

□ Tempo de leitura: 12 min.

A psicologia moderna demonstrou a importância e a influência das emoções na vida da psique humana e se sabe que as emoções são particularmente fortes durante a juventude. Mas quase não se fala das «paixões da alma», que a antropologia clássica analisou cuidadosamente, como testemunha a obra de Francisco de Sales, particularmente quando escreve que «a alma, enquanto tal, é a fonte das paixões». Em seu vocabulário, o termo «emoção» não aparece ainda com as conotações que lhe atribuímos hoje. Dirá, em vez disso, que as nossas «paixões» em certas circunstâncias são «moções». No âmbito educativo, a questão que se coloca diz respeito à atitude que convém ter diante dessas manifestações involuntárias da nossa sensibilidade, que têm sempre um componente fisiológico.

«Eu sou um pobre homem e nada mais»

Todos aqueles que conheceram Francisco de Sales notaram sua grande sensibilidade e emotividade. O sangue lhe subia à cabeça e o rosto ficava todo vermelho. Conhecemos seus acessos de ira contra os «hereges» e a cortesã de Pádua. Como toda pessoa nascida na Saboia, era «habitualmente calmo e doce, mas capaz de terríveis acessos de ira; era um vulcão sob a neve». Sua sensibilidade era muito viva. Por ocasião da morte de Jeanne, sua irmã mais nova, escrevia a Joana Francisca Frémiot de Chantal, também consternada:

Ai de mim, minha filha: eu sou um pobre homem e nada mais. Meu coração se enterneceu muito mais do que jamais imaginei; mas a verdade é que muito contribuiu o desgosto vosso e de minha mãe: tive medo pelo vosso coração e pelo de minha mãe.

Na morte da mãe, não escondeu que aquela separação lhe havia feito derramar lágrimas; teve a dura coragem de lhe fechar os olhos e a boca e de lhe dar um último beijo, mas depois disso, confidenciava a Joana Francisca Frémiot de Chantal, «o coração se encheu de emoção e chorei por esta boa mãe mais do que jamais havia feito desde o dia em que abracei o sacerdócio». Ele, de fato, não freava as constantes manifestações exteriores de seus sentimentos, que seu humanismo aceitava tranquilamente. Um precioso testemunho de Joana Francisca Frémiot de Chantal nos informa que «o nosso santo não era isento de sentimentos e de muitas das paixões, dos quais não queria ser libertado».

Sabe-se bem que as paixões da alma têm influência sobre o corpo,

provocando reações exteriores aos seus movimentos interiores: «Nós externamos e manifestamos nossas paixões e os movimentos que nossas almas têm em comum com os animais por meio dos olhos, com movimentos das sobrancelhas, da fronte e de todo o rosto». Assim, não está em nosso poder não sentir medo em determinadas circunstâncias: «É como se alguém dissesse a uma pessoa que está vendo vir em sua direção um leão ou um urso: Não tenha medo». Ora, «quando se sente temor, fica-se pálido, e quando somos repreendidos por uma coisa que nos contraria, o sangue sobe ao rosto e ficamos vermelhos, e quando somos contrariados brotam lágrimas de nossos olhos». As crianças «se veem um cão que late, imediatamente começam a gritar e não param até que estejam perto da mamãe».

Quando a senhora de Chantal encontrar o assassino do marido, como reagirá seu «coração»? «Sei que, sem dúvida, vosso coração saltará e se sentirá abalado, e vosso sangue ferverá», prevê o seu diretor espiritual, acrescentando esta lição de sabedoria: «Deus nos faz tocar com a mão, nessas emoções, o quanto é verdade que somos feitos de carne, de ossos e de espírito».

As doze paixões da alma

Na antiguidade, Virgílio, Cícero e Boécio reduziam a quatro as paixões da alma, enquanto Santo Agostinho conhecia uma só paixão dominante, o amor, articulado por sua vez em quatro paixões secundárias: «O amor que tende a possuir aquilo que ama, chama-se cupidez ou *desejo*; quando o consegue e o possui, chama-se *alegria*; quando foge daquilo que lhe é contrário, chama-se *temor*; se lhe acontece de perdê-lo e se sente o peso disso, chama-se *tristeza*».

No seu livro “Filoteia”, Francisco de Sales assinala sete paixões da alma, comparando-as às cordas que o tocador de alaúde deve afinar, de vez em quando: o *amor*, o *ódio*, o *desejo*, o *temor*, a *esperança*, a *tristeza* e a *alegria*.

No seu livro “Teótimo”, vai além e enumera até doze. Surpreende que «esta multidão de paixões [...] seja deixada em nossas almas!». As primeiras cinco têm por objeto o bem, ou seja, tudo aquilo que nossa sensibilidade nos faz espontaneamente buscar e apreciar como bom para nós (pensemos nos bens fundamentais da vida, da saúde e da alegria):

*Se o bem é considerado em si mesmo, segundo sua bondade natural, gera o **amor**, primeira e principal paixão; se o bem é considerado na sua falta, provoca o **desejo**; se, desejando-o, se pensa de poder consegui-lo, tem-se a **esperança**; se se teme não poder obtê-lo, entra-se no **desespero**; e quando, de fato, o possuímos, temos a **alegria**.*

As outras sete paixões são aquelas que nos fazem espontaneamente reagir negativamente diante de tudo aquilo que entendemos como mal a evitar e a combater (pensemos na doença, no sofrimento e na morte):

*Assim que conhecemos o mal, o **odiamos**; se está ausente, **fugamos** dele; se acreditamos de não poder evitá-lo, o **temamos**; se achamos que podemos evitá-lo, nos animemos e tenhamos **coragem**; mas se o sentimos presente, nos entristecemos, e então a **ira** e o desgosto intervêm repentinamente para repeli-lo e afastá-lo ou, ao menos, vingar-se dele; e, se isso não acontece, permanecemos na **tristeza**; mas, se conseguimos repeli-lo ou nos vingarmos, provamos satisfação e uma sensação de paz, que é o prazer do **triunfo**, porque assim como a posse do bem alegra o coração, a vitória sobre o mal satisfaz a coragem.*

Como se vê, às onze paixões da alma propostas por São Tomás de Aquino, Francisco de Sales acrescenta a vitória sobre o mal, que «satisfaz a coragem» e provoca a alegria do triunfo.

O amor, primeira e principal paixão

Como se imaginava, o *amor* é apresentado como a «primeira e principal paixão»: «O amor vem em primeiro lugar, entre as paixões da alma: é o rei de todos os movimentos do coração, transforma em si todo o resto e nos faz ser aquilo que ele ama». «O amor é a primeira paixão da alma», repete.

Ele se manifesta de mil maneiras e sua linguagem é muito diversificada; de fato, «não se expressa somente com palavras, mas também com os olhos, com os gestos e com as ações. No que diz respeito aos olhos, as lágrimas que brotam deles são provas de amor». Há também os «suspiros de amor». Mas tais manifestações de amor são diferentes. A mais habitual e superficial é a emoção ou paixão, a qual põe em movimento quase involuntariamente a sensibilidade.

E o *ódio*? Odiamos espontaneamente aquilo que para nós parece um mal. É preciso saber que, entre as pessoas, há formas de ódio e de aversões instintivas, irracionais, inconscientes, como aquelas existentes entre o burro e o cavalo, entre a vinha e os repolhos. Não temos nenhum domínio sobre eles porque não dependem de nossa vontade.

O desejo e a fuga

O *desejo* é outra realidade fundamental de nossa psique. A vida cotidiana provoca múltiplos desejos, porque o desejo consiste na «esperança de um bem futuro». Os mais comuns desejos naturais são aqueles que «dizem respeito aos

bens, aos prazeres e às honras».

Ao contrário, nós fugimos espontaneamente dos males da vida. A vontade humana de Cristo o impelia a *fugir* das dores e dos sofrimentos da paixão; daí o tremor, a angústia e o suor de sangue.

A esperança e o desespero

A *esperança* diz respeito a um bem que se pensa poder obter. Filoteia é convidada a examinar como se comportou em referência à «esperança, talvez muito frequentemente depositada no mundo e na criatura, e muito pouco em Deus e nas coisas eternas».

Quanto ao *desespero*, vejam por exemplo aquele dos «jovens aspirantes à perfeição»: «Assim encontram uma dificuldade em seu caminho, logo surge uma sensação de desapontamento que os impele a lamentar-se muito, tal a dar a impressão de serem perturbados por grandes tormentos. O orgulho e a vaidade não podem tolerar o mínimo defeito sem se sentirem logo fortemente perturbados, a ponto de chegar ao desespero».

A alegria e a tristeza

A *alegria* é «a satisfação pelo bem obtido». Assim, «quando encontramos aqueles que amamos, não é possível não se comover pela alegria e pela satisfação». A posse de um bem produz infalivelmente uma complacência ou alegria, assim como a lei da gravidade move a pedra: «É o peso que sacode as coisas, as move e as detém: é o peso que move a pedra e a arrasta na descida, assim que são removidos os obstáculos; é o mesmo peso que a faz continuar o movimento para baixo; enfim, é sempre o mesmo peso que a faz parar e se assentar quando chega ao seu lugar».

A alegria leva, por vezes, ao riso. «O riso é uma paixão que irrompe sem que o queiramos e não está em nosso poder retê-lo, tanto damos risadas e somos levados a rir por circunstâncias imprevistas». Nosso Senhor riu? O bispo de Genebra pensa que Jesus sorria quando queria: «Nosso Senhor não podia rir, porque para ele nada era imprevisto, dado que conhecia tudo antes que acontecesse; podia, certamente, sorrir, mas o fazia voluntariamente».

As jovens visitandinas, tomadas às vezes por um irrefreável riso quando uma companheira batia no peito ou uma leitora cometia um erro durante a leitura à mesa, precisavam de uma pequena lição sobre este ponto: «Os loucos riem de qualquer situação, porque tudo os surpreende, não conseguindo prever nada; mas os sábios não riem com tanta leviandade, porque usam muito mais a reflexão, que faz com que prevejam as coisas que devem acontecer». Dito isso, não é um defeito

rir de alguma imperfeição, «desde que não seja algo exagerado».

A *tristeza* é «a dor por um mal presente». Ela «perturba a alma, provoca temores desmedidos, faz experimentar desgosto pela oração, enfraquece e adormece o cérebro, priva a alma de sabedoria, de resolução, de juízo e coragem, e aniquila as forças»; é «como um duro inverno que arruína toda a beleza da terra e torna indolentes todos os animais; porque tira toda a suavidade da alma e a torna preguiçosa e impotente em todas as suas faculdades».

Algumas vezes podem cair no choro: um pai, ao enviar o filho à côrte ou aos estudos, não consegue se conter «de chorar ao se despedir dele»; e «uma filha, embora tenha se casado com a permissão do pai e da mãe, os comove até as lágrimas ao momento de receber a bênção nupcial». Alexandre Magno chorou quando veio a saber que havia outras terras que nunca poderia conquistar: «Como uma criança que chora por uma maçã que lhe é negada, aquele Alexandre, que os historiadores chamam o Grande, mais infantil do que uma criança, começa a chorar copiosamente, porque lhe parece impossível conquistar os outros mundos».

A coragem e o medo

O *temor* se refere a um «mal futuro». Alguns, querendo ser corajosos, andam por aí durante a noite, mas «assim que ouvem uma pedra cair ou o barulho de um rato fugindo, começam a gritar: Meu Deus! – O que houve? O que aconteceu? – Ouvi um barulho. – Mas o era? – Não sei». É necessário ser cauteloso, porque «o medo é um mal maior do que o próprio mal».

Quanto à *coragem*, antes de ser uma virtude, é um sentimento que nos sustenta diante de dificuldades que normalmente deveriam nos abater. Francisco de Sales a experimentou ao empreender uma longa e arriscada visita à sua montanhosa diocese:

Estou prestes a montar a cavalo para a visita pastoral, que durará cerca de cinco meses. [...] Parto cheio de coragem e, desde esta manhã, senti uma grande alegria de poder começar, embora que antes, por vários dias, tivesse sentido vãos temores e tristezas.

A cólera e o sentimento do triunfo

Quanto à *ira* ou *cólera*, não podemos impedir de sermos tomados por ela em certas circunstâncias: «Se me dizem que alguém falou mal de mim ou que me causem alguma outra contrariedade, imediatamente explode a cólera e não me resta nem uma veia que não se contorça, porque o sangue ferve». Mesmo nos mosteiros da Visitação, as ocasiões de irritar-se e zangar-se não faltavam, e os

ataques do «apetite irascível» se faziam sentir prepotentes. Nada de estranho nisso: «Impedir que o ressentimento da cólera se desperte em nós e que o sangue nos suba à cabeça, nunca será possível; seremos afortunados se pudermos ter essa perfeição um pouco antes de morrer». Pode também acontecer «que a ira perturbe e vire de cabeça para baixo o meu pobre coração, que faça sair fumaça pela minha cabeça e que faça o sangue ferver como uma panela no fogo».

O aplacamento da ira, após ter superado o mal, causa a euforia do triunfo. Aquele que triunfa «não pode conter o transbordamento de sua alegria».

Em busca do equilíbrio

As paixões e os movimentos da alma são, na maioria das vezes, independentes da nossa vontade: «Não se pretende que vocês que não tenham paixões; não depende de vocês», dizia às filhas da Visitação, acrescentando: «O que pode fazer uma pessoa para ter este ou aquele temperamento, ser sujeita a esta ou aquela paixão? Tudo está, portanto, nas ações que fazemos derivar por meio daquele movimento, que depende da nossa vontade».

Uma coisa é certa, os movimentos da alma e as paixões fazem do ser humano um ser extremamente sujeito a variações da «temperatura» psicológica, como se fossem variações climáticas. «A sua vida corre sobre esta terra como as águas, flutuando e ondulando em uma perpétua variedade de movimentos». «Hoje se estará feliz ao extremo e, logo depois, exageradamente tristes. Em tempo de carnaval serão vistas demonstrações de alegria e de entusiasmo, com ações tolas e meio loucas, mas depois, logo depois, serão vistos sinais de tristeza e de tédio tão exagerados a ponto de fazer pensar que se trata de coisas terríveis e, aparentemente, irremediáveis. Um outro, no presente, será demasiadamente confiante e nada o assustará, e, logo depois, será tomado por uma angústia que o levará para debaixo da terra».

O diretor espiritual de Joana de Chantal identificou bem as diversas «estações da alma» atravessadas por esta nos inícios de sua fervorosa vida:

Vejo que se encontram em sua alma todas as estações do ano. Ora sentes o inverno através das muitas esterilidades, distrações, cansaços e aborrecimentos; ora os orvalhos do mês de maio, com o perfume das santas florezinhas, e ora o calor dos desejos de agradar ao nosso bom Deus. Não resta senão o outono do qual, como dizes, não vês muitos frutos. Frequentemente acontece que, debulhando o grão ou esmagando a uva, se encontra um fruto mais abundante do que prometiam as colheitas e a vindima. Você gostaria que fosse sempre primavera ou verão; mas não, minha Filha: é preciso que aconteça a alternância das estações no nosso

interior assim como no nosso exterior. Somente no céu tudo será primavera quanto à beleza, tudo será outono, quanto ao gozo, e tudo será verão quanto ao amor. No céu não haverá mais inverno, mas aqui ele é necessário para o exercício da abnegação e de mil pequenas e belas virtudes, que se exercitam no tempo da escassez.

A saúde da alma como a do corpo não pode consistir em eliminar estes quatro humores, mas em alcançar uma «invariabilidade de humor». Quando uma paixão predomina sobre as outras, causa as doenças da alma; e como é extremamente difícil controlá-la, acontece que as pessoas são bizarras e variáveis, e por isso não se vê outra coisa entre elas senão fantasias, inconstâncias e estupidez.

As paixões têm de bom o fato de nos consentir «exercitar a vontade na aquisição da virtude e na vigilância espiritual». Apesar de certas manifestações, nas quais se deve «sufocar e reprimir as paixões», para Francisco de Sales não se trata de eliminá-las, coisa impossível, mas de controlá-las o máximo que se consegue, ou seja, moderá-las e orientá-las a um fim que seja bom.

Não se trata, portanto, de fingir ignorar as nossas manifestações psíquicas, como se não existissem (o que, mais uma vez, é impossível), mas de «vigiar continuamente sobre o próprio coração e sobre o próprio espírito para manter as paixões na norma e sob o controle da razão; caso contrário, sempre se terá coisas novas e comportamentos desiguais». Filoteia só será feliz quando tiver «apaziguado e pacificado tantas paixões que [lhe] provocavam inquietude».

Ter um espírito constante é um dos melhores ornamentos da vida cristã e um dos mais amáveis meios para adquirir e conservar a graça de Deus, e também para edificar o próximo. «A perfeição, portanto, não consiste na ausência das paixões, mas sim na sua correta regulação; as paixões estão para o coração como as cordas para uma harpa: é preciso que estejam afinadas para que possamos dizer: Te louvaremos com a harpa».

Quando as paixões nos fazem perder o equilíbrio interior e exterior, dois métodos são possíveis: «opor paixões contrárias, ou então, opor paixões maiores, mas do mesmo tipo». Se sou perturbado pelo «desejo das riquezas ou do prazer voluptuoso», combaterei tal paixão com o desprezo e a fuga, ou então aspirarei a riquezas e prazeres superiores. Posso lutar contra o medo físico com o seu contrário, que é a coragem, ou então desenvolvendo um temor salutar referente à alma.

O amor de Deus, por sua vez, imprime às paixões uma verdadeira e própria conversão, mudando-lhes a orientação natural e apresentando-lhes um fim espiritual. Por exemplo, «o apetite pelos alimentos pode se tornar muito espiritual

se, antes de satisfazê-lo, lhe é dado o motivo do amor: e não, Senhor, não é para contentar este pobre ventre e nem para satisfazer este apetite que vou à mesa, mas, segundo a tua Providência, é para manter este corpo que tu fizeste sujeito a tal miséria; sim, Senhor, porque assim agradou a ti».

A transformação assim operada se assemelhará a um «artifício» utilizado na alquimia que muda o ferro em ouro. «Ó santa e sacra alquimia!», – escreve o bispo de Genebra – «ó pó divino da fusão, com a qual todos os metais das nossas paixões, afetos e ações se transformam no ouro puríssimo da celeste dileção!».

Mudanças de humor, paixões e imaginações estão profundamente radicados na alma humana: representam um recurso excepcional para a vida da alma. Será tarefa das faculdades superiores, a razão e, sobretudo, a vontade, moderá-las e governá-las. Mesmo sendo difícil, Francisco de Sales a cumpriu com sucesso, porque, segundo quanto afirma a Madre de Chantal, «possuía um tal domínio absoluto sobre suas paixões a ponto de torná-las obedientes como se fossem suas escravas; e no fim quase não se faziam mais perceber».