

Maria Consuêlo Passos
Marisa Amorim Sampaio
(Organizadoras)

**PSICOLOGIA CLÍNICA NAS FRONTEIRAS
– SAÚDE, EDUCAÇÃO E CULTURA**

Editora CRV
Curitiba – Brasil
2019

Copyright © da Editora CRV Ltda.
Editor-chefe: Railson Moura
Diagramação e Capa: Editora CRV
Imagem da Capa: Pernas para que te quero, de Isabela Cribari
Revisão: Os Autores

DADOS INTERNACIONAIS DE CATALOGAÇÃO NA PUBLICAÇÃO (CIP)
CATALOGAÇÃO NA FONTE

P974

Psicologia clínica nas fronteiras – saúde, educação e cultura / Maria Consuelo Passos,
Marisa Amorim Sampaio (organizadoras) – Curitiba : CRV, 2019.
234 p.

Bibliografia
ISBN 978-85-444-3859-6
DOI 10.24824/978854443859.6

1. Psicologia clínica 2. Saúde 3. Educação e cultura I. Passos, Maria Consuelo. org.
II. Sampaio, Marisa Amorim. org. III. Título IV. Série.

CDU 159.954

CDD 159.9

Índice para catálogo sistemático
1. Psicologia clínica 159.9

ESTA OBRA TAMBÉM ENCONTRA-SE DISPONÍVEL EM FORMATO DIGITAL.
CONHEÇA E BAIXE NOSSO APLICATIVO!



2019

Foi feito o depósito legal conf. Lei 10.994 de 14/12/2004
Proibida a reprodução parcial ou total desta obra sem autorização da Editora CRV
Todos os direitos desta edição reservados pela: Editora CRV
Tel.: (41) 3039-6418 - E-mail: sac@editoracrvm.com.br
Conheça os nossos lançamentos: www.editoracrvm.com.br

O TÉDIO COMO FENÔMENO CULTURAL: aspectos do mal-estar do homem moderno

*Irene Borges-Duarte
Gabriela Pó*

Introdução

O sofrimento psíquico, nos nossos dias, é tendencialmente considerado como um fenômeno que pode ser tratado quimicamente, à base dos chamados psicofármacos. “Tratado”, neste contexto, significa silenciado. E silenciá-lo implica empobrecer a linguagem e o discurso e, mais ainda, impedir que o sofrimento nos comunique o seu significado (FERREIRA, 2014, p. 3). Ora, o seu significado é muitas vezes um apelo existencial, um apelo do nosso ser, que nos quer chamar a atenção mediante o provocar-nos mal-estar, o fazer-nos violência.

O padecimento psíquico enquanto sofrimento existencial é uma manifestação da afetividade, em que se traduz o nosso vínculo com o mundo em que somos e estamos, dando-se desse modo expressão à experiência conjunta e unitária do próprio e do aberto como cultural, marcado pelo tempo e espaço da nossa pertença a um coletivo histórica e geograficamente situado. Através da angústia, por exemplo, da melancolia, da apatia, da ansiedade ou do tédio, que constitui o objeto da presente reflexão, é esse nosso vínculo com o mundo e o seu tempo que irrompe no curso da existência. É intenção do presente texto defender que o tédio é não só uma fonte de sofrimento psíquico individual, mas também uma experiência cultural especialmente característica da modernidade tardia, na civilização ocidental. Por isso, embora reconhecendo que se podem encontrar ao longo da história várias modalidades de tédio, o que poderia indicar que se trata de um fenômeno universal, comum a todas as épocas, procuraremos caracterizar a sua forma dominante e diferenciada na contemporaneidade.

O fenômeno do tédio é, de facto, abrangente e diversificado, pelo que é possível estabelecer várias tipologias, alicerçadas em critérios distintos. Assim, poderíamos falar em tédio ativo ou passivo, em tédio situacional, de saturação, existencial, patológico ou criador, ou ainda, em tédio superficial ou profundo. Circunscrever-nos-emos, aqui, ao tédio existencial que, em palavras de Lars Svendsen (2006, p. 29-30), “é um fenômeno próprio da modernidade,

embora possamos encontrar algumas exceções”. Para este autor, a grande exceção é o *taedium vitae* descrito por Sêneca. Mas podemos encontrar outros antecedentes culturais do tédio, como a *acedia*, o *spleen* e a melancolia, ou o *ennui* pascaliano, que é já o tédio existencial dos modernos, o qual ganha novos contornos a partir do séc. XVIII (PÓ, 2015, p. 36).

Por quê “existencial”? Porque não tem uma “causa” identificável, não é provocado por algo concreto, podendo dar-se ou não nas mais diversas circunstâncias. Trata-se de um estado de indiferença, em que o ser humano vê a sua vontade esvaziar-se. É um mal-estar e um descontentamento que afeta a existência no geral, sem causa aparente. É a própria existência que se torna entediante. A perspectiva fenomenológico-hermenêutica heideggeriana ofereceu uma análise e uma interpretação especialmente relevantes e fecundas deste fenômeno e é dela que partirá a nossa reflexão. Depois de um breve primeiro momento em que explicitaremos este ponto de partida, caracterizaremos o fenômeno afetivo do tédio como modalidade de sofrimento psíquico, contextualizando-o, em seguida, no que se entende por “modernidade” e, mais precisamente, na “era da técnica”. Correlativamente, apresentaremos alguns aspetos da manifestação do tédio na atualidade. Por fim, exploraremos a relação entre tédio existencial e psicopatologia.

1. Ponto de partida: a análise heideggeriana da existência

Em 1927, com *Sein und Zeit*, Heidegger define o carácter ontológico do ser humano com o termo *Dasein*. Em que consiste esta conceção do humano? Seguindo este modelo fenomenológico, que somos nós, que sentimos o tédio?

Compreender o que é o *Dasein*⁸ implica, primeiramente, saber que este possui uma dupla dimensão: ôntica e ontológica. A dimensão ôntica refere-se ao seu carácter antropológico, como ente temporal e espacialmente existente no mundo. A dimensão ontológica, por sua vez, é a que, sobre essa base, constitui a possibilidade de compreender o ser, isto é, as estruturas da existência ou “ser à maneira do *Dasein*”, que é inerente a todos os humanos e os define como “aí-do-ser” ou abertura a tudo quanto há. A essas estruturas chamamos “existenciários”, para distinguir a nossa dimensão ôntica/existencial da ontológica.⁹

E o que é o *Dasein*? O termo “*Dasein*” nomeia o processo de constituição ontológica do ser à maneira humana, enquanto “aí” onde tudo se manifesta. Esse “aí” é o âmbito de abertura e de acolhimento a tudo o que se dá e “aí”

8 É nossa opção não traduzir aqui o termo *Dasein*, por considerarmos que a compreensão do conceito não fica enriquecida com a tradução. A sua abrangência, complexidade e originalidade ficariam restringidas ao sentido literal. E não o escrevemos em itálico, nem entre aspas, por assumi-lo como conceito operatório base.

9 Seguindo a tradição inaugurada por José Gaos, que também é adoptada por Fausto Castilho, “existencial” traduz *existenziell* e “existenciário” traduz *existenzial*.

adquire sentido como tal ou tal coisa. A dignidade ontológica do Dasein consiste, então, em levar o ser no seu próprio ser, cuidando de ser ao cuidar do ser de tudo quanto há. O Dasein é o ente que respetivamente e em cada caso nós próprios somos. O Dasein lançado para o seu aí é negatividade: é existencialmente marcado por aquilo que ele não é, mas que pode vir a ser. Não é lançado com esta ou aquela possibilidade de existência previamente determinada. Quando lançado, é um feixe de inúmeras possibilidades – para si próprio e para o que consigo mesmo se abre –, cada uma das quais poderá vir ou não a realizar-se.

No conjunto dos existenciários do Dasein, o tédio revela-se como uma das formas¹⁰ cooriginariamente constitutivas da sua abertura [*Erschlossenheit*] para o mundo. Trata-se do que Heidegger chama *Befindlichkeit*, o carácter de encontrar-se afetado, que traduziremos por “afetividade”. A afetividade humana como estrutura essencial revela-se no mais banal do nosso quotidiano, na pergunta sobre o “como vai?” ou “como está?”. No início do § 29 de *Sein und Zeit*, Heidegger diz-nos que o existenciário “afetividade” corresponde onticamente à tonalidade afetiva, ao estar-afetivamente-afinado [*Gestimmtsein*], e que a tonalidade afetiva é algo familiar e constante. A tonalidade afetiva é o “como” do nosso estar aí uns com os outros (HEIDEGGER, 1983, p. 100).

O tédio é, no âmbito do modelo fenomenológico heideggeriano, uma tonalidade ou afinação afetiva [*Stimmung*], um sentir-se afetado que nos dispõe de um determinado modo [*Weise*] e, assim, ao mesmo tempo, afeta tonalmente o que nos toca. E que modo é esse? O que o caracteriza? A tonalidade do tédio, dita “cinzenta” ou “parda”, é marcada por uma distinta experiência temporal. Por isso, investigar o fenómeno afetivo do tédio é inevitavelmente questionar a natureza da temporalidade do Dasein (HEIDEGGER, 1983, p. 120-121).

Heidegger distingue dois tipos de tonalidades afetivas: as superficiais – que mudam continuamente e se substituem umas às outras – e o tipo de tonalidade fundamental, que é uma *disposição ou afinação de fundo* [*Grundstimmung*] que nos dispõe de forma essencial e constante, e sobre a qual se manifestam psicologicamente as tonalidades emotivas mais superficiais. As tonalidades fundamentais não são meras emoções, sentimentalmente reativas, mas, pelo contrário, arrancam do fundo do próprio Dasein e têm, por isso, o poder de o afastar do mundo, em que à partida e na maioria das vezes se encontra imerso, e de o trazer de volta a si próprio, através de uma súbita lucidez que o arranca à rotina, permitindo-lhe tomar-se em propriedade, ser-se autenticamente. Em 1929, no curso sobre *Os Conceitos fundamentais da metafísica* (HEIDEGGER, 1983), apresenta o tédio como tonalidade afetiva

10 A afetividade [*Befindlichkeit*], o compreender [*Verstehen*] e a fala-discurso [*Rede*]. Sobre a tradução de *Befindlichkeit* por afetividade veja-se Borges-Duarte (2012, p. 47-49).

fundamental do homem moderno e, portanto, como a influência afetiva mais marcante da nossa mundividência [*Weltanschauung*], tomando-o, juntamente com a angústia, como “via regia” da Ontologia (BORGES-DUARTE, 2006, p. 305). Isso significa que, através do tédio, se manifestaria a nossa sintonia ou assintonia com os outros no mundo em que somos e estamos, ao mesmo tempo que o mundo, assim experimentado, se revelaria sob um véu de indiferença e desapego, paradoxalmente percebido de maneira dolorosa.

São três os tipos de tédio existencial, segundo o seu grau de profundidade e o seu enraizamento na temporalidade do Dasein [*Zeitlichkeit*]¹¹, que aqui nos limitamos a enunciar, por ordem crescente de profundidade: “o ser entediado por algo”, “o entediar-se” e “o estar-se entediado”¹². A terceira forma de tédio é também conhecida como tédio profundo e constitui, segundo Heidegger, a condição de possibilidade das outras duas formas. O ser humano pode entediar-se ou ser entediado pelas coisas do mundo, porque o “estar-se entediado” espreeita a partir do mais fundo abismo do Dasein. Mas que é, afinal, entediante para nós? A temporalidade, que nos constitui. É ela que propriamente e unicamente entedia. A aparência de que as coisas são entediantes ou de que as pessoas se entediam a si mesmas só é possível porque coisas e pessoas são atravessadas pela temporalidade.

O termo alemão para tédio – *Langeweile* – expressa na sua composição a ideia de “momento longo”, de demora, de tempo que tarda em passar e que, sentido como mera duração vazia e pesada, se converte em inimigo da própria vida. Essa é precisamente a principal característica do tédio: uma peculiar experiência do tempo. Mas o tom cinzento do tédio, apesar de ser geralmente uma afinação tomada negativamente, indesejada e, no limite, insuportável, pode, contudo, ser também entendido positivamente. Byung-Chul Han, num livro recente, fala da “arte da demora”, que relaciona com a experiência da duração, que o tédio, com

11 Para Heidegger, o tempo próprio e originário do Dasein é a temporalidade ek-stática que se pode temporalizar em diferentes ekstases. Cada ekstase comporta um “para-onde”, isto é, um esquema horizontal. Neste sentido, o nosso ser é *transcendens* e a temporalização [*Zeitigung*] é o nosso movimento, que nos enleva para diferentes horizontes. Fazer tempo é também fazer mundo, é abrir uma clareira onde os entes se manifestam.

12 Abreviando, “são três as formas que Heidegger analisa minuciosamente ao longo do que, na transcrição da *Gesamtausgabe*, ocupa aproximadamente 150 páginas: (1) *Das Gelangweiltwerden von etwas* – “o ser entediado por algo”. É o tédio “superficial” (*oberflächlich*), provocado pelo “tedioso” ou “entediante”. O que, em português, poderíamos traduzir como “maçada”: o que sentimos, com impaciência, ante algo enfadonho, na expectativa de que passe. (2) *Das Sichlangweilen bei etwas* – “o entediar-se”. Momento intermédio, registo do aborrecer-me, não por algo especial e concreto, mas assim mesmo, sem motivo, quando de súbito me invade uma serena aversão ao presente em que estou retido, apesar de até estar entretido. (3) *Es ist einam langweilig* – o que acontece quando “se está entediado”. É o tédio profundo, o nojo de viver, raiano da melancolia, que não é nem reacção a algo exterior, nem mera situação transitória de alguém que, às vezes, se aborrece, mas o “estar” e demorar-se nesse estado, desaparecendo o vínculo quer à circunstância concreta, quer à vivência individual da mesma.” (BORGES DUARTE, 2006, 311 ss.).

o seu esvaziamento de sentido, pode paradoxalmente proporcionar (HAN, 2016, 97 ss.). Para Heidegger, esta tonalidade fundamental tem o poder de desencadear a modificação existencial da inautenticidade para a autenticidade. E, no contexto da ação e da produção artística, o tédio é frequentemente a tensão prévia e o impulso para a criatividade. Defendemos, pois, que o tédio, na sua forma moderna, revela-se uma modalidade de alerta – um despertador existencial, que apela a um olhar crítico e lúcido sobre a nossa forma de existência.

2. O tédio como sofrimento psíquico

Sempre indesejado, quase insuportável, o tédio é sempre uma violência e uma fonte de sofrimento para quem o padece, que pode chegar ao horror da experiência de enclausuramento e de vacuidade. Seja sob a forma de uma espera impaciente¹³, de um entediar-se sem motivo aparente¹⁴ ou de uma maneira impessoal e profunda¹⁵, apenas pressentida através das formas mais superficiais, o tédio envolve sempre uma opressão difícil de suportar¹⁶. O peso deste fardo varia desde o de uma espera ansiosa até ao do tédio total, que absorve tudo sob o véu da indiferença, disseminando o sentimento de vanidade, de vazio da vontade e de “prisão numa cela infinita”¹⁷. Fernando Pessoa/Bernardo Soares procurou descrever este sofrimento do tédio – do tédio existencial e profundo – qualificando-o como um horror:

Mas este horror que hoje me anula é mais espaçadamente nocturno. É uma vontade de não querer ter pensamento, um desejo de nunca ter sido nada, um desespero consciente de todas as células do corpo da alma. É o sentimento súbito de se estar enclausurado numa cela infinita. Para onde pensar em fugir, se a cela é o Tudo? E então vem-me o desejo transbordado, absurdo, de uma espécie de satanismo que precedeu Satan, de que um dia – um dia sem tempo nem substância – se encontre uma fuga para fora de Deus e o mais profundo de nós deixe, não sei como, de fazer parte do ser e do não-ser (PESSOA, 2008, p. 386 e 387).

Para Bernardo Soares, heterónimo de Pessoa a que é atribuído o livro, o tédio é o sofrimento de se estar enclausurado numa cela de onde não se pode

13 Referência à primeira forma de tédio.

14 Referência à segunda forma de tédio.

15 Referência à terceira forma de tédio, de que não se dá exemplo concreto, porque este tédio impessoal é já do domínio ontológico, do ser que se essencializa em nós.

16 Esta imagem de “sofrimento” como um peso está presente na sua etimologia – *Sufferere* [sub+ferre] – que invoca o peso do ferro sobre alguém que o carrega.

17 Alusão a Fernando Pessoa que, no *Livro do desassossego*, descreveu este fenómeno em muitas importantes passagens, que podem considerar-se uma autêntica “fenomenologia do tédio” (BORGES-DUARTE, 2003, p. 373; GIL, 2013, p. 106; PÓ, 2015, p. 201). Esta metáfora da “cela infinita”, em particular, repete-se duas vezes no *Livro* (PESSOA, 2008, p. 387 e 554).

sair, porque a cela é tudo, é como uma célula ambulante que o acompanha para onde quer que vá. É uma opressão suprema e esmagadora, paralisante, que prende o Dasein numa espécie de tempo imóvel, deixando-o estagnado em si mesmo. É como se houvesse um fosso entre nós e nós mesmos, uma vez que deixa de haver o enlevo interessado para o mundo, pois a nossa vontade não encontra nada que a prenda.

3. A era da Técnica

O tédio existencial é, para Heidegger, uma tonalidade afetiva particularmente característica do Dasein na atualidade. Por quê? Porque o nosso ser-uns-com-os-outros na atualidade expressa uma forma de estar e de ser-o-aí que denota um abrir-se ao mundo experimentando-o e experimentando-se como tedioso, como algo que requer ser preenchido com actividades e divertimentos que ocultem o passar do tempo, que o anulem. A configuração socio-cultural da vida moderna, com todos os meios de ocupação e empreendimento, seja na organização do trabalho, seja da diversão, contribui para esse ocultamento da dimensão temporal dos humanos, inibindo a tomada de consciência da nossa existência. Mas essa potenciação do estar-ocupado, absorto nas infinitas modalidades de gastar o nosso tempo, também faz brotar das profundezas do nosso ser a afinação poderosa do tédio, como grito lancinante à nossa ek-sistência¹⁸. “Será que um tédio profundo se estendeu sem fim, como um nevoeiro silencioso, nos abismos do Dasein?” (HEIDEGGER, 1983, p. 115).

De facto, por mais que se possa pensar no aborrecimento como num fenômeno afetivo universal, inerente à condição humana, o Dasein do homem existe hoje em circunstâncias que generalizam e agudizam a experiência deste fenômeno afetivo. Essas circunstâncias estão ligadas àquilo a que Heidegger chamou *Ge-stell* – o paradigma terminal da modernidade.

Na conferência “A questão da técnica”, proferida no dia 18 de novembro de 1953, Heidegger relacionou os tempos modernos com a técnica e caraterizou, pela primeira vez, a essência desta como *Ge-stell* – a com-posição¹⁹ tecnológica do mundo. A época em que a técnica moderna impera é considerada como um momento extremo da cultura ocidental, na qual o Dasein é convocado a refletir para sua salvação. Mas em que consiste, afinal, essa característica a que chama *Ge-stell*?

Neste mundo em que nos encontramos imersos, *Ge-stell* não é mais que a *configuração* ou *constelação* [...] dominante do nosso viver, inseguro e

18 Expressão formada com base no grego antigo ἔκστασις, significando a existência ekstática, quer dizer, a existência do Dasein como movimento ou transporte de si para o mundo.

19 Uma análise detalhada da escolha deste termo, bem como da sua tradução por “com-posição», para caracterizar a essência da técnica pode ler-se em Borges-Duarte (2019, 156 ss).

crédulo, no mundo espectacular do pretense império do homem sobre a natureza selvagem. “*Letzter trügerisch Schein*”, ilusão última, o homem crê-se o “*Besteller des Bestandes*” (quem encomenda o que há em stock), mas no limite desse traçado que define tudo o que é o equipamento ou os fundos de armazém, o *homem* descobre-se a si próprio como fazendo parte desses fundos de armazém, e reconhece que, ele próprio, “é apenas tratado como equipamento, como fundo” (GA 7, 27). Enquanto se contempla a si próprio “na figura do amo da terra”, a verdade – verdade encoberta – é a de que “com isso, o homem não se encontra hoje a si mesmo em parte alguma, isto é, na sua essência” (GA 7, 28). Perdendo de vista a sua essência, desfigura-se enquanto *Dasein*. E, por isso, está em perigo (BORGES-DUARTE, 2019, p. 174).

O desenvolvimento da indústria marca a nossa modernidade tardia – a era da técnica, que é ainda a nossa era, vivida sob o jugo do império do cálculo tecnológico, cada vez mais soberano. Esta é a cultura tecnocrática em que nós próprios somos pequenas peças manipuláveis de um jogo, em que o valor de cada um equivale à sua utilidade e eficiência enquanto recurso para a maquiagem, isto é, para a fabricação do ente no contexto da sociedade industrial. Com esta finalidade, vendemos o nosso tempo – o tempo que somos, pois nós somos tempo – e assim desapossamo-nos do que nos é mais próprio, usando o nosso ser para uma finalidade extrínseca e perdendo de vista o sentido da nossa existência (PÓ, 2015, p. 266).

É, porém, nesta era do nihilismo consumado, da perda do vínculo com o sagrado, que, segundo Heidegger, o tédio assoma desde a profundidade do nosso ser e impregna a nossa existência. São os “tempos de penúria”, de que Heidegger, retomando a expressão de Hölderlin, falou em “Para quê poetas?” (HEIDEGGER, 1977, p. 269; 2014, 309 ss.). Porque é nestes tempos de decadência e penúria, de necessidade de um novo recomeço, que mais necessários são os poetas, pois a sua Palavra se abre para a “verdade” (BORGES-DUARTE, 2014, p. 152). Numa época em que o temor e o espanto diante do real deixam de ter lugar na quotidianidade do estar ocupado nos múltiplos afazeres que preenchem as horas da nossa vida, neste mundo em que predominam os resultados e produtos da tecno-ciência, aquele maravilhar-se inicial, que têm ainda as crianças de tenra idade, já quase só sobrevive na arte e na poesia. São os poetas que, “em tempo indigente”, acolhem nas suas palavras a “verdade”, que guardam o vínculo com o mais originário, escapando à força dominadora da essência da técnica, que reduz o homem e o mundo à sua representação como sujeito e como objeto, e que traz todos os entes ao comércio e ao cálculo. Os poetas são aqueles que se atrevem a entrar no recinto ou “morada do ser”, que é a linguagem. E fazem-no através de um dizer que diz o que necessita ser dito, sem outra necessidade senão a de o dizer.

E o que necessita ser dito é o Dasein que está em perigo, pois, não é cuidado, mas pelo contrário, é alvo de incúria no sentido em que é tratado como ente comercializável, ao qual é atribuído um determinado valor consoante a sua utilidade para o mundo da técnica. Em *Caminhos de Floresta*, esses poetas são Hölderlin e Rilke (HEIDEGGER, 2014, 309 ss). Este último, na Quarta Elegia, canta a nossa mortalidade, vestígio do sagrado:

Quem saberá mostrar uma criança, no seu estar? [...] Quem molda a morte dessa criança, em pão escuro, que endurece –, ou lha deixa dentro da redondez da boca, como se fosse o interior de uma bela maçã?... Entendemos facilmente um assassino. Mas não isto: ela conter assim tão suavemente a morte, a morte por inteiro, ainda *antes* da vida, e não ser má, é indescritível (RILKE, 2002, p. 65-67).

4. Breve esboço da Modernidade tardia

“Modernidade”, como conceito histórico-cultural, designa uma fase da forma de ser da civilização ocidental, marcada pelo império da ciência físico-matemática, a partir do século XVII, e pela racionalidade calculadora, que ela propicia. Heidegger, em “O tempo da imagem do mundo”, caracteriza-a como “o processo de conquista do mundo como imagem” (HEIDEGGER, 1977, p. 94), isto é, de construção do mundo segundo a sua representação e vontade. Em “A procedência da Arte e a determinação do pensar”, este progresso metódico numa determinada direção de exploração, traduz-se no “projeto cibernético do mundo” (HEIDEGGER, 1983, p. 142), pelo qual a calculabilidade serve de meio para a produção controlada desse mundo, segundo o modelo do circuito de informações. Na sua fase avançada, em que podemos considerar que nos encontramos, esse processo manifesta uma extensão a escala planetária, ao mesmo tempo que cresce aceleradamente, em rede.

São bastantes as vozes que defendem que as características da sociedade actual, produto extremo deste processo, já não corresponde aos ideais, valores e certezas que caracterizaram o período áureo da modernidade, pelo que não é inabitual ouvir falar de “pós-modernidade”²⁰, a partir dos últimos vinte anos do século XX. Abster-nos-emos de entrar aqui nesse debate, pois mesmo aceitando que há características socio-culturais da atualidade que se diferenciam da tradição, não podemos dizer que o projeto moderno esteja concluído, nem ultrapassado. Para Jürgen Habermas (1981), constitui, justamente o que ainda há-de ser levado até à sua culminação como racionalidade comunicativa.

20 A expressão foi lançada, no limiar dos anos 80, por Jean-François Lyotard (1979), generalizando-se o seu uso com Gianni Vattimo e Richard Rorty, com diferentes características, apesar da sua proximidade. É interessante notar, contudo, que qualquer deles foi leitor atento da obra de Heidegger.

E Zygmunt Bauman (2001), um dos leitores mais tenazmente descritivo das mudanças acontecidas, fala sempre, como veremos, de “modernidade”, evitando a conotação que o prefixo “pós-” acrescentaria à designação epocal.

De entre as referências mais habituais a essa mudança de padrões de comportamento e crenças – a decadência cultural, a dissolução de valores e de costumes, o nihilismo, a objetivação do tempo público como tempo-mercadoria, a aceleração do ritmo de existência e a fluidez e fugacidade dos modos de vida, dela resultantes, a problematização do fim do próprio período da modernidade – limitar-nos-emos aqui a mencionar alguns aspetos, que consideramos especialmente ligados ao fenómeno do tédio, como tonalidade da nossa época: as características da aceleração, da mudança e do nihilismo.

Marshall Berman, a princípio dos anos 80, escolheu para título da sua obra talvez mais conhecida uma expressão de Karl Marx, que parece ser uma boa síntese do que é a modernidade, enquanto atmosfera histórica e cultural de mudança contínua e galopante, em que os sólidos valores culturais anteriormente vigentes se desintegram: “Ser moderno é fazer parte de um universo em que como disse Marx, “tudo o que é sólido se dissolve no ar” (BERMAN, 1989, p. 15). Esta dissolução, traduz-se na mudança acelerada que, incorporada como parte do próprio processo, não é indício de uma autêntica mudança, mas de uma variação na progressão do mesmo:

[...] a tendência moderna de fazer sempre tudo de novo: a vida moderna do ano que vem parecerá e será diferente da deste ano; todavia, ambas farão parte da mesma era moderna. O facto de não se poder entrar duas vezes na mesma modernidade tornará a vida moderna especialmente fugaz e difícil de apreender (BERMAN, 1989, p. 157).

Esta fugacidade manifesta-se na caducidade dos valores vigentes, que tanto Marx como Nietzsche caracterizam como nihilismo:

[...] os ideais cristãos da integridade da alma e o desejo de verdade levaram o próprio Cristianismo a explodir. O resultado são os acontecimentos a que Nietzsche chama “a morte de Deus” e “o advento do niilismo”. A humanidade moderna vê-se no meio de uma enorme ausência e vazio de valores, mas, ao mesmo tempo, perante uma desconcertante abundância de possibilidades (BERMAN, 1989, p. 21-22).

O princípio capitalista da livre-troca é criticado por Marx, por nos trazer uma liberdade sem princípios:

Com isso, qualquer espécie de conduta humana se torna moralmente permitida no momento em que se mostra economicamente viável, tornando-se

“valiosa”; tudo o que pagar bem terá livre curso. Eis a essência do niilismo moderno (BERMAN, 1989, p. 122).

Outro pensador com ponto de arranque no pensamento de Marx e, portanto, na continuidade do projeto moderno, é Zygmunt Bauman, que generaliza o uso da metáfora “modernidade líquida”, para caracterizar um amplo leque de aspectos socio-culturais da atualidade. “Líquida” porque, diferentemente do que é sólido, não mantém a sua forma com facilidade. A extraordinária mobilidade dos fluidos associa-os à ideia de “leveza”. E a “leveza” ou “ausência de peso” é associada à mobilidade e à inconstância. Tornar o espírito moderno é algo que

[...] só poderia ser feito derretendo os sólidos (isto é, por definição, dissolvendo o que quer que persistisse no tempo e fosse infenso à sua passagem ou imune a seu fluxo). Essa intenção clamava, por sua vez, pela “profanação do sagrado”: pelo repúdio e destronamento do passado, e, antes e acima de tudo, da “tradição” — isto é, o sedimento ou resíduo do passado no presente; clamava pelo esmagamento da armadura protetora forjada de crenças e lealdades que permitiam que os sólidos resistissem à “liquefação” (BAUMAN, 2001, p. 9).

Na sua caracterização da modernidade, Bauman destaca sobretudo a velocidade e a globalização. A ideia de velocidade e, mais ainda, a de aceleração, quando se referem à relação entre espaço e tempo, supõem a sua relatividade e variabilidade.

Quando a distância percorrida numa unidade de tempo passou a depender da tecnologia, de meios artificiais de transporte, todos os limites à velocidade do movimento, existentes ou herdados, poderiam, em princípio, ser transgredidos. A velocidade do movimento e o acesso a meios mais rápidos de mobilidade chegaram nos tempos modernos à posição de principal ferramenta do poder e da dominação (BAUMAN, 2001, p. 16).

Nesta tendência galopante de aceleração dos ritmos de existência, o nosso tempo pessoal e subjetivo é esmagado pelo tempo objetificado, imposto pela organização social. Atualmente, o nosso tempo, cronologicamente quantificado, está à venda. Vendemos, pois, aquilo que essencialmente somos: a nossa temporalidade constitutiva (PÓ, 2015). Vendemo-la forçando-a a uma quantificação artificial que não corresponde à duração temporal tal como a sentimos. Nesta bizarra troca comercial, ficamos cativos de um tempo que é igual para todos e que violenta a nossa existência que vai ficando sem tempo próprio.

A experiência temporal típica da nossa modernidade está também intrinsecamente ligada ao hedonismo. Iludimos a angústia temporal com uma ocupação prazenteira do presente, que nos possa desligar de pensar no futuro e no passado.

O fenômeno do hedonismo contemporâneo, por sua vez, está fortemente ligado ao fenômeno do consumismo. A indústria de entretenimento, por exemplo, consiste numa procura compulsiva de “matar” o tempo. A sociedade de consumo de massas, que era um sonho para muitos, ao concretizar-se, criou um sentimento de vacuidade. O tempo vivido torna-se vazio e o consumo tem que se perpetuar para esconder esse vazio. E isso leva o Dasein hodierno a consumos e vivências cada vez mais extremas e, por vezes, incompreensíveis. No meio de uma experiência inautêntica de si próprio, no meio da alienação, o ser humano experimenta um vazio insuportável, para que Marco Casanova chama a atenção:

Essa experiência inviabiliza qualquer interesse por mim mesmo e me lança em um desconforto primordial frente a mim mesmo. Se analisarmos agora a consistência deste desinteresse e deste desconforto, não será difícil alcançar então a denominação mais adequada para a disposição aí dominante. Tédio é justamente o termo que não designa em seu sentido mais próprio apenas o estado de coisas em que nos sentimos presos a uma situação em si mesma vazia de sentido, mas também e principalmente em que o vazio se mostra como estando radicalmente ligado a nós mesmos (CASANOVA, 2012, p. 223).

A experiência afetiva do tédio está intimamente ligada à existência no ambiente urbano moderno, onde a aceleração dos ritmos vividos quotidianamente é muito maior do que nos ambientes rurais. Alguém que tenha vivido a maior parte da sua existência numa grande metrópole, ao ir viver para uma pequena cidade de província, numa região eminentemente rural, sente uma enorme diferença no ritmo temporal vivido. O que não significa que o tédio profundo não assole também quem vive o ritmo temporal mais calmo do que o das grandes cidades. Mas é, sobretudo, no meio urbano, que o bulício quotidiano cria o “vício” de estar sempre ocupado, seja no trabalho – espelhado habitualmente no *stress* – seja no jogo, ficando o ente humano “entediado” com o mínimo tempo de espera²¹, com a mínima monotonia, porque necessita constantemente de uma fonte de ocupação, que iluda a experiência de tempo longo inerente à afinação do tédio. Com a mudança de ambiente “da cidade para as serras”, como diria Eça de Queirós²², toda a lentidão dos comportamentos e costumes rotineiros é, de início, fonte de irritação. Só com o tempo, compreendemos e alegramo-nos com o facto deste meio permitir uma desaceleração e uma reapropriação do tempo que é nosso e que passamos a

21 Por exemplo, esperar que o condutor da frente arranque quando o semáforo fica verde pode ser um momento de exasperação. E, mais do que a pressa para cumprir um determinado horário, o que está em causa é a incapacidade de suportar um momento temporal de aparente estagnação, a incapacidade para sentir o próprio tempo.

22 Recorde-se a obra de Eça de Queirós, *A cidade e as Serras*, publicado postumamente em 1901, em que, justamente, se descreve a mudança de vida do protagonista, Jacinto, que habituado à vida cosmopolita e inquieta de Paris, se retira a uma quinta na mais recôndita província portuguesa.

conseguir dominar e adequar às nossas necessidades pessoais e ao nosso bem-estar. Menos acossado pela urgência de acelerar o seu ritmo de temporalização e menos sujeito à atração contínua pela novidade e pelas solicitações que o meio cosmopolita oferece, o Dasein pode perceber um sentido mais autêntico da sua temporalidade, fazendo-a própria. Quando isso acontece, o horror vivido como tédio, que Pessoa descrevia tão pregnantemente, pode bem ser o preâmbulo do abrir-se de uma nova possibilidade – a do templo pleno, que o Jacinto de Eça encontra em Tormes, e a que Byung-Chul Han, recuperando outro escritor da mesma época, Marcel Proust, chama “o aroma do tempo”:

O aroma é lento. Por isso, não se adequa, nem mesmo numa perspectiva medial, à época da pressa. Os aromas não podem suceder-se à mesma velocidade que as imagens ópticas. Ao contrário destas últimas, não se deixam sequer acelerar. Uma sociedade regida pelos aromas não desenvolveria decerto tendência alguma no sentido da mudança e da aceleração. Alimentar-se-ia da recordação e da memória, da lentidão e da perdurabilidade. Mas, em contrapartida, a época da pressa é um tempo de visão “cinematográfica”. Acelera o mundo, transformando-o num “desfile cinematográfico das coisas”. O tempo desintegra-se numa mera sucessão de presentes. A época da pressa não tem aroma. O aroma do tempo é uma manifestação da duração (HAN, 2016, p. 61-62).²³

Na época da técnica, que é a da sociedade da pressa consumista, da atividade frenética e do *stress*, esta experiência da demora só é possível vencendo o que o tédio profundo pode dar a descobrir: a superfluidade das coisas, a vacuidade do nosso apego ao imediato, o gosto vagaroso do estar.

5. Manifestações do tédio na atualidade

O tédio existencial manifesta-se transversalmente à vida social moderna e, como acabei de referir, sobretudo nos grandes aglomerados urbanos. Quais as manifestações deste fenômeno?

Uma manifestação evidente do tédio é o fenômeno da moda, já identificado por Baudelaire (1971), em *O pintor da vida moderna*, como sinónimo de modernidade. Este fenômeno cultural, que atinge proporções esmagadoras na nossa época, constitui, na verdade, uma forma de “matar o tempo”. Uma vez

23 Han, 2016, p. 61-62. Recordando a célebre passagem da “petite madeleine” de *La recherche du temps perdu* de Marcel Proust, Han reflete sobre a importância da experiência do tempo como duração, ligada ao recordar e ao esperar, e alheia à vivência insofrível da mera sucessão de agoras, a que habitualmente estamos presos, numa actuação quase só compulsiva. Essa demora – estendendo-se como o sabor e o odor da madalena demolhada no chá, que inundam o gosto –, abre-se contemplativa e esteticamente para uma dimensão do ser vedada à azáfama quotidiana do trabalho e do entretenimento, que ocultam o tédio mediante a ação. Han advoga, nesse sentido, pelo retorno à *vita contemplativa*, tão esquecida na modernidade pela sobrevalorização unilateral da *vita activa*, como acontece, por exemplo, em Hannah Arendt.

que a duração temporal nos pesa, a moda constitui um modo de nos entretermos com novidades, evitando que o tempo pese. “Matar o tempo” é, no fundo, deixar de sentir a sobrecarga de um tempo que tarda em passar, quando não encontramos uma atividade ou um interesse que nos distraia da sua duração. Por exemplo, uma determinada atividade que entre na moda, enquanto novidade, funciona como um passatempo, ou seja, como algo que faz esquecer o tempo ou que parece fazê-lo passar mais rápido. A mudança célere dos produtos da moda conduz a uma procura incessante de novos produtos e ao seu consumo. A moda traz-nos a experiência constante do novo e a novidade permite distrair o nosso pensamento que, assim, não reflete sobre a nossa existência, sobre o valor do tempo que constitui essa existência e sobre o sentido de existirmos. A moda pode, assim, ser vista como uma forma de alienação, que nos afasta da experiência originária e autêntica de nós mesmo. É mais fácil e cómodo deixar-nos levar pelas ondas da moda, em consonância com os outros e iludindo a consciência do tempo da existência. Parar para refletir pode ser doloroso, pode fazer cair sobre nós a consciência de uma vacuidade inerente à existência vivida, numa época de nihilismo, de incerteza e de insegurança. Por isso, cada vez mais, floresce na nossa cultura a indústria do entretenimento que, com os seus programas acessíveis às massas, alienam as pessoas num mundo de diversão, e até de ficção, no qual não precisam de refletir, basta-lhes usufruir do momento. Muitos programas televisivos são exemplo disso.

Uma outra manifestação do tédio do Dasein hodierno são os comportamentos sociais transgressores das normas, ao nível dos consumos e das práticas, em que se arrisca a vida humana ou se desrespeita a sua liberdade. Possíveis exemplos são o consumo de substâncias alienadoras da mente, as práticas sexuais violentas, as corridas vertiginosas de carros em locais proibidos etc. Poderíamos defender que estas práticas são simplesmente uma expressão do hedonismo. No entanto, o prazer pode ser procurado através de outros meios. Qual o tipo de prazer provocado especificamente por estas práticas? O prazer de transfigurar a realidade, o prazer do esquecimento, o prazer de se sentir outro ou de já nem nos sentirmos. O prazer de nos livrarmos, nem que seja temporariamente, da vida “real” e da personalidade habitual. Afinal, o que é que pode levar alguém a desejar tanto fugir de si mesmo e da normatividade social constituída? Não se trata aqui da procura de construir um mundo “melhor”. O que leva o nosso Dasein a este grau de transgressão da experiência comum? Será que a própria existência nos aborrece? Será a existência entediante ao ponto de se procurar experiências de delírio, de alucinação e de desrealização? Será o tédio da vida que o leva em busca de uma realidade ilusória? Será a tentativa desesperada e de antemão frustrada de fugir a um tédio, simplesmente porque ele dói, dói até ao ponto de não suportarmos senti-lo?

O fenômeno avassalador do tédio, para além de se estender um pouco por todos os aspetos da vida social, abrange também todas as idades. Fala-se cada vez mais do tédio sentido pelas crianças na escola. Um estudo realizado em França comprovou a presença da tonalidade do tédio desde a escola primária até ao liceu (DURIF-VAREMBONT et al., 2005). Este estudo revela que a impotência dos alunos face ao tédio é fator de nervosismo e de agressividade e que muitos alunos estão conscientes da relação entre o vazio provocado pelo tédio e a agressividade com que provocam os outros.

Também no domínio do trabalho, o tédio afeta e faz sofrer. Este sofrimento começa essencialmente com os modernos sistemas de organização do trabalho – como o taylorismo e o fordismo. Françoise Blum e Rossana Vaccaro (2012, p. 266-270) explicam que o patrão, ao apropriar-se do tempo do operário, tomou a sua liberdade também.²⁴ Desta desapropriação do tempo próprio nasce o tédio, tornando-se o tempo de trabalho uma eternidade vazia. A essa confiscação do tempo junta-se a imbricação do seu tempo com o tempo dos outros operários, numa cadeia em que o tempo de um depende do tempo dos outros. Assim, ao tempo vazio, extensível ao infinito, junta-se ainda um tempo demasiado preenchido, mas totalmente alienado. O consumo de álcool torna-se uma estratégia frequente para evitar o tédio, uma vez que induz uma ilusão de liberdade. Mas o seu consumo excessivo acaba por ser fonte de outros sofrimentos. A greve e o absentismo constituem outras estratégias, mas, nos dias de hoje, numa sociedade dominada pelo medo do desemprego, são cada vez menos possíveis. E não é só ao nível do trabalho físico e repetitivo que isto acontece. Também em atividades que exigem tomadas de decisão e originalidade, o tédio advém porque o trabalhador se sente acossado pela falta de domínio do seu tempo. Quanto maior a responsabilidade profissional, maior o tempo que ele ocupa nas nossas vidas.

A própria organização espacial das grandes metrópoles é fator de tédio. Para uma maioria que habita em meios suburbanos e que tem de se sujeitar às deslocações diárias, aos horários, ao trânsito, ao fastio dos bairros e das casas arquitetonicamente plenos de monotonia, o tédio acaba por sobrevir como alerta para o absurdo sentido dessas existências que se movem diariamente como marionetas. E esse tédio pode constituir uma manifestação de patologias psíquicas que facilmente se desenvolvem.

6. Tédio existencial e psicopatologia

As temporalizações impróprias e a ausência de um sentido próprio para a nossa existência provocam no Dasein, hoje mais do que nunca, estados de

24 O operário deixa de possuir o domínio do seu tempo porque o trabalho por tarefa foi substituído pelo trabalho que é medido cronologicamente.

privação de saúde a que de um modo muito lato se chamam doenças do tempo, por estarem relacionadas com uma experiência do tempo perturbada, que nos afasta do nosso ser mais íntimo, deixando-nos perdidos e enredados em estados que afetam o nosso corpo e a nossa mente, fazendo-nos sofrer e, no limite, retirando-nos a nossa funcionalidade (PÓ, 2015, p. 273). A aceleração da nossa existência quotidiana, a onnipresença do relógio e da agenda, juntamente com a pressão de tarefas a cumprir eficientemente, contribuem bastante para isso. E o tédio surge como manifestação de vários desses estados, mais particularmente, de estados ditos psicopatológicos. É o caso da depressão, dos fenômenos paradespressivos e também do que tradicionalmente se chamou melancolia. Já, para não falar das “doenças existenciais”, que mesmo não sendo diagnosticadas como psicopatologias, nos causam sofrimento. A este propósito, Medard Boss (*Zollikoner Seminare*, 1987) falava na “neurose moderna do tédio e da perda de sentido”. Em diálogo com Heidegger dizia ser obrigado pelos seus pacientes a ver o ser humano no seu fundamento essencial, pois “a neurose moderna do tédio-e-da-perda-do-sentido” já não se deixa encobrir pela máscara ou pelo véu de sintomas patológicos isolados. Dizia que se tratarmos apenas o sintoma, um outro sintoma irá fazer a sua aparição. E que, cada vez com mais frequência, há pessoas que consultam um psicoterapeuta e que não apresentam “sintomas”, no sentido de perturbações localizadas de tipo psíquico ou físico, e que o fazem simplesmente por não verem mais sentido na sua vida, que se tornou insuportavelmente tediosa.

Para Michèle Huguet (2003, p. 35-36), o tédio é um fenômeno polimórfico. As suas manifestações podem ser somáticas, como no bocejar ou na necessidade excessiva de sono, ou psíquicas, como aquele sofrimento íntimo que descolora tudo. Quotidiano é dito “normal”, o tédio associa-se à espera de um início, à monotonia de um dia, como o tédio bem conhecido dos domingos. Huguet afirma que, em psicopatologia, houve o engenho de o confinar apenas ao registro das depressões. Na sua opinião, embora o tédio apresente afinidades inegáveis com o humor depressivo e intervenha tanto no início como no decurso de uma depressão, ele é antes de tudo “transnosográfico” e pode afetar todas as estruturas psíquicas. Até o seu próprio reconhecimento é problemático. Há formas de tédio não ditas, representadas somaticamente na impressão de peso, de sonolência, ou numa hiperatividade que não tolera nenhum vazio, e que vale como fuga em frente para evitar a dor da permanência.

Embora não se possa afirmar a rigor que o tédio seja uma doença, nem mesmo um sintoma patológico, há que considerá-lo como manifestação transversal a várias psicopatologias. E, quer no campo das patologias psíquicas quer no campo da “normalidade” de uma existência, o tédio tem o seu papel, afinando uma existência dita sã ou privada de saúde. Quer num quer

noutro caso, o tédio identifica-se com um mal-estar, o qual pode ou não nos afetar na nossa funcionalidade quotidiana. Numa existência humana privada de saúde psíquica, o tédio pode constituir um sinal dessa privação na medida em que modifica a experiência do tempo, tornando-a desequilibrada. E esse desequilíbrio conduz a uma falta de liberdade do ser humano que vê limitado o seu leque de possibilidades na vida. Numa existência sã, o tédio é também manifestação de alguma coisa, não da ausência de saúde, mas sim, a nosso ver, manifestação de uma ausência suficiente ou explícita de sentido para os gestos quotidianos de uma vida. Também neste segundo caso, a relação com o tempo é perturbada, embora a pessoa consiga continuar a repetir a sua rotina e a cumprir as suas obrigações.

7. Considerações finais

O ser humano que sofre e que, no meio desse sofrimento, sente tédio é alguém que se revela vulnerável e, por vezes, incapaz de suportar o ser que transporta em si, o ser que ele mesmo é. Pois o ser é tempo e, quando não nos relacionamos bem com o tempo, não nos relacionamos bem com o nosso ser próprio. Por isso, a privação da saúde existe em relação com a perturbação da experiência temporal e, por isso também, o tédio enquanto experiência perturbada do tempo pode estar presente enquanto (des)afinação daquele que se sente existencialmente mal.

Para além do sofrimento gerado diretamente pelo tédio, temos ainda outras formas, que vêm a ser provocadas pelos seus supostos “paliativos”. Tentando fugir ao padecer inerente ao tédio, o ente humano envereda, muitas vezes, pelo consumo excessivo de substâncias, quer excitantes, quer estupefacientes, criando distúrbios de toxicodpendência e de alcoolismo. Fica também propenso a outras alterações comportamentais, como o jogo patológico ou o consumismo compulsivo ou *shopping disorder*. O sofrimento diretamente ligado ao tédio pode, assim, multiplicar-se indiretamente.

A tese defendida por Heidegger sobre o caráter fundamental do tédio como tonalidade de fundo da modernidade tardia encontra-se documentada em algumas das grandes obras literárias de inícios do século XX, que apenas mencionamos superficialmente, mas encontramos muitos indícios fenomenológicos e comportamentais da sua presença contemporânea. Quer do ponto de vista psicológico, quer do ponto de vista psicológico, quer numa perspectiva cultural essa presença justifica, pelo menos, uma atenção especial a este fenómeno, pelo sofrimento que revela, raiano da patologia, e pela manifestação com características epocais de uma modalidade de abertura e fechamento ao mundo. Análises mais recentes, como as de Zygmunt Bauman ou Byung-Chul

Han perseguem algumas das suas formas mais extremas nos nossos dias. Mas, justamente com essa base, podemos aventurar-nos a afirmar que o mal-estar provocado pelo tédio pode ter um efeito revulsivo na projeção da nossa existência, se escutarmos o seu apelo, ao invés de tentar silenciá-lo, através de psicofármacos ou de outras substâncias, ou evitá-lo mediante comportamentos desviantes e/ou compulsivos. A experiência do tédio é, neste sentido, uma oportunidade para refletir sobre o nosso estar-exposto ao mundo, epocalmente marcado por formas que escapam ao ser humano singular, definindo modalidades de existência “malograda” (*missgelungene*), para empregar a expressão de Binswanger, mas também um acesso ao seu carácter eminentemente temporal, capaz de permitir a cada um tomar-se em propriedade a si próprio, isto é, um apropriar-se do tempo que constitui a sua e nossa existência.

REFERÊNCIAS

BAUDELAIRE, C. Le peintre de la vie moderne. In: BAUDELAIRE, C. (*oeuvres complètes*). **L'art romantique**. Paris: Louis Conard Libraire-Éditeur, 1971. p. 49-100.

BAUMAN, Z. **Modernidade Líquida**. Rio de Janeiro: Zahar, 2001.

BERMAN, M. **Tudo o que é sólido se dissolve no ar**. Lisboa: Edições 70, 1989.

BLUM, F.; VACCARO, R. L'ennui à l'atelier et à l'usine. Discours ouvrier sur « ces jours [qui] passent, immenses ». In: GOETSCHER, P. et al. (Orgs.). **L'ennui: histoire d'un état d'âme (xix^e-xx^e siècle)**. Paris: Publications de la Sorbonne, 2012. p. 261-273.

BORGES-DUARTE, I. A afetividade no caminho fenomenológico heideggeriano, **Phainomenon – Revista de fenomenologia**, Lisboa, v. 24, p. 43-62, 2012.

_____. A experiência patológica do tempo. Para uma fenomenologia da forma temporal. In: SANTOS, J. M. et al. (Orgs.). **A Fenomenologia Hoje – Actas do Primeiro Congresso Internacional da Associação Portuguesa de Filosofia Fenomenológica**, Lisboa: C.F.U.L., 2003. p. 365-381.

_____. **Arte e Técnica em Heidegger**. Rio de Janeiro: Via Verita, 2019.

_____. O tédio como experiência ontológica. Aspectos da Daseinsanalyse heideggeriana. In: CANTISTA, M. J. (Coord.). **Subjectividade e Racionalidade**. Uma abordagem fenomenológico-hermenêutica. Porto: Campo das Letras, 2006. p. 297-323.

CASANOVA, M. A. O homem entediado: niilismo e técnica no pensamento de Martin Heidegger. **Ekstasis: Revista de Hermenêutica e Fenomenologia**, v. 1, n. 1, p. 184-222, set. 2012.

DURIF-VAREMBONT, J-P. et al. L'ennui vu par les élèves: ses indicateurs et ses effets. **Connexions**, v. 2, n. 84, p. 209-226, 2005.

FERREIRA, J. Sofrimento e silêncio: apontamentos sobre sofrimento psíquico e consumo de psicofármacos. **Forum Sociológico** [on-line], 2014, Disponível em: <<https://sociológico.revues.org/1133>>. Acesso em: 12 jun. 2015. doi: 10.4000/sociológico.1133

GIL, J. **Cansaço, Tédio, Desassossego**. Lisboa, Relógio d'Água, 2013.

HABERMAS, J. **Theorie des kommunikativen Handelns**. Frankfurt: Suhrkamp, 1981.

HAN, B-C. **O aroma do tempo**: Um ensaio filosófico sobre a Arte da demora. Lisboa: Relógio d'Água, 2016.

HEIDEGGER, M. **Caminhos de Floresta**. (BORGES-DUARTE, I. Ed.), 3. ed., Lisboa: Gulbenkian, 2014.

_____. **Denkerfahrten**. Frankfurt: Klostermann, 1983.

_____. **Die Frage nach der Technik** [1953]. In: HERRMANN, F. W. (Ed.). **Vorträge und Aufsätze** [1936-1953]. Frankfurt: Klostermann, 2000.

_____. **Die Grundbegriffe der Metaphysik**. In: HERRMANN, F. W. (Ed.). **Welt – Endlichkeit- Einsamkeit** [1929-30]. Frankfurt: Klostermann, 1983.

_____. **Gesamtausgabe (GA)**. Edição integral (*letzter Hand*) ao cuidado de F. W. von Herrmann. Frankfurt: Klostermann, 1975 ss.

_____. **Sein und Zeit** [1927]. (F.-W. von Herrmann, ed.) Frankfurt: Klostermann, 1976.

_____. **Zollikoner Seminare** [1959-1969]. Frankfurt: Klostermann, 1987.

HUGUET, M. L'ennui entre philosophie et psychopathologie. In: CHARBONNEAU, G. et al. **Phénoménologie des sentiments corporels**, II. Fatigue, Lassitude, Ennui. Argenteuil: Le Cercle Herméneutique, 2003. p. 35-39.

LYOTARD, J-F. **La condition post-moderne**: Rapport sur le savoir. Paris: Minuit, 1979.

PESSOA, F. **Livro do Desassossego**. Lisboa: edição de Teresa Sobral Cunha, Relógio d'Água, 2008.

PÓ, G. **A fenomenologia do tédio no Livro do Desassossego**: de Martin Heidegger a Fernando Pessoa. 2015. 316f. Tese (Doutorado em Filosofia) – Departamento de Filosofia, Universidade de Évora [open access: Repositório da Universidade de Évora], Évora, 2015.

RILKE, R. M. **As elegias de Duíno**. Lisboa: Assírio & Alvim, 2002.

SVENDSEN, L. **Petite philosophie de l'ennui**. Paris: Fayard, 2006.