

O Desejo da Morte: uma investigação filosófica sobre depressão, pessimismo e racionalidade

The Desire for Death: a philosophical inquiry into depression, pessimism, and rationality

Carlos Roberto Merlin Júnior

Resumo

O presente artigo investiga o estatuto filosófico do desejo da morte, distinguindo-o da ideação suicida e do desejo de morrer associado aos transtornos depressivos. Parte-se da constatação de que, embora a psiquiatria frequentemente interprete esse fenômeno como manifestação de psicopatologia, a tradição filosófica, literária e religiosa registra numerosos exemplos de autores que formularam avaliações profundamente pessimistas acerca da existência sem defender a antecipação da própria morte ou apresentar, necessariamente, comprometimento do julgamento racional. A partir de pesquisa bibliográfica e análise conceitual, examinam-se as contribuições de Arthur Schopenhauer, Albert Camus, Emil Cioran, David Benatar, Jean-Paul Sartre, Giacomo Leopardi e Teresa de Ávila, bem como representações literárias presentes em Dostoiévski, Kafka, Hermann Hesse e Fernando Pessoa. Em seguida, discute-se a possibilidade de uma terceira atitude diante da existência, distinta tanto da afirmação incondicional da vida quanto da intenção suicida, caracterizada pela aceitação da finitude e pelo desejo da morte natural sem a pretensão de antecipá-la. Por fim, analisa-se a interface entre filosofia, psicologia e psiquiatria, enfatizando a influência recíproca entre razão e afetividade e os limites de cada disciplina na compreensão do fenômeno. Conclui-se que o simples desejo da morte não

constitui, por si só, evidência suficiente de psicopatologia, podendo, em determinadas circunstâncias, representar uma posição filosoficamente elaborada, cuja validade permanece objeto de debate filosófico.

Palavras-chave: desejo da morte; pessimismo filosófico; depressão; suicídio; filosofia da mente; psiquiatria.

Abstract

This article investigates the philosophical status of the desire for death, distinguishing it from both suicidal ideation and the wish to die associated with depressive disorders. While psychiatry often interprets this phenomenon as a manifestation of psychopathology, the philosophical, literary, and religious traditions offer numerous examples of thinkers who developed profoundly pessimistic assessments of human existence without advocating suicide or necessarily exhibiting impaired rational judgment. Through conceptual analysis and bibliographical research, the article examines the contributions of Arthur Schopenhauer, Albert Camus, Emil Cioran, David Benatar, Jean-Paul Sartre, Giacomo Leopardi, and Teresa of Ávila, as well as literary representations found in the works of Dostoevsky, Kafka, Hermann Hesse, and Fernando Pessoa. It then explores the possibility of a third existential attitude, distinct from both the unconditional affirmation of life and suicidal intention, characterized by the acceptance of human finitude and the desire for natural death without any intention to hasten it. Finally, the article discusses the interface between philosophy, psychology, and psychiatry, emphasizing the reciprocal relationship between reason and emotion and the limits of each discipline in understanding this phenomenon. It concludes that the mere desire for death does not, by itself, constitute sufficient evidence of psychopathology and may, under certain circumstances, represent a philosophically reasoned position whose validity remains a matter of philosophical debate.

Keywords: desire for death; philosophical pessimism; depression; suicide; philosophy of mind; psychiatry.

Introdução

Desde a Antiguidade, a morte ocupa lugar central na reflexão filosófica. Entretanto, muito

menos frequente é a investigação acerca de um fenômeno mais específico e, ao mesmo tempo, profundamente humano: o desejo da morte. Em nossa cultura, essa experiência costuma ser imediatamente associada ao sofrimento psíquico e, sobretudo, à depressão. Embora essa associação seja frequentemente correta e clinicamente relevante, ela talvez não esgote todas as possibilidades de compreensão desse fenômeno.

A história da filosofia, da literatura e da espiritualidade revela que alguns dos mais importantes pensadores da tradição ocidental formularam avaliações profundamente pessimistas acerca da existência sem que, por isso, defendessem o suicídio ou apresentassem, necessariamente, sinais de transtorno mental. Em muitos casos, o desejo da morte surge como consequência de uma reflexão racional sobre o sofrimento, a finitude, o sentido da vida ou mesmo sobre a conveniência de ter vindo à existência. Em outros, manifesta-se como expressão de uma esperança religiosa ou de uma experiência mística. Essas diferentes perspectivas sugerem que desejar a morte e desejar provocar a própria morte não constituem experiências conceitualmente idênticas.

O objetivo deste ensaio não é estabelecer se a vida possui ou não valor objetivo, nem defender qualquer forma de pessimismo existencial. Seu propósito é mais modesto: investigar a distinção entre o desejo da morte decorrente de um transtorno psíquico e aquele que pode emergir de uma elaboração filosófica ou religiosa, bem como examinar a delicada zona de interseção onde razão, emoção e sofrimento se influenciam mutuamente. Trata-se, portanto, de uma reflexão situada na interface entre filosofia, psiquiatria, psicologia e literatura, reconhecendo que nenhuma dessas disciplinas, isoladamente, é suficiente para compreender toda a complexidade da experiência humana.

Depressão x Pessimismo Filosófico

Na depressão o desejo de morrer está relacionado a um transtorno que altera o funcionamento psíquico. É comum haver desesperança persistente, perda da capacidade de experimentar prazer (anedonia), culpa excessiva, alterações cognitivas e uma visão extremamente negativa de si, do mundo e do futuro. Nessa situação, o julgamento da própria vida pode estar significativamente influenciado pela doença. A pessoa pode concluir que a vida não vale a pena

justamente porque a depressão modifica a forma como ela percebe a realidade. Mas é forçoso reconhecer que o desejo pela morte nem sempre é fruto de alguma patologia psíquica ou mesmo orgânica.

É perfeitamente possível que alguém em plena estado de saúde física e psíquica experimente o desejo de morrer por uma conclusão de ordem racional, filosófica. Pensadores como Arthur Schopenhauer, Albert Camus, Emil Cioran e até David Benatar discutiram racionalmente se a existência possui valor intrínseco ou se seria preferível não existir. Nesses casos, o argumento parte de premissas filosóficas sobre sofrimento, sentido, consciência, moralidade ou antinatalismo, e não necessariamente de um transtorno mental. Camus chegou a considerar o suicídio como o único problema filosófico verdadeiramente sério, apesar de ter concluído que a resposta deve ser uma afirmação da vida apesar do absurdo. Schopenhauer vê a vida como profundamente marcada pelo sofrimento, mas também não defende o suicídio como solução definitiva. Benatar argumenta que vir à existência é um dano, desenvolvendo uma tese antinatalista, sem que isso implique automaticamente defender o suicídio. Mas não defender a prática do suicídio não exclui a persistência do desejo pela morte.

A Depressão

O desejo de morrer na depressão não é, em geral, uma conclusão filosófica. O ponto central é que, na depressão, o desejo de morrer costuma ser entendido como um sintoma da doença, e não apenas como uma opinião sobre a vida. Isso significa que ele surge juntamente com um conjunto de alterações psicológicas, cognitivas, emocionais e até neurobiológicas. A característica mais evidente é um humor persistentemente deprimido ou uma profunda incapacidade de sentir prazer (anedonia). A consequência disso é que experiências que antes possuíam valor deixam de produzi-lo. As relações afetivas deixam de provocar satisfação; os hobbies deixam de despertar interesse; os projetos futuros parecem vazios; as conquistas parecem insignificantes. A pessoa não apenas pensa que a vida perdeu o sentido; ela frequentemente não consegue mais experimentar aquilo que antes lhe dava sentido. Um filósofo pessimista ou uma pessoa que perdeu o interesse pelo viver pode afirmar que a vida é absurda ou que é um empreendimento que não vale a pena e ainda apreciar periodicamente fatores atenuantes do

sofrimento ou da tristeza como uma boa conversa, a apreciação de uma obra de arte, a experiência do contato com a natureza ou uma descoberta científica. Na depressão, muitas vezes até essas experiências deixam de mobilizar emocionalmente o indivíduo.

A depressão modifica a forma de interpretar a realidade. O psiquiatra Aaron T. Beck descreveu isso como a tríade cognitiva da depressão:

- visão negativa de si;
- visão negativa do mundo;
- visão negativa do futuro.

Assim, a pessoa tende a interpretar praticamente qualquer acontecimento de maneira desfavorável. Um fracasso confirma sua incompetência. Um sucesso parece mero acaso. Um elogio parece mentira. Um problema parece insolúvel.

Outro aspecto central é a desesperança. Aqui há uma diferença interessante. Um filósofo pode concluir que a vida não possui um sentido objetivo e, ainda assim, acreditar que existem inúmeras possibilidades futuras. Na depressão, frequentemente ocorre algo diferente. O futuro passa a parecer fechado. Não porque foi racionalmente demonstrado que nada mudará, mas porque a própria capacidade de imaginar mudanças diminui.

Outra característica bastante documentada é a dificuldade de imaginar alternativas, uma rigidez cognitiva. O pensamento torna-se mais rígido. As possibilidades parecem reduzir-se. Problemas que antes admitiam muitas soluções passam a ser percebidos como insolúveis. Essa rigidez explica por que pessoas deprimidas frequentemente apresentam dificuldade em reconhecer possibilidades que outras pessoas enxergam com relativa facilidade.

Além da tristeza, existe algo que alguns autores descrevem como exaustão profunda. A pessoa pode sentir que viver exige um esforço gigantesco. Mesmo tarefas simples como levantar da cama, tomar banho, responder mensagem, conversar com alguém, tornam-se extremamente difíceis. Nesse contexto, o desejo de morrer nem sempre decorre de uma avaliação negativa da vida. Às vezes decorre da percepção de que continuar vivendo exige uma energia que parece inexistente.

Hoje sabemos que a depressão envolve alterações em diversos sistemas cerebrais. Não existe um único "centro da depressão", mas estudos mostram mudanças em circuitos relacionados a:

- processamento emocional;
- recompensa;
- motivação;
- atenção;
- tomada de decisão;
- controle cognitivo.

Essas alterações ajudam a explicar por que o sofrimento depressivo não se reduz a "pensamentos negativos". Há componentes biológicos que influenciam a maneira como emoções, motivação e cognição interagem.

Algumas pessoas em depressão relatam algo mais próximo de um desejo de cessação da existência, como imaginar que seria melhor não acordar ou deixar de existir.

O Pessimismo Filosófico

Na depressão, a pessoa geralmente não apenas julga a vida sem valor, mas também perde a capacidade de perceber valor em praticamente qualquer aspecto da experiência. Há um estreitamento global da perspectiva. No pessimismo filosófico, a pessoa pode considerar racionalmente que a existência é desvantajosa e, ainda que desejando morrer, continuar produzindo conhecimento, apreciando arte, cultivando amizades, escrevendo livros e debatendo ideias. Ou seja, ela consegue separar sua avaliação teórica da existência de sua participação prática na vida. É uma situação onde a pessoa aspira pela morte, deseja morrer, mas não pretende realizar nenhum movimento de abreviação da vida justamente pelo fato de se ter consciência de que a morte virá de qualquer modo e não faz sentido antecipá-la pois o viver, embora marcado pelo sofrimento, é suportado justamente pela percepção de sua finitude.

Para Emil Cioran, por exemplo, a existência é sempre experimentada como um fardo. Em suas obras, escreve repetidamente sobre o desejo de não ter nascido, sobre o cansaço de existir e sobre a lucidez como uma condição que expõe o indivíduo ao sofrimento inerente à consciência. Em *Do Inconveniente de Ter Nascido*, chega a afirmar que o verdadeiro infortúnio não é a morte, mas o próprio nascimento, pois é ele que inaugura todas as possibilidades de dor, perda e frustração. Contudo, essa constatação não o conduz à defesa do suicídio. Ao contrário, Cioran frequentemente sustenta que a própria possibilidade do suicídio funciona como uma espécie de liberdade interior: saber que se poderia abandonar a vida a qualquer momento torna a própria vida mais suportável. Em uma formulação recorrente de seu pensamento, a ideia do suicídio conforta mais do que sua realização, justamente porque preserva uma saída possível sem exigir que ela seja utilizada. A morte chegará inevitavelmente por si mesma, de modo que antecipá-la não representa uma solução filosófica superior. Assim, permanece uma tensão permanente entre desejar a morte e continuar vivendo. Viveu até os 84 anos, escrevendo intensamente durante toda a vida, cultivando amizades, participando do debate intelectual e transformando essa contradição em um dos eixos centrais de sua obra. Seu pensamento ilustra que é possível sustentar, de maneira coerente, uma avaliação profundamente pessimista da existência sem que isso implique um impulso patológico ou a defesa da antecipação da própria morte. Nessa perspectiva, o desejo de morrer pode constituir uma conclusão existencial decorrente de determinada concepção filosófica sobre a condição humana, permanecendo dissociado tanto da intenção suicida quanto de um quadro psicopatológico.

Arthur Schopenhauer talvez seja o mais influente representante do pessimismo filosófico moderno. Para ele, a essência da realidade é a Vontade, um impulso cego, incessante e insaciável que condena todos os seres vivos a um ciclo permanente de desejo, satisfação efêmera e novo sofrimento. A felicidade possui caráter apenas negativo, consistindo na interrupção temporária da dor, enquanto o sofrimento constitui a condição ordinária da existência. Apesar desse diagnóstico profundamente pessimista, Schopenhauer não considera o suicídio uma verdadeira solução. Em sua interpretação, quem se suicida não nega a Vontade de viver; apenas rejeita as circunstâncias particulares de sua existência. A Vontade permanece afirmada. A superação mais radical do sofrimento estaria na renúncia aos desejos, na contemplação estética e em uma forma de

ascetismo inspirada pelas tradições orientais. Assim, é possível reconhecer racionalmente o caráter predominantemente doloroso da vida sem concluir que o suicídio seja filosoficamente justificável.

Albert Camus inicia *O Mito de Sísifo* afirmando que "há apenas um problema filosófico verdadeiramente sério: o suicídio". A questão central consiste em saber se uma vida desprovida de sentido objetivo merece ou não ser vivida. Sua resposta, entretanto, é negativa quanto ao suicídio. Para Camus, o absurdo nasce do confronto entre o desejo humano de encontrar significado e o silêncio indiferente do universo. O suicídio representaria uma capitulação diante desse conflito. Em vez disso, propõe a revolta: viver plenamente mesmo sabendo que não existe uma justificativa última para a existência. A vida não precisa possuir um sentido transcendente para ser afirmada. Assim, embora reconheça a ausência de fundamento metafísico da existência, Camus transforma essa constatação em um convite à liberdade e à criação de significado, afastando-se tanto do otimismo quanto do pessimismo absoluto.

David Benatar desenvolve uma das mais influentes formulações contemporâneas do antinatalismo. Em *Better Never to Have Been*, sustenta que vir à existência constitui sempre um dano, pois o sofrimento possui maior peso moral que os prazeres proporcionados pela vida. Sua conhecida tese da assimetria afirma que a ausência de sofrimento é um bem, ainda que não exista alguém para usufruí-lo, enquanto a ausência de prazer não constitui um mal quando não há quem seja privado desse prazer. Dessa forma, segundo Benatar, seria moralmente preferível que novos indivíduos não fossem trazidos ao mundo. Contudo, essa conclusão não implica defender o suicídio daqueles que já existem. Uma vez iniciada a vida, entram em cena vínculos afetivos, responsabilidades, adaptações psicológicas e novos prejuízos que a própria morte poderia ocasionar. Seu antinatalismo, portanto, distingue claramente o juízo negativo acerca do nascimento da defesa da antecipação da morte.

Jean-Paul Sartre também parte da ausência de um sentido prévio para a existência, mas extrai conclusões diferentes das de Camus. Se "a existência precede a essência", então nenhum indivíduo nasce com um propósito determinado. Cada pessoa é responsável por construir o significado de sua própria vida por meio de suas escolhas. Essa liberdade radical é acompanhada por angústia, abandono e responsabilidade, pois não existem valores objetivos que possam

substituir a decisão humana. Em *A Náusea*, Sartre descreve a experiência perturbadora da contingência da existência: o personagem principal percebe que o mundo simplesmente existe, sem razão ou finalidade, e essa percepção desperta uma profunda sensação de estranhamento e repulsa. Em diversos momentos da obra, a própria existência é experimentada como excessiva, pesada e quase insuportável. Contudo, Sartre não conclui daí que a vida deva ser abandonada. Pelo contrário, justamente porque não existe um sentido dado de antemão, cabe ao próprio indivíduo construir, por meio de seus atos, as razões para continuar vivendo. Seu existencialismo, portanto, não conduz ao pessimismo absoluto, mas à responsabilidade decorrente da liberdade.

Giacomo Leopardi desenvolve um pessimismo que não se fundamenta apenas nas circunstâncias individuais, mas na própria estrutura da condição humana. Para ele, o ser humano é movido por um desejo ilimitado de felicidade que jamais pode ser plenamente satisfeito, pois a natureza é indiferente às aspirações humanas e oferece apenas prazeres transitórios, sempre seguidos por novas frustrações. A consciência, longe de constituir um privilégio absoluto, torna-se fonte adicional de sofrimento ao revelar a distância intransponível entre aquilo que se deseja e aquilo que o mundo pode efetivamente oferecer. Ainda assim, Leopardi não reduz sua filosofia à defesa da morte ou do suicídio. Em sua obra madura, especialmente em *A Giesta*, propõe que os homens reconheçam sua condição comum e encontrem na solidariedade recíproca uma resposta ética à indiferença da natureza. Seu pensamento demonstra que uma avaliação profundamente pessimista da existência não conduz necessariamente ao abandono da vida, mas pode fundamentar uma atitude de lucidez, dignidade e fraternidade diante da inevitabilidade do sofrimento.

Em uma perspectiva completamente distinta, Teresa de Ávila expressa um intenso desejo pela morte sem que isso decorra de pessimismo em relação à existência. Em sua célebre expressão "muero porque no muero" ("morro porque não morro"), o anseio pela morte nasce precisamente da esperança, e não do desespero. A vida terrena é compreendida como provisória e incompleta diante da plenitude representada pela união definitiva com Deus. O desejo de morrer não corresponde a uma recusa da vida nem a uma autorização para abreviá-la voluntariamente, pois a existência continua sendo um dom divino cujo término pertence exclusivamente à vontade de Deus. Trata-se de uma espera paciente e confiante, na qual a morte é desejada como

consumação da vida espiritual, e não como fuga do sofrimento.

O desprezo pela vida na literatura

A literatura também oferece exemplos particularmente ricos dessa problemática. Desde o século XIX, diversos escritores criaram personagens que, sem apresentarem necessariamente um transtorno mental, formulam um juízo profundamente negativo acerca da existência. Trata-se de indivíduos que interrogam racionalmente o valor da vida, convivem com o desejo da morte ou com a percepção da inutilidade da existência, mas nem sempre convertem essa conclusão em um projeto de autodestruição. A ficção torna-se, assim, um espaço privilegiado para investigar as ambiguidades entre lucidez, sofrimento, liberdade e sentido.

Fiódor Dostoiévski talvez seja o maior expoente dessa abordagem. Seus romances funcionam como verdadeiros laboratórios filosóficos e psicológicos, nos quais diferentes personagens encarnam concepções antagônicas acerca da condição humana. O Homem do Subsolo (Memórias do Subsolo) representa a consciência hipertrofiada que encontra na própria lucidez uma fonte inesgotável de sofrimento e paralisia. Ivan Karamázov (Os Irmãos Karamázov) leva às últimas consequências o conflito entre razão, moralidade e fé, chegando a questionar se um mundo marcado pelo sofrimento inocente pode ser considerado aceitável. Já Kirílov (Os Demônios) representa uma posição distinta: convencido de que Deus não existe, conclui que o suicídio seria a afirmação máxima da liberdade humana. Dostoiévski, entretanto, não se identifica integralmente com nenhuma dessas vozes. Ao contrário, constrói romances polifônicos nos quais diferentes respostas ao problema da existência dialogam, confrontam-se e revelam a extraordinária complexidade da experiência humana.

Franz Kafka retrata personagens que experimentam a existência como um estado permanente de estranhamento, impotência e culpa diante de um mundo cuja lógica permanece inacessível. Em romances como O Processo, O Castelo e A Metamorfose, seus protagonistas encontram-se aprisionados em situações absurdas das quais não conseguem escapar nem compreender plenamente. O sofrimento kafkiano não decorre apenas das circunstâncias externas, mas da própria condição de existir em um universo opaco e indiferente. Embora suas obras não constituam tratados filosóficos sobre o desejo da morte, elas expressam de maneira singular o

desgaste de uma existência vivida sob a permanente sensação de inadequação. A continuidade da vida não surge como afirmação entusiástica da existência, mas como uma condição da qual os personagens parecem incapazes de se libertar, tornando a espera pelo desfecho natural uma presença silenciosa e constante.

Na obra de Hermann Hesse, a reflexão sobre o valor da existência aparece associada ao conflito entre o indivíduo e o mundo. Personagens como Harry Haller, em *O Lobo da Estepe*, vivem intensamente a sensação de deslocamento, solidão e cansaço diante da vida moderna, chegando a contemplar a morte como uma possibilidade libertadora. Entretanto, Hesse não reduz essa experiência ao desespero. Sua literatura explora a ideia de que a crise existencial pode constituir um caminho de autoconhecimento e transformação interior. O desejo pela morte frequentemente simboliza o anseio pelo fim de uma determinada forma de existir, mais do que a extinção da própria vida. Assim, a travessia do sofrimento torna-se uma etapa na busca por uma existência mais autêntica e integrada, aproximando sua obra mais de uma filosofia da metamorfose do que de um pessimismo absoluto.

Fernando Pessoa, sobretudo por meio de seu semi-heterônimo Bernardo Soares em *O Livro do Desassossego*, oferece uma das mais refinadas expressões literárias do cansaço de existir. Em suas páginas, a vida aparece frequentemente marcada pela monotonia, pela fragmentação da identidade e pela sensação de que toda ação é, em última análise, destituída de fundamento definitivo. O desejo da morte manifesta-se não como impulso de autodestruição, mas como consequência serena de uma consciência que percebe a insuficiência de todas as realizações humanas. Em diversos momentos, a morte é contemplada com uma espécie de indiferença melancólica, como o encerramento natural de uma existência cuja continuidade já não desperta grandes expectativas. Ainda assim, Pessoa continua escrevendo, observando o cotidiano, cultivando a imaginação e transformando sua inquietação em extraordinária criação literária. Sua obra demonstra que é possível conviver com um profundo desencanto diante da vida sem que isso implique necessariamente a intenção de abreviá-la.

Uma terceira possibilidade

Há uma terceira possibilidade, frequentemente negligenciada tanto pelo discurso clínico

quanto pelo senso comum, situada entre o impulso suicida e o desejo de prolongar a existência. Trata-se da posição daquele indivíduo que, mantendo preservadas suas faculdades cognitivas, sua capacidade deliberativa e sua saúde psíquica, conclui, após longa reflexão sobre a própria experiência, que a continuidade da vida já não representa um bem suficientemente valioso para justificar um empenho ativo em sua conservação. Não se trata de uma recusa da realidade motivada por desesperança patológica, mas de um juízo existencial acerca do saldo da própria existência.

Nesse caso, o desejo pela morte não decorre da incapacidade de encontrar prazer ou sentido, como frequentemente ocorre na depressão, nem do vínculo à uma concepção filosófica específica sobre a totalidade da vida e da existência, mas da convicção de que a sua vida particular, considerada em sua totalidade e atualidade, constitui um empreendimento cujo custo existencial supera seus benefícios. Essa avaliação pode resultar de décadas de observação, de experiências acumuladas e de uma concepção segundo a qual o sofrimento, a perda, a deterioração física, as experiências já vividas e a finitude não representam acidentes da existência, mas sua própria estrutura. O indivíduo continua capaz de reconhecer momentos de satisfação, de apreciar relações humanas, de desfrutar da arte, da filosofia, da natureza ou da contemplação intelectual; contudo, esses elementos já não alteram sua conclusão global acerca do valor da sua existência.

Nessa perspectiva, desejar a morte não significa desejar destruir a própria vida. Significa apenas considerar que seu término natural seria bem-vindo. A distinção é fundamental. O suicídio pressupõe a decisão deliberada de interromper a existência por meio de uma ação voluntária. O desejo sereno, ainda que triste, pela morte natural, ao contrário, consiste na disposição de desejar e acolher seu advento quando este ocorrer, com alguma ansiedade diante da perspectiva do fim, mas sem a pretensão de antecipá-lo. A morte deixa de ser concebida como um mal absoluto e passa a ser compreendida como o encerramento apropriado de um processo cuja continuidade já não é percebida como desejável.

Como consequência dessa postura, o indivíduo pode deixar de investir maiores esforços destinados exclusivamente ao prolongamento da vida. Isso não implica abandono irracional de si mesmo nem negligência motivada por autodestruição, mas uma mudança na hierarquia dos

valores. A preservação biológica deixa de ocupar o lugar supremo que frequentemente lhe é atribuído pelas sociedades contemporâneas. O objetivo já não consiste em viver o maior número possível de anos, mas em permitir que a existência siga seu curso ordinário até seu desfecho inevitável, sem obstinação em retardá-lo e sem desespero em precipitá-lo.

Essa atitude embora não necessariamente vinculada à correntes de pensamento como foi dito, encontra ressonância em diversas tradições filosóficas. O pessimismo de Schopenhauer, o antinatalismo de Benatar e, sobretudo, a obra de Emil Cioran convergem ao reconhecer que a consciência humana pode, legitimamente, formular um juízo profundamente desfavorável sobre a existência sem que isso constitua, por si só, evidência de doença mental.

Sob essa ótica, pode-se distinguir três atitudes conceitualmente diferentes: a primeira é a afirmação da vida, na qual sua preservação constitui um valor prioritário; a segunda é a intenção suicida, em que o indivíduo busca provocar deliberadamente sua própria morte; e a terceira é uma espécie de aceitação filosófica da finitude, caracterizada pela ausência de interesse em prolongar indefinidamente a existência e pelo sereno desejo de que seu término natural logo se ocorra. Nessa última posição, a morte deixa de ser um objeto de temor para tornar-se simplesmente um acontecimento cuja chegada é recebida como compatível com uma avaliação racional de que o ciclo da existência já cumpriu seu percurso.

Essa postura não deve ser confundida, automaticamente, com psicopatologia. A psiquiatria ocupa-se de identificar quando o desejo de morrer decorre de alterações do funcionamento mental que comprometem o julgamento, a afetividade ou a capacidade de autodeterminação. A filosofia, por sua vez, investiga se é possível, em condições de plena lucidez, atribuir à existência um valor global negativo. Embora as duas esferas possam se sobrepor em determinados casos, elas não são conceitualmente idênticas. Reconhecer essa distinção é importante para evitar tanto a patologização de toda reflexão pessimista quanto a romantização de estados mentais que efetivamente requerem cuidado clínico. Em outras palavras, o simples fato de alguém desejar que a morte natural chegue e de não desejar prolongar a vida não permite, por si só, concluir que esteja deprimido ou incapaz de formular um juízo racional sobre sua própria condição. Trata-se, antes, de uma posição filosófica possível, cuja consistência

ou correção permanece objeto de debate, mas que não pode ser descartada apenas por divergir do impulso ordinário de autopreservação.

Portanto, preferir a morte à continuação da vida, mas considerando que a decisão acerca do momento da morte não nos pertence e concluir que não se deva antecipar e nem empreender esforços para adiá-la pode ser uma atitude absolutamente razoável e sem patologia presente. Em outros termos, se alguém optar por seguir vivendo desejando morrer sem nada fazer para apressar o processo mas também sem nada fazer para impedir o fluxo do processo pode ser um ato racional.

Zona Cinzenta

Até aqui, a distinção entre depressão e pessimismo filosófico foi apresentada de maneira aparentemente nítida. Na prática, entretanto, essa separação nem sempre se mostra evidente. Entre o sofrimento psíquico claramente patológico e uma conclusão filosófica racional acerca do valor da existência existe uma ampla zona cinzenta, na qual razão e afetividade parecem influenciar-se mutuamente de formas difíceis de distinguir.

Surge então uma pergunta inevitável: quando alguém conclui que preferiria não existir, essa conclusão resulta de um processo genuinamente racional ou de experiências emocionais que, consciente ou inconscientemente, moldaram sua forma de pensar? Será que essa pessoa chegou a tal conclusão apenas por estudar filosofia, refletir longamente sobre a condição humana e considerar consistentes determinados argumentos? Ou teria sua visão sido construída, ao menos em parte, por perdas, frustrações, traumas, decepções ou sofrimentos acumulados ao longo da vida? Em outras palavras, existe realmente um raciocínio completamente desvinculado da experiência afetiva ou toda reflexão filosófica carrega, em alguma medida, a marca da história emocional de quem a formula?

Essa questão torna-se ainda mais complexa quando imaginamos duas pessoas sustentando exatamente a mesma tese filosófica. Ambas poderiam afirmar, por exemplo, que a existência representa um empreendimento cujo saldo global é negativo e que prefeririam jamais ter nascido ou continuar a viver. Entretanto, apenas uma delas poderia preencher os critérios clínicos para um episódio depressivo, enquanto a outra manteria plena capacidade funcional, estabilidade

emocional e ausência de qualquer transtorno psiquiátrico. Nesse caso, o diagnóstico não dependeria da conclusão filosófica em si, mas do conjunto da experiência clínica: humor, afetividade, funcionamento cognitivo, capacidade de prazer, história de vida e demais elementos que compõem a avaliação psiquiátrica. A tese filosófica, isoladamente considerada, não bastaria para estabelecer a presença de doença mental.

Essa distinção remete a uma questão clássica da epistemologia: a origem de uma crença interfere em sua validade? Do ponto de vista da lógica, a resposta tende a ser negativa. Um argumento é válido ou inválido em razão de sua estrutura e de suas premissas, independentemente do estado emocional, da personalidade ou da biografia daquele que o apresenta. Um indivíduo deprimido pode formular um argumento logicamente correto, assim como uma pessoa psicologicamente saudável pode defender uma conclusão intelectualmente inconsistente.

A validade lógica não depende da origem psicológica da crença.

Na psicologia clínica e na psiquiatria, contudo, a questão assume outra configuração. Nessas áreas, interessa compreender como determinados estados afetivos influenciam a percepção da realidade, a capacidade de julgamento, a flexibilidade cognitiva e a elaboração de crenças. Emoções intensas podem estreitar o horizonte de possibilidades, favorecer interpretações sistematicamente negativas ou comprometer a avaliação equilibrada das experiências vividas. O objetivo da psiquiatria, porém, não consiste em decidir se determinada filosofia está correta, mas em investigar se existe um transtorno capaz de interferir significativamente na maneira pela qual essa filosofia foi construída ou é experimentada.

Daí decorre uma distinção fundamental. A psiquiatria não dispõe de instrumentos para responder se a vida possui sentido objetivo, se existir é melhor do que não existir ou se o sofrimento supera os benefícios da existência. Essas permanecem sendo questões filosóficas. O que ela pode afirmar é algo muito mais restrito: que determinado indivíduo apresenta um quadro clínico capaz de alterar sua maneira de avaliar essas questões. Trata-se de uma afirmação sobre o funcionamento psicológico do sujeito, e não sobre a verdade ou falsidade de sua conclusão filosófica.

A história da filosofia ilustra bem essa limitação. Alguns dos mais influentes pensadores do pessimismo passaram décadas escrevendo, ensinando, produzindo conhecimento, mantendo relações pessoais e participando intensamente da vida intelectual. Isso não demonstra que suas conclusões sejam verdadeiras, mas evidencia que uma avaliação profundamente negativa da existência não constitui, por si só, evidência suficiente de psicopatologia. Da mesma forma, o fato de um indivíduo elaborar argumentos sofisticados sobre o valor da vida tampouco exclui a possibilidade de que esteja atravessando um transtorno psíquico. Sofisticação intelectual e sofrimento psíquico não são categorias mutuamente excludentes.

A filosofia contemporânea da mente e a psicologia cognitiva tendem, inclusive, a abandonar a antiga oposição entre razão e emoção. Em vez de concebê-las como esferas independentes, compreendem-nas como processos que se influenciam continuamente. Estados emocionais moldam o raciocínio; raciocínios, por sua vez, reorganizam emoções, expectativas e formas de perceber o mundo. Não parece plausível sustentar que qualquer conclusão filosófica seja absolutamente imune às experiências afetivas do sujeito, assim como também seria reducionista afirmar que toda elaboração racional constitui mero reflexo de seu estado emocional.

É precisamente nesse ponto que emerge a verdadeira zona cinzenta. Entre a depressão claramente identificável e o pessimismo filosófico elaborado existe um amplo território em que razões e emoções se entrelaçam de maneira inseparável. Uma cosmovisão construída por reflexão filosófica pode conduzir legitimamente ao desejo de cessação da existência, ao mesmo tempo em que experiências afetivas inevitavelmente participam da formação dessa visão de mundo. Distinguir quanto dessa conclusão pertence à razão e quanto decorre da história emocional do indivíduo talvez seja uma das tarefas mais difíceis na interface entre filosofia, psicologia e psiquiatria. Longe de oferecer respostas definitivas, essa zona cinzenta revela justamente os limites de cada disciplina e convida a um diálogo interdisciplinar, no qual nem a filosofia pode ignorar a influência dos afetos, nem a psiquiatria pode reduzir toda reflexão pessimista a uma manifestação de doença mental.

Nesse contexto, as contribuições de Martha Nussbaum tornam-se particularmente relevantes. Em sua filosofia das emoções, especialmente desenvolvida em *Upheavals of Thought*, a autora contesta a antiga oposição entre razão e sentimento, sustentando que as emoções não

constituem meros impulsos irracionais, mas formas de avaliação da realidade.

Medo, tristeza, esperança, alegria e desespero incorporam crenças sobre aquilo que julgamos valioso, vulnerável ou digno de ser preservado. As emoções possuem, portanto, conteúdo cognitivo: revelam como interpretamos o mundo e nossa posição nele. Essa concepção torna mais complexa a distinção entre um pessimismo filosófico e um estado afetivo depressivo, pois ambos envolvem juízos acerca da existência. A diferença não reside simplesmente na presença ou ausência de emoção — uma vez que toda reflexão humana é emocionalmente situada —, mas na maneira como esses juízos são construídos, examinados criticamente e integrados ao restante da vida psíquica do indivíduo.

Uma conclusão semelhante emerge, por outra via, dos estudos neurocientíficos de Antonio Damásio. Em obras como *O Erro de Descartes*, Damásio reúne evidências de que a capacidade de deliberar racionalmente depende da participação dos sistemas emocionais. Pacientes que sofreram lesões em áreas cerebrais responsáveis pelo processamento das emoções frequentemente preservam a inteligência lógica e a capacidade de formular argumentos abstratos, mas apresentam enormes dificuldades para tomar decisões práticas e avaliar adequadamente as consequências de suas escolhas. A razão, longe de operar isoladamente, necessita das emoções para orientar o julgamento. Essa constatação enfraquece tanto a ideia de uma racionalidade completamente desprovida de afetos quanto a tese oposta, segundo a qual toda conclusão existencial seria mera expressão de um estado emocional. Pensar racionalmente não significa pensar sem emoções, mas pensar com emoções organizadas de maneira compatível com uma avaliação crítica da realidade.

Conclusão

Ao longo destas páginas procurou-se mostrar que o desejo da morte constitui um fenômeno muito mais complexo do que normalmente se admite. Em determinadas circunstâncias, ele pode representar uma manifestação inequívoca de sofrimento psíquico e exigir cuidado clínico. Em outras, porém, pode surgir como consequência de uma reflexão filosófica, de uma convicção religiosa ou de uma determinada compreensão da condição humana, sem que isso implique necessariamente a presença de psicopatologia ou a intenção de abreviar a própria vida.

Reconhecer essa distinção não significa minimizar a gravidade da depressão nem romantizar o pessimismo filosófico. Significa apenas admitir que a avaliação racional do valor da existência não pertence ao domínio exclusivo da psiquiatria, assim como a filosofia não possui instrumentos para determinar se determinada conclusão resulta ou não de um transtorno mental. Ambas investigam dimensões diferentes da mesma experiência humana e, justamente por isso, podem dialogar sem que uma reduza a outra.

Talvez a principal contribuição dessa reflexão seja lembrar que o ser humano não pensa separado de sua história afetiva, mas também não se reduz a ela. Razão e emoção, argumentação e biografia, filosofia e psicologia permanecem continuamente entrelaçadas. Entre a lucidez filosófica e o sofrimento clínico existe uma ampla zona cinzenta, na qual respostas definitivas dificilmente serão encontradas. Reconhecer essa complexidade talvez constitua, paradoxalmente, a forma mais rigorosa de abordar um tema que acompanha a humanidade desde seus primeiros registros: a permanente interrogação acerca do valor da própria existência.

REFERÊNCIAS

BECK, Aaron T.; RUSH, A. John; SHAW, Brian F.; EMERY, Gary. Cognitive Therapy of Depression. New York: Guilford Press, 1979.

BENATAR, David. Melhor nunca ter existido: o dano de vir à existência. Tradução de Adauri Brezolin. São Paulo: WMF Martins Fontes, 2018.

CAMUS, Albert. O mito de Sísifo. Tradução de Ari Roitman e Paulina Watch. 13. ed. Rio de Janeiro: Record, 2019.

CIORAN, Emil. Do inconveniente de ter nascido. Tradução de José Thomaz Brum. Rio de Janeiro: Rocco, 2011.

DAMÁSIO, Antonio. O erro de Descartes: emoção, razão e o cérebro humano. Tradução de Dora Vicente e Georgina Segurado. São Paulo: Companhia das Letras, 2012.

DOSTOIÉVSKI, Fiódor. Memórias do subsolo. Tradução de Boris Schnaiderman. 34. ed. São Paulo: Editora 34, 2017.

DOSTOIÉVSKI, Fiódor. Os demônios. Tradução de Paulo Bezerra. São Paulo: Editora 34, 2013.

DOSTOIÉVSKI, Fiódor. Os irmãos Karamázov. Tradução de Paulo Bezerra. 3. ed. São Paulo: Editora 34, 2016.

HESSE, Hermann. O lobo da estepe. Tradução de Ivo Barroso. Rio de Janeiro: Record, 2013.

KAFKA, Franz. O processo. Tradução de Modesto Carone. São Paulo: Companhia das Letras, 2005.

NUSSBAUM, Martha C. Upheavals of Thought: The Intelligence of Emotions. Cambridge: Cambridge University Press, 2001.

PESSOA, Fernando. Livro do desassossego. Organização de Richard Zenith. São Paulo: Companhia das Letras, 2011.

SCHOPENHAUER, Arthur. O mundo como vontade e como representação. Tradução de Jair Barboza. São Paulo: Editora UNESP, 2015. 2 v.

SARTRE, Jean-Paul. O existencialismo é um humanismo. Tradução de João Batista Kreuch. Petrópolis: Vozes, 2014.

SARTRE, Jean-Paul. A náusea. Tradução de Rita Braga. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2011.

TERESA DE JESUS (SANTA TERESA D'ÁVILA). Livro da vida. Tradução das Carmelitas Descalças. São Paulo: Paulus, 2012.