

Qual o mecanismo especial que permite a cada um de nós saber que está a ocorrer um sentimento dentro das fronteiras do nosso organismo? Que mecanismo adicional no nosso organismo, e especialmente, no nosso cérebro, nos permite saber que sentimos uma emoção ou sentimos dor, ou que sentimos o que quer que seja?

(...)

Por vezes, usamos a mente, não para descobrir os factos, mas sim para os esconder. Usamos uma parte da mente como um véu para evitar que uma segunda parte da mente se aperceba do que se passa na primeira. Este véu não é forçosamente intencional – nem sempre escondemos de propósito – mas intencional ou não, o véu acaba sempre por esconder.

(...)

A suposta falta de clareza, a suposta dificuldade de definição e o suposto carácter impreciso das emoções e dos sentimentos são provavelmente um sintoma deste facto, um indício de como encobrimos a representação dos nossos corpos e de como as imagens mentais que não se relacionam com o corpo mascaram a realidade do corpo. Se assim não fosse, saberíamos facilmente que as emoções e os sentimentos são tangivelmente acerca do corpo. Por vezes, usamos a mente para esconder uma parte do nosso ser de uma outra parte desse mesmo ser.

Poderia descrever este acto de esconder o corpo como uma manobra de diversão, mas teria de acrescentar que se trata de uma manobra de diversão bem adaptativa. Na maior parte das circunstâncias, em vez de concentrarmos recursos mentais nos nossos estados internos, é bem mais vantajoso concentrarmos esses recursos nas imagens que descrevem os problemas do mundo exterior, ou nas premissas desses problemas, ou ainda nas opções para a sua solução e nas consequências possíveis das diversas soluções. No entanto, pagamos caro por esta distorção de perspectiva em relação ao que se encontra acessível nas nossas mentes. A distorção impede-nos de apreciar directamente a possível origem e natureza daquilo a que chamo si. Quando levantamos o véu, e à escala de compreensão que a mente humana permite, creio que conseguimos sentir a origem do si na representação da vida.

(...)

Fico sempre maravilhado quando penso no costume antigo de designar aquilo a que hoje chamamos mente pela palavra *psiche*, que também era utilizada para significar a respiração e o sangue.

Sugiro que o fluir dos estados internos do organismo, inatamente controlado pelo cérebro e continuamente transmitido ao cérebro, constitui o pano de fundo da mente e, de uma forma mais específica, o alicerce para o si. Sugiro igualmente que estes estados, que ocorrem naturalmente ao longo de uma gama em cujos pólos se encontram a dor e o prazer, são causados por objectos e acontecimentos internos ou externos. Os estados internos significam, de modo não verbal e involuntário, o bem ou o mal presentes em cada situação relativamente aos valores intrínsecos do organismo. Suspeito que, em fases anteriores da evolução, estes estados – incluindo todos aqueles que classificamos como emoções – não se tornavam conhecidos para os organismos que os produziam. Os estados internos eram reguladores e isso bastava; produziam acções vantajosas, interna ou externamente, e ajudavam a produzir acções propícias à manutenção da vida. Porém, os organismos que executavam estas complicadas operações nada sabiam acerca da existência dessas mesmas operações e acções, uma vez que nem sequer conheciam, no sentido literal da palavra, a sua própria existência enquanto indivíduos. É bem verdade que os organismos possuíam um corpo e um cérebro, e que os cérebros tinham alguma representação do corpo. A vida existia, e a representação da vida também existia, mas o proprietário legítimo de cada uma das vidas individuais não tinha conhecimento da existência dessa vida. A natureza ainda não tinha inventado «o proprietário» em termos mentais. Havia existência, mas não conhecimento. Ainda não tinha começado a consciência.

A consciência inicia-se quando os cérebros conquistam o poder, humilde mas revelador, de contar uma história sem palavras, a história de que existe vida dentro do organismo e que os estados do organismo vivo, dentro do corpo, estão continuamente a ser alterados por encontros com objectos ou acontecimentos reais ou pensados. A consciência emerge quando esta história primordial – a história de um objecto que modifica o estado do corpo de forma causal – pode ser contada usando o vocabulário universal e não verbal dos sinais do corpo. O si aparente emerge como o sentimento de um sentimento. Quando a história é contada pela primeira vez, espontaneamente, sem que esse conto tenha jamais sido solicitado, e a partir daí sempre que a história é repetida, o conhecimento acerca do que o organismo está a viver emerge automaticamente como a resposta a uma pergunta que nunca foi formulada. A partir desse momento começamos a conhecer.

In

O SENTIMENTO DE SI, Damásio, António, Publicações Europa-América, lda., 2000