

## Saudade ou depressão no «fado» português

MARGARIDA NORTON (\*)

Tentar perceber a saudade é, de certa maneira, poder repensar o termo da solidão.

[...] «De facto só fazemos verdadeiros lutos quando a relação perdida foi satisfatoriamente vivida. A dor é forte mas a esperança persiste porque a experiência nos informou que o amor afinal era possível» [C. de Matos<sup>(\*)</sup>].

Provavelmente só assim é possível «saber estar só», se tivermos em nós recordações suficientemente boas. Neste sentido, não podemos separar a «saudade» — que no dizer de D. Duarte é filha do amor e da distância — de nós próprios, do que tivemos, e do que com isso fizemos o que somos.

Assim, se «saudade» for lembrança do que na vida soubemos ter é com ela que acreditamos que vale a pena viver. Mas, se «saudade» for o sonho do que nunca pudemos ter, o ficar a ela preso implica negar viver.

Gostaria, pois, pensar esta «saudade» que desde sempre se associa ao sentir português e tentar perceber a sua ligação com este povo de marinheiros e emigrantes. Perceber no fundo, a sua ligação a uma «Mãe» que desde há muito está longe e talvez por isso

tão próxima. Saber se se trata do «saudável» recordar que de bom se teve ou, pelo contrário, o ficar preso ao que sonhamos ter e não conseguimos viver que é a prisão depressiva dum povo voltado para trás.

É Teixeira de Pascoaes<sup>(15)</sup> quem diz que «a alma humana essencialmente, isto é, nos seus 3 ou 4 sentimentos fundamentais, é una e talvez imutável. Por isso, as almas dos povos só diferem nas suas nuances que entre elas estabelecem, todavia, consideráveis distâncias... Na língua portuguesa há um certo número de palavras altamente expressivas do que a nossa sensibilidade possui de mais íntimo e característico e, por isso, sem equivalentes nas outras línguas... Refiro-me à saudade. Analisai e vereis logo os elementos que a formam: Desejo e Lembrança conforme Duarte Nuno de Leão. Gosto e Amargura, segundo Garrett.

O Desejo é a parte sensual e alegre da saudade e a Lembrança representa a sua face espiritual e dorida, porque lembrança inclui a ausência de um ser amado que adquire presença espiritual em nós».

Penso que é também destas 2 faces da «saudade» de que nos falam D. Carolina Michaëlis (na «Saudade Portuguesa») «o culto da saúde termina no culto da saudade... A saúde era o desejo, veio a tempo

(\*) Psicóloga.

criar a lembrança, ampliando a palavra saúde e o seu sentido», e o próprio Camões,

*«Por usar costume contigo  
Saúde mandar quizera  
e mandara, se tivera...  
Mas, amor dela é inimigo  
pois me deu, em lugar dela  
Sandade em que ando...  
Saudades cem mil mando  
e não ficando sem ela»*

De facto, é como se a raiz «saúde» da palavra saudade se tivesse perdido no sentir depressivo e apenas ficasse uma «lembrança doente» em que está presente um certo ressentimento.

Também Fernando Pessoa nos seus poemas de Alberto Caeiro nos fala destas 2 formas de saudade ao dizer: «Mesmo na ausência dela é uma coisa que está comigo» (ou seja, fiz do amor dela algo de meu, um bom objecto interiorizado) e mais à frente «Se não a vejo imagino-a e sou forte como as árvores altas. Mas se a vejo tremo, não sei o que é feito do que sinto na ausência dela... Não sei bem o que quero, nem quero saber o que quero. Só quero pensar nela. Não peço a ninguém, nem a ela, senão pensar...» Provavelmente é esta a relação depressiva em que, apesar da dor da ausência, a relação é mais possível quando o objecto está longe. É o tornar «intocável» aquilo que se quer manter «perfeito».

Será realmente de «saudade» que falam os nossos poetas, ou tratar-se-á de «saudade prazer sombrio» de que nos fala mais uma vez Fernando Pessoa, e que está muito mais próximo do sentir depressivo em que por nunca se ter feito o luto do objecto ideal e da relação infantil, se vive com nostalgia do que se passou, «recriando para esconder a perda, não aceite e não elaborada do Passado» [C. de Matos (\*)].

O que significa realmente esta palavra «saudade» cuja origem latina é a mesma das palavras «solitá» italiana ou «soledad»

espanhola mas que, ao contrário destas, se manteve ao longo dos séculos sem a mínima alteração do sentido?

De facto, mesmo na Galiza onde ainda há 4 séculos mantinha o mesmo significado, provavelmente relacionada com a estreita identidade de cultura e sensibilidade poética destes dois povos etnicamente muito semelhantes, hoje a palavra «soledad» apenas significa solidão. Poderíamos tentar procurar no tempo a sua origem na península, mas provavelmente apenas encontraremos, como para qualquer característica humana, uma multiplicidade de causas, de formas e pesos diferentes.

Da «Moirá» Helénica ao «Fatalismo» Árabe (em cuja poesia a «saudade» aparece frequentemente como motivo inspirador), passando pela poesia trovadoresca medieval, e ainda na sua forma mais moderna, pela influência dos ritmos primitivos transmitidos pelos mareantes que regressam de todos os mares do mundo saudosos do exotismo dessas terras distantes; tudo isto encontraremos no Fado que será, por excelência, o cantar da Saudade Portuguesa.

Podemos mesmo estabelecer ligações mais próximas, e será fácil encontrar no fado de Coimbra, sempre cantado por homens, o espírito das «Cantigas de Amor», ou no fado de Lisboa, em que é a mulher a exprimir o seu sentir, o predomínio das formas das «Cantigas de Amigo» [M. Barreto (18)].

Mas, o que é sempre possível encontrar, sob as diferentes formas e ao longo do tempo, é esta nostalgia, «esta saudade dum passado perdido mas sempre presente e o desejo ardente do objecto idealizado que nunca existiu mas que o indivíduo criou na sua fantasia» [C. de Matos (\*)].

O que haverá de comum entre este Fado, sempre de preto cantado, e o eterno luto a que se impõem as viúvas do nosso povo, provavelmente como sinal exterior da proibição do desejo ou dum luto nunca feito? É este contínuo «viver de preto», num luto do passado não suficientemente elaborado,

que encontramos no Fado em que os temas e as toadas se mantêm ao longo dos tempos sem a mínima alteração, como se nada de novo e diferente fosse permitido, já que mudar implicaria destruir e perder.

Eternamente ligadas a objectos idealizados, únicos companheiros que se permitem, estão «condenadas» a viver negando a própria vida, ou seja, a possibilidade de investir num novo objecto.

*«Nem mesmo ao ver-te chegar  
a saudade quis partir  
ficou presa a meditar  
na saudade que há-de vir»*

Presas ao sonho de algo que sabem no fundo nunca ter tido, vivem «ameaças» pelo desaparecimento daquilo «que nunca foi», o que implicaria a vivência da mais terrível solidão.

«A perda desse objecto utilizado como função do EU é acompanhada por uma dor dificilmente reparável, dado que o que o indivíduo perde é uma parte de si próprio.» (Coimbra de Matos.)

#### SAUDADE

*A saudade é como a luz  
que o sol já morto deixou  
é presença embora cruz  
na alma de quem ficou*

*Se o apagar duma chama  
uma agonia traduz  
no coração de quem ama  
a saudade é como a luz*

*Saudade de alguém ausente  
ou que esqueceu, ou mudou,  
é como a luz do poente  
que o sol já morto deixou*

*No céu ainda a cor  
é o milagre da luz  
é no peito ainda amor  
é presença embora cruz*

*Poente é como quem finda  
é Deus, é Sol que baixou  
mas saudade é luz ainda  
na alma de quem ficou*

(Fado de José Mariano)

#### SAUDADE DAS SAUDADES (Depressão?)

*Cansada de ter saudade  
tudo fiz para esquecer  
e hoje tenho saudades  
de saudades já não ter*

*Sem força para suportar  
a minha fatalidade  
ajoelhei a rezar  
cansada de ter saudade*

*Roguei a Deus dar-me sorte  
desta dita até morrer,  
essa saudade de morte  
tudo fiz para esquecer*

*Foi minha prece atendida  
por Deus, na sua bondade  
como estou arrependida  
e hoje tenho saudade*

*Castigo para quem não pensa  
quem não sabe o que é sofrer  
pois sinto saudade imensa  
de saudade já não ter*

(Fado de António Bragança  
e José António Sabrosa)

Como a criança que se não pode separar da mãe que não sente ter inteiramente, também «o depressivo está completamente só quando está só» (Winnicott) e, por isso, não suporta a solidão.

«Fechado numa relação de exclusividade e dependência com o objecto primário, quando verifica que está a perder aquilo que tanto amou, porque só amou e ama aquilo, então é a depressão mais funda... o vazio... a ausência» (Coimbra de Matos).

*«A saudade é o revés do parto  
A saudade é o arrumar do quarto  
do filho que já morreu  
.....»*

(«Pedacos» — Chico Buarque  
de Holanda)

O depressivo mantém-se numa relação dual, numa procura constante dum amor que nunca teve e, por não haver uma representação estável do objecto, necessita continuamente da sua presença real. Assim, o objecto não existe quando não está, não ama quando não o prova.

É neste desejo permanentemente insatisfeito de ser amado que se mantém o depressivo, não percebendo nunca «que é amando o objecto que se reforça o amor que dele se recebe» [C. de Matos<sup>(3)</sup>].

De facto, se «a origem do Amor é a existência do primeiro amor», isto é, se se ama porque se foi amado e é com o outro que se aprende a amar; é também verdade que «a origem do ódio está na falência do primeiro Amor» [C. de Matos<sup>(3)</sup>] e a depressão não é mais do que o recalçamento do ódio face a esse objecto, no fundo não amado porque experimentado como Mau mas reactivamente imaginado como Bom.

Introjectando os atributos negativos do objecto, o depressivo «inflexa a agressividade sobre si próprio» e defende-se da sua própria ambivalência dividindo a represen-

tação objectal, criando uma imagem do objecto idealizado perfeito que nada tem a ver com a representação complementar do mau objecto.

O deprimido tem assim «um objecto alternante idealizado e persecutório, mas a sua tragédia é saber que o objecto é o mesmo» [S. Nacht; P. C. Racamier<sup>(4)</sup>].

*«De uma alegria perdida  
é que a saudade começa  
começa a dar-nos mais vida  
e a matar-nos mais depressa»*

Se para o deprimido o objecto real não é o concreto mas o primitivo, se este cantar é o «embalar da lembrança», a tentativa de recriar a simbiose perdida, então parece ter sentido fazê-lo com estes instrumentos, os únicos a que se toca abraçado.

Mais uma vez gostaria de perceber o que há de comum entre o «objecto transitivo», a que a criança «se abraça» para poder provavelmente suportar as primeiras saudades, e estes instrumentos a que o português desde há muito «se abraça» para cantar e conter a Saudade e o Medo.

Diz a lenda, e confirma-o uma breve notícia de Frei Filipe de Cavarel, no seu relato da Embaixada de Jean Serrazin a Espanha e Portugal, escrita em 1578, após a batalha de Alcácer Quibir: «Para demonstrar a afeição dos portugueses pela guitarra, conta-se que foram encontradas cerca de dez mil entre os restos do acampamento de D. Sebastião, depois da trágica jornada em que este rei foi derrotado pelo Sultão de Fez e de Marrocos...» [M. Barreto<sup>(5)</sup>].

*«Minha guitarra adorada  
companheira dedicada  
no triste destino meu  
companheira dia-a-dia  
quer na dor quer na alegria  
na vida que Deus me deu*

*Se houver dor que me atormente  
és a leal confiante  
a quem rezo meus queixumes  
choras comigo na dor  
nas ilusões do amor  
no sofrer dos meus ciúmes  
.....»*

(José António Sabrosa)

Se pensarmos a depressão como um «enterro que nunca foi feito» é talvez mais fácil compreender alguns dos «heróis» na nossa história, que provavelmente o foram porque desapareceram antes de realmente viverem, mas também porque o nunca ter sido possível encontrá-los mortos ajuda a acreditar na sua eterna vida (vinda?).

Neste sentido, muitas das dificuldades do «progresso» que sentimos no nosso povo poderiam estar ligados à impossibilidade de partir para um futuro sem a certeza de que o passado que se glorificou tenha sido, de facto, tão bom como a sua lembrança.

Como nos diz C. de Matos «A maciça ligação, ainda que bastante inconsciente, ao objecto idealizado da infância é o ponto nodal da problemática depressiva. Uma grande parcela da libido está fixada no que designamos por OBJECTO IDEALIZADO AUSENTE E PERDIDO, e é o tentar recuperar esse tempo perdido que é a sua tendência constante, a logro da sua existência no presente, o que o impede de uma saudável projecção no futuro.

«Assim, a cura do depressivo consiste no reconhecimento consciente da má qualidade do objecto arcaico, ou seja, na correcção da Ilusão Idealizante, sentindo e assumindo todo o vazio depressivo. Só assim se liberta a energia libidinal e a capacidade de amar para o investimento dum novo objecto mais apto a dar e a receber amor.

«É a lucidez, neste momento crucial da cura da depressão, que lhe permite aguentar

o desalento e a pouco e pouco reinvestir o mundo...

«Só a partir do confronto com a Verdade se pode fazer o luto da infância, a desvinculação da dependência.» [C. de Matos (1).]

À maneira de conclusão:

Relendo agora o que escrevi, percebo que ao longo de todas estas interrogações tentei provavelmente explicar o inexplicável... a tristeza e a saudade daquilo que se não teve, a alegria triste do filho que já cresceu, do amor que se não deu, da vida que se não viveu... a terrível solidão da vida não partilhada, daquilo que é só meu...

Pensando melhor, e provavelmente porque nasci no campo, onde as grandes verdades se sabem, se vivem e se não explicam, lembrei-me dum fado antigo:

*«De saudades fala a gente  
quantas vezes sem razão  
saudades só quem as sente  
é que sabe o que elas são»*

Lisboa, Junho de 1984

## BIBLIOGRAFIA

COIMBRA DE MATOS, A.

- (1) «Notas sobre a agressividade e depressão». In *Informação Médica*.
- (2) «O trabalho de elaboração do sofrimento depressivo». Trabalho apresentado na reunião conjunta da Associação Psicanalítica de Madrid e da Sociedade Portuguesa de Psicanálise. Madrid, 1981.
- (3) «Depressão, Nascimento e Psicanálise». In *Jornal do Médico*, 1982.
- (4) «A Depressão essa incógnita». (Policopiado sem referência.)
- (5) «Depressividade e intrajecção». (Policopiado sem referência.)
- (6) «Nótula sobre a depressão». (Policopiado sem referência.)
- (7) «Depressão e apelo regressivo». (Policopiado sem referência.)

- (<sup>8</sup>) «Duas notas sobre a depressão». (Policopiado sem referência.)
- (<sup>9</sup>) «Primeira consciência e nostalgia do passado». In *Jornal do Médico*, 1982.
- (<sup>10</sup>) «A Deflexão da Agressividade». In *Jornal Médico*, 1982.
- (<sup>11</sup>) «Razões da Morte, Morte da Razão». Conferência no encontro «A morte vista por...». Fundação Calouste Gulbenkian. Lisboa, 1982.
- (<sup>12</sup>) «Luto e Depressão». In *Informação Médica*.

MASCARENHAS BARRETO

(<sup>13</sup>) *Fado*. Editorial Aster, p. 589.

S. NACHT; P. C. RACAMIER

(<sup>14</sup>) «Les États Dépressifs: Étude Psychanalytique». In *Revue Française de Psychanalyse*. Tomo XXIII, Set.-Out., 1959.

TEIXEIRA DE PASCOAES

(<sup>15</sup>) *Arte de ser Português*. Edições Delraux. Lisboa, 1920, p. 149.

**assine**

# ANÁLISE PSICOLÓGICA

Envie-nos o seu pedido de assinatura, acompanhado de um cheque ou vale de correio (2 200\$00 — normal, 3 000\$00 — instituições) emitido em nome do

INSTITUTO SUPERIOR DE PSICOLOGIA APLICADA - CRL  
Rua Jardim do Tabaco, 44 — 1100 Lisboa

Envie-nos as suas sugestões e críticas. Participe na produção desta Revista.