



UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA  
"JÚLIO DE MESQUITA FILHO"  
Campus de Marília



CULTURA  
ACADÊMICA  
*Editora*

# Do controle das emoções e ações físicas segundo Descartes: em busca do bem-viver

Marcos Antonio Alves

**Como citar:** ALVES, M. A. Do controle das emoções e ações físicas segundo Descartes: em busca do bem-viver. *In:* ALVES, M. A. (org.). **Cognição, emoções e ação**. Marília: Oficina Universitária; São Paulo: Cultura Acadêmica, 2019. p. 55-74.  
DOI: <https://doi.org/10.36311/2019.978-85-7249-019-1.p55-74>



All the contents of this work, except where otherwise noted, is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 3.0 Unported.

Todo o conteúdo deste trabalho, exceto quando houver ressalva, é publicado sob a licença Creative Commons Atribuição - Uso Não Comercial - Partilha nos Mesmos Termos 3.0 Não adaptada.

Todo el contenido de esta obra, excepto donde se indique lo contrario, está bajo licencia de la licencia Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 3.0 Unported.

# DO CONTROLE DAS EMOÇÕES E AÇÕES FÍSICAS SEGUNDO DESCARTES: EM BUSCA DO BEM-VIVER

Marcos Antonio Alves

Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho” – Unesp  
marcos.a.alves@unesp.br

## INTRODUÇÃO

Muitas propostas filosóficas explicativas da natureza humana seguem uma abordagem dualista, dividindo o mundo em duas partes. Este é o caso do filósofo moderno René Descartes, para qual o ser humano é constituído de uma alma, ou mente, e de um corpo, substancialmente distintos, em constante interação causal. As paixões da alma, assim como a cognição e a vontade, são espécies de pensamento constituintes dela. Movimentos do corpo podem causar paixões na mente que, por sua vez, podem, indiretamente, influenciar a realização das ações físicas, os movimentos corporais.

Enquanto seres racionais e volitivos, somos capazes de controlar um tipo especial de paixões, as emoções, e certos movimentos físicos. Tal capacidade, na postura cartesiana, é um dos nossos diferenciais em comparação a outros seres, como os animais não humanos. Essa capacidade de controle, que caracteriza a mente virtuosa, favorece a saúde física e mental, ou seja, o bem-viver. Tal domínio envolve a cognição, via produção de juízos verdadeiros sobre o bem e o mal, e a aplicação da vontade em acompanhar tais juízos.

Neste capítulo, apresentamos aspectos das relações entre cognição, paixões e ação física, segundo Descartes, enfatizando a possibilidade do controle das emoções e ações físicas em busca do bem-viver. Seguindo Alves (2016), tratamos, inicialmente, das relações entre cognição, paixões e ação no contexto do dualismo cartesiano. Em seguida, exploramos a noção de emoções e ação para, finalmente, expor como é possível o controle das emoções e das ações físicas segundo o pensador moderno.

<https://doi.org/10.36311/2019.978-85-7249-019-1.p55-74>

## 1 COGNIÇÃO, PAIXÕES E AÇÃO NO CONTEXTO DO DUALISMO CARTESIANO

O filósofo francês René Descartes (1596-1650) desenvolveu uma perspectiva explicativa da natureza humana, costumeiramente denominada de dualismo cartesiano ou dualismo substancial. Para ele, somos constituídos de uma coisa extensa, o corpo, e de uma coisa pensante, a mente, em constante interação, que formam um todo único. Em suas *Meditações*, Descartes (1973b) trata, dentre outras coisas, especialmente da perspectiva metafísica da relação mente-corpo. Já n'As *Paixões da Alma*, ele (1973a) visa explicitar a relação de fato entre ambas, explorando como a mente e o corpo estabelecem conexões entre si e indicando como é possível o controle das emoções e ações físicas. Conforme lembra Teixeira (1990, p. 160, grifo do autor), esta obra, a última escrita pelo filósofo francês, “[...] é um Tratado da *União da Alma e do Corpo* em que, ao lado de considerações de ordem moral sobre as paixões, se encontram *ocasionalmente* outras que se referem ao bem-estar do corpo pela ação da alma.”

Ainda que Descartes entenda o ser humano como uma mistura de corpo e mente, estes são investigados separadamente. Ele (1973a) apresenta as funções, características, composição, elementos principais de cada um deles sem, contudo, deixar de prestar atenção nas suas relações mútuas.

O corpo é substância cujo atributo primordial é a extensão em comprimento, largura e profundidade. Devido à sua natureza, ele é físico, divisível, mensurável, visível, segue leis mecânicas, mortal, perecível, um mero mecanismo. Dentre as suas funções, encontramos a locomoção física, o fluxo sanguíneo, a respiração.

Os movimentos dos membros corpóreos, que caracterizam a ação física, dependem da distribuição de seus órgãos e, principalmente, da quantidade e velocidade dos espíritos animais, pequenas partículas sanguíneas, que chegam até os músculos. Conforme Descartes (1973a, p. 230), “[...] o que denomino aqui espíritos não são mais do que corpos e não têm qualquer outra propriedade, exceto a de serem corpos muito pequenos e se moverem muito depressa [...]”.

As ações físicas involuntárias, mecânicas, como o piscar de olhos, a respiração ou mesmo uma fuga automática de um perigo, dependem da distribuição dos órgãos do corpo e do movimento dos espíritos excitados pelo calor do coração. Descartes, neste aspecto, distancia-se de perspecti-

vas como aristotélico-tomista, para a qual o movimento, em um sentido amplo, que envolve desde o deslocamento físico até o alimentar-se ou o envelhecer, tem sua origem ou causas explicativas primordialmente na alma.

Na postura aristotélica, a alma é entendida como a forma do corpo natural que, em potência, possui vida. Pedras ou mesmo cadáveres, por exemplo, não possuem tal potencialidade, sendo, por isso, objetos inanimados. Nessa postura, grosso modo, o movimento em vegetais, tal como a nutrição, geração e corrupção, é possível graças à existência da alma vegetativa; além desses movimentos, os animais não-humanos ainda podem apresentar movimentos tais como o deslocamento físico e possuir sensações. Tal diversidade é possível, dentre outras coisas, tais como a sua constituição física, graças à presença de uma alma vegetativa e de uma alma sensitiva. O ser humano, além destas duas, também detém alma racional, com suas subdivisões que nos permitem, por exemplo, possuir emoções, raciocinar e deliberar, caracterizando-nos como seres livres e conscientes.

Descartes rejeita qualquer divisão da alma, pois a divisão possui relações com a extensão. Como a mente é substância pensante, sendo imaterial, não pode possuir qualquer característica associada à substância material. Ademais, o filósofo moderno entende haver movimentos físicos que independem do concurso de uma alma. O corpo, incluindo o humano, enquanto mero mecanismo, pode, em princípio, locomover-se sem a existência ou interferência de uma mente. “É um erro acreditar que a alma dá movimento e calor ao corpo”, diz Descartes (1973a, p. 228). Disso resulta outra discordância em relação às posturas animistas em geral: o motivo da morte, que significa, também, a inexistência de movimentos físicos, não ocorre porque a alma separou-se do corpo. Ao contrário, é devido à falência do corpo que a alma afasta-se dele. A diferença entre um corpo vivo e um morto, sem calor, não é, primordialmente, a presença ou ausência de alma, mas a falência de seus órgãos, ainda que um corpo morto já não possua uma alma conectada a ele. Um cadáver é como um relógio quebrado.

Enquanto vivo, um ser humano é composto de um corpo e de uma mente. A possibilidade da ação física voluntária, livre, consciente, moralmente responsável, não se deve a *partes* da alma, como a racional ou a deliberativa, mas, simplesmente, pela presença de *uma* alma.

A mente é substância cujo atributo definidor é o pensar. É uma coisa que duvida, concebe, afirma, nega, que quer, não quer, imagina e sente, todos entendidos como modos do pensamento. Devido à sua natureza, ela não ocupa lugar no espaço, é indivisível, incorruptível, imortal, não segue leis físicas.

Em um sentido geral, pensamento é tudo aquilo que está de tal modo em nós que somos imediatamente seus conhecedores; são atos de consciência: as operações da vontade, do entendimento, da imaginação e do sentido. Os pensamentos dividem-se em duas espécies: ações e paixões da alma.

Também em um sentido geral, ações e paixões são acontecimentos no mundo, seja físico ou mental. Para Descartes (1973a, p. 227), “[...] a ação e a paixão não deixam de ser sempre uma mesma coisa com dois nomes, devido aos dois sujeitos diversos aos quais podemos relacioná-la.” O movimento de uma bola de bilhar B, por exemplo, se relacionado à bola A causadora do seu deslocamento através do choque entre elas, é considerado, nesse sentido geral, uma paixão. Se associado à bola C à qual a bola B causou um movimento, o mesmo acontecimento, qual seja, o movimento da bola B, é uma ação. Algo é considerado uma paixão em relação ao sujeito que acontece e uma ação no que se refere ao produtor do acontecimento.

Os pensamentos ligados à vontade, tais como as operações intelectuais de confirmar, negar e duvidar, constituintes da essência do mental, são as ações da alma, capazes de produzir efeitos, de fazer acontecer algo em alguma entidade. A vontade pode ser compreendida como a habilidade de aceitar ou rejeitar e, em particular, de afirmar e negar, de fazer juízos positivos e negativos, entendidos como formas diferentes de querer. Ela pode exercer influência tanto sobre a mente, como quando queremos aplicar o pensamento a um conceito, quanto sobre o corpo, resultando em ações físicas como a fuga deliberada de uma situação vista como perigosa.

Já as paixões da alma são seus componentes passivos. O seu sentido etimológico remonta ao grego (*pathos*) ou ao latim (*passio*). Guardadas as devidas proporções, ambas as palavras significam afeto, recebimento, passividade, sofrimento, não no sentido de algo nocivo ou negativo, mas

de uma modificação mental ocorrida de modo passivo. Conforme lembra Lebrun (2009, p. 30), “[...] o *pathos* carrega originalmente dois conceitos bem diferentes: o *passional*, que faz surgir a ética, e o *patológico*, que remete ao diagnóstico médico.” Embora ambos os sentidos estejam relacionados, na perspectiva cartesiana, as paixões dizem respeito muito mais ao primeiro sentido: aquilo segundo o qual precisamos ser virtuosos para controlar, em busca do bem-viver.

As paixões são divididas em duas categorias: as que têm a mente como causa, oriundas das ideias ou das fantasias, e as que têm o corpo como causa exclusiva, oriundas das fantasias ou dos nervos.

As paixões oriundas da mente são, estrito senso, percepções da vontade. Neste sentido, paixão e ação são dois aspectos de um mesmo evento mental. O querer aplicar o pensamento em algo, por exemplo, é acompanhado da percepção desse querer, considerando que qualquer evento mental é um ato de consciência, acompanhado de algum tipo de conhecimento. Assim, diz Descartes (1973a, p. 234), “[...] dado que essa percepção e essa vontade são efetivamente uma mesma coisa, a sua denominação faz-se sempre pelo que é mais nobre, e por isso não se costuma chamá-la paixão, mas apenas ação.”

As paixões da alma cuja causa é o corpo não podem ser confundidas com as ações que as causam, sendo eventos distintos, oriundos de entidades distintas. Elas podem ser oriundas da fantasia ou dos nervos. As do primeiro tipo são advindas especificamente do cérebro. Elas explicam, por exemplo, as paixões produzidas no sonho ou a partir de imagens da imaginação, com o uso da memória, entendida como algo físico, cerebral. Já as oriundas dos nervos, n’*As paixões da alma*, são divididas em três grupos: *sensações*, ou percepções sensíveis, relacionadas a objetos de fora do corpo, como o odor ou a cor de uma rosa; *apetites*, sentimentos relacionados ao corpo, a exemplo da fome ou sede, frio ou calor; *emoções*, relacionadas apenas à mente, percepções internas como amor, ódio, alegria, tristeza, cólera, desejo, medo, coragem. É a estas que Descartes (1973a) direciona sua atenção, sendo elas objeto de controle, a fim de evitar, dentre outras coisas, ações físicas indesejadas.

As emoções, por serem psicofísicas, expressam a conexão entre o corpo e a mente. Mesmo substancialmente distintos, há uma união subs-

tancial entre eles, constituindo uma unidade, propiciando a interferência mútua. Conforme observa Descartes (1973b, p. 144),

A natureza me ensina, também, por esses sentimentos de dor, fome, sede, etc., que não somente estou alojado em meu corpo, como um piloto em seu navio, mas que, além disso, lhe estou conjugado muito estreitamente e de tal modo confundido e misturado que componho com ele um todo único.

A relação entre a mente e o corpo não é como a do piloto e o navio, em que aquele é capaz de perceber uma avaria neste através de uma observação ou de um registro intelectual. Se assim fosse, um sujeito sentiria a dor provocada por um corte no dedo apenas ao observar o sangue saindo dele ou ao raciocinar a respeito. O corte produz, através dos espíritos animais e via glândula pineal, a dor correspondente de modo imediato, geralmente resultando em alguma ação física. A seguir, expomos o que Descartes entende por emoções e como elas são produzidas para, depois, tratar da possibilidade do controle das emoções e dos movimentos físicos.

## 2 AS EMOÇÕES NA POSTURA CARTESIANA

Descartes (1973a, p. 237) assim define as paixões da alma:

Depois de haver considerado no que as paixões da alma diferem de todos os seus outros pensamentos, parece-me que podemos em geral defini-las por percepções, ou sentimentos, ou emoções da alma, que referimos particularmente a ela, e que são causadas, mantidas e fortalecidas por algum movimento dos espíritos [animais].

Diferentemente das demais paixões, as emoções são sentidas unicamente na própria alma. A sensação de um odor, por exemplo, embora seja mental, pode ser associada ao objeto relacionado a ela. Sentimos o cheiro da rosa. Do mesmo modo, ainda que o calor ou a dor estejam na mente, podemos associá-los ao físico, sentindo calor no braço ou dor no pé. Entretanto, a tristeza ou alegria são sentidas apenas na substância pensante. Não sentimos alegria no pé ou na rosa, embora ela pudesse estar, de alguma forma, relacionada a tais objetos.

Como lembra Clarke (2005), na postura cartesiana, mesmos objetos podem causar diferentes paixões em diferentes pessoas devido, por exemplo, de modo indireto, aos juízos que possuem a respeito do objeto apresentado, parecendo-lhe benéfico ou maléfico. O inverso também pode ocorrer: distintos objetos podem causar uma mesma emoção em diferentes indivíduos ou até em um mesmo indivíduo. Assim, por exemplo, um leão, um leopardo ou um gato podem causar-me medo. Desse modo, a emoção não pode ser reduzida ao objeto externo ou mesmo à sua percepção, como propôs Hobbes, por exemplo. Uma coisa é a sensação advinda do objeto, no sentido de apreensão pelos sentidos, da sua cor, tamanho, cheiro. Outra, muito diferente, é a paixão provocada por ele. Sobre a sensação, por ser oriunda dos sentidos, podemos nos enganar. O mesmo não pode ocorrer com as emoções.

As emoções tampouco podem ser reduzidas ao movimento dos espíritos animais ou da glândula, que as causam diretamente, ou a algo físico. Isso porque, como explicita Clarke (2005, p. 120), “O que sentimos em uma experiência emocional não é o fluxo de espíritos animais em nossos nervos, ou o aperto do coração resultante deles, mas algo que descrevemos como amor, raiva, medo etc.” Conforme Scarantino (2016, p. 09), “[...] dado que as paixões não envolvem hipóteses causais implícitas sobre quais objetos externos as causaram ou em que parte do corpo elas estão localizadas, elas não podem ser sentidas na alma sem realmente estarem na alma.”

No sentido cartesiano, a percepção é apreensão puramente mental do intelecto. Envolve a capacidade de distinguir, estar atento, reconhecer, de alguma maneira, por parte da alma, o que está na própria alma, a paixão. Conforme lembra Teixeira (1990, p. 170), “[...] a percepção se aplica a todos os pensamentos que não são ações da alma.” Assim, de alguma maneira, pode-se dizer que as paixões estão no plano da consciência. Ademais, as paixões são sentimentos, pois, assim como as sensações do mundo externo, são recebidas do corpo. Entretanto, diferentemente destas sensações, as emoções não se referem a coisas do mundo exterior, mas sim ao que acontece na própria mente, configurando-se como movimentos.

Enquanto percepção, o conhecimento das paixões não é claro e distinto, mas confuso e obscuro. Conhecemos melhor ou pior nossas paixões, mas não obtemos conhecimento perfeito delas. Trata-se de um conhecimento passivo, imediato, intuitivo e subjetivo. Por estarem unidas

ao corpo, sem o concurso direto da vontade, não são percepções oriundas da mente apenas. Diz Descartes (1973b, p. 144): “[...] todos esses sentimentos de fome, de sede, de dor, etc., nada são exceto maneiras confusas de pensar que provêm e dependem da união e como que da mistura entre o espírito e o corpo.” Neste contexto, emoção não é cognição, tampouco envolve, diretamente, elementos cognitivos. Emoção é sentimento. Muito mais do que irracionais, diríamos que as paixões são fenômenos arracionais, dado serem alheios à razão. Desse modo, o conhecimento das paixões não pode ser considerado científico, por ser algo dependente da extensão, sendo contingente e particular.

O conhecimento claro e distinto advém unicamente do intelecto puro. Sendo psicofísico, o conhecimento das emoções carece de necessidade e universalidade. Situações iguais podem ocasionar resultados diferentes. Dois indivíduos frente a um cenário de perigo, por exemplo, podem possuir emoções e ações físicas distintas. Em um deles, a emoção suscitada pode ser o medo e a ação física da fuga do local ameaçador, enquanto o outro pode sentir coragem e enfrentar o perigo. Isso por causa, dentre outras coisas, da especificidade do seu cérebro. O movimento dos espíritos animais e da glândula pineal é próprio de ambos, originando emoções e ações específicas.

Ademais, as alterações das emoções não seguem regras fixas, determinadas, causais. Não é possível estabelecer regras como “se fizer x, então ocorrerá y”. A mudança ou o controle das emoções é impreciso, depende de variáveis como a aplicação adequada da vontade, da força da paixão, da cristalização do movimento dos espíritos animais em relação a uma situação. Assim, é possível que, com um mesmo esforço de aplicação da vontade, indivíduos obtenham resultados diferentes na tentativa de controle de suas emoções. O contrário também é possível: uma mesma mudança de hábito pode demandar esforços distintos da aplicação da vontade em dois indivíduos.

As emoções, em algum sentido, possuem uma estrutura variável. Uma emoção não é boa ou má por excelência. Tal qualidade costuma ser dependente do contexto. O medo de um leão solto não pode nem deve ser controlado, mas o de um gatinho indefeso ou mesmo de um leão enjaulado não precisa ser excessivo ou demasiado forte.

Apesar de, como apontado acima, não ser possível um conhecimento científico, universal e necessário, claro e distinto, das emoções, podemos tratar delas e reconhecê-las em nós mesmos. Descartes (1973a) enumera o que considera as principais paixões, de acordo com a ordem pela qual podem ser encontradas, ressaltando não se tratar de uma exposição definitiva de todas as paixões. Ele as classifica em dois grupos: as primitivas e as derivadas. As primeiras seriam gêneros dos quais outras constituem espécie. As primitivas são admiração, amor, ódio, desejo, alegria e tristeza. Delas advêm paixões como a estima, desprezo, esperança, temor, inveja, coragem, covardia, piedade e assim por diante.

As paixões resultam dos diversos movimentos dos espíritos animais, que podem ter as seguintes qualidades ou variáveis: partes mais grossas, mais agitadas, mais abundantes ou de serem mais ou menos iguais entre si. É por meio dessas quatro qualidades que se definem as emoções primitivas. Muitas vezes a agitação dos espíritos animais, fenômeno responsável pelos mais diversos movimentos relacionados às paixões na glândula pineal, não é suficiente para diferenciá-las umas das outras. Neste caso, cabe ao sujeito uma observação atenta para fazê-lo.

No percurso d'As Paixões da Alma, o pensador, além de definir cada uma das paixões, também estabelece suas causas, resultados, características, manifestações, apontando os fatores negativos e positivos de cada uma e o modo como elas interferem no corpo e na alma. Expomos, a seguir, em linhas muito genéricas, as seis paixões primitivas e apontamos algumas de suas espécies.

A primeira de todas as paixões é a admiração, que aparece quando temos um primeiro contato com algum objeto que nos surpreende. Ela é primeira porque ainda não está relacionada ao bem ou ao mal associado ao objeto que lhe origina. Por isso mesmo, tal paixão não tem um contrário. Ou nos espantamos com um objeto, maravilhados pela sua novidade, pela diferença, ou simplesmente não somos afetados por ele, inexistindo a paixão.

Tomada na dose certa, a admiração nos faz querer conhecer os objetos, pois ela nos dispõe para a aquisição das ciências. A ausência de admiração é própria dos ignorantes. Entretanto, o seu excesso tampouco propicia a busca pelo conhecimento, pois é preciso extrapolar o mero es-

panto para formar juízos referentes às coisas. O sábio, portanto, é aquele que é capaz de se admirar moderadamente.

Unidas à admiração, sendo-lhes suas espécies, estão, dentre outras, a estima e o desprezo, definidas conforme a grandeza ou pequenez do objeto admirado. O orgulho e a humildade são paixões relacionadas à estima elevada ou moderada de nós próprios.

Quando alguma coisa parece boa, conveniente, sentimos amor por ela. Já o ódio, sua emoção contrária, consiste na aversão a um objeto, quando se nos apresenta como mau ou nocivo. Assim, no amor e no ódio, me aproximo ou me afasto, mentalmente, do objeto apresentado. Nas palavras de Descartes (1973a, p. 257):

O amor é uma emoção da alma causada pelo movimento dos espíritos que a incita a unir-se voluntariamente aos objetos que lhe parecem convenientes. E o ódio é uma emoção causada pelos espíritos que incita a alma a querer estar separada dos objetos que se lhe apresentam como nocivos.

Tal união voluntária com o objeto significa, no tempo presente, sentir-se um todo único com ele, estar em comunhão. Assim, ao ver um copo de leite, considerando-lhe benéfico ou maléfico à saúde física, a paixão do amor ou do ódio pelo objeto seria suscitada em mim. (É essencial sempre ressaltar que as paixões são causadas pelo movimento dos espíritos animais e não pela cognição ou por juízos, que tampouco sofrem influência causal das paixões. Como veremos adiante, as paixões são produto do hábito, da natureza ou da providência divina.)

Dentre as espécies de amor encontram-se a afeição, a amizade e a devoção. Elas distinguem o amor conforme a estima dedicada a quem amamos em comparação a nós próprios. A afeição consiste no amor por um objeto que estimamos menos do que a nós mesmos, como uma flor ou um animal não humano. Na amizade estimamos um objeto igualmente, como a uma pessoa. Já a devoção é o amor por um objeto que estimamos mais do que a nós mesmos, como uma divindade, um príncipe, um país, uma pessoa especial. Tais emoções influenciam as ações físicas. Não é incomum alguém expor-se à morte por causa de um país ou mesmo de uma pessoa venerada, defendendo aquilo que lhe parece maior do que a si

próprio. Ao objeto pelo qual sente apenas afeição, considerando-o menor do que a si próprio, ele provavelmente jamais tomaria este curso de ação. Em uma situação, por exemplo, em que tivesse que decidir entre a sua vida e a daquele que sente afeição, provavelmente escolheria pela manutenção da sua própria vida.

Para o amor e o ódio resultarem em ação física, precisam estar associados ao desejo. Conforme Descartes (1973a, p. 260), “A paixão do desejo é uma agitação da alma causada pelos espíritos que a dispõem a querer para o futuro as coisas que se lhe representam como convenientes.” O desejo, como a admiração, não possui oposto. Ou desejamos ou não desejamos o que, neste caso, configura a ausência de paixão. Se acompanhado pela vontade, o desejo pode influenciar os movimentos do corpo. Sem amor ou ódio, a admiração não auxilia na produção de juízos sobre um objeto. Do mesmo modo, sem o desejo associado a eles não há ação física resultante.

Como espécies de desejo, nosso filósofo ordena diversas paixões, de acordo com o tempo, outro critério de sua taxonomia. O remorso é uma paixão que se relaciona ao presente ou ao passado. Já a esperança e o temor são paixões que se relacionam ao futuro. Elas são suscitadas nos casos em que se nos afigura haver muita ou pouca probabilidade de se obter o que se deseja. A esperança e o temor extremos tornam-se, respectivamente, segurança e desespero. Elas podem se afigurar mesmo quando a realização do que aguardamos não depende de nós. Quando depender, as paixões suscitadas podem ser, por exemplo, a coragem ou a covardia, a ousadia ou o medo, que se caracterizam pela adoção ou não dos meios adequados para se alcançar o desejado.

Completando o conjunto das paixões primitivas estão a alegria e a tristeza. A alegria é uma emoção agradável que consiste no gozo da fruição do bem que as impressões do cérebro lhe representam como seu. Já a tristeza, o seu contrário, é o incômodo que a mente recebe do mal, ou do defeito que as impressões do cérebro lhe representam como seu. Assim, o cheiro da fumaça do cigarro, ao provocar o ódio em mim, também suscita a tristeza pela proximidade do objeto no tempo presente.

As emoções, sejam primitivas ou derivadas, dependem da relação psicofísica. Elas são provocadas coercitivamente pelo corpo, no sentido de que não podemos evitar a sua ocorrência, uma vez estabelecido o nexo

causal entre os movimentos corpóreos e a paixão. Ao ver um objeto, a não ser que tenhamos alguma avaria física, temos a percepção sensível, por exemplo, de sua cor; quando cortamos a mão, temos o sentimento de dor; quando um objeto nos é apresentado, em geral, sentimos amor ou ódio a ele. Dizer que o corpo causa uma percepção da alma, significa, de alguma forma, que ele coage a mente a possuir tal sentimento. As emoções não são causa direta da vontade, de decisão livre e consciente. Não tenho poderes para, simplesmente, decidir estar com alegria ou tristeza. Conforme observa Lebrun (2009, p. 19), “Ninguém se encoleriza intencionalmente [...] Um homem não escolhe as paixões.”

Embora as paixões não possuam poderes causais sobre o corpo, elas podem dispor a mente a querer as coisas que lhe parecem proveitosas, às quais sentimos amor, por exemplo. Elas são capazes de estimular a ocorrência ou alterações de movimentos físicos. Assim, por exemplo, o desejo de fumar pode estimular a ação física de fumar, favorecido ou não por hábitos físicos ou mentais. A vontade, absolutamente livre, seria a mediadora entre as paixões e a ação física, quase que estabelecendo uma ligação entre elas. Neste sentido, se a vontade acompanha juízos falsos referentes ao bem e ao mal, pode provocar a doença, seja física ou mental, em vez da saúde, fortalecendo emoções e ações físicas indesejadas em momentos inapropriados.

Estar em uma emoção significa possuir um conhecimento intuitivo, direto, subjetivo não apenas sobre o que ocorre na mente, mas também no corpo. Diz Descartes (1973a, p. 242):

Pois cumpre notar que o principal efeito de todas as paixões nos homens é que incitam e dispõem a sua alma a querer as coisas para as quais elas lhes preparam os corpos; de sorte que o sentimento de medo incita a fugir, o da audácia a querer combater e assim por diante.

Entretanto, conforme Clarke (2005, p. 124), “É um erro pensar na passividade de nossos pensamentos, incluindo as paixões, no sentido de que elas sejam inativas ou epifenomenais.” Na postura cartesiana, elas não podem ser pensadas como meros estados mentais inertes, posições mentais meramente informativas, sem qualquer poder de influência ou mesmo interferência em nossas ações físicas. Conforme ilustra e defende La Forge

(1997), as paixões não são simples espelho, simples reflexo mental do fluxo dos espíritos animais.

No caso das sensações e dos apetites, é importante aplicarmos a vontade, registrando-os com moderação, para suprir as necessidades físicas ou mentais. Isso significa a manutenção saudável do corpo (garantindo, por exemplo, que a gula não sobressaia à fome) ou da mente (procurando evitar, por exemplo, que o medo vire pânico). O remédio para a manutenção ou recuperação da saúde, seja da mente ou do corpo, conforme lembra Dreyfus-Le Foyer (1937), é oriundo da alma, através do controle das emoções e ações físicas, do qual tratamos a seguir.

### **3 SOBRE O CONTROLE DAS EMOÇÕES E DAS AÇÕES FÍSICAS**

Para Descartes, nós somos capazes de apreender em que medida as paixões podem ser vantajosas ou prejudiciais, de modo a buscar fortalecer as primeiras e enfraquecer as últimas. Em princípio, nenhuma paixão é nociva por natureza mesmo que, por vezes, possa trazer malefícios, quando mal administrada. Não se trata, portanto, na postura cartesiana, de eliminar as paixões, mas de regulá-las. Buscar eliminar as paixões por conta de suas possíveis influências negativas, além de infrutífero e, provavelmente impossível, dada a natureza humana, seria como o dentista extrair o dente para evitar o incômodo provocado por ele.

O domínio das paixões acontece, inicialmente, através da razão e da vontade, por meio de artifícios cognitivos, um processo intelectual e volitivo. Para explicar a concepção do controle das emoções e ações físicas, imaginemos a situação na qual um animal dócil corre em minha direção. Devido à natureza, suponhamos, medrosa da minha mente, e por conta de sua conexão com o físico, os nervos ópticos são automaticamente estimulados a movimentar os espíritos animais e a glândula pineal de tal modo a produzir na mente a percepção do animal observado, possivelmente já estimulada mecanicamente no cérebro, por meio da representação do objeto gravada nele, causando o medo. Por conta da minha inclinação covarde, tal paixão seria acompanhada do desejo de fugir do animal, que, por meio do exercício da vontade, causaria o movimento físico do afastamento do local. A mente, no entanto, baseada na reflexão, na razão, conclui pela desnecessidade da fuga deste animal inofensivo, considerando que a atitude contrá-

ria não trará malefícios físicos ou paixões negativas. Assim, como um ato de vontade de controlar a paixão do medo, seguindo juízos sobre o bem e o mal, a mente provoca certos movimentos na glândula, a fim de buscar distribuir os espíritos animais aos membros relacionados ao movimento do corpo de forma a não fugir do dito animal.

O exemplo acima ilustra uma situação em que a alma exerce influência sobre o corpo e sobre ela própria, ao conceber a inconveniência de uma paixão. No entanto, ter somente a vontade de não sentir medo do animal inofensivo não é suficiente para não senti-lo, do mesmo modo que não se perde peso apenas com a vontade de emagrecer. Conforme Descartes (1973a, p. 244):

Assim, para excitarmos em nós a audácia e suprimirmos o medo, não basta ter a vontade de fazê-lo, mas é preciso aplicar-nos a considerar as razões, os objetos ou os exemplos que persuadem de que o perigo não é grande; de que há sempre mais segurança na defesa do que na fuga [...].

O controle das emoções ocorre de modo indireto pela vontade. Como a emoção é causada pelo corpo, é necessário que a vontade altere os movimentos dos espíritos animais e da glândula pineal, produtores diretos das emoções. A vontade tampouco é capaz de alterar diretamente o movimento da glândula, mas o faz por meio de representação de desejos contrários ao que se busca alterar. Posso entender que o medo, em dada situação, é nocivo por diversos motivos. Estes farão com que eu aplique a minha vontade em suprimir o medo naquele contexto, alterando o movimento da glândula.

Podemos saber em que medida certas emoções são malélicas ou benéficas e tentar controlá-las, enfraquecê-las ou fortalecê-las. Todavia, naquelas mais agressivas ou prejudiciais, ou cuja inclinação é bem cristalizada, é necessário um esforço redobrado para obter o controle, exigindo uma resistência muito maior da vontade.

Na concepção cartesiana, possuímos inclinações, tanto físicas quanto mentais que, muitas vezes, nos conduzem a certas ações físicas. Tais propensões podem ser estabelecidas pela natureza (nascidas conosco) ou pelo hábito (adquiridas ao longo de nossa existência), que pode ser físico ou mental. Os hábitos físicos são as repetições mecânicas do corpo, confor-

me explica Descartes em carta a Elisabeth, de 15/9/1545; são disposições ou inclinações do corpo para um movimento físico. Já o hábito mental é uma disposição para uma paixão.

Os hábitos podem explicar as causas ou os efeitos das paixões, uma vez que consistem em ligações entre certos movimentos do corpo e pensamentos. Estes hábitos podem ser adquiridos, inclusive, na gestação. A aversão de um indivíduo por gatos, por exemplo, pode tanto ser oriunda do ataque de um felino na sua tenra idade ou ainda antes de seu nascimento, originada da aversão de sua mãe por estes animais, capaz de transmitir para o feto o sentimento tido pelo animal, dada a “[...] relação entre todos os movimentos da mãe e os da criança que está em seu ventre, de modo que o que é contrário a uma prejudica a outra.”, diz Descartes (1973a, p. 275).

Como a aquisição de hábitos está relacionada, também, à nossa história, à experiência de vida, diríamos, este é um dos motivos, não o único, pelos quais podemos explicar possíveis diferenças das emoções em indivíduos frente a uma mesma situação. Diante de um animal inofensivo, por exemplo, dois indivíduos poderiam possuir emoções distintas ou apresentar ações físicas diferentes.

Cabe à mente averiguar se o hábito deve ou não ser mantido ou fortalecido. Alguns hábitos podem ser alterados com mais facilidade que outros, como exemplifica Descartes (1973a, p. 247):

Assim, quando encontramos inopinadamente uma coisa muito suja num alimento que comemos com apetite, a surpresa do achado pode mudar de tal forma a disposição do cérebro que, em seguida, não possamos mais ver esse alimento exceto com horror, ao passo que até então o comíamos com prazer.

Por ser dotado de razão e vontade, o ser humano pode e deve controlar suas emoções e ações físicas, seus hábitos, seguindo a virtude. O sujeito virtuoso é aquele que possui juízos verdadeiros acerca do bem e do mal (do bem-viver) e aplica a sua vontade em segui-los. O vício, ao contrário, se caracteriza pela ignorância ou pela fraqueza da vontade, pela inexistência de atos volitivos acompanhando os juízos adequados. Assim, o estudo, conhecimento, domínio, alteração das paixões estão relacionados e são dependentes da moral cartesiana, ainda que provisória. Um sujeito

forte, ou virtuoso, é capaz de controlar as suas paixões, em particular, os seus desejos, e, assim, os movimentos físicos, em um embate contra o corpo e contra a própria alma. Uma paixão bem regulada tende a contribuir na conservação e na saúde físicas. Apesar das mentes fracas ou viciosas não possuírem juízos claros e distintos acerca do bem e do mal, ou não aplicarem a sua vontade em segui-los, não existem mentes tão fracas que, com um pouco de habilidade, não sejam passíveis de adquirir conhecimento e domínio de suas próprias paixões, sentença Descartes (1973a).

As paixões interferem e se manifestam no corpo, provocando, por exemplo, aceleração cardíaca, choro, enrubescimento ou até desmaio. Tais movimentos são simplesmente manifestações, reações, das paixões, associadas naturalmente a elas. Não são causados pelas paixões, uma vez que elas, por si só, não possuem poderes causais, sendo somente paixões e, em nenhuma circunstância, ações da mente. Sobre tais manifestações, a vontade, via de regra, não possui poder de controle direto. A alteração ou modificação de tais movimentos exige o controle das emoções. Não posso controlar, por exemplo, a aceleração do batimento cardíaco associado ao medo em mim, embora seja capaz de controlar o próprio medo.

Há sinais exteriores, no entanto, que podem ser modificados pela mente, a fim de ocultar uma paixão. Descartes (1973a, p. 268) cita o movimento dos olhos ou do rosto como aqueles que manifestam e declaram mais forte e diretamente nossas emoções. Ao conhecer o significado das expressões e de quem são manifestações, podemos perceber com facilidade, por exemplo, através da expressão facial de alguém, se ele está irritado. Entretanto, como a mente é capaz de controlar tais movimentos, a fim de dissimular ou mesmo declarar uma emoção, nem sempre é possível, através deles, ou mesmo das ações de um indivíduo, identificar a sua emoção. Assim, contrariamente ao que desejam certas versões behavioristas, não é possível identificar emoções via comportamento. Embora estejam associadas a manifestações físicas, elas não se identificam ou se reduzem a elas.

Dada a natureza psicofísica das emoções, o seu controle depende da interação mente e corpo. Uma das principais questões à postura cartesiana diz respeito à sua explicação de como duas substâncias distintas poderiam interagir de fato. Para Descartes (1973a), a principal sede da alma, a parte do corpo onde a mente exerce imediatamente as suas funções, é a pequena glândula localizada no meio do cérebro, denominada glândula

pineal. Ela é o ponto de ligação entre o físico e o mental, propiciando o trânsito dos espíritos animais entre ambos. A partir disso, as duas substâncias podem ajustar-se de tal modo a evitar males, favorecendo o bem-viver. Desse modo, o que para certas vertentes da filosofia da mente constitui-se um problema, para o pensador moderno é algo adequadamente explicável. A peça central neste quebra cabeças são os espíritos animais, as partes muito tênues do sangue capazes de se conectar com a mente através da glândula pineal.

### CONSIDERAÇÕES FINAIS

Na perspectiva cartesiana, o ser humano é composto da união de corpo e mente. Como ambos exercem influências mútuas, é fundamental o estudo empírico do corpo e de suas relações com a mente. A medicina, em conjunto com a metafísica, é área essencial para a moral, para a efetivação do controle das emoções, almejando o bem-viver, buscando fortalecer as emoções que favoreçam o bem-estar e enfraquecer aquelas que exercem fator contrário a ele.

Apesar disso, não se trata de uma questão de aplicações da medicina à moral. O controle das emoções não se dá por uma terapêutica fisiológica, como defendem versões materialistas, bastante em voga na contemporaneidade. Ao contrário, é a mente, através da razão e da aplicação da vontade, que regula as paixões. Disso resultam, como consequência, alterações fisiológicas também, provocando, por exemplo, mudanças no movimento dos espíritos animais ou da glândula pineal face a sensações de objetos externos.

O tratamento das emoções, assim, não consiste, direta e unicamente, no tratamento físico. O ser humano não é apenas um mecanismo, uma máquina material, como um relógio, mas um misto de corpo e mente. O domínio das emoções e o bem-estar dependem, fundamentalmente, da aplicação da vontade, acompanhando juízos verdadeiros. Assim, para deixar de fumar, não seria suficiente realizar, por meio de algum procedimento medicamentoso ou cirúrgico, alterações fisiológicas no cérebro se a vontade, acompanhada de juízos falsos sobre o fumo, agisse em vistas à manutenção desse hábito nocivo à saúde física.

Na concepção cartesiana, os males físicos vêm, antes de tudo, de causas morais, da má aplicação da vontade ou de juízos falsos, ou seja, das almas fracas. Em carta à princesa Elisabeth, datada de 18 de maio de 1645, apenas para citar um caso, o filósofo francês escreve que a tristeza seria o motivo mais comum da febre lenta. Ele também aconselha sua interlocutora a manter na alma imagens alegres de modo a produzir no corpo fenômenos favoráveis à cura de algum mal. Ou seja, a terapêutica para o bem-viver é mental, moral, e não, primordialmente, medicinal, ainda que o corpo influencie a produção das paixões e, também, no bem-viver.

É notável o esforço cartesiano em explicitar que podemos e devemos controlar nossas emoções e ações físicas. Descartes, por um lado, está influenciado pelo espírito cientificista de sua época, segundo o qual é possível conhecer, dominar, controlar a natureza. Por outro lado, ainda sofre influência, no plano metafísico, em algum sentido, da moral cristã, segundo a qual nossas emoções, ainda que não necessariamente más por natureza, na concepção cartesiana, devem ser controladas, a partir da cognição e da aplicação da vontade, duas dádivas recebidas pela humanidade. Essa influência pode ser percebida em sua concepção de almas fortes, da virtude.

Na concepção cartesiana, é nosso dever moral produzir juízos verdadeiros e aplicar a vontade concorde a eles. Por um lado, tal esforço, consistente em um embate da mente com o corpo e com ela própria, é louvável, por nos propiciar a saúde física e mental. Por outro lado, corre-se o risco do esforço ser tão dispendioso, por vezes deveras fatigante, levando o indivíduo a sentir-se culpado pela sua incapacidade de controlar as emoções de acordo com o almejado. Isso, em vez da saúde mental, poderia provocar ainda mais o surgimento ou fortalecimento de paixões indesejadas em dados momentos.

A abordagem cartesiana da relação mente corpo é uma das mais criticadas e defendidas em filosofia, desde os seus tempos até os dias atuais, como mostra, por exemplo, Alves (2016). Como consequência, por fazer parte de sua abordagem dualista, a sua proposta a respeito das relações entre cognição, emoções e ação física também possui entusiasmados defensores e críticos. Entendemos ser de fundamental importância a relação entre eles, pois, através de nossas ações, interferimos no meio, propiciando a sua construção ou destruição. Muitas ações físicas são provocadas ou acom-

panhadas de emoções, que influenciam no bem-viver. Através de uma reflexão de nossas emoções e de suas relações com a ação física podemos contribuir para o direcionamento moral de nossa conduta, favorecendo o bem estar individual e coletivo.

## REFERÊNCIAS

- ALVES, M. A. Uma análise crítica das relações entre cognição, paixões e ação na perspectiva cartesiana. *Estudos Filosóficos*: Revista da UFSJ, São João del-Rei, n. 16, p. 55-74, 2016. Edição Especial: Metafísica e Mente.
- CLARKE, M. D. *Descartes's theory of mind*. Oxford: Oxford University Press, 2005.
- DESCARTES, R. As paixões da alma. In: DESCARTES, R. *Os Pensadores*. Tradução de J. Guinsburg e Bento Prado Júnior. São Paulo: Abril, 1973a. p. 223-306. (Os Pensadores, v. 15).
- DESCARTES, R. Meditações. In: DESCARTES, R. *Os Pensadores*. Tradução de J. Guinsburg e Bento Prado Júnior. São Paulo: Editora Abril, 1973b. p. 81-152. v. 15. (Os Pensadores, v. 15).
- DESCARTES, R. *Cartas*. São Paulo: Abril Cultural, 1973c. (Os Pensadores).
- DREYFUS-LE FOYER, H. Les conceptions médicales de Descartes. *Revue de metaphysique et de morale*, Paris, v. 44, n. 1, p. 237-286, 1937.
- LA FORGE, L. de. *Treatise on the human mind*. Translated, introduction and notes by Desmond M. Clarke. Dordrecht: Kluwer Academic Publishers, 1997.
- LEBRUN, G. O conceito de paixão. In: NOVAES, A. (org.). *Os sentidos da paixão*. São Paulo: Companhia das Letras, 2009. p. 12-32.
- SCARANTINO, A. The philosophy of emotions and its impact on affective science. In: BARRET, L. F.; LEWIS, M.; HAVILAND-JONES, J.M. (ed.). *Handbook of emotions*. 4th. ed. London: The Guilford Press, 2016. p. 03-49.
- TEIXEIRA, L. *Ensaio sobre a moral de Descartes*. 2. ed. São Paulo: Brasiliense, 1990.