

# Renovação noética: Fundamento da verdade no encontro terapêutico

RAUL GUIMARÃES LOPES (\*)

O movimento existencial iniciou-se, nos tempos modernos, com o dinamarquês Søren Kierkegaard (1813-1855), cuja subtileza na compreensão de situações humanas concretas, desde as mais simples e aparentemente sem “história” até às crises mais complexas, torna necessário a exegese de alguns dos seus escritos quando se cuida da relação de ajuda. Na descrição de situações vividas espelhou a profundidade e também a celsitude do espírito humano. Mas o que nele encontramos de mais extraordinário foi a de ter procurado praticar na sua própria vida a *ideia*<sup>1</sup> – chamando-nos a atenção para a “*ideia em movimento*”.

Quando se fala de “relação” em Psicoterapia há que considerar dois dos seus aspectos: um referido à relação terapeuta/pessoa que solicita ajuda, outro referido à relação da pessoa consigo própria e relativo à dificuldade sentida de “estar-com” prejudicando a conexão com a vida vivida e que, precisamente, levou ao pedido de ajuda pela ansiedade que comporta.

É assunto de estudos avançados de psicopatologia a discrepância entre o *ser* e o *estar*.

Muito se tem escrito sobre o primeiro aspecto

sendo objecto de supervisões para quem se inicia na arte psicoterapêutica. Na relação com as pessoas significativas que povoam a nossa vida não se pode, na perspectiva existencial, deixar de meditar no livro “*Gjentagelse*”<sup>2</sup> de Kierkegaard, que nos relata a possibilidade de reatamento relacional e de reconciliação consigo próprio.

## QUEIXA

Quem inicia uma psicoterapia (qualquer uma) apresenta “queixas” na corporalidade<sup>3</sup> como *topos* da intersecção do que acontece no mundo pessoal (sem os limites físicos de interno e externo), de anseios e desilusões, expectativas e malogros, interesses e perdas, esperança e desespero.

As queixas<sup>4</sup> “inclinam”, dobram, subjugam a capacidade de afirmação de Si, adquirindo o sentido existencial de “limitação” das potencialidades da

---

<sup>2</sup> Termo que deu o título ao livro de Kierkegaard, mas cuja tradução literal pode levar à incompreensão do seu significado existencial. Por isso vamos deixar isso mais para diante.

<sup>3</sup> Convém diferenciar “corpo” de “corporalidade” – esta é categoria existencial básica. Outras categorias existenciais são a temporalidade, espacialidade, outridade, liberdade, renovabilidade.

<sup>4</sup> Queixa – o que nos faz inclinar e cair (do ortogonal bem-estar). Do mesmo étimo de “clínico”, “queda”.

---

(\*) Médico Psiquiatra. Doutor em Medicina pela Universidade de Heidelberg.

<sup>1</sup> Kierkegaard entendia a *ideia* como “princípio e regra da vida” (p. 85 do livro “*La Répétition*” – vide Referências Bibliográficas).

corporalidade. Estão intimamente ligadas à liberdade situada e à finitude humanas.

A queixa é duplamente de si (em si sentida) e da “vida” cujo sentido começa, com ela, a ser questionado e, se perdido, poder sobrevir crise. A queixa é sua prenunciadora.

Crise<sup>5</sup> é o tempo oportuno para a renovação da vida imperfeitamente vivida. Amadurece no sofrimento – o que torna premente o pedido de ajuda quando actua a consciência de si em referência ao bem-estar e felicidade.

A questão terapêutica é esta: Como transformar a queixa, como lhe dar nova forma contentando de tal modo o queixoso que se deixe de sentir caído no seu bem-estar?

A queda existencial é sinal de inautenticidade.

#### ACONTECIMENTOS BIOGRÁFICOS

Voltemos a Kierkegaard e narremos alguns dos acontecimentos biográficos que viveu para assim avaliarmos a complexidade da arquitectura existencial nas ocorrências quotidianas da vida e as possibilidades de acção superadora.

##### *O jovem Søren enamorou-se de Regina.*<sup>6</sup>

Regina era uma rapariga prendada e, segundo o seu namorado, “sensível”. Esta sensibilidade era cativante para Søren e durante muito tempo isso lhe bastou, animado pelo amor-paixão. Chamava-lhe a Musa<sup>7</sup>.

Mas a ideia estava em movimento e quando os voos foram sendo mais elevados nas esferas da existência<sup>8</sup> não era acompanhado.

##### *Sofreu.*

Sofreu por ter de “volatilizar a Ideia” (palavras suas) caso condescendesse com o imanente, com o social, com o que todos faziam.

<sup>5</sup> Do grego *kairos* – oportuno, a propósito.

<sup>6</sup> Começo como tantos outros

<sup>7</sup> Estamos situados na esfera estética da existência pessoal.

<sup>8</sup> Conceptualizam-se três esferas da existência de importância crescente: a estética ou da sensibilidade, da ética ou do dever, da religião ou da perfeição.

##### *Rompeu o noivado.*

Para ser coerente consigo próprio envia o anel de compromisso a Regina. Mas *Eros*, os amigos, as lágrimas de Regina, os seus escrúpulos morais fazem-no ceder.

##### *Reata as relações com a sua amada.*

Entretanto termina o seu mestrado em teologia com tese sobre a ironia socrática. A ironia não é tomada no sentido de gracejo ou de troça mas no de passagem crítica da esfera estética para a ética. Contudo nesta passagem o ironista não assume a situação, coloca-se fora dela.

##### *Procura ensinar-lhe os valores ético-religiosos por que rege o seu existir.*

A pressão social do casamento torna difícil a lenta pedagogia “sedutora” que tinha tomado com Regina para a instruir na sua causa e explicar-lhe o que, no foro íntimo, se sente vocacionado a fazer (a que chama “missão”).

##### *Não é correspondido.*

Tem o desabafo: “Pertença à Ideia... quando ela me faz sinal sigo.”

##### *Novo rompimento.*

Angustia-se profundamente devido aos valores antinómicos que o assaltam. Continua a amar Regina mas não se vê na temporalidade a abdicar da vocação de luta contra o que condena na sociedade como o redundante, a hipocrisia, a banalização de ideais, a massificação de crenças desconsiderando o especificamente humano, desvalorizando o dever a si e banalizando a perfeição de si-próprio.

##### *“É possível a reconciliação?”*

Ao nível da Natureza e da Sociedade a repetição dos seus ritmos e ciclos é fenómeno esperado. Há ritmos cósmicos, sazonais, circadianos. Há ritmos vitais, corporais (como o do crescimento, de anabolismo/catabolismo, da saúde/doença, das funções cognitivas, dos afectos). Há ritmos familiares, populacionais, sociais.

É a repetição como rotina, do “mesmo no mesmo”.

<sup>9</sup> Leia-se o livro “Diário dum Sedutor” de Kierkegaard. A sedução não é erótica, mas existencial – em que o *Eros* faz parte mas subordinado à *Ágape*.

*Amargurado e para ganhar distância reflexiva das questões que a si mesmo coloca, Søren faz uma primeira viagem a Berlim.*

O devir existencial repete-se?

*Repete a viagem a Berlim para poder responder.*

Em Berlim escreve o fundamental do livro “*Gjentagelse*”.

No sentido da vida natural o termo “*Gjentagelse*” é traduzido como “repetição” – duplicação do mesmo acontecimento seguindo os ritmos naturais neles incluindo os ritmos vitais e os sociais.

A vida humana, na perspectiva do efémero, parece repetir-se constantemente. Repetem-se os mesmos passos, os mesmos horários, as mesmas palavras, os mesmos actos, a nível cognitivo os mesmos esquemas mentais. Chega-se assim à rotina desmotivadora da procura pelo sentido de viver, chega-se ao desespero advindo do sem-sentido existencial.

Os estóicos ao considerarem na história estas manifestações descreviam-nas como “eterno retorno” – a repetição fásica de longos períodos em tudo idênticos aos anteriores.

Temos uma primeira proposta para entender o significado de “*Gjentagelse*” na vida de todos os dias: Repetição rotineira, iteração monótona, reprodução, reiteração, réplica, clonagem, duplicação, recapitulação, imitação – tudo de cariz mimético.

*Kierkegaard reflecte sobre o sofrimento.*

Job é eleito por Kierkegaard como o herói da provação pelo sofrimento<sup>10</sup>. A provação é uma categoria transitória da temporalidade. Tem começo e término.

Como se sabe Job era homem íntegro, recto, temente a Deus, rico de bens, de filhos, de bondade. Mas é posto à prova. Perde tudo. Adoece. Vêm amigos consolá-lo e também criticá-lo, procurando razões daquele estado tão deplorável. Vão ao íntimo da sua psique buscar factos não revelados, inconscientes (em sentido psicanalítico, *avant la lettre*). E instam para que revele o que está escondido no mais profundo do seu ser. Depois seguem uma

orientação moralizadora: pecados (*anomia*), erros culposos (“os inocentes não sofrem”). A infelicidade é tida como castigo. Há que o pagar. Job ouvia, ouvia, mas não concordava com as interpretações (“que é o que repreende a vossa repreensão?”), pede compreensão (“olhai para mim e vede que não minto na vossa cara”) e interpelava Deus (“a minha queixa é a de um revoltado... se eu soubesse onde o poderia achar, então me chegaria ao seu tribunal... tivesse eu quem me ouvisse”). Mas está a ser ouvido (fé) e o seu sofrimento vem a ter resposta. Humildemente exclama “falei do que não entendia!”. A prova termina e Job recebe o dobro de tudo o que antes tinha.

Quando aconteceu a “*Gjentagelse*”?

Kierkegaard responde: “Quando toda a certeza e verosimilhança humanas pensadas se tornaram impossíveis”.

## O INSTANTE EXISTENCIAL

E aqui Kierkegaard enfatiza o *instante existencial*. O *instante* da mudança.

Sobre este assunto escrevemos recentemente: “A vida humana faz-se numa descontinuidade de *momentos* (que também podem ser *mementos*, quando formam parte da nossa memória). Entre eles aparecem opacidades e penumbras participantes activos, por assim dizer, do seu horizonte temporal. Por vezes acontece tocar-se o intemporal eis o *instante* (in-stante<sup>11</sup>). Surge então o paradoxo como ‘escândalo da razão’. No *instante* poder-se-á dar tal condensação de significações que o tornam decisivo quanto a um ‘antes’ e a um ‘depois’. Estamos a falar da possibilidade de acontecer o verdadeiro Encontro.

É, fenomenologicamente, o princípio constitutivo da relação Eu-Tu, tornando possível a comunhão de ideias e sentimentos e permitindo assim a colaboração em objectivos comuns.

A temporalidade devém pelo instante. Este marca a intersecção do valor (eterno) no tempo (transiente).

O instante permite a consciência da presença de si.” (Guimarães Lopes, 2006, p. 174)

O instante é biográfico definindo um “antes” e um “depois” significativo. O que acontece no

<sup>10</sup> Etimologicamente, “o que leva a posição sub” (do latim, *sub-ferre*).

<sup>11</sup> Do latim *in* (em, dentro de) + *sto* (permanecer, estar).

devir biográfico marcado pelo instante é um “*novum*” que modifica ou transforma o que estava para trás. Dado valor (intemporal) interage com o tempo da vida e a partir daí transforma-o na temporalidade pessoal da vida biográfica. A nossa biografia narra “estórias”<sup>12</sup> vividas e vivenciadas que nos marcaram.

Quem não descobre e não assume inequivocamente os seus valores biográficos está condenado a repetir ao longo da vida a mesma “história”, se bem que em tempos e lugares diferentes.

É um repetente.

#### ANAMNESE E ANANEOSE

Conhece-se a vida biográfica através da *anamnese* das ideias perseguidas (per-seguidas). Este é um movimento da lembrança (cognitivo) e da recordação (afectivo) para trás. Mas a renovação é um movimento vocacional para diante, teleológico. É *ananeose*<sup>13</sup> como anseio do espírito humano. É um movimento corajoso, pois se deixa a segurança do hábito para a incerteza do porvir. Este anseio não é isento de angústia e ansiedade<sup>14</sup>.

A ansiedade existencial vai a par do *anseio de renovação* sendo, paradoxalmente, “um sinal da perfeição humana” como dizia Kierkegaard.

Geralmente é vista como patológica ou um inimigo a combater. Mas na perspectiva existencial ela é necessária ao bom desempenho ético.

Por ela se toma cuidado do caminho que se percorre, tal sinal amarelo nos semáforos dos cruzamentos da vida. É necessária atenção para o que se está a passar (aqui e agora) e para o caminho a escolher (devir). Esta é a *atenção existencial*, eminentemente prospectiva.

Estamos agora em condições de bem entender uma segunda significação de “*Gjentagelse*” já não na vida de todos os dias mas como categoria existencial: reatamento, retoma, recomeço, regeneração,

renascimento, reconciliação, renovação (*ananeose*) – sempre poética.

Kierkegaard trabalha com a renovação existencial, ou seja, no domínio do noético<sup>15</sup>.

A renovação é o movimento pessoal através das esferas em que se dá o existir. Vai de esfera em esfera num *continuum* de aperfeiçoamento acontecendo em *instante* significativo da temporalidade.

Há que ter bem presente a diferenciação entre existir e viver. “Viver tem causas necessárias, existir tem finalidades humanamente contingentes. Vive-se ‘empurrado’ por condicionantes tensões energéticas (impulsos, tendências primárias, motivos básicos); existe-se para realizar elegidos valores que nos ‘atraiam’” (Guimarães Lopes, 2006, p. 151).

#### FORMAS DE RENOVAÇÃO

Podemos diferenciar fenomenologicamente formas de renovação, segundo as esferas existenciais estética, ética e religiosa.

##### 1. O reatar (*re-atar*) de relações.

O reatamento de elos afectivos frouxos ou perdidos tem a ver com a sensibilidade sendo do domínio do imediato. Pode iniciar-se com nova formulação empática<sup>16</sup>. Configura a atmosfera situacional de modo a propiciar as melhores condições para as acções que vêm a seguir.

O ser humano (em geral) individualiza-se.

##### 2. O recomeçar ou regenerar vida ética própria segundo a sua vocação (humana)<sup>17</sup>.

O recomeço ético relaciona-se com o cumprimento do compromisso assumido, existindo com sentido pessoal. O indivíduo torna-se *pessoa*.

<sup>12</sup> De manter a diferença entre “história” (como um todo, visto de fora) e “estória” episódio significante vivido.

<sup>13</sup> Do grego, *ananeosis* (de *ana* – “outra vez” e *neos* – “novo”).

<sup>14</sup> Diferenciando o seu grau de constrangimento na corporalidade (angústia, angor) ou de aspiração na liberdade (anseio, ansiedade).

<sup>15</sup> Noético vem do grego *nous* (ou *noos*) entendido como manifestação do espírito, distingue-se da *psyche* (alma). Ilumina a actividade afectiva e cognitiva da *psyche* a partir da valoração axiológica. (Vide desenvolvimento a partir da p. 65 do livro “A Psicologia da Pessoa” ref. nas Referências Bibliográficas).

<sup>16</sup> Lembrar que existir é “estar-com”.

<sup>17</sup> Não confundir com a vocação escolar e a profissional decorrentes da humana.

3. O reconciliar-se consigo mesmo (atraído pela perfeição que o transcende)

A reconciliação na esfera existencial religiosa (re-ligar<sup>18</sup>) procura a verdade apesar das contingências, procura a perfeição apesar das fraquezas. A pessoa torna-se *única*.

\* \* \*

Vejamos, em síntese, as noções mais importantes da “*Gjentagelse*” de Kierkegaard no mundo natural (no qual não avançou considerações) e no mundo do espírito (existencial) (Quadro 1).

QUADRO 1  
“*Gjentagelse*”

Repetição <i>No mundo “natural”</i>	Renovação Noética <i>No mundo do espírito</i>
Rotina Imitação Reprodução Hábito	Reatamento Recomeço, regeneração Reconciliação
<i>Eterno retorno</i>	<i>Instante</i>

A diferenciação entre ambas é abissal.

“A renovação (*Gjentagelse*) é a realidade, o sério da vida. O que quiser a renovação amadureceu no sério” (Kierkegaard, 1972, T. 5, p. 5).

A renovação noética é, por excelência, o movimento humano no caminho do aperfeiçoamento existencial.

Kierkegaard substituiu com este novo conceito o de “mediação” da filosofia de Hegel. A “mediação”, no sistema hegeliano, consiste no processo de superar os contrários, isto é, fazer a síntese entre a tese e

a antítese. Enquanto aqui há um “movimento” lógico, mas sempre na imanência, na “renovação” kierkegaardiana o movimento dá-se na intimidade do ser humano, da sua vida espiritual, atraído pelo que vai adiante de si (por isso é “transcendente”<sup>19</sup>).

Na renovação noética não há meio-termo, não há síntese possível. Ou se faz, ou fica tudo como anteriormente. Terrível este “ou... ou...”.

Por exemplo, eticamente ou se é justo ou injusto. Não se pode ser justo “até certo ponto”. Muito menos se conhece a síntese ética entre justiça e injustiça.

Não confundir o instante ético, optando por um dos termos da disjuntiva “ou... ou...” e dois momentos comportamentais dissonantes mas que se pretendem misturar não sendo miscíveis, revelando maneira de ser volúvel e inautêntica, revelando ambição prenunciadora da perda de si e seguidamente do sentido da “queixa”.

No plano existencial é possível reatar seriamente as relações perdidas com a autenticidade do que somos, recomeçar vida ética nova, voltar à vocação “original” e renascermos para uma outra forma de viver, radicalmente distinta da anterior.

Tal como Nicodemos<sup>20</sup> admiramo-nos de tal possibilidade por confundir o temporal com o eterno.

Quando dois namorados se zangam sabemos ser possível “fazerem as pazes” e reatar o namoro.

Mas para que não se repita a separação é necessário que algo mude neles, que os transforme interiormente, a partir das divergências vivenciadas. Caso não, insistimos, a história de separação repetir-se-á.

#### PSICOTERAPIA EXISTENCIAL (NO PARADIGMA DE KIERKEGAARD)

Muitas vezes, verifica-se em psicoterapia ter-se tornado o seu efeito a longo e médio prazo praticamente nulo, apesar do entusiasmo inicial. As causas são naturalmente múltiplas. Podemos destacar, entre elas e no nosso contexto, a ausência estrutural de consciência de mudança ou a ausência de movimento da ideia.

<sup>18</sup> Re-ligação é aqui tomada como re-ligação, reconciliação não no imediato (contingente) mas no que intimamente mais anseia, no que está sempre adiante (a perfeição transcende-nos).

<sup>19</sup> Trans-cender é, etimologicamente, “o que está além da subida”.

<sup>20</sup> S. João 3, 4.

Convém, por isso, logo de início dar atenção aos falsos reatamentos!

Há limites na eficácia psicoterapêutica, caso não se manipule a pessoa ou os resultados. Caso não se utilize métodos sugestivos coarctando temporariamente a liberdade-situada.

Como avaliar tal possibilidade?

Chegados a este ponto vamos ordenar segundo as actuais tendências paradigmáticas da antropoterapia os princípios relacionais e renovadores de Kierkegaard aplicados à Psicoterapia Existencial.

Começemos por delimitar três momentos sucessivos e interactuantes: introdução, acção (movimento da ideia), aplicação.

### *Introdução*

No início da relação, usando a linguagem simbólica de Kierkegaard, é necessário “pesar” o espírito (ou a consciência de si), “avaliar a sua densidade”, a sua consistência. Isto é, ponderar as potencialidades, estimar o *insight* ou a capacidade de autocrítica, o interesse na mudança, a aptidão à persistência<sup>21</sup>.

Caso passe nesta primeira observação avaliadora é essencial começar a relação no ponto em que a pessoa está.

Instalarmo-nos *no* que ele compreende e *como* compreende.

De modo pático<sup>22</sup> (modo este incluído no que Kierkegaard entendia por “estético”).

O modo pático é o primeiro movimento da psique perante nova situação. Sente na corporalidade, na situação, na noese o que intui sensorialmente e estesiologicamente<sup>23</sup>.

### *Sentir corporal – na sua cenestesia e cinestesia*

O modo como duas pessoas se disponibilizam de si<sup>24</sup> é o princípio do Encontro.

A tonalidade dos sentimentos dá o colorido da relação.

A espontaneidade e a iniciativa dão preciosas indicações sobre a motivação para o cuidado com o movimento da ideia e, logo, para a terapia e cura.

### *Sentir situacional – atmosférico*

É de importância primordial a “atmosfera” da situação. Dá a premonição do que se vai seguir.

O terapeuta sabe cuidar da “atmosfera” envolvente da psicoterapia.

### *Sentir noético – valorativo*

São os valores noéticos que criticam (a-valiam) o sentido dado à vida e, também, que atraem para o novo sentido renovador da existência.

Os fenómenos psicossomáticos revelam o seu impacto na *psique* e no *bios*, quer na impotência ou indeterminação situacional em os seguir, quer na sua cronificada des-valorização.

Relatar o vivenciado é um bom exercício de psicologia pática servindo de entrada, a quem aprende psicoterapia, ao entendimento do mundo pessoal, à significância situacional específica, ao sentir noético.

No modo pático de estar há compreensão empática. O *tom do pathos*<sup>25</sup> é triste se o Outro<sup>26</sup> está deprimido, jovial se alegre, espirituoso se tem humor, sério se ansioso.

A ajuda está iniciada.

Ajudar é logo de entrada dispor a sua atitude interna à humildade. “Deixar-se informar ou ser ignorante no que o Outro compreende... dando-lhe a impressão de que te informa e instrui” (Kierkegaard).

Ajudar não é dominar mas servir. Não é ambicionar mas ter paciência. Não é ter razão mas aceitar

<sup>21</sup> Existir é persistir (vocacionalmente).

<sup>22</sup> Vide Momento Pático do livro “Psicologia da Pessoa e Elucidação Psicopatológica” (p. 87) do autor deste artigo. *Pathos* é o que afecta significativamente. Todo o sentir profundamente sentido nos afecta. Daí a conotação do *pathos* com os afectos. *Pathos* é simultaneamente afeecção e afeição. Pois não é uma verdade por todos nós vivida que algo prejudicial sobrevindo a quem estamos intimamente afeicoados nos perturba e também nos afecta?

<sup>23</sup> Vide p. 105 do livro “Clínica Psicopedagógica” do autor deste artigo.

<sup>24</sup> A língua alemã usa o termo *Befindlichkeit* que é disposição básica do sentir corporal (de bem- ou mal-estar), o modo como se encontra na corporalidade.

<sup>25</sup> Kierkegaard, “Point de Vue”, p. 22 (vide Referências Bibliográficas).

<sup>26</sup> Outro (com maiúscula) não é outrem (anónimo) nem uma qualquer outra pessoa (indiferenciada). O Outro é a pessoa-em-situação significativa.

provisoriamente não ter razão (mesmo que cientificamente correcto)<sup>27</sup>.

É-se ouvinte atento e empático. Mas também é necessário fazer-se ouvir.

Então começa a acção terapêutica, propriamente dita.

#### *Acção (movimento da ideia)*

“Por que diz ...” ou simplesmente reformulando a ideia que o Outro expôs ou o “*tom do pathos*” (tonalidade afectiva) que a acompanhou.

Observar as contradições e, então, *pôr à prova o interesse pela ideia*.

A escolha da ideia é essencial. Nessa escolha ajuda-nos a compreensão do valor que encerra para o Outro.

O valor emerge da relação, não é inquirido.

Há que o procurar ou lhe dar atenção para o descobrir.

Os valores do terapeuta ao emergirem também da relação tomam a importância de constituírem ponto de referência.

O terapeuta não há que se preocupar com os (seus) valores na relação terapêutica. Era como se um professor, esclarece Kierkegaard, se preocupasse com o que os alunos pensam de si, do que sabe, como ensina no momento de dar uma aula. Isso redundaria na “paralisação” do seu ensino. Há que se preparar e ser supervisionado, isso sim.

A relação torna-se progressivamente mais densa, tomando toda a significação a partir dessa referência. Converte-se na permutação do Encontro.

Encontrada a ideia, esta fica sujeita à lei do devir. O seu movimento é criativo pois se renova pelo dinamismo da perfeição.

#### *Falso recomeço*

Se se verifica no Outro falso recomeço há que o *ajudar a tornar-se atento*.

“Não se pode obrigar ninguém a ter dada opinião, dada convicção, dada crença”<sup>28</sup>. Mas torná-lo atento é a acção a tomar.

Como? Ajudando-o a ajuizar.

Se necessário argumentando com persuasão, incentivando com abnegação. Reflectindo com ele a questão.

Dando liberdade à sua ideia ao julgar por si a situação que se apresenta e que decorre da relação.

Pode ser que ao ajuizar não esteja de acordo com o terapeuta ou mesmo se lhe oponha. É o bom risco de tornar os homens livres. Pode vir mesmo a interromper a terapia. “Mas a atenção existencial foi despertada”. Mais cedo ou mais tarde a resposta vocacional a si retornará. Ele a voltará a julgar ou avaliar (pelo seu intrínseco valor pessoal). E a decisão é da sua responsabilidade, não sem ansiedade: *ou* recomeça o cumprimento do compromisso consigo assumido (pois é essa a sua vocação), *ou* repete formas de desespero pela vida fora.

#### *Aplicação*

A aplicação diz respeito à dupla reflexão.

Reflecte primeiro no que vem à consciência em situação. Se está de acordo com a idealidade (*vocatio* a que é chamado) reflecte, em segunda potência, na sua aplicação prática ao serviço do *ethos*<sup>29</sup> pessoal.

Como se disse a ideia em devir é criativa, frutifica.

Pela qualidade dos seus frutos se cumpre a renovação noética.

#### REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Guimarães Lopes, R. (1993). *Clínica Psicopedagógica – perspectiva da antropologia fenomenológica e existencial*. Porto: Hospital do Conde de Ferreira.
- Guimarães Lopes, R. (2006). *Psicologia da Pessoa e Elucidação Psicopatológica*. Porto: Higiomed Editores.
- Kierkegaard, Søren (1971). Point de Vue Explicatif de mon Œuvre d’Ecrivain. In *Œuvres Complètes*, Tome XVI. Paris: Editions de l’Orante.
- Kierkegaard, Søren (1972). La Répétition. In *Œuvres Complètes*, Tome V. Paris: Editions de l’Orante.

<sup>27</sup> *Idem, ibidem*, p. 21.

<sup>28</sup> *Idem, ibidem*, p. 25.

<sup>29</sup> Este termo grego deu, em português, ética e também etologia.

## RESUMO

O autor desenvolve conceitos de relação de ajuda e de psicoterapia existencial à luz dos ensinamentos e da biografia de Kierkegaard. Dá sentido ao instante existencial, à atenção existencial, à anamnese e à ananose. Aprofunda as formas de renovação e o sentido da renovação noética. Estabelece os passos da psicoterapia para quem nela se inicia.

*Palavras-chave:* “*Gjentagelse*”, ajuda, atenção existencial, instante existencial, psicoterapia existencial, renovação noética, formas de renovação, ananose, anamnese, Kierkegaard.

## ABSTRACT

The author develops concepts of relation of aid and existential psychotherapy in the paradigm of the teachings and the biography of Kierkegaard. He gives sense to the existential instant and awareness, to anamnese and ananose. He goes deep in the forms of renewal and in the meaning of the noetic renewal. He establishes the steps of the psychotherapy for beginners.

*Key words:* “*Gjentagelse*”, aid, relation, existential attention, existential instant, existential psychotherapy, noetic renewal, forms of renewal, ananosis, anamnesis, Kierkegaard.