

IX SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA XXVII Semana de Iniciação Científica da URCA

04 a 08 de NOVEMBRO de 2024



Tema: "CIÊNCIA, TECNOLOGIA E AMBIENTE: MÚLTIPLOS SABERES E FAZERES"

O DESASSOSSEGO DE FERNANDO PESSOA: A ESCRITA COMO PROCESSO DE FUGA

Cayk Ferreira Lima¹, Pedro Henrique de Lima²

Resumo: Publicado pela primeira vez em 1982, o *Livro do Desassossego* é uma obra fragmentada, narrada sob a visão literária de Bernardo Soares, um ajudante de guarda-livros da cidade de Lisboa. Através dessa obra, o semi-heterônimo de Fernando Pessoa utiliza a escrita como refúgio das dificuldades do dia a dia. Tomando seus fragmentos como estudo, faz-se uma análise literária de caráter bibliográfico, objetivando encontrar na obra do escritor português a importância da escrita como método de escape dos desassossegos. Mediante análise, conclui-se que a escrita das inquietações cotidianas se executa como uma prática de coragem e desafio, pois faz com que o escritor confronte seus labirintos e profundezas, revelando facetas ocultas de si mesmo.

Palavras-chave: Literatura Portuguesa. Fernando Pessoa. Livro do Desassossego. Escrita.

1. Introdução

O ser humano é frequentemente assolado por estados de inquietação interior, resultado das complexidades e das incertezas que permeiam sua existência. Para alguns, o ato de escrever se torna um refúgio e um escapismo desse conflito interno. É nesse contexto que o *Livro do Desassossego* de Fernando Pessoa ganha destaque. Publicado anos após sua morte, o livro apresenta Bernardo Soares em um mergulho nas reflexões mais profundas da vida, retratando a condição crua da alma humana imersa nos diversos desassossegos, tais como a melancolia, angústia, tédio, desencanto com a vida, solidão e a perda do eu. Soares questiona a natureza da realidade, explora propósitos e investiga a relação entre o eu e o mundo, que incita os leitores a contemplar as intrincadas profundezas da psicologia humana e a considerar aspectos introspectivos essenciais.

E assim sou, fútil e sensível, capaz de impulsos violentos e absorventes, maus e bons, nobres e vis, mas nunca de um sentimento que subsista, nunca de uma emoção que continue, e entre para a substância da alma. Tudo em mim é a tendência para ser a seguir outra coisa: uma impaciência da alma consigo mesma, como uma criança

¹Graduando da Universidade Estadual do Ceará, Faculdade de Educação, Ciências e Letras de Iguatu, e-mail: cayk.lima@aluno.uece.br

²Mestrando em Educação da Universidade Federal do Cariri, e-mail: pedro.hl@urca.br

IX SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA

XXVII Semana de Iniciação Científica da URCA

04 a 08 de NOVEMBRO de 2024



Tema: “CIÊNCIA, TECNOLOGIA E AMBIENTE: MÚLTIPLOS SABERES E FAZERES”

inoportuna; um desassossego sempre crescente e sempre igual.
(Pessoa, 2019, p. 21)

Em suma, o *Livro do Desassossego* de Fernando Pessoa revela-se não apenas como uma obra literária marcante, mas também como um espelho dos conflitos internos e da busca humana de superar o que inquieta. A escrita desempenha um papel central, proporcionando a Bernardo Soares um refúgio que o conduz a um estado de serenidade e compreensão, ainda que fugaz.

2. Objetivo

O presente estudo objetiva explorar a relação entre as palavras e a fuga do desassossego na vida de Soares, figura que não se revela como um heterônimo em si, mas “uma personalidade literária” (Pessoa, 2019, p. 362). Através de suas páginas, ele transforma suas confissões em um ato de expressão e catarse, oferecendo-lhe um escape temporário de sua realidade tumultuada. A escrita tem sido uma prática que encoraja as pessoas a expressarem seus pensamentos e emoções em palavras, de forma semelhante a um diário (Smyth; Pennebaker; Arigo, 2012). Essa prática atua como uma fuga, uma forma de relatar o que se sente, mesmo não resolvendo totalmente os problemas.

3. Metodologia

A metodologia utilizada, inicialmente, envolveu um levantamento bibliográfico próprio *Livro do Desassossego*, bem como em artigos na base de dados do google acadêmico que abordassem o tema. Dessa forma, utilizou-se da observância feita nas leituras críticas sobre a obra e suas marcas singulares para que, através dos seus textos, fosse oportuno extrair informações necessárias que justificassem a leitura. Com isso, adotamos um modelo teórico-interpretativo (Martucci, 2000, p.4-5) que visa utilizar a teoria como auxílio, sustentando a análise realizada.

4. Resultados

A escrita evoluiu ao longo do tempo e, além de seu papel na preservação das informações, outras razões surgiram para valorizá-la ainda mais. Uma delas, por exemplo, é sua utilização na comunicação, permitindo que as pessoas pudessem compartilhar suas experiências, transmitir conhecimentos e expressar suas emoções. Além disso, é válido destacar seu reconhecimento como método de fuga e uma ferramenta terapêutica poderosa. Ela oferece uma forma segura e criativa de lidar com as inquietações da vida e explorar a própria mente.

O sentimento que desassossega Bernardo Soares em suas confissões, no entanto, é muito recorrente. A solidão, o tédio e a tristeza parecem ser marcas fixas em seu íntimo. O que sente não vai ser curado apenas com simples

IX SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA

XXVII Semana de Iniciação Científica da URCA

04 a 08 de NOVEMBRO de 2024



Tema: "CIÊNCIA, TECNOLOGIA E AMBIENTE: MÚLTIPLOS SABERES E FAZERES"

palavras escritas em seu livro. Entretanto, como fonte de alívio e emoção, essas se tornam seu principal método de refúgio.

E na mesa do meu quarto absurdo, reles, empregado e anônimo, escrevo palavras como a salvação da alma e douro-me do poente impossível de montes altos vastos e longínquos. [...] Se escrevo o que sinto é porque assim diminuo a febre de sentir. [...] Faço paisagens com o que sinto. Faço férias das sensações. (Pessoa, 2019, p. 18 e 22)

Escrever sobre o sentir possibilita intensas reflexões. Com elas, é possível observar os eventos de dimensões até então não exploradas. Nesse exercício de busca mental, pode-se identificar questões e eventos que dão impacto na vida e suas inquietações. Fomenta-se, desta forma, o conhecimento sobre o significado pessoal de experiências (Sexton; Pennebaker, 2009).

A expressão crua e viva de tudo o que se sente, sendo emoção, dor, trauma e sentimento, no contexto prático, refere-se a transformar sentimentos e emoções em linguagem escrita. Essa tarefa, no entanto, é desafiadora. Elencar as experiências que são sentidas pode ser uma prática que exija muita introspecção e busca. Com isso, escrever sobre o que se sente traz bastante esforço emocional e transcendental, pois é um processo convidativo a ir além da superfície e a explorar o âmago das nossas emoções e pensamentos.

Tomar a escrita de si como um caminho para o conhecimento, numa perspectiva hermenêutica, não se reduz a uma tarefa técnica ou mecânica. O pensar em si, falar de si e escrever sobre si emergem em um contexto intelectual de valorização da subjetividade e das experiências privadas. Neste sentido, o conceito de "si mesmo" é, como todo conceito, uma proposta organizada de determinado princípio de racionalidade (Souza, 2006 p. 68)

Escrever é, acima de tudo, uma prática individual de autoconhecimento. É comum que as pessoas se envolvam nessa prática quando estão sozinhas, em um ambiente tranquilo e seguro. É uma atividade pessoal e íntima, em que o indivíduo pode se expressar livremente, sem preocupações com julgamentos ou opiniões de outras pessoas. A solidão oferece um espaço propício para a reflexão e a exploração emocional mais profunda. Como bem cita Anne Frank,

Os outros não precisam conhecer a confusão do meu íntimo, uma espécie de luta entre desejo e razão. Até agora a razão tem sido sempre vencedora, mas não chegará o dia que perderá? [...] vivo numa época louca e em circunstâncias loucas. Que sorte poder escrever o que penso e sinto. Se não fosse isso, ficaria sufocada. (Frank, 2019, p. 155).

A citação mencionada pertence à obra *O Diário de Anne Frank* (2019) e reflete a sua necessidade de expressão por meio da escrita, como uma forma de lidar com os conflitos internos que enfrentava. Anne reconhece que os outros não precisam conhecer a confusão de seu íntimo, a luta entre seus desejos e

IX SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA

XXVII Semana de Iniciação Científica da URCA

04 a 08 de NOVEMBRO de 2024



Tema: "CIÊNCIA, TECNOLOGIA E AMBIENTE: MÚLTIPLOS SABERES E FAZERES"

sua razão, mas encontra alívio e consolo ao poder escrever sobre seus pensamentos e emoções, assim como podemos notar na obra de Fernando Pessoa.

Com isso, a escrita funciona como um instrumento de autoconhecimento e autorreflexão, pois permite que Bernardo Soares mergulhe nas profundezas de sua própria alma e dê asas às suas inquietações mais íntimas. Através de suas palavras, ele constrói uma ponte entre o mundo interno e externo, deixando que sua voz ressoe além das páginas e ecoe na alma dos que o leem.

5. Conclusão

O *Livro do Desassossego* oferece uma visão profunda e intimista da experiência humana ao explorar os recantos da alma por meio da persona de Bernardo Soares. Ao longo da obra, testemunhamos sua jornada na busca do refúgio pessoal através de suas palavras.

No entanto, embora seja um escape valioso, o ato de escrever não é capaz de eliminar completamente o que o atormenta. O próprio livro é um reflexo desse desassossego, com sua estrutura fragmentada e suas múltiplas vozes, refletindo a natureza multifacetada da experiência humana. A escrita não oferece uma solução definitiva para os dilemas existenciais de Soares, mas permite um escapismo e uma forma de explorar e compreender sua própria complexidade.

Os desassossegos expressos nos diversos fragmentos do livro revelam a profunda conexão entre a escrita e a busca pela compreensão e paz interior tanto para Bernardo Soares quanto para Fernando Pessoa. Assim como Soares se encontra na escrita, Pessoa também utiliza a expressão literária como um meio de escapar das inquietações que o permeiam.

A escrita torna-se um ato corajoso de despir-se, sem máscaras ou artifícios, expondo suas vulnerabilidades e verdades mais profundas. É uma busca constante pela essência e um mergulho nas camadas ocultas da alma, em que os sentimentos contraditórios se entrelaçam em um caleidoscópio de emoções. O desassossego, portanto, revela-se como uma fonte inesgotável de inspiração e autoconhecimento, um convite para explorar as profundezas do eu e compartilhar as experiências universais que nos tornam verdadeiramente humanos.

6. Referências

FRANK, Anne. **O diário de Anne Frank**. São Paulo: Pé da letra, 2019.

MARTUCCI, Elisabeth Márcia. **Revisitando o trabalho de referência: uma contribuição teórica para a abordagem interpretativa de pesquisa**. In: *Perspect. cienc. inf.*, Belo Horizonte, v. 5, n. 1, p. 99 - 115, jan./jun. 2000

IX SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA XXVII Semana de Iniciação Científica da URCA

04 a 08 de NOVEMBRO de 2024



Tema: "CIÊNCIA, TECNOLOGIA E AMBIENTE: MÚLTIPLOS SABERES E FAZERES"

PENNEBAKER, J. W., & BEALL, S. K. Confronting a traumatic event: Toward an understanding of inhibition and disease. **Journal of Abnormal Psychology**, 95. 1986, p. 274- 281.

PESSOA, Fernando. **Livro do Desassossego**. 2.ed. Jandira, SP: Principis, 2019. 368 p.

SEXTON, J. D.; PENNEBAKER, J. W. The healing powers of expressive writing. In: S. B. Kaufman; J. C. Kaufman (Eds.) **The psychology of creative writing**, p. New York: Cambridge University Press, 2009. p. 264-273.

SMYTH, M. J.; PENNEBAKER, J. W.; ARIGO, D. **What are the health effects or disclosure?** In: BAUM, A. REVENSON, T. A.; J. C; SINGER, J. (eds.). *Clinical health psychology*. New York: Taylor & Francis, 2012, p. 131-149.

SOUZA, E. C.; ABRAHÃO, M. H. M. B. (Org.) **Tempos, Narrativas e Ficções: a invenção de si**. Porto Alegre: EDPUCRS; Salvador: EDUNEB, 2006.