fica acertado que o trato se desfaz se Sam se atrasar, um dia que seja.

Algumas cenas adiante, os irmãos estão dentro do carro, à noite. Charlie estava a caminho de uma festa, embora Sam não devesse estar com ele. Aliás, pelo contexto da cena, nem Charlie deveria estar no carro, pois sua mãe o havia colocado como responsável por cuidar do mais novo, em casa, enquanto ela cumpria um plantão noturno no hospital. Mas Charlie tinha planos de se divertir e resolve seguir para a festa. Sam não estava a fim de ficar em casa sozinho assistindo a um jogo, então pede

que seu irmão o leve à casa de um amigo. Meio contrariado, Charlie acaba cedendo, sem saber que estava colocando a vida de ambos em perigo. Durante o trajeto pela cidade, por volta dos dez minutos de filme, os irmãos travam um diálogo que apenas fortalecerá o sentimento de culpa: Sam está triste porque o irmão vai se afastar para cursar faculdade, mas Charlie promete vê-lo o tempo todo e que, diferentemente de seu pai, não vai abandoná-lo. Mas logo na sequência, seu carro é destruído por um caminhão, por conta da imprudência de um motorista, que o narrador sequer menciona quem é. Charlie consegue sobreviver, graças aos esforços do paramédico, contudo, desperta ao lado do corpo de Sam, dentro da ambulância que o levava ao hospital.

A cena seguinte é o funeral. Charlie está com a luva de basebol nas mãos, pronto para jogá-la sobre caixão do irmão, como gesto simbólico de enterrá-lo com o objeto que representava sua paixão em vida. Mas Charlie não consegue jogar as luvas; em vez disso, sai correndo: havia escutado os canhões do pôr do sol. De repente, cai no meio do bosque. Eis que chega Sam, bravo porque o irmão mais velho estaria atrasado. Charlie, então, reforça o trato que tinham e marca aquele lugar como local de encontro diário, ao soar dos canhões, para jogarem basebol. Era uma promessa que fazia para a visão que estava tendo de seu falecido irmão caçula.

Bertran e Gomes (2013), ao analisarem o sentido psicológico da perda, encontraram, no cinema, poderoso aliado, capaz de materializar diversas teorias. Curiosamente, o caso da trama de Charlie parece se adequar plenamente ao sentido do luto apontado pelos autores, os quais afirmam: “[...] o luto ocorre quando a pessoa, desestruturada pela perda, recolhe-se no si mesmo e nega o impulso de vida, por certo tempo, até conseguir metabolizar este sofrimento e voltar a se abrir para novas possibilidades [...]” (p. 81). A cena do sepultamento de Sam deixa a nu a

desestruturação de Charlie pela perda do caçula, especialmente quando corre a esmo pela mata, até reencontrar o irmão. Na sequência, o filme apresenta uma elipse de cinco anos, a qual demonstra que Charlie recolheu-se em si mesmo e negou o impulso da vida: aceitou um emprego no cemitério para poder se encontrar com o falecido irmão todos os dias, no fim da tarde, para poderem jogar basebol, conforme havia prometido. A maior parte do filme foi elaborada de forma a demonstrar como Charlie conseguiu desenvolver um processo de resiliência de si mesmo, “metabolizando” sua culpa, libertando-se para retomar sua vida e investindo em novas possibilidades positivas. Incluindo, nesse rol, o amor que sempre nutriu pela jovem Tess.

Passados cinco anos, o narrador exibe um Charlie bastante transtornado pela perda do irmão. Sua mãe se mudou de cidade, sendo que Charlie permaneceu no cemitério, onde conseguiu trabalho como zelador e uma casa para morar. Guarda, na sua casa, uma grande quantidade de caixas com as coisas do irmão, pois não teve coragem de se livrar delas (como se isso implicasse se livrar dele). Passa os dias cuidando do cemitério, porém sempre atento a uma tabela que indica o horário que o sol irá se por; afinal, não poderia perder (sequer se atrasar) seu encontro diário com o caçula que se foi.

Peres, Mercante e Nasello (2005) anotaram que o processo florescente da resiliência está na maneira como cada indivíduo percebe sua própria capacidade de lidar com a perda, especialmente a capacidade de lidar consigo mesmo. Essa percepção está diretamente relacionada com a compreensão de seus diálogos internos após o ocorrido. Segundo os autores, “[...] os diálogos internos de autopiedade, desamparo, autovitimização e autodepreciação podem realçar as emoções negativas relacionadas à memória traumática e exacerbar o sofrimento psicológico.” (p. 133). Nas primeiras cenas

pós os cinco anos de elipse, Charlie não consegue, ainda, perceber seus diálogos internos de culpa e demais predicados apontados pelos autores. Além da interação diária com seu falecido irmão caçula, o narrador mostra um momento em que Charlie estaria conversando com seu amigo de colégio, que se tornou tenente da marinha e morreu em combate – mas o amigo não passava de um diálogo interno projetado.

Nesse íterim, Charlie reencontra a moça por quem era apaixonado na escola, quando Tess vai até o cemitério visitar o túmulo do pai. O narrador vai revelando uma aproximação afetiva entre os dois, que vai se nutrindo conforme ambos reconhecem suas pareências: seu fascínio por velejar e a dor do luto, ela, pela perda do pai e ele, pela trágica morte do irmão caçula. Essa aproximação com Tess vai “prejudicando” a relação de Charlie com Sam, pois, quanto mais tempo passa com a garota, menos tempo se dedica à promessa feita ao irmão. O que o narrador demora para revelar é que a relação com Tess também se dá por meio de um diálogo interno de Charlie. Afinal, nas cenas em que está se aproximando afetivamente de Tess, a garota está desaparecida no mar, pois seu barco já não estava mais sendo localizado pelos radares da guarda costeira, após passar sob intensa tempestade.

Isso quer dizer que ele estaria se afastando de seu irmão menor não porque iniciava um relacionamento amoroso, mas porque começava a perceber que sua vida não pode ser igualmente abreviada como a de Sam – por mais que ele se culpe pelo trágico e fatal acidente de carro ocorrido com eles cinco anos atrás. Esse conflito gerado pelo próprio Charlie vai ao encontro ao que foi postulado por Peres, Mercante e Nasello (2005, p. 133), ao afirmarem que “[...] as pessoas que cultivam diálogos internos de enfrentamento, procurando modificar o presente positivamente, superam com maior facilidade traumas psicológicos”. Os autores revelam, ainda,

que a resiliência para um futuro positivo depende da percepção das próprias capacidades de enfrentamento.

Assim, ao criar diálogos internos com Tess, Charlie estaria nutrindo uma percepção mais saudável de si mesmo. Mas isso não se dá sem intensos momentos de dúvidas e conflitos. Por volta dos 45 minutos de filme, Charlie está jogando basebol com seu irmão e eles começam a discutir a respeito da viagem de barco solitária que Tess estaria prestes a fazer. Sam desafia seu irmão, dizendo que não conseguiria realizar uma viagem desse tipo, pois não seria capaz de ficar seis meses sozinho. Charlie rebate, dizendo que conseguiria, mas, por razões óbvias, não sairia do cemitério – mesmo tendo aval do caçula. Na sequência, a aproximação amorosa com Tess vai se intensificando e, quando estão abraçados, se curtindo, a garota pede que ele a acompanhe na navegação. Charlie diz que não pode se arriscar dessa maneira. E sai correndo, porque os canhões do pôr do sol começam a disparar.

Peres, Mercante e Nasello (2005) apresentam três dimensões para promoção da resiliência após severo trauma: motivação, crença e opinião. A *motivação* diz respeito ao sentido que se dá à vida diária, ou seja, trata-se de responder à pergunta: por que a vida, da maneira como ficou depois do trauma, ainda pode ser plenamente desfrutada? Já a *crença* está na confiança de que se pode influenciar o meio e o que dele resulta. Por fim, a *opinião* é a habilidade de aprender com as experiências, sejam positivas, sejam negativas. Até o momento de se reencontrar com Tess e viver a paixão, a vida de Charlie estava mesmo estagnada. Não havia outra motivação senão a de manter viva a memória de seu irmão, mesmo que isso significasse se esconder na mata e jogar bola com ele. Sua crença estava muito limitada, como se ele tivesse nenhuma influência sobre o meio, já que este teria resultado na morte injusta do irmão. Por

fim, mantinha a opinião de que ele não teria direito a uma vida plena, pois deveria ter morrido no acidente junto com Sam.

No entanto, Charlie parecia começar a nutrir uma motivação para sua vida: o amor por Tess. Tal motivação criou intenso conflito interno, fazendo com que Charlie criasse um momento de confronto entre seu irmão caçula e a amada. Parecia que teria de escolher um dos dois, pois, se ficasse com Tess e com ela fosse velejar pelo mundo, quebraria o pacto feito com Sam de se encontrarem, todos os dias ao pôr do sol, para jogarem basebol. Por outro lado, se escolhesse o irmão, perderia o amor e a consequente motivação que poderia tirá-lo do marasmo que havia se colocado. Nesse confronto, Charlie decide mandar Tess embora. Não havia, ainda, encontrado meios para as dimensões de crença e opinião, capazes de desencadear o processo de resiliência, embora a motivação já estivesse promovendo sua libertação. Essa situação vai ao encontro do que foi enunciado por Yunes e Szymanski (2001, p. 16), relacionando a resiliência “à presença de pelo menos uma relação com um outro significativo, seja da família ou do mundo social, na trajetória de vida da pessoa”.

Eis que, angustiado, Charlie decide acreditar que ele é capaz de influenciar seu próprio meio. Cansado de nada fazer com sua vida, porque o pacto que havia feito com o falecido caçula não o permitia deixar a rotina criada no cemitério, ele sai ao encalço de Tess, pois sentia que ela ainda estava viva. Ao sair à sua procura, Charlie precisa faltar, pela primeira vez em mais de cinco anos, ao encontro diário ao pôr do sol com seu irmão. Finalmente, Charlie aprendera a seguir em frente, manifestando a dimensão da opinião: havia aprendido, pela trágica experiência de perder o irmão, que é possível seguir em frente, almejar e batalhar para conquistar vida plena.

O filme segue para seu final feliz. Charlie consegue encontrar a garota com vida e a ajuda a se recuperar. Na sequência, os dois se descobrem apaixonados e podem

Fortunato, I., & Schwartz, G. M. Psicologia Positiva, cinema e a resiliência de si: libertar-se do próprio eu

compartilhar do que mais gostam, que é velejar. Charlie finalmente se livra das caixas que guardavam as coisas de Sam e se muda do cemitério: havia se libertado da culpa. Na última cena, ele segue até o local onde encontrava o irmão caçula, que o manteve estagnado por mais de cinco anos. Ali, ele promete ser, para sempre, o irmão mais velho. Sentia-se magoado com tudo isso, contudo, ouve de Sam que ele só se sente magoado porque está vivo. O desenrolar dessa cena é bastante poético, pois Charlie move-se por entre as árvores que são entrecortadas pelas luzes do arrebol. Uma música bastante inspiradora preenche a paisagem, enquanto, com a bola de baseball em suas mãos, simbolizando o eterno laço fraterno com o irmão, caminha até Tess. Pode-se até imaginar a expressão “viveram felizes para sempre” estampando a tela antes dos créditos.

Considerações finais, ou a resiliência de si aprendidas com Chris e Charlie

Muitas mulheres eu amei e com tantas me casei
 Mas agora é Raul Seixas que Raul vai encarar
 Nem todo bem que conquistei, nem todo mal que eu causei
 Me dão direito de poder lhe ensinar.
 (Raul Seixas, 1989)

Neste artigo, o objetivo foi articular a relação tripartida entre cinema, resiliência e Psicologia Positiva a partir de uma perspectiva específica de resiliência, que é a resiliência de si mesmo. Os dois filmes aqui utilizados como meio para discutir essa relação são filmes de Psicologia Positiva, ou seja, apresentam histórias capazes de inspirar mudanças positivas nos espectadores, pois carregam elementos de superação clara de obstáculos. Não só isso, pois são envolvidos por uma atmosfera inspiradora, seja pela própria narrativa, seja pelos elementos que compõem sua fotografia, paisagem sonora, jogos de corte e sequência.

Apesar de os filmes tratarem de histórias muito diferentes, ambos são muito semelhantes em uma condição: os protagonistas precisam, de alguma maneira, superar a si mesmos para conquistar uma vida plena de bem-estar e felicidade. Seu maior desafio, portanto, é bastante similar ao que foi entonado pelo cantor e compositor Raul Seixas (1989), na estrofe reproduzida na epígrafe: é preciso encarar a si mesmo. Contudo, ao contrário de Raul, que somente se deu conta dessa premissa no seu último ano de vida, as histórias cinematográficas de Chris Gardner e de Charlie Saint Cloud são incentivos à promoção da resiliência de si enquanto ainda há bastante tempo para autorrealização.

Tomou-se a metáfora da vida-trilho como meio para reconhecer a procura da felicidade de Gardner, que a compreendia apenas como um devir e não um ladrilho possível na jornada da existência. Mas sua heroica trajetória como uma pessoa comum, que batalhou para vencer na vida, apenas demonstrou o contrário, ou seja, que é possível ser feliz. Ainda que esse ladrilho somente seja conquistado no prólogo do filme, ou da vida. Isso porque, na discussão apresentada sobre como o cinema promove o desenvolvimento humano, foi indicada a sua capacidade de produção de metáforas, isto é, o que se passa na tela pode muito bem refletir uma analogia do que o espectador já viveu, está vivendo e/ou deseja para sua própria vida. Nas discussões também foi reforçado o vínculo do cinema com o imaginário, por meio da exibição das aventuras, dilemas e desafios de heróis, do poético ao prosaico, do surreal e do cotidiano. Buscou-se demonstrar como o personagem Chris Gardner foi caracterizado como um herói simpático, alavancando o que autores da Psicologia Positiva, como Niemiec (2012), nomearam de admiração cinematográfica: a inspiração positiva que leva a querer agir positivamente.

Fortunato, I., & Schwartz, G. M. Psicologia Positiva, cinema e a resiliência de si: libertar-se do próprio eu

Fechando a tríade cinema, Psicologia Positiva e resiliência, a história de Chris Gardner à procura da felicidade, sua e de seu filho, é uma lição completa a respeito das competências potencializadoras da resiliência, conforme Simão e Saldanha (2012). Isso porque, no filme, o herói simpático consegue administrar suas emoções e impulsos. Também se mostra capaz de aferir assertivamente os ambientes que frequenta, criar empatia e estabelecer vínculos, além, claro, de reconhecer suas próprias forças e fraquezas e manter-se, quase irrestritamente, otimista.

Já para compreender o processo de resiliência de Charlie Saint Cloud, foi tomada a particular relação entre a Psicologia da Perda e a Psicologia Positiva para delinear o processo de resiliência desenvolvido pelo protagonista. O filme mostra como a perda e a culpa são poderosos elementos limitadores da própria vida, pois o jovem Charlie acabou por interromper sua busca por caminhos mais prósperos, quando assumiu, para si, a culpa pelo trágico acidente que levou à morte do irmão caçula. Assim, a produção cinematográfica ajuda a compreender importante processo de resiliência, fundado por três dimensões intrínsecas ao indivíduo: motivação para a vida, crença na própria capacidade de controlar o ambiente e a opinião de que todas as experiências vividas, positivas ou negativas, servem para o aprendizado de novas atitudes.

Uma das cenas do filme, inclusive, revela o momento em que Charlie decide transformar positivamente sua vida, libertando-se da culpa que o mantinha apenas sobrevivendo. Isso acontece quando ele está determinado a encontrar a garota que está à deriva em alto-mar, sendo preciso decidir se volta para o cemitério a tempo de jogar basebol com a imagem do falecido irmão ou se continua no mar velejando à procura de Tess. A cena é marcada pela pergunta de seu colega de trabalho, que está com ele na embarcação: “Charlie, vamos

em frente ou voltamos atrás?”. A decisão de prosseguir torna-se uma potencial lição de como é possível reinventar-se pois, se Charlie estava sublimando a culpa, a janela aberta pelo personagem pode levar o espectador a compreender que é possível libertar-se de qualquer amarra que esteja impedindo-lhe seguir em frente. Eis, portanto, como a linguagem metafórica do cinema pode colaborar com a promoção de atitudes e valores.

Assim, seja no enalço da felicidade, seja na elaboração do luto, os personagens Chris e Charlie são importantes mentores da Psicologia Positiva, na medida em que buscaram, para si mesmos, meios de se libertarem daquilo que os impedia de conquistar satisfação com a própria vida. O estudo de Oliveira *et al.* (2016, p. 178) teve como objetivo correlacionar as forças de caráter da Psicologia Positiva com tal satisfação, definida como “[...] uma avaliação cognitiva positiva da vida pessoal como um todo”. Fica evidente, então, que a satisfação com a própria vida é algo bastante pessoal, pois depende da avaliação de si próprio. O que o cinema promove, nesse sentido, é o que já foi bastante delineado em outro ensaio (Fontana, Schwartz, 2018): cada filme é uma alegórica janela para novos e diferentes caminhos para a vida. Filmes edificantes, como esses que compartilham trechos da vida de Chris e Charlie, apresentam caminhos igualmente inspiradores para quem os assiste. No entanto, é importante destacar que a conquista da felicidade, pelo trabalho ou pelo amor, é apenas uma metáfora criada pela linguagem do cinema, sobre a qual cada um se espelha de forma singular.

Referências

À Procura da Felicidade (2006). Direção: Gabriele Muccino. Produção: Columbia Pictures. Elenco: Will Smith, Thandie Newton, Jaden Smith.

Fortunato, I., & Schwartz, G. M. Psicologia Positiva, cinema e a resiliência de si: libertar-se do próprio eu

- Roteiro: Steven Conrad. Música: Andrea Guerra. Drama 117m.
- A morte e vida de Charlie. (2010). Direção: Burr Steers. Produção: Universal Studios. Elenco: Zac Efron, Amanda Crew, Charlie Tahan. Roteiro: Craig Pearce. Música: Rolfe Kent. Drama 99m.
- Barbosa, G. S. (2006). *Resiliência em professores do ensino fundamental de 5ª a 8ª série: validação e aplicação do "questionário do índice de resiliência: adultos Reivich – Shatté/Barbosa"*. Tese de doutorado em Psicologia Clínica, Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo.
- Bertran, D., & Gomes, I. C. (2013). A vincularidade enquanto malha e seu esgarçamento ante o luto. *Pensando Famílias*, Porto Alegre, 17(1), 77-88.
- Campbell, J. (1995). *O herói de mil faces*. (12a ed., A. U. Sobral, Trad.). São Paulo: Editora Pensamento-Cultrix.
- Fortunato, I. (2018). *Quando a resiliência vai ao cinema: superação e felicidade pela ótica da Psicologia Positiva*. Tese de doutorado em Desenvolvimento Humano e Tecnologias, Instituto de Biociências, Universidade Estadual Paulista, Rio Claro.
- King, L. A., Eells, J. E., & Burton, C. M. (2004). The Good Life, Broadly and Narrowly Considered. In P. A. Linley & S. Joseph. (ed.). *Positive Psychology in Practice* (pp. 35-52). Hoboken, New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.
- Miller, E. D., & Harvey, J. H. (2001). The Interface of Positive Psychology with a Psychology of Loss: a Brave New World? *American Journal of Psychotherapy*, New York, 55(3), 313-322.
- Morin, E. (1987). *Cultura de massas no século XX: o espírito do tempo – I Neurose* (7a ed., M. R. Sardinha, Trad.). Rio de Janeiro: Forense-Universitária.
- Niemiec, R. M. (2012). Cinematic Elevation and Cinematic Admiration: Can Watching Movies Positively Impact You?. *Amplifier*, Washington, 10(1), 10-11.
- Niemiec, R. M. (2007). What is a Positive Psychology Film? [Review of the Motion Picture *The Pursuit of Happyness*]. *PsycCRITIQUES*, Washington, 52(38).
- Niemiec, R. M., & Wedding, D. (2014). *Positive Psychology at the Movies 2: Using Films to Build Character Strength and Well-Being*. Boston: Hogrefe.
- Niemiec, R. M., & Wedding, D. (2012). *Psicologia Positiva dos filmes: usando filmes para construir virtudes e características fortes*. (S. Strong, Trad.). Barueri: Novo Século.
- Oliveira, C., Nunes, M. F. O., Legal, E. J., & Noronha, A. P. P. (2016). Bem-estar subjetivo: estudo de correlação com as Forças de Caráter. *Avaliação Psicológica*, Campinas, 15(2), 177-185.
- Park, N., Peterson, C., & Seligman, P. (2004). Strengths of Character and Well-Being. *Journal of Social and Clinical Psychology*, Tallahassee, 23(5), 603-619.
- Peres, J. F. P., Mercante, J. P. P., & Nasello, A. G. (2005). Promovendo resiliência em vítimas de trauma psicológico. *Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul*, Porto Alegre, 27(2), 131-138.
- Peterson, C., & Seligman, M. (2004). *Character Strengths and Virtues: a Handbook and Classification*. New York: Oxford University Press.
- Seixas, R. (1989). Banquete de lixo. In R. Seixas. *A panela do diabo*. Gravadora WEA, 1989. 1 CD. Faixa 5.
- Sherwood, B. (2010). *Morte e vida de Charlie St. Cloud: um coração dividido entre dois mundos*. Ribeirão Preto: Novo Conceito.

Fortunato, I., & Schwartz, G. M. Psicologia Positiva, cinema e a resiliência de si: libertar-se do próprio eu

- Simão, M. J. P., & Saldanha, V. (2012). Resiliência e Psicologia Transpessoal: fortalecimento de valores, ações e espiritualidade. *O Mundo da Saúde*, São Paulo, 36(2), 291-302.
- Vanoye, F., & Goliot-Lété, A. (2008). *Ensaio sobre a análise fílmica*. (5a ed., M. Appenzeller, Trad.). Campinas: Papirus.
- Xavier, I. (2005). *O discurso cinematográfico: a opacidade e a transparência* (3a ed.). São Paulo: Paz e Terra.
- Yunes, M. A. M., & Szymanski, H. (2001). Resiliência: noção, conceitos afins e considerações críticas. In J. Tavares (Org.). *Resiliência e educação* (pp. 13-42). São Paulo: Cortez.
- Yunes, M. A. M. (2006). Psicologia Positiva e resiliência: foco no indivíduo e na família. In D. D. Dell’Aglío, S. H. Koller & M. A. M. Yunes. *Resiliência e Psicologia Positiva: interfaces do risco à proteção* (pp. 45-68). São Paulo: Casa do Psicólogo.

Recebido em: 12/9/2018

Aprovado em: 11/4/2019