

A CONSTRUÇÃO DO EU EM *TODOS OS NOMES*: UMA VISÃO A PARTIR DA PSICOLOGIA NARRATIVA¹

Raquel Sabino

Universidade de Évora

Resumo: Em *Todos os Nomes*, a busca de Sr. José pela mulher desconhecida revela-se como uma descoberta de si mesmo, que o leva à construção de significado e consequente organização da sua narrativa pessoal. Nesta análise proponho-me a identificar as marcas do processo de construção do Eu e interpretá-las à luz dos contributos da psicologia narrativa, que pressupõe a importância da interação dos indivíduos com o ambiente e com Outro, tal como de narrar as suas experiências, enquanto forma de organizar-se, e à sua vida. É na exploração da história da mulher desconhecida que o Sr. José significa a sua narrativa e se transforma, até porque, nas palavras de Saramago, “o que dá verdadeiro sentido ao encontro é a busca”.

Palavras-chave: *Todos os Nomes*; construção do Eu; psicologia narrativa; processo de mudança.

Abstract: In *All the Names*, Mr. José's search for the unknown woman is a discovery of himself, which leads him to the construction of meaning and consequent organization of his personal narrative. In this analysis my propose is to identify the marks of the process of Self construction and to interpret them according to the contributions of narrative psychology, which presupposes the importance of the interaction between individuals and the environment and with each other, as well as of narrating their experiences, as a way of organizing themselves and their lives. Exploring the story of the unknown woman leads Mr. José to signify his narrative and transform himself, since, in Saramago's words, "what gives true meaning to the encounter is the search”.

Keywords: *All the Names*; self-construction; narrative psychology; change process.

¹ Uma primeira versão deste texto foi apresentada nas [III Jornadas Internacionais José Saramago da Universidade de Vigo - Saramago nos 20 Anos do Prémio Nobel: Literatura, Arte e Política](#) (3-5 de dezembro de 2018), tendo sido [gravada pela UVIGO TV](#).

São múltiplas as abordagens da psicologia para perseguir o objetivo primordial de “alcançar a compreensão” (Bruner, *Actos de significado* XI), e aqui destaca-se uma abordagem que prima por uma visão mais interpretativa do ser humano, focada no modo como este constrói significados relativamente a si mesmo, e que beneficia da colaboração com outras disciplinas da área das humanidades, igualmente de âmbito mais interpretativo (*ibidem*). A psicologia narrativa, cujos contributos serão aqui utilizados, surgiu neste sentido, a partir de uma perspectiva inovadora de alguns autores, como Jerome Bruner, defendendo que:

[...] we are born into a storied world, and we live our lives through the creation and exchange of narratives. A narrative can be defined as an organized interpretation of a sequence of events. This involves attributing agency to the characters in the narrative and inferring causal links between the events. [...] The primary function of narrative is that it brings order to disorder. In telling a story, the narrator is trying to organize the disorganized and to give it meaning. (Murray, *Narrative Psychology* 113-114)²

Assim, o princípio orientador da psicologia narrativa é que “os seres humanos são contadores de histórias e as vidas humanas são histórias a serem contadas” (McAdams, *Personal narratives and the life story* 243), ou, por outras palavras, eu sou um contador de histórias e sou as histórias que conto. O contar-se, e às suas experiências, tem um propósito de organização daquilo que se vive e de quem se é, no que se constitui também como uma construção do mundo e numa distinção de si mesmo relativamente aos outros. Através do relato e da exploração dos episódios de vida, as pessoas elaboram uma narrativa acerca de si mesmas, uma história coerente e com sentido de continuidade, que permite a maior compreensão de quem se é e onde se quer chegar, tal como do significado que se atribui ao mundo ao qual se pertence (243).

Partindo da visão da psicologia narrativa, propõe-se uma leitura da obra *Todos os nomes*, com a intenção de compreender o processo de mudança do Sr. José, o protagonista da obra. Considerando a influência dos estudos literários na psicologia narrativa importa notar que esta análise se constitui sobretudo como um esboço em que se procura explorar a aplicabilidade desta vertente da psicologia na leitura crítica de uma obra literária.

² “[...] nascemos num mundo contado, e vivemos as nossas vidas através da criação e da troca de narrativas. Uma narrativa pode ser definida como uma interpretação organizada de uma sequência de acontecimentos. Isto envolve atribuir intencionalidade às personagens na narrativa e inferir relações causais entre acontecimentos. [...] A função principal da narrativa é trazer ordem à desordem. Ao contar uma história, o narrador tenta organizar o desorganizado e dar-lhe significado” (trad. minha).

No início de *Todos os nomes*, José Saramago apresenta uma personagem que parece ser desprovida de personalidade e de passado, acerca da qual pouco se sabe, para além de que é auxiliar de escrita na Conservatória Geral do Registo Civil. Na verdade, tudo no Sr. José é congruente com a Conservatória, a ponto de podermos arriscar dizer que é como se lhe pertencesse, tal é a sua convencionalidade, rigidez e neutralidade. Até a sua casa está integrada no edifício da Conservatória, de tal modo que o próprio diz à senhora do rés-do-chão direito que ser auxiliar de escrita “é a única coisa que sou” (Saramago, *Todos os Nomes* 66). Esta parece ser a identidade do Sr. José, desprovido da multiplicidade de papéis característica do ser humano. Parece até alheio à natureza humana, e é de notar a ausência de emoções por si experienciadas na fase inicial da obra, sejam elas positivas ou negativas. Com efeito, não são dadas a conhecer quaisquer sensações ou vivências assinaláveis: “na sua insignificante vida até o bom e o mau haviam sido raridade” (36).

Partindo de uma visão da psicologia narrativa, poderá considerar-se que a narrativa do Eu do Sr. José é uma narrativa desorganizada, com uma certa desmemória e rigidez, caracterizada pela pouca valorização das experiências passadas e, em consonância, pela ausência de determinações acerca do próprio futuro (Hermans, *The self as a theater of voices*). Com efeito, a par de nada se conhecer acerca do passado do Sr. José, este parece não ter preocupações ou mesmo objetivos relativamente ao futuro, colocando a ênfase no presente, que não é mais do que a repetição das mesmas tarefas como auxiliar de escrita no ambiente rigoroso da Conservatória.

A mudança inicia-se ao surgirem novidades no padrão de funcionamento da pessoa, ou seja, comportamentos ou pensamentos que contrastem com o que lhe é habitual e que diferem a forma como esta se conta (Gonçalves *et al.*, *Narrative therapy*). E assim importa que nos detenhamos num pormenor que acabará por desencadear tudo o resto nesta história - o interesse do Sr. José por colecionar notícias e informações acerca da vida de famosos. Mais do que isso, um interesse por organizar essas informações, uma modesta tentativa de delinear vidas, não a sua, mas as de outros. É neste panorama que surge no protagonista o ímpeto para encontrar a mulher desconhecida, algo que não só difere bastante do seu funcionamento, como assume o papel de gatilho para o início de um processo de mudança pessoal. A busca pela mulher desconhecida é, portanto, o mote para novas experiências e uma oportunidade para que este homem se diferencie do seu local de trabalho e principie a construção propriamente dita da sua identidade. A inovação no seu funcionamento encontra-se na vontade que sente de se destacar da Conservatória quanto à forma de compreender o mundo despoletada, mais especificamente, pela forma de

percecionar as pessoas, desejando o Sr. José ir mais além: “[...] na Conservatória Geral só existiam palavras, na Conservatória Geral não se podia ver como tinham mudado e iam mudando as caras, quando o mais importante era precisamente isto, o que o tempo faz mudar, e não o nome, que nunca varia” (Saramago, *Todos os Nomes* 112).

É notório no Sr. José a vontade, mas também a necessidade, de narrar uma vida, a sua origem, o seu desenvolvimento, atribuindo assim um rosto à mulher desconhecida, destacando-a do cinzento e distante categorizar e acumular de nomes da Conservatória Geral, impedindo-a de cair no esquecimento do anonimato, visto que “a vontade de lembrança poderá perpetuar-nos a vida” (209). Dados os primeiros passos da busca, longe das paredes do edifício da Conservatória, é notório também o desenrolar do processo de mudança do Sr. José, que experiencia um progressivo aumento de confiança, e com ela, a surpresa por sentir-se deste modo, mas também a felicidade, na verdade, sentindo-se “feliz como não se lembrava de o ter sido alguma vez” (31).

Claramente, esta viragem na vida do Sr. José leva-o a transpor, cada vez mais, os limites impostos pela sua excessiva normatividade, num despertar da sua existência cinzenta e indiferente. Ao invés de mover-se à deriva, o protagonista toma efetivamente decisões, faz ouvir a sua voz e exerce a sua vontade, assumindo, verdadeiramente, um papel ativo na mudança que iniciou e que continuará a desenvolver-se ao longo da obra (Mahoney, *Constructive psychotherapy*). “Sempre lutando contra a amedrontada natureza com que viera ao mundo” (Saramago, *Todos os Nomes* 31), o Sr. José age de forma que anteriormente teria sido impensável, desafiando os seus medos e apercebendo-se, assim, de competências que não sabia possuir, tal como se verifica numa das suas visitas noturnas à Conservatória. De tal forma que “a primeira vez que teve a coragem de não usar o cinto foi como se no seu modestíssimo currículo de auxiliar de escrita tivesse inscrito uma vitória imortal” (31), acontecimento que se constituiu como uma mudança pequena, mas muito significativa nesta sua nova narrativa.

Deste modo, tal como é expectável no processo de mudança, a demanda pela mulher desconhecida é pautada pela ambivalência (Arkovitz/Engle, *Understanding and working with resistant ambivalence*), como se, em confronto com o desejo de mudar, uma parte da pessoa demonstrasse resistência a essa mudança (Gonçalves *et al.*, *Narrative therapy*). Existe um conflito interior no Sr. José que “quer e não quer, deseja e teme o que deseja” (Saramago, *Todos os Nomes* 268). Com efeito, seria expectável que aquilo a que se poderá chamar a voz dominante do Sr. José, aquela que o detém e o amarra à sua vida rígida e amorfa, não desaparecesse de súbito. Esta voz tem uma importância vital no processo de

mudança, contribuindo ativamente para o desenvolvimento da pessoa, na medida em que dialoga com as vozes dissidentes que surgem. Tal como na metáfora do teatro de Hubert Hermans (*The self as a theater of voices*), diversas personagens coexistem num mesmo palco, cada uma delas representando as várias posições do Eu, que se confrontam e enveredam num processo de questionamento essencial para impelir a mudança.

Estes diálogos entre as posições internas contraditórias do Sr. José são recorrentes ao longo da obra, tal como as trocas de ideias com o teto, e é muitas vezes nestes momentos que o auxiliar de escrita da Conservatória Geral se sente mais seguro quanto aos seus planos de ação, chega a conclusões e toma decisões relativamente ao futuro da busca. São frequentes as dúvidas e os medos do Sr. José, mas é gradualmente perceptível uma maior alternância destes sentimentos com a determinação em prosseguir com as suas tarefas de descoberta, passível de observar, por exemplo, pela sua despreocupação em ausentar-se do serviço na Conservatória Geral, o que seria inconcebível no início da sua trajetória. As palavras de José Saramago ilustram essa duplicidade de posições do Eu:

neste momento o Sr. José não parecia o Sr. José, ou eram dois os Srs. Josés que se encontravam deitados na cama, com o cobertor puxado até ao nariz, um Sr. José que perdera o sentido das responsabilidades, outro Sr. José para quem isso se tornara absolutamente indiferente. (Saramago, *Todos os Nomes* 119)

Para mais, e partindo do princípio que somos contadores de histórias por natureza (Bruner, *Actos de significado*), o modelo narrativo não poderia deixar de enfatizar a importância do diálogo como forma de reorganização da própria experiência, podendo este diálogo ocorrer com outra pessoa ou consigo mesmo. Evidentemente pressupõe-se a existência de uma audiência, que molda a forma como as histórias são contadas, por ser provida de expectativas perceptíveis pelo narrador (Hermans, *The self as a theater of voices*).

No caso de *Todos os nomes*, não podendo considerar que exista uma relação com o Outro no sentido convencional, visto que a personagem vive isolada e não mantém relações sociais significativas, compreende-se que a sua construção do Eu é estimulada também por essa necessidade de relação que resultou na exploração da vida da mulher desconhecida. No decorrer da obra este aspeto altera-se, visto que, antes de mais, a procura obriga o auxiliar de escrita a questionar todas as possíveis fontes de informação, descerrando o seu mundo quase associal. Notem-se as visitas à senhora do rés-do-chão direito. Num primeiro encontro o Sr. José revê-se nesta mulher idosa, ao identificar-lhe um “sinal iniludível de deterioramento físico” (Saramago, *Todos os Nomes* 59), que com ela tinha em comum, mas estas semelhanças

existem a um nível mais profundo. O pouco tempo que passa com “a infeliz e simpática senhora do rés-do-chão direito” (81), alguém que aparenta viver em isolamento, tal como ele, é um tímido começo da partilha de si com outra pessoa. Esta segreda a sua intimidade ao Sr. José, que também se lhe revela, numa conversa “tão plena, tão franca”, com “confidências trocadas, algumas inesperadas em pessoas que tinham acabado de conhecer-se” (184). A relação suscita no Sr. José experiências emocionais até aí desconhecidas que lhe deixam marcas indeléveis que não pode compreender, no que é já um claro sinal de mudança pessoal:

Beijei-lhe a mão como da primeira vez, mas então aconteceu algo que eu não esperava, ela manteve a minha mão agarrada e levou-a aos lábios. Nunca na minha vida uma mulher me tinha feito isto, senti-o como um choque na alma, um estremecimento do coração, e ainda agora, madrugada já, decorridas tantas horas, enquanto acabo de passar ao caderno os acontecimentos deste dia, olho a minha mão direita e encontro-a diferente, embora não seja capaz de dizer em que consiste a diferença, deve ser coisa de dentro, não de fora. (200-201)

A senhora do rés-do-chão direito tem um papel fulcral no destino da procura pela mulher desconhecida, tanto por se constituir como uma fonte de informação valiosa, como por dar a ideia e até fornecer as estratégias para que o Sr. José não desista de concluir a sua missão autoatribuída, mas, ao invés disso, “princípios uma nova busca em sentido contrário ao da primeira, isto é, da morte para a vida” (199). Num sentido mais amplo, a importância da senhora do rés-do-chão direito está no seu contributo para o desenvolvimento do auxiliar de escrita, não fosse o desenvolvimento humano indivisível da relação com os outros, de onde resulta primariamente o sentido de si (Mahoney, *Constructive psychotherapy*).

Para além disso, o auxiliar de escrita vem a descobrir que o seu chefe leu os relatos da sua aventura de descoberta, o que, finda a busca pela mulher desconhecida, poderá ter originado um laço social mediado exatamente pelo exercício da narração. O chefe e a senhora do rés-do-chão direito assumiram o papel de audiência do que, afinal, são as micronarrativas do Sr. José, isto é, a narrativa das suas experiências, intimamente relacionadas com a construção de significado que realiza.

Ao decidir descobrir quem era a mulher desconhecida e qual a sua história, sem saber muito bem qual o seu real objetivo, assumindo que era obra do acaso, o Sr. José deu um passo que nunca lhe permitiria regressar à vida que havia tido até aí. O simples pensamento de que a busca poderia terminar sem mais era algo que causava angústia, pois não poderia fazer “o que sempre fez, recortará recortes de jornais, fotografias, notícias, entrevistas, como se não tivesse sido nada” (Saramago, *Todos os Nomes* 47). O Sr. José sentia uma “total desorientação do seu espírito, a sensação de pânico que lhe vinha da ideia de que já não tinha mais nada para fazer da vida, se, como havia razões para recear, a busca da mulher desconhecida havia terminado” (159). Esta desorganização constitui-se como uma parte imprescindível do processo de mudança, contribuindo para o desenvolvimento da pessoa, que comumente flutua no seu posicionamento face à sua vida e regride relativamente às decisões tomadas (Mahoney, *Constructive psychotherapy*). Mas “as revoluções são frequentemente revelações para os que nela estão envolvidos” (Saramago, *Todos os Nomes* 11) e a busca empreendida pelo Sr. José dera sentido à sua vida, fizera-o desafiar quem era e permitira-lhe ter as experiências que o arrancariam definitivamente à sua despersonalização e organizar a sua própria história. Nesta fase de confusão, o Sr. José “está apenas como alguém que, tendo subido a uma montanha para alcançar as paisagens de além, resiste a regressar ao vale enquanto não sentir que nos seus olhos deslumbrados já não cabem mais vastidões” (235).

Desta forma, se no início da obra José Saramago apresentava um Sr. José que aparentemente procurava *apenas* construir o desenho da vida da mulher desconhecida, elaborar a narrativa do Outro, no final é notório que o auxiliar de escrita sentiu a necessidade de se contar, de dar significado não só a todas as experiências que esta busca lhe proporcionou, mas à sua própria existência. De tal modo foi esta necessidade de se contar que, na ausência de um ouvinte, o Sr. José decidiu comprar um caderno no início da sua busca, porque “era tempo de começar a tomar notas sobre o andamento da busca, os encontros, as conversas, as reflexões, os planos e as táticas duma investigação que se anunciava complexa, Os passos de alguém à procura de alguém” (74). Sabendo pela psicologia narrativa que contar a sua própria história é uma forma de dar sentido à vida, que permite que as pessoas desenvolvam a compreensão dos motivos pelos quais são como são e como assim se tornaram, tem toda a lógica que o Sr. José empreendesse neste exercício de escrita, que lhe possibilitava também esclarecer o significado emocional das experiências vividas, que eram para si tão significativas. As vivências pessoais passam também por estes relatos, através do estabelecimento de relações entre as experiências de forma a construir o

seu significado e incorporá-los naquilo que se é. Por outras palavras, ao relatar os seus passos através da escrita, o funcionário da Conservatória procurava perceber a sua experiência e organizá-la, construir significado acerca de si e da sua vida, aprofundando esse conhecimento e o conhecimento acerca do mundo, desenvolvendo a sua identidade, e compreendendo, afinal, quem era o Sr. José e que caminhos anteciparia que poderiam vir a ser os seus (cf. McAdams, *Personal narratives and the life story* e McAdams *et al.*, *Continuity and change in live story*).

Ademais, ainda que o conflito interno do Sr. José esteja presente em quase toda a obra, a dada altura denota-se a acomodação de certezas quanto à sua identidade e à sua história, retratadas por alguns momentos como a sua visita à escola: “Este não pareço eu, pensou, e provavelmente nunca o havia sido tanto” (Saramago, *Todos os Nomes* 112). E “sem que a estatística se pudesse aperceber da mudança, essa vida passou a ser outra vida, e outra pessoa essa pessoa” (31). Arrisco então resumir a obra *Todos os Nomes* num dos seus excertos: “o que dá o verdadeiro sentido ao encontro é a busca e que é preciso andar muito para alcançar o que está perto” (69), pois tal como a epígrafe da obra instigava, “conheces o nome que te deram, não conheces o nome que tens” (9), o Sr. José procurou contar a vida humana indo muito além do nome que a ela estava ligado, partindo numa viagem de autodescoberta, de construção de si, contando a sua história e a história dos nomes criteriosamente guardados na Conservatória Geral do Registo Civil.

Pois, ainda que pareça simples conhecer quem somos e o nosso mundo, esta é, afinal, uma tarefa da maior complexidade, uma trajetória dentro de nós mesmos, mediada pelo contacto com aqueles que nos são significativos e pelos contextos a que pertencemos. Terminada a busca pela mulher desconhecida, poderá considerar-se que o Sr. José alcançou o que estava perto, ele mesmo, ou, ao menos, algum conhecimento significativo acerca de si. Mas o final de *Todos os Nomes* sugere que este foi apenas o início da profunda mudança do auxiliar de escrita, que talvez tenha descoberto que a sua narrativa de vida, o seu propósito, era realmente a busca e, com ela, a humanização de todos os nomes e de todas as histórias.

Bibliografia

- Arkovitz, Hal e Engle, David. "Understanding and working with resistant ambivalence in psychotherapy". In: S. G. Hofmann e J. Weinberg (eds.). *The art and science of psychotherapy*. New York, Routledge, 2007, pp. 171-190.
- Bruner, Jerome. *Actos de significado*. Tradução de Vanda Prazeres. Lisboa, Edições Setenta, 2008.
- Gonçalves, Miguel M., Matos, Marlene e Santos, Anita. "Narrative therapy and the nature of 'innovative moments' in the construction of change". *Journal of Constructivist Psychology*, n.º 22, 2009, pp. 1-23.
- Hermans, Hubert J. "The self as a theater of voices: Disorganization and reorganization of a position repertoire". *Journal of constructivist psychology*, n.º 19, 2006, pp. 147-169.
- McAdams, Dan P. "Personal narratives and the life story". In: *Handbook of Personality. Theory and research*. New York, Guilford Press, 2008, pp. 242-262.
- McAdams, Dan P.; Bauer, Jack J.; Sakaeda, April R.; Anydoho, Nana A.; Machado, Mary A.; Magrino-Failla, Katie; White, Katie W. e Pals, Jennifer L. "Continuity and change in live story: A longitudinal study of autobiographical memories in emerging adulthood". *Journal of personality*, n.º 75, 2006, pp. 1371-1399.
- Mahoney, Michael, J. *Constructive psychotherapy: A practical guide*. New York: Guilford, 2003.
- Murray, Michael. "Narrative Psychology". In: *Qualitative Psychology: A practical guide to research methods*. London, London Sage, 2007, pp. 111-132.
- Saramago, José. *Todos os Nomes*, Lisboa, Caminho 1998.

Raquel Sabino é licenciada em Psicologia pela Universidade de Évora e mestre em Psicologia da Educação pela mesma instituição, com uma dissertação acerca do processo de mudança numa intervenção psicológica de aconselhamento de carreira. No âmbito dos estudos literários, e para além da presente comunicação, apresentou também "Estar mais e andar menos: a experiência do medievo na Viagem a Portugal de José Saramago" no Congresso Internacional "José Saramago: vinte anos com o prémio Nobel", em Coimbra. Actualmente frequenta o mestrado em Criações Literárias Contemporâneas da Universidade de Évora.

Correio eletrónico: rlopesabino@gmail.com