

UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO
INSTITUTO DE PSICOLOGIA

LÍGIA SILVEIRA FRASCARELI

**Ser atleta e desempenho esportivo:
Reflexões a partir da fenomenologia existencial.**

São Paulo
2021

LÍGIA SILVEIRA FRASCARELI

**Ser atleta e desempenho esportivo:
Reflexões a partir da fenomenologia existencial.**

Versão Corrigida

Tese apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Psicologia Escolar e do Desenvolvimento Humano, da Universidade de São Paulo, com finalidade de obtenção de título de Doutora em Psicologia.

Área de concentração: Psicologia Escolar e do Desenvolvimento Humano.

Orientadora: Profa. Dra. Henriette Tognetti Penha Morato

São Paulo

2021

AUTORIZO A REPRODUÇÃO E DIVULGAÇÃO TOTAL OU PARCIAL DESTE
TRABALHO, POR QUALQUER MEIO CONVENCIONAL OU ELETRÔNICO,
PARA FINS DE ESTUDO E PESQUISA, DESDE QUE CITADA A FONTE.

Catálogo na publicação
Biblioteca Dante Moreira Leite
Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo
Dados fornecidos pelo(a) autor(a)

Frascareli, Lígia Silveira

Ser atleta e desempenho esportivo: reflexões a partir da fenomenologia
existencial. / Lígia Silveira Frascareli; orientadora Henriette Tognetti Penha
Morato. -- São Paulo, 2021.

204 f.

Tese (Doutorado - Programa de Pós-Graduação em Neurociências e
Comportamento) -- Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo, 2021.

1. Psicologia do Esporte. 2. Fenomenologia Existencial. 3. Atleta. 4.
Desempenho esportivo. I. Morato, Henriette Tognetti Penha, orient. II. Título.

Nome: FRASCARELI, Lígia Silveira

Título: Ser atleta e desempenho esportivo: Reflexões a partir da fenomenologia existencial.

Tese apresentada ao Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo (IPUSP), como parte dos requisitos para a obtenção do título de Doutora em Psicologia.

Aprovação em: ____/____/____

Banca examinadora:

Profª. Dra. _____ Instituição: _____

Julgamento: _____ Assinatura: _____

Profª. Dra. _____ Instituição: _____

Julgamento: _____ Assinatura: _____

Profª. Dra. _____ Instituição: _____

Julgamento: _____ Assinatura: _____

Prof. Dr. _____ Instituição: _____

Julgamento: _____ Assinatura: _____

Prof. Dr. _____ Instituição: _____

Julgamento: _____ Assinatura: _____

Dedico esta tese a todos(as) nós, profissionais de saúde, especialmente aos do SUS, que atuaram na linha de frente no enfrentamento à pandemia de Coronavírus/Covid-19 nos anos de 2020 e 2021.

Agradecimentos

À minha mãe Vilma, pelo amor, paciência, leitura, ajudas e por estar ao meu lado nos dias mais difíceis... conseguimos!

Ao meu pai Jair, minha irmã Denise e meus sobrinhos Rodrigo e Alexandre, pelo apoio e momentos felizes no meio dessa loucura.

À minha orientadora Profa. Dra. Henriette Penha Morato, pela formação e por ter sido o pé de apoio quando minha vida acadêmica se defrontou com um abismo. Você dá outro sentido ao termo “professora”! Aos amigos, alunos e clientes do Laboratório de Estudos em Fenomenologia Existencial e Práticas em Psicologia (LEFE-USP), com os quais aprendo sempre, e tanto...

À Universidade de São Paulo, ao Instituto de Psicologia e à Escola de Educação Física e Esporte, minhas “segundas casas”, nas quais fui tão bem acolhida por todos esses anos. Que essa despedida seja novamente um “até breve”.

À Yara Maria de Carvalho e ao Pedro Vitor Milanesi, pela valiosa atenção e sugestões que deram à esta tese na banca de qualificação. Ao Lucas Ong e Jailton Melo, pela leitura cuidadosa e contribuições à tese.

Ao Rafael Barreira Salgueiro, sem o qual essa tese não teria passado de um projeto nunca realizado. Obrigada pelo incentivo... e por tudo!

À Dra. Josiane Bourguignon Seabra, pelos cuidados físicos e afetivos, por me “adotar” como sobrinha e por ser, dos presentes que a vida dá, um dos melhores!

À Andreia Beltrão, Mayara Kuntz, Marcos Veltri, Maria Teresa Campos, Patrícia Faria de Ferraz, Débora Silva de Mello, Felipe “Filet” Santana e Marcelo Loureiro Ribeiro, pelo apoio, cuidado e incentivo durante os anos e tempos difíceis da tese, pelos bons momentos e pelas amizades que me transformaram e transformam.

Ao Paulo Henrique Dalseno, por emprestar o nome e a “voz” para o personagem central da nossa história, e por ter me chamado para nadar no mar.

À Gabriela Machado Negrão, Juliana Pieroni, Luciana Takata Gomes e Lívia Guimarães Itapema, irmãs da piscina, em diferentes tempos... e momentos... e piscinas. Ao Samir Barel, pela inspiração com a dedicação ao esporte desde sempre. À Patrícia Cury, porque sei que fez o melhor possível.

Ao Ricardo de Campos Wassall, sem o qual a história não teria fim. Ou começo?

*“Ninguém sabe nadar de fato antes de ter atravessado, sozinho,
um rio largo e impetuoso, um braço de mar agitado.
Só existe chão em uma piscina, território
para pedestres em massa.”*

*Michel Serres
Filosofia Mestiça*

RESUMO

FRASCARELI, Lígia Silveira. *Ser atleta e desempenho esportivo: Reflexões a partir da fenomenologia existencial*. Tese (Doutorado). Instituto de Psicologia. Universidade de São Paulo, São Paulo, 2021.

A presente pesquisa, pautada por uma psicologia de orientação fenomenológico existencial, teve por pergunta norteadora como se pode compreender as experiências do atleta diante do próprio desempenho, e por objetivo dar a ver possibilidades compreensivas para essa questão. Procurou-se expor o desenvolvimento do pensamento e método fenomenológico existencial de M. Heidegger em distanciamento às ditas ciências naturais e apresentar reflexões sobre concepções presentes na psicologia do esporte. Para realizar tal tarefa, utilizou-se como recurso a construção e análise compreensiva de uma narrativa sobre a carreira de um atleta de natação. Os aspectos abordados em relação às experiências de desempenho foram: o lugar do oponente, em analogia com os aspectos de proximidade e distância nos relacionamentos amorosos; o contato com o próprio corpo enquanto *corporeidade*, o papel das escolhas, da identidade como atleta e dos sentidos dados aos resultados esportivos, a tonalidade afetiva do “nervoso” competitivo diante do desempenhar, entre outros. Concluímos que a fenomenologia existencial pode contribuir compreendendo o atleta enquanto sujeito da experiência (aquele a quem as coisas *acontecem*), afirmando a importância dos contextos esportivos, de vida e de carreira do atleta no que se refere ao desempenho esportivo e desenvolvendo temas fronteirços à psicologia do esporte de caráter positivista, abrindo espaço e dando legitimidade ao *saber de si mesmo* que vem do atleta.

Palavras-chave: Psicologia do Esporte, Fenomenologia Existencial, Atleta, Desempenho Esportivo.

ABSTRACT

FRASCARELI, Lígia Silveira. *Being athlete and sports performance: Reflections from the existential phenomenology*. Ph.D. Thesis, Institute of Psychology, University of São Paulo, São Paulo, 2021.

The present research, guided by an existential phenomenology psychology orientation, had as the guiding question “how it’s possible to understand the athlete’s experiences in face of his own performance?”, and for the purpose to show comprehensive possibilities for this question. We sought to expose the development of M. Heidegger’s existential phenomenology thinking and method, in distance from the so-called natural sciences, and to present reflections about concepts of the sport psychology. To accomplish this task, we used as a resource a narrative about the career of a swimming athlete. The aspects addressed in relation to performance experiences were: the place occupied by opponents, in analogy with the distance and proximity aspects of love relationships, contact with one’s body as a *corporality*, the role of choices, identity as an athlete, the meanings given to sports results, the affective mood of the competitive “nervous” regarding performance, among others. We conclude that the existential phenomenology can contribute by understanding the athlete as the subject of the experience (the one to whom things happen), affirming the importance of the athlete’s sporting, life and career contexts with regard to sports performance and developing themes bordering on positivist sport psychology, opening space and giving legitimacy to the knowledge of yourself that comes from the athlete.

Keywords: Sport Psychology, Existential Phenomenology, Athlete, Sport Performance.

SUMÁRIO

Capítulo 1 – À TÍTULO DE INTRODUÇÃO	
1.1 – Retomando uma trajetória.....	11
1.2 – Alguns contornos importantes.....	18
1.3 – Proposta/pergunta da pesquisa.....	23
Capítulo 2 – MÉTODO: sobre a opção pela Fenomenologia Existencial	
2.1 Sobre o modo de conhecer da Ciência, e sua sombra.....	27
2.2 Fenomenologia Existencial.....	35
2.3 Psicologia do Esporte, tradição e a questão da técnica.....	43
2.4 Fenomenologia e Esporte: aproximações existentes.....	59
2.5 Construção de narrativa como material de pesquisa.....	61
Capítulo 3 – “O PANGARÉ”	
3.1 – No meio do caminho tinha um “psicológico”.....	66
3.2 – Procurando ajuda.....	79
3.3 – Nadando por outros mares.....	93
3.4 – Encontros e outros caminhos... para o mesmo lugar!.....	104
3.6 – Uma história boa de se contar.....	112
Capítulo 4 – ALGUMAS POSSIBILIDADES COMPREENSIVAS	
4.1 Distâncias e proximidades.....	119
4.2 Uma tonalidade afetiva: o “nervoso”.....	126
4.3 Corporalmente se dá o desempenho.....	138
4.4 Ser-no-mundo-com-outros: os adversários.....	155
4.5 Desempenho: sentidos e escolhas nos arredores da (im)propriedade.....	163
Capítulo 5 – À TÍTULO DE CONCLUSÃO.....	178
Capítulo 6 – O FIM DE UM CAMINHO SEM FIM.....	191
REFERÊNCIAS.....	197

Capítulo 1 – À TÍTULO DE INTRODUÇÃO

“As palavras me antecedem e ultrapassam, elas me tentam e me modificam, e se não tomo cuidado será tarde demais: as coisas serão ditas sem eu as ter dito.”

*Clarice Lispector,
A Legião Estrangeira*

1.1 – Retomando uma trajetória

Posso dizer, sem exagero, que essa pesquisa de doutorado se iniciou em mim na infância. Há muito tempo venho me debatendo com a questão do desempenho esportivo, do papel dos aspectos psicológicos nesse processo, de ser (e deixar de ser) atleta e de continuar sendo atleta, mesmo fora do esporte, como um modo de existir.

Comecei na natação competitiva aos 8 anos de idade, o que durou até os 25 anos. Das experiências acumuladas nesses anos, venho colhendo materiais para pensar até hoje. Estas experiências marcaram minha escolha profissional e certamente continuam determinando minha trajetória acadêmica. No começo deste trabalho, faço então uma retomada desta trajetória, na proposta de dar a ver quais caminhos trilhei até chegar à pergunta que orientou esta proposta de pesquisa.

Em 2006, quando iniciei a pesquisa de mestrado tendo como objeto a psicologia do esporte, não a “aceitava”. Os conhecimentos disponibilizados por esta disciplina não respondiam às minhas questões sobre o esporte ou sobre a psicologia. As teorias nela contidas não haviam me ajudado como atleta, quando as procurei, e não me ajudavam como psicóloga, recém-formada, a trabalhar com atletas.

Minha trajetória pessoal, se me colocava – perigosamente – perto demais dos meus temas de pesquisa (como o faz até hoje), impossibilitava adesões desavisadas a quaisquer teorias que se propunham a um dizer hipotético sobre o atleta, dizer que acabava por superpor uma perspectiva teórica ao atleta real. Meu incômodo com as teorias apresentadas pela psicologia do esporte era, e é, visceral.

No percurso cruzado com a formação como Bacharel em Esporte pela Escola de Educação Física e Esporte da USP, que também se iniciou em 2006, produzi alguns trabalhos sobre a psicologia do esporte, a partir da maneira como a conseguia compreender até aquele momento. Situada em uma divisão acadêmica, por possuir as duas formações (Psicologia e Bacharelado em Esporte), e também em uma “divisão” pessoal, por ainda ser atleta até aquele momento, e

já ser psicóloga, pensava a psicologia do esporte ao mesmo tempo a partir de seu interior e como estrangeira, como profissional e como clientela, procurando, no entanto, situar-me para além dela, em uma distância que me permitisse reflexões (para além de repetições ou críticas), e uma forma particular de compreender e de dizer sobre o atleta que me fizesse, principalmente, algum *sentido*.

Os trabalhos que produzi em 2008, 2009 e 2010 tiveram em comum um desconforto acerca da suposição, nem sempre explícita, mas constantemente sugerida, de que o mau desempenho esportivo teria como causa problemas psicológicos dos atletas. Busquei, naquelas ocasiões pensar o desempenho para além das “interioridades”, considerando as condições de vida, de treinamento e os contextos sociais e esportivos nos quais os atletas se inseriam, e inclusive suas histórias e a trajetória de suas carreiras. Procurei pensar o desempenho esportivo sempre em contato como o estabelecido pela própria lógica da competição esportiva, em que alguém necessariamente sairá vitorioso e alguém sairá derrotado, resultados por vezes independentes da obtenção de um bom ou um mau desempenho, em ambos os casos.

No trabalho de 2008, de mestrado, observei, a partir de entrevistas com atletas de alto rendimento, uma grande dificuldade em imputar um sentido bem delimitado à prática esportiva por parte dos atletas. Nenhum atleta conseguiu me dizer do *porquê* ser atleta, me diziam do *como eram atletas*. Observei, porém, que esta dificuldade não estava ligada necessariamente ao desempenho (bom ou mau), ainda que pudesse ter implicações na manutenção ou não dessa escolha em ser atleta como atividade profissional.

Nas falas dos então entrevistados procurei, para além da precisão conceitual dos termos que utilizavam para falar de si, o que cada um desses termos significava para aqueles e aquelas atletas. Ou seja, do que diziam quando falavam em “nervoso”, “pressão”, “amarelar”, “confiança”, “concentração”, “stress”, “talento” *etc*. E pude *ouvir* que falavam de coisas muito diferentes, muito particulares, quando comparados às representações conceituais nos textos acadêmicos e grandes manuais de Psicologia do Esporte.

Por meio da fala de um deles, para trazer aqui um exemplo, questionou-se o par conceitual motivação/desmotivação, e compreendeu-se que “motivação” poderia não se tratar de um estado ótimo a ser alcançado, como preconiza o termo constantemente enunciado na psicologia do esporte. A aparente “desmotivação” daquele atleta com o qual conversei denunciava uma desapropriação acerca do motivo de sua ação, do motivo para a sua escolha em ser atleta. E então questionou-se: “Se não há apropriação do ‘motivo’, se não há ‘motivo’ que faça sentido, como é possível ‘aumentar a motivação’?” (FRASCARELI, 2008, p.138). Foi compreendido que “desmotivação” se configurava também como uma reação a uma situação vivida, condição

distante de algo que pudesse ser entendido como um estado psicológico comprometido, ou um conflito emocional particular tendo como consequência um certo estado mental.

A partir do obtido nas entrevistas daquela pesquisa pude apontar, ainda que timidamente, uma diferença entre a direção dada pelos trabalhos em Psicologia do Esporte na ordem de causalidade entre um “estado psicológico ruim” (evento “A”) e um mau desempenho físico (evento “B”), e a percepção dos atletas frente a desempenhos ruins. Notou-se, já naquele trabalho, ser prática comum na literatura voltada à Psicologia do Esporte supor “A” como causador de “B”. Porém, as falas dos atletas entrevistados apontavam, de maneira geral, para outra condição: a de uma interligação entre o físico e o psíquico, e que um acompanhava o outro, em simultaneidade, e não causalidade (FRASCARELI, 2008).

O “estado psicológico ruim” apareceu nas entrevistas, invariável e inevitavelmente, *durante e após* um desempenho ruim, mas não necessariamente *antes* dele. Naquele trabalho, o “problema psicológico” dos atletas apareceu como consequência do desempenho ruim, ao invés de causa, ou seja, a relação causal mais nitidamente percebida foi a de um sofrimento *após* o desempenho abaixo do esperado. Alguns atletas relataram que se sentiam muito bem antes de um jogo ou disputa, confiantes, e que, no momento do desempenho, algo não “encaixava”, e, assim, não acontecia o esperado: a sincronia com os companheiros em quadra, a precisão dos arremessos, a estratégia de uma prova individual, etc.

Uma atleta relatou dessa forma o que acontecia durante os 200 metros borboleta, sua principal prova na natação (FRASCARELI, 2008, p.107):

[...] os técnicos me perguntavam (o que aconteceu) e eu dizia: ‘Não sei! Eu achei que eu ia nadar bem! Eu estava bem pra caramba!...’ E aí eu olhava minhas passagens de prova, a análise da minha prova de 50 (metros) em 50 e falava: ‘Olha isso aqui! Alguma coisa tá acontecendo!’. E foi a prova que se repetiu nos últimos 3 anos [...] Eu falava: ‘Eu vou passar (os primeiros 100 metros da prova) pra 1’08”...’ e falava que ia passar o primeiro 50 pra 33” e ia voltar pra 35”, e fazia 1’08”... e não conseguia voltar (realizar a segunda metade da prova)...

Naquele momento, a discussão foi encaminhada no sentido de dar a ver os impedimentos, a saber, as relações de poder e hierarquia, que impossibilitavam a atleta de ser ouvida por seus técnicos nas dúvidas acerca do treinamento ao qual estava sendo submetida. A discussão sobre os efeitos da culpabilização do “psicológico” pelo desempenho ruim também foi apontada naquela ocasião, a qual seria retomada mais apropriadamente em outro trabalho (FRASCARELI, 2010) realizado a partir do aprofundamento das análises dessa entrevista em especial.

No exame de qualificação do mestrado, foi sugerido por uma das arguidoras que eu incluísse no título daquele trabalho algum termo que indicasse “introdução”, pois a aproximação aos temas da Psicologia do Esporte por outra perspectiva, distante da psicologia de base positivista, não se esgotaria naquele momento. A escolha metodológica pela fenomenologia abriu a possibilidade de um olhar voltado à singularidade da experiência, para além dos conceitos, e, inevitavelmente, levaria à abertura de perguntas e reflexões, mais que ao encontro de respostas. Minha dissertação teve de fato, ao final do processo, essa característica.

Em 2009, realizado como conclusão do curso de Bacharelado em Esporte na EEFÉ-USP, fiz um levantamento de material bibliográfico em psicologia do esporte sobre o tema *derrota e mau desempenho* esportivo, tomando por base os grandes manuais da área. Para sintetizar o que pude concluir naquela pesquisa, foi discutido que derrota e mau desempenho não são sinônimos e nem apresentam uma relação de causalidade necessária. Ainda se fez digno de nota que as diferenças entre os dois fenômenos não são claramente delimitadas e elucidadas na literatura voltada à psicologia do esporte de alto rendimento.

Após a conclusão daquele trabalho, fiquei com um estranhamento que até então me passara despercebido: não havia encontrado, nos materiais pesquisados, menção relevante ao fato de que o atleta vitorioso poderia, também, apresentar variadas formas de sofrimento psíquico, condição esta relegada aos de desempenho ruim e/ou derrotados. Chamou-me a atenção a ausência de suposições de que alguns aspectos psicológicos tidos como negativos também pudessem ter como “consequência” bons resultados esportivos, fenômeno que em minha experiência como atleta pude constatar e vivenciar diversas vezes. Estar com raiva, frustrado, revoltado, em estados hipomaníacos ou compulsivos, ter uma relação conflituosa com o esporte, com técnicos, passar por problemas familiares *etc.*, de acordo com as minhas observações ao longa da carreira esportiva, não eram condições que *necessariamente* impediam bons desempenhos.

Em síntese, meu estranhamento se deu na medida em que, até aquele momento, tendo atuado e ainda atuando como atleta há mais de 15 anos, como estagiária e técnica auxiliar em grandes clubes e equipes universitárias, já havia visto, ouvido e convivido com alguns atletas de alto e altíssimo rendimento que, talvez contrariando as expectativas do senso comum e da própria psicologia, não se apresentavam, nem ao observador mais otimista, como mentalmente saudáveis ou razoavelmente equilibrados. Como quaisquer outras pessoas normais, os atletas com os quais convivi tinham questões emocionais, variações de humor, medos intensos e alegrias desproporcionais, se descuidavam por vezes, tinham atitudes descabidas,

demonstravam relações difíceis com a alimentação (em episódios de exagero ou por necessidade obsessiva de controle) ... Enfim, para falarmos a linguagem comum da psicologia, tinham *sintomas*.

Por outro lado, espantava-me (e ainda hoje me espanta) o quanto as suposições de correlação entre bom desempenho e estados psicológicos tidos como “positivos” (autoconfiança, motivação, liderança), por um lado, e por outro, entre mau desempenho e estados psicológicos “negativos” (desânimo, desmotivação, excesso de agressividade, baixa autoestima), são frequentes na literatura da psicologia do esporte. Tais suposições, além de idealizadas e “ideologizadas”, são marcadas, em suas estruturas lógicas, por uma relação de causalidade linear, das mais explícitas as mais implícitas. Segue abaixo, à título de ilustração, a apresentação de uma correlação bastante estreita entre estados psicológicos e desempenho, de acordo com a “teoria da catástrofe”, de Hardy (1990, *apud*. SAMULSKI, 2002, p.170)¹:

Esse modelo prediz que a ativação fisiológica é relacionada com a performance na forma de U invertido. Quando o atleta possui um baixo nível de ansiedade cognitiva (alta preocupação), o nível de ativação aumenta até um ponto ótimo. Quando o atleta ultrapassa esse ponto ótimo, o nível de performance cai de forma repentina e catastrófica.

Foi justamente do encontro entre a minha experiência e esses “não-ditos” ou “mal-ditos” da psicologia do esporte que pude formular, ao longo de anos, meu incômodo sobre a tendência desta disciplina em *falar sobre o desempenho do atleta tomando como critério seu “psicológico”*, e vice-versa. Um incômodo entalhado no corpo a duros golpes, tendo sido eu também uma atleta que não teve atendidas suas demandas por compreensão e cuidado. Tendo meus maus desempenhos explicados como “falta de confiança”. Como pesquisadora, esse incômodo pôde ser transformado em questionamento e em propostas de ressignificação e compreensão sobre as relações entre os aspectos psicológicos e o rendimento esportivo. Tornou-se em mim um processo constante desconstruir teorias e construir ressignificações entre a condição de ser atleta, o contexto esportivo e as possibilidades de atuar nesse meio.

No artigo publicado em 2010, dei continuidade justamente ao questionamento sobre essas relações entre “psicológico” e “desempenho” a partir da narrativa de piora do desempenho em uma atleta de alto rendimento da natação, buscando um *dizer outro* sobre o tema, dizer pautado em uma forma particular de compreensão e de atuação em psicologia do esporte, marcada pela psicologia de orientação fenomenológico existencial.

¹ Hardy, L. (1990). A catastrophe model of performance in sport. In Jones, J. & Hardy, L. (eds.), **Stress and performance in sport**. Chichester: Wiley, 81-106.

Na fala da atleta, dois grandes fatores possivelmente relevantes para a queda do desempenho foram pontuados: a modificação na lógica de treinamento a que estava sendo submetida - modificações na carga, maior proporção de treinamento aeróbico em detrimento de treinamento anaeróbico, ciclos de treinamento fora da água *etc.* – e a nova realidade institucional, ou seja, antes competia por um clube pequeno na cidade natal e passa a competir por um clube-empresa em uma grande cidade. Frente ao mau desempenho, a atleta narrou com bastante frustração a maneira que os fatores que apontava aos técnicos (relativos às suas dúvidas e incômodos em relação ao treinamento) foram ignorados, e como a solução encontrada foi o encaminhamento da atleta a um tratamento psicológico voltado especificamente ao esporte e ao rendimento. Em primeiro plano, são seus afetos e suas reações pessoais os alvos deste tratamento. A atleta, mesmo não concordando que seria esta a fonte do problema, adere à proposta e permanece em terapia com um psicólogo do esporte por alguns anos, sem voltar, contudo, a obter resultados expressivos na natação.

Discutiu-se naquele trabalho (FRASCARELI, 2010) a dificuldade psicológica relacionada à prática esportiva e a ansiedade relatadas pela atleta como resultados da experiência concreta de não ser ouvida em suas pontuações acerca do treinamento e de, competindo por um grande clube, ser substituível, situação em que o atleta de alto desempenho muitas vezes se encontra. Para aquela atleta, esta condição era oposta à que vivenciara anteriormente em sua cidade natal, onde tinha protagonismo e um lugar de pertencimento.

Discutiu-se também, e principalmente, sobre os efeitos de apontar à atleta a causa do seu mau desempenho como “psicológica”, como “algo interno”, alienado de seu contexto e de sua vivência imediata. Apontou-se ainda, acompanhando o pensamento de Enriquez (1994), o quanto esta prática é comum no âmbito social e, de certa forma, representa o que se espera da Psicologia enquanto campo de conhecimento e instituição:

[...] apontar o ‘psicológico’ como causa para diversos problemas humanos tornou-se prática corrente inclusive no discurso médico e nas áreas humanas. Essa ‘psicologização’ exagerada tende a fazer desaparecer o contexto no qual o sujeito se insere, e encontra seus limites no número de excluídos ou ‘problemáticos’ que produz. [...] (FRASCARELI, 2010, p.125)

O questionamento se dirigiu ainda em relação à eficácia de apontar ao atleta um suposto problema psicológico sem oferecer uma delimitação clara sobre o que seria este problema e sem construir com ele uma via para que ele o compreenda e o supere. Colocado em dúvida quanto a si mesmo, compreendeu-se que o atleta perderia mais que a confiança: perderia a possibilidade de ser parceiro de si mesmo em sua atuação e em seu mundo competitivo. Temeroso e angustiado, limitaria suas possibilidades de ação sobre sua situação e sobre si,

ratificando em seu repertório a ideia do erro, da incapacidade, do “problema psicológico”, da inadequação e da falta. E a ideia de que, para melhorar, precisaria *competir contra si mesmo*.

Apontar o psicológico como causa para qualquer ação humana, além de convidar à obviedade e à tautologia, parece ofuscar (em vez de promover) qualquer possibilidade de compreensão do que acontece no desempenho do atleta. A partir disso, também discutiu-se a forma de atuação do psicólogo do esporte, considerando que apontar uma causalidade psicológica, ou patológica, para desempenhos ruins seria de efetividade discutível, pois “[...] cabe desde já pensar como é vivida pelo atleta a situação em que lhe é ‘cobrado’ um controle de si mesmo, mas ambigualmente comunicado que ele mesmo encontra-se impróprio para tal exercício.” (FRASCARELI, 2010, p.126-127).

As reflexões citadas acima deram forma, inicialmente, a outra pergunta de pesquisa, e cabe dizer que este projeto não se iniciou no escopo da fenomenologia, mas em outro: no território da análise de discurso. Meu interesse, em conflito com as asserções teóricas da psicologia do esporte, mas já procurando me distanciar de comprovações ou refutações, era mostrar como certos *discursos* presentes na psicologia do esporte podiam circunscrever o sujeito-atleta em suas possibilidades ou impossibilidades diante do desempenho, em relação de determinação e causalidade com “estados psicológicos”.

Em síntese, queria expor de que maneira as teorias preconizam *o que* o atleta de alto rendimento é e pode/deve ser para otimizar o desempenho, aplicando ao atleta conceitos e ferramentas que mais teriam compromisso com a própria legitimação da disciplina “psicologia do esporte” enquanto área de saber do que com a atenção ao atleta, as suas particularidades e suas necessidades.

No decorrer da pesquisa que conduzi nos dois primeiros anos deste doutorado, me deparei com uma intensa dificuldade em apropriar-me do método proposto (análise institucional do discurso), e, assim, com o risco de, ao proceder uma análise mal estruturada, não chegar a algo que valesse a pena ser dito.

As dificuldades se tornaram de tal ordem que acabei encontrando melhor abrigo em uma casa aconchegante e velha conhecida, o Laboratório de Estudos em Fenomenologia Existencial e Prática em Psicologia (LEFE-USP), e outra proposta foi se compondo em mim, à medida que trazia minha “mudança” de volta a esta boa morada. Meu olhar foi aos poucos saindo da psicologia do esporte e voltando-se novamente ao atleta e sua experiência. A mim como (ex)atleta, e à minha experiência. Tarefa às vezes dolorida, marcada ainda por incompreensões, por *inacabados*.

Contar do que se deu no tempo desta pesquisa permita talvez que se compreenda minha linguagem híbrida, fenomenológica em sua pretensão, mas muito menos livre e “poética” do que o desejável em um trabalho nessa proposta. Talvez permita a compreensão também das menções constantes à psicologia do esporte em suas vertentes mais tradicionais, algo que poderia ter ficado mais distante. Não consegui fazer muito mais que conduzi-la sutilmente do papel de “atriz principal” ao de uma coadjuvante especial, mas ainda relevante, e que aparece por toda a trama. Um trabalho nascido (e não “adotado”) na fenomenologia existencial certamente teria outro “tom”.²

Apresentar a trajetória acadêmica e pessoal é exigência de um trabalho que se pretenda fenomenológico existencial, porque não se pode fazê-lo sem assumir um lugar (e um risco) próprios aos trabalhos autorais. Delimita-se, com tais apresentações, um lugar indelével de fala, que não pode e nem poderia se pretender neutro, porque determinado por uma história repleta de questionamentos, aprendizados, desconfortos e desamparos que solicitam, ainda, novos capítulos.

1.2 Alguns contornos importantes

Algumas delimitações se fazem necessárias, antes mesmo de estabelecermos a pergunta que norteia esta pesquisa. Sem tais contornos, o que dissemos antes e o que diremos a seguir podem facilmente tomar rumos que não alcançamos nesse trabalho. Assim, precisamos tornar claro e circunscrito o que queremos dizer com os termos que norteiam essa investigação, ou seja, do que se fala quando usados os termos “Esporte”, “Psicologia do Esporte”, “atleta” e “desempenho”. Ainda que nossa aposta tenha sido em um trabalho que se distancia da literatura corrente da área, foi preciso buscar um contorno e uma aproximação de termos, para que os questionamentos se dessem dentro de determinados âmbitos, dentro de um *enquadre* possível. Mesmo nos mantendo nas *fronteiras*, este trabalho se pretende no interior do campo de conhecimento e pensamento que liga a psicologia ao esporte de alto rendimento, e é nesse sentido que as delimitações se fazem necessárias e aparecem na linguagem própria às ciências

² Cabe mencionar também o porquê da forma didática de algumas passagens, ainda que não se devam ao “histórico” desta pesquisa. Ao escrever, tenho em mente um público pouco familiarizado com a fenomenologia existencial e com sua linguagem particular. Penso em leitores da área da Educação Física e do Esporte, em técnicos esportivos, e nos próprios atletas. Por este motivo também a inclusão de uma breve discussão sobre o surgimento do pensamento fenomenológico e a questão epistemológica que o envolve. Ao mirar esse público, preciso dizer que “tipo” de ciência este trabalho não desenvolve, e apontar as razões para tal escolha, bem como apresentar de maneira mais detida a que se propõe a fenomenologia existencial.

do esporte. Esse é o solo comum no qual pisamos com a psicologia do esporte, pois só ao falarmos das mesmas coisas, *podemos dizer outras coisas*.

Por “Esporte”, delimita-se no escopo desta pesquisa a concepção de esporte de alto rendimento ou esporte *performance*, como o define Tubino (1993): aquele que tem por objetivo a comparação de desempenhos a partir da estrutura formal e institucionalizada dada pela competição, pautada por regras para cada modalidade, e cujo objetivo de quem o pratica, (o atleta), é o melhor desempenho possível e, em última análise, a vitória. O autor propõe o “esporte *performance*” como distinto de outras manifestações esportivas, tais como o “esporte participação”, que visa o bem-estar, sendo praticado voluntariamente por qualquer pessoa em qualquer situação, regulamentada ou não por regras, em conexão com objetivos de educação e saúde; e do “esporte educação”, que tem como objetivo a formação, baseado em princípios socioeducativos, e a preparação de seus praticantes para a cidadania e o lazer.

Ainda que o elemento agonista da competição remeta às raízes do esporte na Grécia Antiga, fala-se aqui mais especificamente da versão moderna do esporte, que conta com alguns elementos bastante específicos: a quantificação (medida e comparação exatas de desempenhos em entidades físico-matemáticas), a parametrização/ padronização das condições competitivas, o estabelecimento de recordes, o ranking de competidores de acordo com padrões de desempenho estreitos e governados por regras (TÄNNSJÖ; TAMBURINI, 2000), a remuneração do atleta profissional e a espetacularização do esporte³.

O esporte contemporâneo sofreu influências das transformações socioculturais e absorveu uma série de características da sociedade industrial moderna, tais como a ideia de igualdade de oportunidades, a especialização, a burocratização, etc., (RÚBIO, 2001) e guarda ligação íntima com aspectos ideológicos fundamentais da vida burguesa, tais como a disciplina (DaMATTA, 1994), e o *fair-play*⁴, características que marcam a constituição do esporte na atualidade enquanto fenômeno social e que o diferenciam de outras formas de relação com o jogo, com o exercício físico e com o corpo. Os fenômenos de interesse neste estudo tratam, nomeadamente, de uma *particularidade* entre as possibilidades de acontecimento entre o ser humano e o

³ De acordo com Betti (1991), o processo de espetacularização do Esporte está relacionado ao valor do esporte enquanto mercadoria e possui as seguintes características: ser transmitido de maneira a visar a emoção do telespectador, promover grandes rivalidades, disputas e ídolos, vincular valores sociais e financeiros ao esporte, etc. A transmissão televisiva dos eventos esportivos seria a grande responsável por esta modificação, no século XX, de como se vive e se pratica Esporte.

⁴ “O *fair-play*, ou ‘espírito esportivo’, ou ‘jogo limpo’, ou ‘ética esportiva’, pode ser definido como um conjunto de princípios éticos que orientam a prática esportiva, principalmente do atleta e dos demais envolvidos com o espetáculo esportivo (...) presume uma formação ética e moral daquele que pratica e se relaciona com os demais atletas na competição, e que este atleta não fará uso de outros meios que não a própria capacidade para superar os oponentes.” (RÚBIO, 2001, p.134).

esporte, entre o desempenho físico e relações estabelecidas com o corpo, com os outros (competidores e adversários) e com as representações que permeiam a questão do desempenho esportivo.

Conseqüentemente, o termo “psicologia do esporte” também se refere aqui à psicologia voltada ao esporte de alto rendimento. Por definição, esta psicologia busca identificar e compreender teorias e técnicas psicológicas que possam ser aplicadas ao esporte com o objetivo de entender (KREMER; MORAN, 2008) e maximizar o rendimento e o desenvolvimento pessoal do atleta (WILLIAMS; STRAUB, 1991). Trata-se, portanto, de um campo específico formado por conhecimentos enraizados na educação física/esporte e na psicologia que, assim compreendida, transita entre as chamadas ciências do esporte (RÚBIO, 1999).

No âmbito do esporte de alto rendimento e da psicologia do esporte tal como definida acima, chegamos ao “sujeito”, o atleta, que também se define por algumas particularidades. A figura do atleta moderno surge a partir da institucionalização do próprio esporte, a partir de dois marcos: o aparecimento dos primeiros organismos de governança esportiva (ligas, associações, federações), com a codificação e o estabelecimento de regras das modalidades e para as disputas competitivas; e a criação dos Jogos Olímpicos da Era Moderna, em 1896 (DUNNING, MALCOLM; WADDINGTON, 2003). Em conjunção à institucionalização do esporte, e com papel igualmente determinante sobre a identidade dos praticantes, surge a condição para a profissionalização dos atletas. A relação monetária com o esporte tem por característica a distância do ideal do Olimpismo, a partir da década de 70, e uma modificação profunda nas características sociais do esporte: antes praticado por burgueses, que possuíam tempo livre e o praticavam por prazer ou como parte integrante da educação, o esporte se modifica e passa a ser uma via de acesso das classes mais pobres a melhores condições de vida e passa a ser tido como profissão. Este novo atleta, profissionalizado, passa a ser remunerado por seu desempenho e a ser alvo de marcas e empresas, política e ideologias, na divulgação de produtos e ideias. Passa, portanto, a ser medido em duas esferas: a da capacidade física e a do valor de mercado/ cultural.

Não se faz relevante discutir de maneira profunda essas questões, mas é preciso apontá-las para que se possa desenvolver uma delimitação fundamental: o atleta moderno é uma *condição de ser* que se refere ao esporte moderno, e unicamente a ele. A figura do atleta surge a partir da institucionalização da atividade e de sua espetacularização, e segue se reafirmando e se transformando no interior das instituições que lhe dão condição de existência e lugar social.

Em relação ao praticante de atividade física ou exercícios, ainda que estes possuam caráter por vezes competitivo e geralmente voltado à melhoria de desempenho, tem-se como

principal diferença entre este e o atleta a condição de amadorismo (ou seja, o não envolvimento com proventos financeiros pela atividade) e a presença de outros objetivos além do desempenho, tais como a participação, a socialização, a reabilitação, a qualidade de vida e a saúde.

Portanto, o sujeito de que se fala aqui é especificamente o atleta, que tem ou visa ter o esporte como profissão ou como principal atividade laborativa, e/ou que se encontra ainda sem remuneração, porém vinculado a instituições que regulamentam e organizam a prática competitiva da modalidade de que participa (federações, comitês, *etc.*).

O último termo que se faz necessário definir para os propósitos deste estudo se relaciona à questão do desempenho esportivo. Inicialmente, é preciso diferenciar os termos vitória, derrota e desempenho. Os dois primeiros, no âmbito do esporte de alto rendimento, se referem à lógica da competição e se dão através da comparação de resultados. Embora vitória e derrota tenham, em condições ideais, central correlação com a qualidade do desempenho, estas situações são, em última análise, eventos que também podem ocorrer em paralelo ao desempenho, uma vez que estão também relacionadas ao desempenho do adversário e a diversos outros fatores (BREIVIK, 2000), tais como:

- tipo de modalidade esportiva: em algumas delas, o resultado é mais dependente de condições alheias ao desempenho individual do atleta, como nas modalidades coletivas em geral, cujo resultado depende de desempenho coletivo, enquanto em outras modalidades o resultado é correlacionado mais diretamente ao desempenho propriamente dito, como nas ditas modalidades de habilidades fechadas⁵ e individuais, tais como natação e atletismo;

- condições da natureza (vento, chuva, calor, altitude);

- condições de organização (p.ex. sorteios para definição de quem inicia o jogo com a bola/ lado do campo, em qual posição de largada, avaliação de juízes em lutas ou modalidades que contam com conteúdo artístico, tais como ginástica rítmica, patinação, nado sincronizado *etc.*);

- condições dos equipamentos esportivos;

- diferenças genéticas pouco controláveis ou modificáveis pelo treinamento.

De acordo com o autor, os fatores aleatórios ou ocasionais que influenciam o resultado esportivo podem ser divididos em três níveis de incerteza: as ontológicas (aquilo que não se

⁵ Modalidades em que os exercícios são preestabelecidos, pouco variáveis do ponto de vista biomecânico e repetitivos, em contraposição às modalidades de habilidades abertas, tais como as modalidades coletivas e de lutas, nas quais o ambiente é altamente variável e há requisição de grande variabilidade de ações e padrões de movimento.

pode conhecer, portanto, não se pode prever ou controlar – tal como o vento em uma partida de tênis ou futebol); as epistemológicas (aquilo que seria possível, em tese, determinar, mas não se tem o conhecimento ou os instrumentos para isso, devido à falta de informação ou incapacidade do ser humano em processar todas as informações presentes) e as antropológicas (quando o que acontece não tem relação causal com uma ação do ser humano mas a afeta – nesse caso, falamos em boa ou má *sorte*). Assim, tanto as habilidades do atleta quanto os fatores aleatórios são relevantes para o resultado esportivo, e a correlação usualmente estabelecida é a de que quanto maior a habilidade do atleta, menor a possibilidade (ainda que exista) de que fatores aleatórios sejam determinantes no resultado final de uma disputa. Na lógica do esporte, tais fatores aleatórios devem ser eliminados ao máximo, para que o próprio atleta seja a causa do resultado esportivo, pois nela se trata propriamente da comparação de desempenhos (BREIVIK, 2000). Porém, admite-se que o controle total do acaso não é possível, e, ainda que o fosse (em *settings* esportivos altamente tecnológicos) só seria possível controlar o que acontece no momento da disputa, mas os acasos, como lesões, discussões nos times, imprevistos a caminho da competição, por exemplo, poderiam ainda assim ocorrer.

Já Fraleigh (1984) discute a diferença entre o processo (jogar bem) e produto (resultado da competição – vitória ou derrota), argumentando que os dois processos podem ser independentes um do outro. Um bom desempenho, ou mesmo um desempenho extraordinário, pode ter como resultado competitivo uma derrota, ao passo que uma *performance* mediana ou ruim também pode, paradoxalmente, ter como resultado a vitória, frente a um desempenho ainda pior do adversário ou outras condições que, indiretamente, podem influenciar ou determinar o resultado esportivo. Ou ainda, nas palavras da autora:

*The process, the hard and even fight, the well-played game, may be followed by a victory that was won in a ‘wrong’ way, just by chance. Or a big and important victory may be the fair result of an uneven and badly played game*⁶.
(FRALEIGH, *op.cit.*, p.142)

Assim, podemos delimitar desempenho do qual falaremos aqui como a execução de determinada ação física em determinada modalidade esportiva, tendo como parâmetro de comparação e qualificação (bom ou mau desempenhos) desempenhos anteriores ou potencialmente alcançáveis do e para o próprio atleta. O resultado esportivo que dele resulta (vitória ou derrota), embora possa manter com o desempenho estreita ligação, não é suficiente

⁶ Tradução nossa: O processo, a luta dura do jogo bem jogado, pode ser seguido por uma vitória que foi obtida de forma “errada”, apenas por acaso. Ou uma grande e importante vitória pode ser o resultado justo de um jogo desigual e mal jogado.

para qualificá-lo. O tema do resultado esportivo em si, embora apareça por todo o trabalho, dado que caminha ao lado da trajetória do atleta, não se coloca aqui como foco. Nos interessa o processo do desempenhar e seus sentidos próprios e possíveis para o atleta.

1.2 A Proposta-Pergunta desta Pesquisa.

A pergunta de uma pesquisa norteia seu método, é sua bússola, e marca seus passos desde o início. Assim, é essencial que toda pergunta tenha um *sentido* e marque uma *abertura*. Ao discutir a primazia hermenêutica da pergunta, Gadamer (1997, p. 534) esclarece:

Sentido quer dizer, todavia, sentido de orientação. O sentido da pergunta é simultaneamente a única direção que a resposta pode adotar se quiser ser adequada, com sentido. Com a pergunta, o interrogado é colocado sobre uma determinada perspectiva. O fato de que surja uma pergunta rompe igualmente o ser do interrogado. O *logos* que desenvolve este ser rupturado é, nessa medida, sempre já resposta, e só tem sentido no sentido da pergunta.

Assim, a pergunta tem função norteadora, ao desenhar o horizonte no qual pode ser respondida. E é abertura, uma vez que o perguntar rompe com estabilidades prévias daquilo que é interrogado, colocando o “já conhecido” a certa distância. Para que possa ser formulada, em primeiro plano deve estar a vista a negatividade que toda pergunta carrega: só posso perguntar aquilo que não sei, e especialmente, se tenho consciência desse não saber.

Ao buscar a formulação da pergunta, encontramos duas dificuldades. Nos diz Gadamer (*op.cit*) que não há método que ensine a perguntar, a ver apropriadamente o que é questionável. Por onde nos balizamos então? Como propor uma pergunta que possa garantir a abertura e manter, no mesmo movimento, o perguntado em órbita, circulando em torno daquilo que não se sabe sobre ele? Precisávamos também cuidar para que a pergunta não se deslocasse (ou *nos* deslocasse) no sentido da manutenção de pressupostos da psicologia do esporte, que lhe imputaria à pesquisa um caminho obrigatório, sem conseguir destacar-se e diferenciar-se daquilo que já encontramos vastamente na literatura da área.

Dessa forma, estabelecendo um questionamento que possa provocar aberturas, assim colocamos a pergunta que norteou este trabalho: ***como se pode compreender as experiências do atleta diante do (próprio) desempenhar?***

Há nessa pergunta talvez uma “inversão” em relação ao direcionamento dado às questões de pesquisa estabelecidas tradicionalmente na psicologia do esporte, que generalizamos aqui⁷

⁷ A frente, no capítulo 2, discutiremos acerca dessa proposição.

na seguinte fórmula: O que precisaria *estar* no atleta para que o desempenho (ótimo) ocorra? Aqui nos interessa justamente o contrário: não como o atleta “produz” seu desempenho, mas *como o desempenho se dá na experiência dele*.

Estabelecendo a pergunta dessa forma, nos desviamos justamente do pressuposto de que há uma relação causal determinada, determinante e determinável, de origem psíquica, que *produza* desempenhos. Não por negarmos as correlações que possam existir entre os ditos “estados psicológicos” e o desempenho, mas por não reduzirmos este fenômeno (o desempenho e o desempenhar) a estes estados. Partimos, no entanto, de outro pressuposto que precisamos apontar: o de que há algo de incógnito no desempenho esportivo, algo de indecifrável, que o singulariza enquanto experiência humana e permanece, por maiores que sejam os esforços, fora do escopo do *controle e do entendimento totalizante*, residindo no campo do *incontornável*.

Sobre a escolha do termo *experiência (Erfahrung)*, este remete, de acordo com a concepção heideggeriana, a acontecimentos por meio dos quais somos guiados e, a partir deles, alcançamos novos modos de ser. Assim, não reduzimos o olhar a compreender as vivências (*Erlebnis*) do atleta, mas quisemos alcançar justamente a dimensão do fenômeno do desempenho que abre possibilidades de transformação e de sentidos ao ser atleta.

Seguindo também com Bondía (2002), diríamos que experiência é o que *nos acontece*. Não apenas *o que* acontece, mas vamos na trilha de pensar como o que se passa *nos passa*. Portanto, o saber que acompanha a experiência é outro que não o saber da informação ou do conhecimento, e se dá por meio de um padecimento: “[...] o que se adquire no modo como alguém vai respondendo ao que vai lhe acontecendo ao longo da vida e no modo como vamos dando sentido ao acontecer do que nos acontece.” (BONDÍA, *op.cit*, p. 27).

Esse saber guarda características singulares, sendo finito, relativo, contingente, singular e encarnado naquele que, por meio de suas próprias travessias, o adquire. Para dar-se como tal, requer tempo e pausas. Requer um demorar-se, debruçar-se, suspender o juízo, ouvir e pensar sobre, navegando em meio àquilo que a experiência traz, o que deixa como bagagem e o que leva de nós, como desconstrução daquilo que tantas vezes julgávamos “já saber”.

Assim, refletir sobre a experiência do atleta diante de seu desempenhar requer evitar qualquer conversão da experiência em outra coisa que não ela mesma, tentando com isso criar valores derivados (conceitos, prescrições, “créditos”). Requer também expor, criar uma *ex-*

posição do que queremos mostrar, com tudo o que isso tem de vulnerável e perigoso, e *experimental* essa travessia.⁸

Fazer uma experiência com algo, seja com uma coisa, com um ser humano, com um deus, significa que esse algo nos atropela, nos vem ao encontro, chega até nós, nos avassala e nos transforma. “Fazer” não diz aqui de maneira alguma que nós mesmos produzimos e operacionalizamos a experiência. Fazer aqui tem o sentido de atravessar, sofrer, receber o que nos vem ao encontro, harmonizando-nos e sintonizando-nos com ele. É esse algo que se faz, que se envia, que se articula. (HEIDEGGER, 2003, p.121)

O objetivo da pesquisa, por sua vez, é aquilo a que queremos chegar seguindo a direção apontada pela pergunta-bússola... é seu destino. O que queremos com esta pesquisa é *dar a ver possibilidades de compreensão acerca das experiências de desempenho na situação de ser atleta*. Neste caminhar, vamos pela trilha da psicologia de orientação fenomenológica existencial.

Na tentativa de “responder” a pergunta e alcançarmos o objetivo a que nos propusemos, percorremos algumas passagens de uma narrativa, em enlaces que podem compor, em maior ou menor medida, a experiência do atleta diante do desempenho: a relação com os outros (oponentes) e consigo mesmo (sensações e corporeidade), a trilha percorrida pelas próprias escolhas e acontecimentos de vida que os impactam (ao atleta e suas possibilidades de desempenho), o(s) sentido(s) que o desempenho pode adquirir para este que o alcança (ou não) e os horizontes de sentido e tonalidades afetivas abertas pelo competir.

Para concretizar esse *dar a ver uma possibilidade de compreensão da experiência do atleta diante do desempenho*, optamos pela construção de uma narrativa de caráter misto (ficcional e não ficcional) e, a partir dela, tecemos reflexões que apontam como a psicologia de orientação fenomenológica existencial pode proceder em suas possibilidades compreensivas. Quisemos saber do *como* das experiências, então, restou-nos *contá-las*.

Ao final de próximo capítulo (2), as justificativas para a escolha deste tipo de material (narrativa) e modos de proceder deste estudo são apontados. Por hora, consideramos mencionar o porquê da escolha por abordar as experiências do atleta diante justamente das questões relacionadas ao desempenho. O fizemos para possibilitar a reflexão acerca de um dos papéis, talvez o mais reconhecido, delegado à psicologia do esporte (e ao psicólogo), pois que esta frequentemente se encontra convocada a encontrar e/ou produzir explicações e justificativas psicológicas sobre o desempenho esportivo, (especialmente quando se dão resultados

⁸ Conforme aponta Bondía (*op.cit.*) sobre as raízes da palavra experiência: vem do latim *experiri*, provar; o radical é *periri*, que se encontra também da palavra *periculum*, perigo; a raiz indo-europeia é *per*, que se relaciona à ideia de travessia.

considerados negativos). Convocada a classificar, mensurar e prever os “perfis” ou personalidades de atletas que poderão ou não alcançar resultados de alto nível. Tais atribuições e expectativas em relação à psicologia do esporte, do ponto de vista sustentado neste trabalho, são questionáveis. Assim, dando a ver outras possibilidades de aproximação e compreensão, abrimos também reflexões acerca de outras formas de atuação nessa área.

Enfim, como resposta a algo que me toca como provocação (*pro-vocação*), a proposta geral desse trabalho foi, em marcada e necessária distância com a psicologia do esporte mais tradicional, *apontar possibilidades de compreensão sobre um modo-de-ser-no-mundo e sobre experiências diante, fundamentalmente, de uma busca: o (alto) desempenho*. Compreensões novas e talvez transformadoras, que possam suscitar novas perguntas e que convoquem outros olhares diante do desempenho esportivo, o qual sempre me remeteu e continua remetendo, em meio a um vasto oceano de explicações causais, técnicas, probabilidades e tentativas de controle, ao *imponderável* e ao *imprevisível*.

Capítulo 2 – MÉTODO: SOBRE A OPÇÃO PELA FENOMENOLOGIA EXISTENCIAL.

“Fatos são palavras ditas pelo mundo.”

Clarice Lispector
A Hora da Estrela

2.1 Sobre o modo de conhecer da Ciência, e sua sombra

A justificativa pela escolha de um método se faz a partir dos objetivos da pesquisa; é a pergunta para a qual se busca algum tipo de resposta que determina o modo de interrogação. Para começar a responder à pergunta de pesquisa apresentada acima, ou seja, para pensar e dizer sobre *experiência* e sobre *possibilidades compreensivas*, precisamos explicitar quais foram as referências epistemológicas que tomamos, e de quais nos afastamos.

Método é usualmente entendido nas ciências como o conjunto de pressupostos teóricos, procedimentos e técnicas utilizadas para se chegar ao resultado da pesquisa. Aqui, porém, o compreendemos como uma trilha que direciona a lugares de compreensão e cuidado possíveis. Assim, o termo método tem para a fenomenologia existencial o sentido de um *dizer acerca (logos)*, ou seja, o percurso que se percorre para chegar ao que é pensado. A acepção de método tem aqui o sentido original grego (*methodos*) que remete a ideia do caminho que marca como seguir (ir atrás) de uma determinada direção.⁹

Em fenomenologia existencial fala-se de *lugar* e de *caminho* porque os lugares dos quais se pode partir e aos quais se pode chegar em uma pesquisa dessa natureza – seja essa chegada uma visita, uma passagem, ou um alojar-se por algum tempo – são muitos, e as direções tomadas na investigação também tem múltiplas possibilidades. Não se trata de um itinerário fechado que chegará a conclusões necessárias. Trata-se de uma viagem em que se pode conhecer, e talvez conhecer bem, algumas de suas paisagens. Esta foi a aproximação possível para podermos nos ocupar da questão da compreensão (constituição de significados na busca por sentido), e ainda um modo de abordagem que possibilita tomar distância das *explicações* ou das *causalidades*.

⁹ Da etimologia grega da palavra: *métodos*: busca; *metá* 'atrás, em seguida, através' e *hodós* 'caminho'. Pesquisa Google:
https://www.google.com/search?q=origem+etimol%C3%B3gica+da+palavra+m%C3%A9todo&rlz=1C1GCEA_enBR814BR814&oq=origem+da+palavra+m%C3%A9todo&aqs=chrome.1.69i57j0i22i30l2j0i10i22i30.11754j1j7&sourceid=chrome&ie=UTF-8. Acesso em 28/12/2020.

Mas antes de apresentarmos propriamente a fenomenologia existencial tal como a compreendemos aqui (uma vez que são muitas as “fenomenologias”), teremos de nos deter em questões epistemológicas, especialmente naquilo que se refere à pergunta central em qualquer investigação: *como se faz possível conhecer algo?* Sem a apresentação do nosso ponto de partida, que se determina pela escolha epistemológica, este trabalho não pode dizer a que veio, e fica à deriva. A forma de aproximação ao fenômeno que trazemos aqui procura mostrar um *outro modo de olhar*, o que nos convoca a dizer também sobre o modo de abordagem mais comum, pelas vias do conhecimento científico, pautado pela tradição metafísica¹⁰.

Sabemos que ao longo da história de desenvolvimento do pensamento, a humanidade se valeu de diversos sistemas de acesso ao conhecimento: mágico/mitológico, religioso, filosófico e científico. Neste trabalho nos interessam os dois últimos: embora em rápidas passagens históricas, temos como intuito dar a ver de que maneira o pensamento científico distanciou-se da filosofia, ainda que tendo nela sua origem, e como este distanciamento vem determinando as formas de proceder e acessar a realidade utilizadas pelas ciências. Em seguida, trilharemos o caminho do surgimento da fenomenologia enquanto corrente de pensamento filosófico e sua influência¹¹ na psicologia, explicitando como a fenomenologia acessa hermeneuticamente os objetos a que se propõe conhecer.

Partimos do período do Renascimento europeu, compreendido aproximadamente entre os séculos XIV e XVI e marcado pela transição do sistema produtivo feudal para o sistema capitalista, e assim denominado em virtude da intensa retomada das referências da Antiguidade Clássica. Acontecia então uma progressiva diminuição da influência do dogmatismo religioso e místico sobre a cultura e a sociedade, com uma concomitante e crescente valorização do que viria a ser conhecido como “Grande Racionalismo Clássico”, cujas características foram o humanismo (homem como centro das relações), o interesse pela natureza e o surgimento da ciência. Segundo Chauí (1997), três grandes mudanças intelectuais marcaram este período:

- o surgimento do sujeito do conhecimento, que inicia o pensamento pela reflexão sobre a própria capacidade de conhecer;
- a crença na possibilidade de conhecer através das representações ou ideias desenvolvidas sobre as coisas, formuladas pelo sujeito do conhecimento;

¹⁰ “O ‘meta’ em ‘metafísica’ significava originalmente ‘depois’, argumenta Heidegger, mas logo passou a significar ‘através de’, ‘além’, ‘ultra’. Por isso, ‘metafísica’ passou a significar ‘ir além’ das coisas físicas, isto é, naturais...” (INWOOD, 2002, p. 111)

¹¹ Usamos a palavra “influência” como sugere Spiegelberg (1972) a partir da ideia de um fluxo do que está acima em direção ao que está abaixo, mas que só pode ocorrer se houver um espaço de trânsito para esse fluxo, o que implica que nenhuma influência de uma área em outra se dá de forma unidirecional.

- a concepção da realidade como um sistema racional de mecanismos físico-matemáticos.

Coloca-se em andamento, portanto, um processo de transformação que colocará o homem como centro e referência de todo conhecimento possível, substituindo as grandes verdades dogmáticas divinas e eternas por um movimento de *esclarecimento* do mundo.

O processo de distanciamento entre a ciência nascente e a filosofia se dá pela substituição do *logos*¹², proveniente da tradição do pensamento filosófico grego, pela *ratio*¹³ romana, e a racionalidade resultante adquire, na ciência, a finalidade de desmistificar o mundo pelas vias da explicação, replicação dos resultados, possibilidade de previsão, controle e desenvolvimento de tecnologias. A preocupação da ciência renascentista se pauta, desde suas origens, no estabelecimento de critérios seguros e passíveis de reprodução na busca pelo conhecimento. Os alicerces que dão sustentação ao conhecer se deslocam da busca pela sabedoria, fornecida pelas grandes verdades dogmáticas e duráveis, para os pilares do método científico, a partir dos trabalhos inaugurais de R. Descartes e F. Bacon.

Para Descartes (em *Discurso sobre o Método*, de 1637¹⁴), a dúvida sistemática seria a postura que garante a possibilidade do pensamento. O racionalismo cartesiano tem como proposição que, embora se possa duvidar dos objetos, não se duvide do próprio pensar, daí a famosa assertiva: “*penso, logo existo*”. Esta conclusão é o ato que instaura o *Cogitare*, o pensar, como o inegável garantidor do conhecimento, a partir do qual tudo poderia ser questionado.

O sujeito definido por este modelo de aproximação com o mundo estabelece invariavelmente uma relação de exterioridade aos objetos a serem conhecidos, exterioridade com a qual precisa contar para garantir a *objetividade* do que é “*verdadeiro*”. Nessa concepção, para pensar o mundo de forma precisa e verídica, seria preciso estar “fora” dele, depurar dele o que não varia e o que não engana os sentidos, o que pressupõe os objetos como realidades autônomas em relação ao sujeito conhecedor.

Já F. Bacon, com o empirismo, recusa a ideia da percepção como fonte de engano e, divergindo do racionalismo cartesiano, defende o uso da experiência e dos métodos de observação como formas válidas para o alcance da verdade. É a operação lógica da indução que teria a função de ligar o particular observado (no experimento) ao universal inferido. Porém, já

¹² *Logos*: Do grego *lógos*, "dizer, linguagem, palavra". In: Dicio: Dicionário online de português. <https://www.dicio.com.br/logos/>. Acesso em 22/12/2018.

¹³ *Verbetes Ratio*: Do latim *ratio*, "razão, cálculo, conta". Dicio: Dicionário online de português. <https://www.dicio.com.br/ratio/>. Acesso em 22/12/2018.

¹⁴ DESCARTES, R. **Discurso do método**. Trad. Maria Ermantina Galvão. São Paulo, Martins Fontes, 1996. Original datado de 1637.

em seu sistema de pensamento, Bacon convocava o homem a uma atitude cautelosa consigo mesmo. A subjetividade (e não a percepção) seria a grande fonte de enganos, como argumenta em seus trabalhos *Ensaios*¹⁵ e *Novum Organum*¹⁶.

Em comum, empirismo e racionalismo compartilhavam uma apreensão particular das coisas a serem conhecidas: o sujeito do conhecimento fica situado como oposição e exterioridade ao objeto, o homem pressupõe-se soberano perante a natureza e a garantia do conhecimento se estabelece por meio da disciplina do método.

Do projeto da modernidade como progresso e expansão das capacidades de controle e discriminação dos objetos e na constituição de um terreno de esclarecimento à disposição do homem, chega-se ao positivismo de A. Comte. Este tem por característica a busca da explicação dos fenômenos e a exaltação da observação dos fatos, que, para serem ligados e dotados de significado, precisam ser demarcados por teorias (TRIVIÑOS, 1987). Um bom modelo positivista deve ter por objetivo levar o ser humano à obtenção de certezas, ainda que temporárias, e ter por qualidade essencial a precisão. Daí o interesse pela decomposição dos fenômenos em elementos isolados (atomismo) sobre os quais se possa tecer causalidades claras e relações objetivas (tal como se dão as fórmulas na matemática e na física).

A certeza constitui-se também num critério ontológico: os fenômenos que verdadeiramente 'são' e que mereceriam e sustentariam efetivamente um processo de conhecimento, podendo servir de base à ação eficaz, seriam apenas os disponíveis para a representação exata, ou seja, representáveis com clareza e distinção, os que se deixassem objetivar. Nesta medida, o ser objetivo dos objetos seria concebido em termos de sua representabilidade [...] e tudo aquilo que escape ou se furte a uma representação clara e distinta estaria assim destituído de estatuto ontológico ou, pelo menos, teria sua realidade posta em suspeição. (FIGUEIREDO, 1994, p.7)

O positivismo se tornou hegemônico enquanto posição epistemológica, uma vez que, com ele, se julgou possível separar os temas pertencentes ao campo científico, portanto considerados relevantes, daqueles que não fariam jus a este campo e nem às suas formas de investigação. A razão instrumental e o laboratório científico se tornaram os elementos centrais da dinâmica estabelecida entre conhecimento e poder, formalizando e radicalizando o método científico. A citação a seguir, ainda que longa, exemplifica de forma esclarecedora como se dá o funcionamento do paradigma científico de acesso ao conhecimento. No dizer de Santos (2000, p.37), trata-se de:

¹⁵ BACON, F. **Essays**. London: Wordsworth, 1997. Originais escritos de 1597 à 1618.

¹⁶ BACON, F. **Novum organum**. Tradução e notas de José Aluysio Reis de Andrade. Col. Os Pensadores. São Paulo: Nova Cultural, 1988. Original datado de 1620.

[...] um paradigma que tende a reduzir o universo dos observáveis ao universo dos quantificáveis e o rigor do conhecimento ao rigor matemático do conhecimento, do que resulta a desqualificação (cognitiva e social) das qualidades que dão sentido à prática, ou, pelo menos, do que nelas não é redutível [...] a quantidades; um paradigma que desconfia das aparências e das fachadas e procura a verdade nas costas dos objetos, assim perdendo de vista a expressividade do face a face das pessoas e das coisas [...]; um paradigma que assenta na distinção entre o relevante e o irrelevante e se arroga o direito de negligenciar o que é irrelevante e, portanto, de não reconhecer nada do que não quer ou não pode conhecer; um paradigma que avança pela especialização e pela profissionalização do conhecimento, com o que gera uma nova simbiose entre saber e poder, onde não cabem os leigos que assim se veem expropriados de competências cognitivas e desarmados dos poderes que elas conferem...

Com esta forma de proceder, o real passa a ser, a partir de então, aquilo que é tecnicamente investigável e manipulável pela ciência (FIGUEIREDO, 2003). A teoria, em seu sentido original (do grego *Theōría*), de contemplação e guarda/cuidadora zelosa da verdade, é substituída pela versão moderna positivista (*Theorein*), significando uma elaboração representacional do real, com a função de estabelecer e assegurar-se das ligações entre causas e efeitos, consolidando o conceito (e não mais o fenômeno em si) como portador das propriedades dos objetos. Em seus sucessivos avanços, tem também como característica impor o anonimato aos pesquisadores:

[...] na medida em que produzem conhecimento, os sujeitos da ciência são objetivados nos objetos teóricos que criam. A objetivação dos cientistas está bem simbolizada no caráter anônimo do conhecimento científico, no fato de ele, uma vez socialmente produzido e investido, adquirir uma materialidade própria que o separa e o aliena do seu criador. (SANTOS, 2000, p.14)

Até meados da década de 70, este modelo de método, que por princípio deveria operar separando no campo das experiências subjetivas o terreno cognitivamente confiável, também era utilizado pelas ciências humanas (entre elas a psicologia) como extensões dos métodos pertencentes às ciências físicas e biológicas, condição necessária para que pudessem adquirir credibilidade e validade, e pudessem reivindicar o *status* de ciência, fora da qual não havia possibilidade de legitimação.

Porém, já desde o final da 2ª Grande Guerra, com os horrores inéditos e a consequente catástrofe sociocultural que a acompanhou, tiveram início estudos cujos interesses ultrapassavam a busca por explicações lineares e se direcionavam para abordar os fenômenos sociais levando em conta suas inerentes complexidades. Colocam-se em curso crises paradigmáticas (KUHN, 1997; SANTOS, 2000), que possibilitam transformações tanto na forma quanto nos conteúdos dos objetos de pesquisa, as quais incluíram um afastamento em relação à abordagem matemática e concomitante aproximação com as questões relacionadas à

interpretação: parte-se do interesse pelo cálculo estatístico de resultados e probabilidades puras em direção à interpretação dos dados encontrados. O trecho abaixo ilustra essa passagem da lógica inerente às “ciências da natureza” a uma outra forma de apreender os acontecimentos, proposta por novos paradigmas nas ciências humanas:

A experiência do mundo sócio-histórico não se eleva ao nível de ciência pelo processo indutivo das ciências da natureza. O que quer que signifique ciência aqui, e mesmo que em todo conhecimento histórico esteja incluído o emprego da experiência genérica no respectivo objeto de pesquisa, o conhecimento histórico não aspira tomar o fenômeno concreto como caso de uma regra geral. [...] Seu ideal é, antes, compreender o próprio fenômeno na sua concreção singular e histórica. Por mais que a experiência geral possa operar aqui, o objetivo não é confirmar nem ampliar essas experiências gerais, para se chegar ao conhecimento de uma lei – por exemplo, como se desenvolvem os homens, os povos, os estados –, mas compreender como este homem, este povo, este estado é o que veio a ser; dito genericamente, como pode acontecer que agora é assim. (GADAMER, 1997, p.40,41).

Esse movimento acontece inicialmente “intramuros”, no interior do próprio discurso científico, a partir das críticas ao sujeito epistêmico e da descrença na possibilidade de neutralidade absoluta do pesquisador empírico em relação ao fenômeno estudado.

A crítica ao positivismo pelas ciências humanas se coloca em curso a partir da concepção de que, em sua forma de conhecer, o método científico decompõe complexidades de tal modo que o aparecer dos fenômenos fica comprometido, o que leva ao risco de falseamento ou reducionismo das conclusões que tal processo pode provocar e, via de regra, provoca. O modo de operar nos laboratórios faz com que os fatos e conclusões científicas acerca de um objeto tornem-se reproduzíveis (pois sua criação artificial é conhecida e controlada pela comunidade científica), universais (quando vários laboratórios as reproduzem) e imutáveis (quando a atenção ao método impede variações), mas nesse processo se perde a especificidade do fenômeno em seu acontecer real. A dúvida do pensamento gradualmente se reduz e se isenta à certeza do método, e a ciência passa a formular seus mais variados mecanismos de exclusão, na medida em que propõe a descoberta de verdades, em vez de apontá-las como *verdades possíveis* (NUNES, 2006).

A proposta positivista inclui formas ideais de conhecer as coisas: de maneira completa (pelo escrutínio de todas as suas “partes”), imparcial (pela cisão entre sujeito conhecedor e objeto a ser conhecido – neutralidade do pesquisador), e asseverando sobre elas proposições absolutas e pretensamente neutras (independente de quem conheça, conhece-se sempre a mesma coisa). Tal proposta vai se mostrando limitada e pouco fértil a objetos que não aderem a tais características, que não podem ser determinados *a priori* e que não tem regularidades garantidas. Inclusive em relação aos fenômenos humanos, dado que, mesmo em um mundo

pretensamente esclarecido, os mistérios e incertezas permanecem, especialmente no que diz respeito ao próprio homem e suas maneiras de ser e habitar o mundo¹⁷.

Conseqüentemente, se estabelece ao longo dos séculos XIX e XX nas ciências humanas uma necessária cautela em relação ao positivismo, dado que este apresenta como forma de conhecer uma grande “experiência do mundo”, que lhe garante, a rigor, uma experiência de segunda ordem, atravessada pelo par representação/técnica (MARTINS,1992). A forma de acesso à realidade como representação tem, com efeito, essa característica: apresentar o mundo como reinscrição de si mesmo, como uma imagem duplicada no espelho, obtida pela lente da ciência, mas que se pretende objetiva e sem intermediários. Ignora em grande medida que, tal como uma imagem especular, a capacidade de refletir a realidade depende das propriedades com as quais se dirige a ela (luz, ângulos, propriedades refletoras do espelho *etc.*), não sendo uma replicação exata, mas sempre mediada. Na incidência deste ponto cego permanecem portas abertas às asserções ideológicas pretensamente científicas, à desresponsabilização ética pela produção de conhecimento (que não se determina pela finalidade, mas por suas simples condições de execução, em nome do progresso científico), aos enviesamentos políticos e ao cientificismo¹⁸.

Da insuficiência do positivismo frente a questões complexas no campo das ciências humanas, projetaram-se espaços de pensamento que trouxeram ao campo científico todo um aporte crítico, justamente diante dessas crises de paradigmas, apostando em outras formas de aproximação e delimitação do campo do “verdadeiro”, problematizando, assim, a própria maneira de acesso ao real.

O surgimento do pensamento fenomenológico se dá nessa clareira de abertura e contestação possíveis. Socialmente, o avanço das tecnologias impressionava com as grandes máquinas e arranha-céus ao mesmo tempo em que horrorizava, com as bombas atômicas e

¹⁷ Aqui falamos já a partir da proposta fenomenológica, em relação àquilo que promulga enquanto método e modo de olhar para as experiências. No decorrer deste capítulo, tal proposta é mais propriamente desenvolvida e esclarecida.

¹⁸ Concepção filosófica de matriz positivista que afirma a superioridade da ciência sobre todas as outras formas de compreensão humana da realidade (religião, filosofia metafísica *etc.*), por ser a única capaz de apresentar benefícios práticos e alcançar autêntico rigor cognitivo. Tendência intelectual que preconiza a adoção do método científico, tal como é aplicado às ciências naturais, em todas as áreas do saber e da cultura (filosofia, ciências humanas, artes *etc.*) Dicionário Google, acesso em 24/01/2021.
<https://www.google.com/search?q=cientificismo&oq=cientificismo&aqs=chrome..69i57j0l3j0i39516.2699j1j7&sourceid=chrome&ie=UTF-8>

campos de concentração. O imponderável, imprevisível e indeterminado, especialmente nos fenômenos humanos, deram a ver espaços importantes de desconhecimento e perplexidade.

No mesmo momento histórico, no interior dos laboratórios voltados ao estudo da percepção, desenvolvia-se a psicologia. Na medicina, surgia a psicanálise. A noção de inconsciente de S. Freud, independente dos questionamentos teóricos que possa suscitar, demarca um novo ponto para a construção de subjetividades: o incompreensível, estranho, incontrolável, de difícil acesso, não mensurável e repetitivo passa a se mostrar no interior mesmo da experiência humana, abalando a pretensa neutralidade do sujeito do conhecimento e da razão. Começa a dizer-se de um humano não mais tão senhor de si e do conhecimento como antes pretendido pela objetividade científica. Colocado em questão também pelos escritos de C. Darwin¹⁹ sobre os mecanismos da seleção natural e sobre sua ancestralidade, o homem é duplamente deslocado:

- do centro da criação divina para a natureza, como resultado de um processo evolutivo que determina suas características e trajetória enquanto espécie (pela teoria da evolução);

- do centro de si mesmo à determinação involuntária de um mecanismo interno que não alcança, compreende ou controla (inconsciente, pela metapsicologia freudiana).

No campo da física, a mecânica clássica de Newton, que alcançara uma impressionante “matematização do mundo”, se vê confrontada com a relatividade de Einstein²⁰, que, ao abrir todo um campo de pensamento e investigação, também coloca em questão a ambição de formalização absoluta do mundo físico. A indeterminação dos fenômenos, com a física quântica e a teoria do caos, produziram também novos efeitos de desalojamento: se antes havia-se perdido as certezas, com os questionamentos dos dogmas religiosos, agora perdia-se a promessa dos séculos das luzes de que seria possível esgotar o não-saber.

Nesse e desse movimento de avanços e rupturas paradigmáticas, questionamentos e crises, surge a fenomenologia como possibilidade de acesso a outros dizeres e posicionamentos do homem diante de seu mundo vivido. Surge também como expressão de um descompasso na civilização, diante de um vazio de sentidos, e como forma de estabelecimento de interrogações.

¹⁹ DARWIN, C. **Origem das espécies**. São Paulo: Hemus, 1979. Original datado de 1859.

²⁰ Teoria da relatividade especial (1905) e Teoria da relatividade geral (1915).

2.2 Fenomenologia Existencial

Apresentar a fenomenologia existencial não é tarefa fácil, bem o sabemos, nem para quem escreve, nem para quem lê. Isso se dá, a nosso ver, pela diferença radical apresentada pelas concepções fenomenológicas e pela nova ontologia²¹ inaugurada pelo pensamento heideggeriano, quando a comparamos com a linguagem linear e causal oferecida pelo discurso científico. A exposição realizada aqui procura indicar um acesso inteligível a essas concepções fenomenológicas, especialmente para aqueles não familiarizados com o pensamento e vocabulário próprios a elas.

Como dito acima, o surgimento da fenomenologia (final do séc. XIX) se relaciona a um movimento de crise de paradigmas nas ciências naturais. Desta crise, marcada pela suspeita de que não seria possível alcançar um conhecimento universal e unívoco dos entes em geral, abre-se o espaço para a ciência dos fatos, o positivismo, tendo por base fundamental o empirismo (experimentação). Na tradição positivista, fica estabelecida a concepção de que tudo aquilo que não tem base empírica, ou seja, tudo o que não é passível de verificação pelo experimento científico, deveria ser alijado do âmbito da construção do conhecimento. Ou, na melhor das hipóteses, que estes conhecimentos externos ao método científico seriam de “segunda ordem”, como se lhes faltassem as condições para que pudessem alcançar o *status* de *verdadeiros*.

Essa tradição científica, *metafísica*, iniciada com Platão e Aristóteles, tem um modo particular de lidar com o ser das coisas: *transforma o ser em substância*, ou seja, o ser, inexoravelmente transitório e instável, se torna coisa, se torna ente imutável, estável e sólido. Essa solidez, artificialmente estabelecida no conceito (ou seja, produto de uma abstração que não lida mais com o ser em si, mas com um ser decantado de suas variações²²), constitui então base para o conhecimento.

Na fenomenologia, iniciada com E. Husserl, é justamente essa postura que se transforma: se propõe suspender (*epoché*) fundamentalmente a equiparação entre objeto e o ato de conhecer o objeto, como se o objeto existisse em si e sempre o mesmo, dado a uma consciência que sempre vê nele a mesma coisa. Husserl aponta o caráter intencional da consciência que se dirige

²¹ Inwood (2002) define ontologia como o estudo do ser dos entes enquanto tais.

²² Para ajudar no entendimento, vamos tomar como exemplo a cor azul. Se olharmos uma paleta de cores azuis, podemos dizer qual delas é “o azul”? No entanto, todas são azuis. É isso que estou chamando de “um ser decantado de suas variações”. À ciência basta garantir o que une todos os azuis. Isso é o processo da formação de conceitos. Para já anunciarmos algumas comparações, na fenomenologia o que se dirá do azul é a experiência para com suas nuances, suas variações, suas intensidades. A experiência do *Dasein* se dá com o azul tal como este se faz experimentar, não com seu conceito.

aos objetos, e toma como perspectiva o retorno ao vivido, procurando colocar em suspensão o *já conhecido* (pelas vias do conceito) e voltar-se à própria consciência, a partir da descrição dos seus conteúdos.

Retomando: se no racionalismo cartesiano, a partir de uma identidade do pensamento a si mesmo e à existência (“*penso, logo existo*”), a incerteza da condição humana era apontada como fonte de erro, e deveria ser superada pela segurança do saber, na fenomenologia é justamente a partir dessa fluidez do humano, do projetar-se da consciência ao mundo, que se torna possível a busca pelo conhecimento. Conhecimento que necessariamente será de outra ordem, pois que legitima *o ser como estado* e não *coisa* (substância), e que carregará consigo o caráter de provisoriedade, mutabilidade e relatividade da verdade (CRITELLI, 1996).

A fenomenologia se desenvolve então como um método rigoroso e como um questionamento que põe em evidência a dissolução da filosofia no modo científico de pensar, configurando uma proposta de pensamento que coloca em discussão a *perspectiva sob a qual se torna possível conhecer qualquer coisa*. O modo principal de proceder na fenomenologia, portanto, é “[...] dirigir-se para o real identificando nele seu caráter de *fenômeno* e não de *objeto*...” (CRITELLI, 1996, p.9 – itálicos da autora).

Direcionar-se ao mundo pelas lentes da fenomenologia significa afastar-se da *representação* das coisas, e voltar às coisas mesmas: “Retornar às coisas mesmas é retornar a este mundo anterior ao conhecimento do qual o conhecimento sempre *fala*, e em relação ao qual toda determinação científica é abstrata [...]” (MERLEAU-PONTY, 2006, p.4 – itálico do autor).

Dando início ao pensamento fenomenológico, E. Husserl concebe que é o modo de percepção original que se tem dos fenômenos, a partir da intencionalidade da consciência (enquanto ato) o que constitui o fundamento do conhecimento (DARTIGUES, 1973). Na fenomenologia husserliana, não se propõe a separação entre consciência e objetos, como entidades avulsas na natureza: a consciência é intencional e sempre é *consciência de alguma coisa*. Assim, a consciência do pesquisador deve ser considerada sempre associada aos conceitos de intencionalidade, sentido²³ e existência. Esta consciência intencional vai além da relação cognitiva entre sujeito e objeto, mas se dá em uma relação existencial do sujeito com o seu mundo (ANDRADE; HOLANDA, 2010).

²³ Importante destacar que não usamos a palavra “sentido” como sinônimo de “significado”. No capítulo 4 apresentamos a compreensão de sentido para a fenomenologia existencial, a partir do pensamento de Heidegger.

Já a fenomenologia existencial de M. Heidegger, com a qual seguimos neste trabalho, abandona a busca pelas essências, ou ainda, como melhor aponta Merleau-Ponty, sedimenta-se como “[...] uma filosofia que repõe as essências na existência...” (2006, p.1), na qual só se pode conceber os objetos enquanto objetos-para-um-ente:

O mundo que eu distinguia de mim enquanto soma de coisas ou de processos ligados por relações de causalidade, eu o redescubro em mim enquanto horizonte permanente de todas as minhas *cogitationes* e como uma dimensão em relação à qual eu não deixo de me situar. (MERLEAU-PONTY, 2006, p.9)

O humano pode ser compreendido, então, como pertencente a um mundo que o antecede e que ele herda, e seu existir é fruto de uma construção de sentido implicado nesse mundo real e vivido. Assim sendo, não pode ser tomado apenas como uma realidade objetiva.

Para a fenomenologia, a misteriosidade do ente e do pensar é dado constitutivo do próprio conhecimento. [...] o ser, assim, não está na coisa, mas na trama de significados que vão se articular entre os homens articulando os homens entre si e com a própria coisa. (CRITELLI, 1996, p.62)

O modo de ser deste ente que é o homem é o *Dasein* (ser-aí). O *Dasein* não possui uma essência *a priori*, o sentido de sua existência não é dado por algo como uma natureza primordial, mas se faz temporalmente na abertura instaurada pelo ser-no-mundo. O homem, vivendo em um mundo que o cerca, faz deste um mundo-para-si, e se torna também ativo nele, recebendo dele uma trama de significações dadas pela tradição, anteriores ao ser-aí e da qual ele é herdeiro.

Heidegger usa a palavra *Dasein* para dizer que o ser homem se constitui *fundamentalmente a partir do seu aí*, do espaço historicamente constituído e do tempo vivido/experenciado a partir do qual todos os fatos e atos podem adquirir *sentido*²⁴.

Assim, pensar fenomenologicamente significa perguntar, diante de qualquer objeto ou fato que se dá a ver, qual é o *horizonte de sentido* a partir do qual ele se mostra. Ao mesmo tempo, atenta-se também para o que não se mostra, *aquilo que permanece velado* nos fenômenos, e que não se dá à percepção ou compreensão imediatas. Abordar os fenômenos humanos nessa perspectiva significa abandonar quaisquer parâmetros de determinação essencial, uma vez que todas as determinações são historicamente constituídas: “A elaboração da situação hermenêutica significa então a obtenção do horizonte de questionamento correto para as questões que se colocam frente à tradição.” (GADAMER, 1997, p. 452).

Sobre possibilidade de pesquisar, o objeto do conhecimento para a fenomenologia não é a realidade em si, mas a realidade enquanto vivida pelo pesquisador e seu interlocutor, na

²⁴ Sentido, nessa concepção, quer dizer: “[...] aquilo em que se apoia a compreensibilidade de algo.” (HEIDEGGER, 2012, p.151)

historicidade do mundo e imersos nas vicissitudes do tempo histórico. Daí a impossibilidade de neutralidade do investigador, que sempre possui de partida uma interpretação prévia (que deve ser explicitada) do contexto e daquilo que quer conhecer (ALMEIDA, 1999).

Os conteúdos a que se chega nesse tipo de pesquisa, necessariamente de natureza (ou condição) qualitativa, visam à elaboração da experiência e ao desvelamento de circunstâncias que pedem por aprofundamento. “Seu resultado é verdadeiro, mas não é a verdade, visto que não tem a pretensão de ser mais uma teoria sobre o real.” (SAMPAIO, 2018). Não se propõe, portanto, a trabalhar para a construção de representações conceituais.

Nomeadamente, a opção metodológica pela fenomenologia existencial se vale da necessidade de ampliação das possibilidades de pensar, o que vai na direção oposta à busca de determinantes ou categorias que possam enquadrar ou formatar os fenômenos. Enveredando-se, portanto, pela perspectiva de conceber a verdade como desvelamento. O fenômeno, palavra que “[...] deriva do verbo *phainesthai*, que significa mostrar-se. *Phainomenon* significa, portanto, o que se mostra, o se-mostrante, o manifesto.” (HEIDEGGER, 2012, p.103), em oposição às concepções metafísicas, é o ser de um ente que coincide com o seu próprio *aparecer*.

Dizendo de outra forma: aquilo que percebo/compreendo/comunico de um fenômeno é *aquilo que ele é*, ainda que não seja todas as suas possibilidades de ser. Não há a busca por uma substância suprassensível e imutável, uma essência, que designe o *objeto em si*. O objeto abordado é aquilo que ele mostra para um existente em um dado momento histórico. O que se contradiz, com a fenomenologia existencial, é a tentativa de apreender o fenômeno para além da aparência, pois esta coincide com o ser: *a aparência é o ser em uma de suas possibilidades*.

Uma das características da originalidade que marca o pensamento de M. Heidegger é organizar um modo de pensamento procurando no *ser* o fundamento histórico que condiciona as manifestações dos entes em geral, fundando com isso uma nova ontologia que fala sobre possibilidades de existências (e não permanências).

Se vamos em busca então dos fenômenos, tal como se dão, temos em consideração que o *ser*, em seu desvelamento, permanece também como ocultação, a qual acontece por meio de três possibilidades. Aqui seguimos Critelli (1996) em suas considerações sobre a Analítica do Sentido, possibilidade de compreensão fenomenológica que nos aponta aspectos importantes a serem considerados no movimento de aparecimento dos entes (das coisas) em geral:

- parecer ser: a coisa parece ser de um jeito, mas a aproximação/atenção/cuidado dispensados a ela revelam-na diferente; o parecer ser de algo é o modo em que o ente se mostra

e se oculta, e será substituído não por alguma percepção definitiva e acabada, mas por outro parecer ser.

- aparência: aquilo que se mostra através daquilo que é concreto e de signos e símbolos; entes que se mostram a si mesmos e que mostram outros entes que não podem se mostrar. P. ex. uma bandeira em uma embaixada, que mostra o país que está ali, sem estar. A aparência mostra e protege aquilo que através dela se mostra.

- mera aparência: aparência falsa, mas que se mostra em sua falsidade (simulação que é perceptível enquanto tal). A mera aparência é o enganoso visto desde sempre como enganoso, e sua condição de aparecer é exclusivamente essa.

Nesse movimento de desvelamento e ocultação do ser entende-se que mesmo quando a coisa não é mais o que pareceu ser, não deixa de estar ligada a este universo de aparências no qual se apresentou, “[...] não deixa de acoplar seus anteriores significados como *aquilo que ela já não é mais*.” (CRITELLI, 1996, p.60). Se podemos citar um exemplo cotidiano, relembramos a situação na qual um amor é perdido: o lugar que a pessoa possuiu junto a nós só se modifica a duras custas e com um intenso trabalho de resignificação, e geralmente não se perde por completo a associação com a relação afetiva anterior e com aquilo que a pessoa já significou um dia.

Assim, pesquisar em fenomenologia existencial significa interrogar pelo fenômeno situado no campo experiencial do sujeito que o vive, olhar para as aparências, descrevê-las e oferecer-lhes sentidos, sempre abertos a novas perspectivas e significações. Para apontar mais um exemplo, agora de nossa prática psicológica: aqui não se fala em ansiedade (como conceito), mas da experiência de estar ansioso diante de algo, que é única e possui um sentido também único para cada sujeito.

O pesquisador, por sua vez, não sai em busca de princípios explicativos, teorias ou qualquer indicação de contenção ou esgotamento do fenômeno, mas propriamente deste sentido único, que, mostrando-se, dá a ver uma das possibilidades de desvelamento da experiência, na qual outros sujeitos podem encontrar aproximações e ampliação dos horizontes de sentido da própria experiência de “estar ansioso”.

Dirigir-se para o real acompanhando a experiência implica escolher e trilhar caminhos bem delimitados, ângulos adequados de aproximação, e formas plausíveis de interrogação das coisas, tanto pelo o “*o quê*”, mas principalmente pelo “*como*” (pelas vias de compreensão) elas são.

Pesquisar desta forma faz referência, portanto, ao problema da perspectiva: a fenomenologia produz conhecimentos que têm como características necessárias a

provisoriamente, a mutabilidade, a relatividade e a historicidade da verdade, bem como das vias de acesso a ela. Admite-se que a representação das coisas não as substitui, que não é possível reproduzir ou reviver a experiência e que a enunciação não é capaz de determiná-la por inteiro, e que a perspectiva do intérprete é indissociável dele. Assim, “Ao invés da revivência, propõe-se, então, a reconstrução do sentido.” (FIGUEIREDO, 2003, p.34).

Ao proceder uma pesquisa de orientação fenomenológica, não se tem por objetivo substituir considerações científicas por outras, nem as provar incorretas, mas mostrar o quão únicas e absolutas elas não são. A fenomenologia fala, assim, do limite da perspectiva científica positivista:

O reconhecimento da *relatividade da perspectiva* é, simultaneamente e necessariamente, o reconhecimento da *relatividade da verdade*. [...] Do ponto de vista fenomenológico, a relatividade da perspectiva do saber e da verdade do ser abre-se como ponto inseguro, mas próprio do existir. (CRITELLI, 1996, p.13)

Na perspectiva fenomenológica, a verdade (*alétheia*) sobre as coisas é tomada como um constante aparecer/desaparecer, contínuo desvelamento e ocultação; é antes um movimento que um estado, e se dá sempre a partir do sujeito que conhece: “Esse momento se constitui na minha relação com o mundo, no meu campo perceptivo, e o que caracteriza a essência dessa verdade é o mistério inesgotável, uma gênese perpétua, sempre aberta.” (MOREIRA, 2004).

Em fenomenologia existencial, o modo de se aproximar do que se quer saber é marcado ainda pelo reconhecimento de que não é possível ir em direção aos fenômenos de maneira completamente ingênua e desinteressada, mas ao contrário, que partimos de algumas noções prévias, as quais devem ser mencionadas (CRITELLI, 1996): prévia noção do lugar de acontecimento (onde se pode acessar o ser que se pretende compreender); prévia compreensão do horizonte de explicitação (existência humana/ coexistência, condição de ser-no-mundo); e prévia interpretação de ser.

Neste estudo, portanto, partimos da pré-concepção da importância de falar do que acontece na experiência do atleta diante dos fenômenos de desempenho *a partir de seu interior e do interior do mundo esportivo*: ao invés de falar sobre ele, precisamos alcançar uma voz que fala “nele”, imerso neste horizonte. Também consideramos como prévia interpretação de ser acerca *do ser do atleta*: a de que há particularidades neste modo de existir que só podem ser alcançadas na e por meio da experiência esportiva, e quando se fala a partir de seu interior.

Assim, um estudo conduzido pelas vias da fenomenologia existencial se faz por meio de uma aproximação ao fenômeno não mediada por conceitos (tanto quanto possível). Procura abrir possibilidades de compreensão, ao invés do fechamento inerente às respostas explicativas,

e pode ter por efeito justamente a desarticulação e reorganização das próprias questões a serem investigadas. Tomada pela psicologia como uma perspectiva²⁵, visa também a um cuidado e escuta ao ser.

Certamente, o objetivo colocado nesta pesquisa, de *dar a ver possibilidades de compreensão acerca das experiências de desempenho na situação de ser atleta*, não poderia ser atingido a partir de afirmações que encerrassem certezas ou postulados teóricos, uma vez que aquilo que se busca em uma pesquisa de orientação fenomenológica é, em alguma escala, justamente uma *relativização da validade* (GADAMER, 1997)²⁶.

Foi preciso, assim, encontrar uma *outra forma*. Foi preciso também retomar o rigor acerca do termo *compreender*. Em Dilthey, este termo não é, em absoluto, um modo de conhecer dependente de operações cognitivas, mas um modo de *ser* originário. Como esclarece Casanova no prefácio de “*Ideias sobre uma psicologia descritiva e analítica*”²⁷ sobre o que queremos aqui dizer com compreensão (2011, p.15): “[...] compreender algo é antes de tudo poder se colocar no lugar daquele que enunciou algo, reconhecendo a si mesmo no outro.” Compreender, portanto, é algo que permite escapar da unilateralidade e da particularidade das vivências iniciais e torna possível pensá-las para além dos problemas incontornáveis que surgem dos modelos explicativos. Trata-se de estabelecer conexões entre o que é contado, as mensagens transmitidas por esse contar e o interlocutor, que as decifra/interpreta. Nesse sentido também, vez por outra, utilizamos a palavra “hermenêutica” ou “fenomenologia hermenêutica”²⁸.

Na fenomenologia, o compreender algo é *compreender-se em algo*, ou seja, está implicado inerentemente no compreender a figura do intérprete. Daí porque o pesquisar não pode ser separado do existir do pesquisador, como algo externo a ele, e nem pode essa forma de investigar se predispor a encontrar *comprovações verificáveis*. O interpretar, cerne da hermenêutica, constitui-se antes como uma ação.

²⁵ A fenomenologia não é uma teoria da qual a psicologia empresta conceitos teóricos; antes, é um modo de olhar. Por isso chamamos aqui de perspectiva, e não “abordagem”. Para uma discussão mais aprofundada do tema, consultar a tese de Carla Carminholi – “Contribuições da fenomenologia para a prática psicológica em instituições.” (No Prelo).

²⁶ Cabe ressaltar que no desenvolvimento dessa sessão, nos utilizamos de diversos autores além de M. Heidegger, com a intenção de facilitar a elaboração e a possibilidade de compreensão do texto. Porém, faz-se importante deixar claro que o método utilizado nesta tese é o da fenomenologia existencial, e não o de fusão de horizontes (Gadamer) ou suspensão (*Epochè* - Husserl).

²⁷ DILTHEY, W. **Ideias sobre uma psicologia descritiva e analítica**. Trad. Marco Antonio Casanova. 1ed. Rio de Janeiro, RJ: Via Veritas, 2011.

²⁸ Hermenêutica é uma palavra que faz referência ao deus Hermes, cuja função - na mitologia grega - era traduzir e interpretar as mensagens entre deuses e homens.

A compreensão, por sua vez, acontece no projetar-se ao espaço do texto (ou qualquer que seja o material em questão), na medida em que é possível deixar-se absorver pelas dinâmicas inerentes a este espaço, sempre aberto a novas significações. Compreender “Implica a possibilidade de interpretar, detectar relações, extrair conclusões em todas as direções, que é o que constitui o entender do assunto...” (GADAMER, 1997, p. 394 – grifo nosso).

Por esta perspectiva, é apenas no próprio existir e no contato com o mundo que acontece o situar(-se) significativamente acerca das propriedades dos entes. Nesse mesmo movimento, temos a perspectiva dos limites da (nossa) própria compreensão, delimitada por um “todo” nunca substituível pela soma de partes, e condicionada sempre pela circunstância de ser-no-mundo, pelo momento, pela história. Qualquer interpretar é, portanto, uma espécie de “recorte” de uma totalidade determinada pela compreensão, que destaca e articula caminhos dentre possibilidades.

Chamamos *interpretação* o desenvolvimento do entender. Na interpretação, o entender, entendendo, apropria-se do seu entendido. Na interpretação, o entender não se torna algo diverso, mas se torna ele mesmo. [...] A interpretação não consiste em tomar conhecimento do entendido, mas em elaborar possibilidades projetadas no entender.

O aberto no entender, o entendido, já é sempre acessível de tal maneira que pode ser expressamente destacado o seu ‘como quê’. O ‘como’ constitui a estrutura do ser-expresso de um entendido; ele constitui a interpretação. (HEIDEGGER, 2012, p. 421,423)

Assim, é no projetar-se à compreensão e no deter-se à suas redes de referências que se tornam possíveis as interpretações. Para clarear o que dizemos: esta tese se iniciou pelo relato de um *percurso*, pessoal e acadêmico, justamente porque partimos da compreensão que, sem conhecer as passagens, paragens e descaminhos visitados, não seria possível compreender quais trajetos ligaram a atleta do passado, a psicóloga e a pesquisadora à esta proposta de pesquisa.

A tarefa posta é, portanto, não receber de antemão, como “fatos” a posição, a visão ou a concepção prévia de qualquer ente, mas assegurar a elaboração desses fenômenos a partir da coisa-para-nós. O acontecimento da compreensão não é apenas o esforço de alcançar um significado, mas também a descoberta do seu *poder-ser* possível (GADAMER, 1997).

Em uma pesquisa de caráter fenomenológico existencial não se tem como ponto de partida hipóteses a serem confirmadas ou refutadas, embora estas de fato existam, uma vez que o pesquisador está inserido em um mundo, e partilha de seus *pré-conceitos*. Mas busca-se que as hipóteses ou teorias permaneçam em certo estado de provisoriedade. Não se chega, portanto, a uma contraposição entre teorias, onde poderia se supor uma como “mais verdadeira” que outras. Almeja-se, com a fenomenologia, descrever e interpretar fenômenos, ação que permite chegar

aos “impensados”, seja nas compreensões que oferece, seja nas novas interrogação que suscita, a partir da suspensão do que, supostamente, já se sabe. Assim, é possível se deter mais às perguntas, em especial, àquelas que ainda não foram feitas sobre algo. Compreender uma questão pela via fenomenológica existencial/hermenêutica oferece indeterminações e *produções* de sentido, e o material a que se chega explicita possibilidades de ser-no-mundo, acontecendo no encontro entre intérprete, fenômeno e mundo.

2.3 Psicologia do Esporte, tradição e a questão da técnica.

Vimos até aqui dizendo sobre uma forma de abordagem dos fenômenos que busca a abertura de compreensões possíveis, e mostramos o percurso no qual esta perspectiva se afasta do modo utilizado pelas ciências positivistas por não ter no conceito (na abstração e representação do fenômeno) seu ponto central, e por proceder retornando ao fenômeno ele mesmo.

Precisaremos, no entanto, de uma pausa, para com ela marcarmos uma distinção. Pausa porque interrompemos o curso do que estávamos apresentando para dizer da psicologia do esporte em sua versão mais tradicional. Distinção porque precisamos mostrar em que medida *não fazemos* neste trabalho o que se faz tipicamente nos interiores desta disciplina

Não nos propomos a contrariá-la, o que nos faria incorrer no risco de oferecer outra *versão explicativa* dos fatos que nos parecesse mais adequada, e que nos afastaria da fenomenologia. Buscamos talvez uma ampliação, um alargamento de horizontes que possa incluir variações, não-ditos e não-vistos em dimensões diferentes do desempenho e do atleta. Justamente por seu compromisso com os conceitos, em suas reprodutibilidades e funcionalidades, a psicologia do esporte (de maneira geral²⁹) não abarca tais dimensões. Nisso reside o ponto central deste trabalho: encontrar *perspectivas outras* de compreensão da experiência de ser atleta diante do desempenho esportivo, que não pelas vias teóricas e técnicas da psicologia positivista.

Para isso, no entanto, precisamos apresentá-la e precisamos definir de que falamos quando mencionamos a palavra “técnica”. Para dar cabo desta tarefa, trazemos um pouco da história pertencente à psicologia do esporte, ou seja, da tradição que a constitui. Em seguida,

²⁹ Reconhecemos, no entanto, que diferentes abordagens dentro da “grande área” da Psicologia do Esporte podem ter diferentes níveis de interesse e alcance no que diz respeito às particularidades dos fenômenos que envolvem o desempenho esportivo. Inclusive, diversos trabalhos que se valem de abordagens psicodinâmicas e filosóficas, com metodologias que se afastam do positivismo em sua versão mais estreita, serviram de referência e inspiração para este tema de pesquisa. Aqui concordamos com Figueiredo (2003), pensando que quanto mais se afastam do positivismo, mais as linhas teóricas tendem a se interessar pelo *singular* e contribuirão no sentido de um enriquecimento das compreensões possíveis sobre os fenômenos humanos.

falamos resumidamente sobre alguns de seus aspectos teóricos, dando ênfase ao que define conceitualmente por ansiedade (estado/ traço/ cognitiva/ competitiva, etc.) e como se propõe pensar os efeitos da ansiedade no desempenho. Discutimos então, a partir desse exemplar, a questão da técnica, conforme pensada por M. Heidegger.

Nos últimos anos do século XIX, alguns temas que seriam precursores da psicologia do esporte começaram a ser estudados na Alemanha pela própria psicologia experimental, tais como tempo de reação, determinação de limiares de ação, atenção, percepção e suas relações com os processos físicos/fisiológicos e com a aquisição/desenvolvimento de habilidades. Alguns pesquisadores iniciavam, na mesma época, estudos sobre tempo de reação e atenção em esgrimistas, corredores, jogadores de basquete e boxeadores. Entre eles, pode-se mencionar Edward Wheeler Scripture e Granville Stanley Hall, ambos membros fundadores da *American Psychology Association*. Assim, a origem da psicologia do esporte se dá basicamente no interior de laboratórios, preocupada com as interações psicofísicas e com interesse voltado à mensuração dos fenômenos (KORNSPAN, 2007; GRANITO, 2017).

Como marco de surgimento da área, muitos dos trabalhos sobre a história da psicologia do esporte citam os estudos do norte-americano Norman Triplett com ciclistas, no final do século XIX (GILL, 2008; HORN, 2008). Partindo de observações de que os atletas, em geral, pareciam mais motivados quando influenciados por fatores sociais, o norte-americano testou o desempenho de ciclistas que treinavam/atuavam em duplas ou grupos, comparando-os com os que atuavam sozinhos, notando que os primeiros tinham desempenho melhor em relação àqueles que atuavam sozinhos (BURITI, 2001; RÚBIO, 2003). Triplett, a partir dos resultados obtidos em seus estudos, chegou à conclusão de que a presença de um concorrente participando simultaneamente da tarefa serviria para “liberar uma energia latente”, normalmente não disponível (TRIPLETT, 1898³⁰ *apud.* GRANITO, 2017). Esse estudo é considerado um clássico em psicologia social e em psicologia do esporte, sendo o primeiro a tentar responder quais mudanças ocorrem no desempenho individual quando outras pessoas estão presentes (ALLPORT, 1954³¹ *apud.* DAVID, HUSS; BECKER, 1995). Podemos considerar, portanto, como uma segunda vertente inaugural das áreas de interesse da psicologia do esporte os fenômenos sociais relacionados à prática e ao desempenho.

³⁰ TRIPLETT, N.L. Dynamogenic factors in pacemaking and competition. *American Journal of Psychology*, 9, 507-533, 1898.

³¹ ALLPORT, G.W. The historical background of modern social psychology. In G. Lindzey (Ed.) *The handbook of social psychology* (pp. 3-56). Reading, MA: Addison-Wesley, 1954.

Ao lado do interesse pelas medidas psicofisiológicas e influência de fatores sociais, a variável “personalidade” esteve presente desde o início dos estudos da área, como tema subsidiário (BARRETO, 2003). No início dos anos 1900, Scripture, conduziu uma pesquisa baseada em estudo de casos para descobrir se estaria correta a crença de que a participação em esportes levaria à melhora em algumas características de personalidade, ou mesmo do “caráter”. Examinou a relação entre esses fatores a partir do acompanhamento de jovens que estavam em um programa de reabilitação de um reformatório. Scripture anunciou um sucesso notável na melhora do autocontrole e do comportamento geral nos indivíduos que participaram de programas de treinamento esportivo, concluindo que a atividade motora teria função em “construir o caráter”, e que tal característica seria transferida para a vida cotidiana. Outros pesquisadores pioneiros da psicologia do esporte como Patrick (1903, 1914) e Kellor (1908)³², também apontam em seus estudos uma suposta interconexão entre mente, corpo e espírito, e que, através do jogo e do jogar, um indivíduo poderia aprender e aplicar a ética adquirida no meio esportivo a situações da vida cotidiana, e que a atividade física seria não apenas meio para construção de um corpo forte, mas também de uma “mente forte”.

Outros estudos, tais como os de McCloy (1930³³), O’Neal (1936³⁴) e Richardson (1936³⁵) constam também como pioneiros na busca pelas correlações entre o fator personalidade do atleta e a participação esportiva, partilhando do mesmo questionamento sobre o papel exercido no desenvolvimento do caráter. Ao relatarem essas pesquisas, David, Huss e Becker (1995) apontam que não havia nenhum rigor metodológico na condução das mesmas, em termos científicos. Importante ressaltar que não se trata aqui de concordar ou não com essa proposição sustentada pelos autores do estudo mencionado, que já faz parte de um determinado discurso que aponta os limites do que pode ou não ser considerado científico, e, portanto, válido. Trata-

³² Trabalhos citados por David, Huss e Becker, *op. cit.* Tratam-se de trabalhos clássicos (idem os trabalhos abaixo), aos quais não consegui acesso direto, devido à data de publicação. Seguem as referências dos originais:

KELLOR, F. (1908) Psychological basis for physical culture. **Education**, 19, 100-104.

PATRICK, G.T.W. (1903). The psychology of football. **American Journal of Psychology**, 14, 104-117.

PATRICK, G.T.W. (1914). The psychology of play. **Journal of Genetic Psychology**, 21, 469-484.

³³ McCLOY, C. (1930) Character building through physical education. **Research Quarterly**, 1, 41-61. Apud GOULD; PICK (*op.cit.*).

³⁴ O’NEAL, F.W. (1936) A behavior frequency rating scale for the measurement of character personality in high school physical education classes for boys. **Research Quarterly**, 7, 67-76. Apud GOULD; PICK (*op.cit.*).

³⁵ RICHARDSON, B.E. (1936) A behavior frequency rating scale for measurement of character personality in physical education. **Research Quarterly**, 7, 57-66. Apud GOULD; PICK (*op. cit.*).

se, no entanto, de mencionar que, mesmo no escopo do posicionamento científico no qual estas pesquisas estariam inseridas, as correlações entre personalidade, caráter e o treinamento esportivo, bem como os resultados obtidos (os quais estabeleceram que o exercício teria a capacidade de disciplinar e moralizar³⁶) não encontraram respaldo.

A concepção do exercício como parte fundamental na constituição da virtude moral e do “bem” remonta às origens gregas do atletismo (RÚBIO, 2001). Propunha-se que o homem grego só podia obter a educação completa e ser capaz de tomar boas decisões se submetido à práticas físicas regulares, com o intuito de tornar seu corpo forte e ágil. Essa herança de alguma forma permaneceu no esporte moderno, por meio da noção de disciplina. As pesquisas iniciais em psicologia do esporte parecem ter acompanhado essa tradição, mantidas pelos movimentos ginásticos europeus de século XVIII, sem questionamentos acerca da relação entre exercício e desenvolvimento de um “bom caráter”, bem como da correlação entre promoção da saúde física e o desenvolvimento de aspectos mentais tidos como positivos. Tais concepções (exercícios físicos e participação esportiva como promotores de disciplina, bom caráter e saúde) já se encontravam naturalizadas no interior dessa tradição de pensamento.

Como referência histórica também temos os trabalhos de Coleman R. Griffith, ex- atleta amador de beisebol e outras modalidades esportivas, e tido como o fundador ou “pai” da psicologia do esporte (BAUMLER, 1997; GOULD; PICK, 1995; KROLL; LEWIS, 1970/1978; SINGER, 1989; SWOAP, 2000). Teria sido este o primeiro pesquisador a tomar conhecimento de estudos prévios conduzidos em *settings* esportivos e o primeiro a oferecer uma disciplina intitulada “*Psychology of Athletics*”, na década de 1920, na Universidade de Illinois, além de ter sido “[...] o primeiro psicólogo contratado para intervir em uma equipe com a intenção de melhorar seu rendimento.” (BURITI, 2001, p. 14). Griffith buscou conhecer a “atividade mental” em situação de competição. Em 1925 publicou “*Psychology and Its Relation to Athletic Competition*” (Psicologia e sua Relação com a Competição Esportiva - GRIFFITH, 1925³⁷ *apud*. GREEN, 2003). Pela relevância histórica, deixamos um trecho original do artigo a seguir:

The more mind is made use of in athletic competition, the greater will be the skill of our athletes, the finer will be the contest, the higher will be the ideals of sportsmanship displayed, the longer will our games persist in our national

³⁶ Após o advento da profissionalização do atleta, os questionamentos acerca do desenvolvimento moral e das virtudes no Esporte de alto rendimento vem sendo discutidas em outro sentido. Ainda que ideologicamente o atleta continue sendo visto como alguém “especial” e portador de uma série de características positivas, a exigência de que se ganhe “a qualquer custo”, dados os retornos financeiros vinculados aos resultados esportivos, tem levado a concepção de que o atleta, “para ser bom, deve ser mau”, ou seja, se valer de vantagens sempre que possível para alcançar o resultado (EITZEN, 2009).

³⁷ GRIFFITH, C. R. (1925). Psychology and its relation to athletic competition. **American Physical Education Review**, 30, 193–199.

*life, and the more truly will they lead to those rich personal and social products which we ought to expect of them. Because of these facts, the psychologist may hope to break into the realm of athletic competition, just as he has already broken into the realms of industry, commerce, medicine, education, and art.*³⁸ (GRIFFITH, 1925, p. 193 *apud*. GREEN, 2003)

C. Griffith publicou outros inúmeros trabalhos voltados à psicologia do esporte, dentre os quais podemos mencionar o artigo “*Psychology and Its Relation to Athletic Competition*”, em 1925, no qual propôs quais seriam as tarefas do psicólogo do esporte, a saber: adaptar os conhecimentos da psicologia geral à psicologia do esporte, identificar sistematicamente os princípios do desempenho que não relacionados apenas às habilidades físicas, mas com a “mente”, e observar os técnicos que obtêm sucesso com suas equipes, com o objetivo de abstrair os princípios que esses técnicos seguiam para o desenvolvimento dos times. Também realizou estudos sobre os efeitos do medo na coordenação muscular de ginastas, efeitos da emoção e da ansiedade no aprendizado motor e efeitos da “força de vontade” (*will power*) no desempenho (GOULD; PICK, 1995). Foi ainda um dos primeiros a teorizar acerca daquilo que veio a se chamar nível ótimo de motivação, até hoje presente como um conceito de destaque na psicologia do esporte.

Na Europa, também no final do século XIX, iniciam-se as primeiras pesquisas em psicologia do esporte, aproximadamente de maneira uniforme por todo o continente, mas em especial na Alemanha, Rússia e França (CHRONI; ABRAHAMSEN, 2017). A tradição filosófica grega parece ter influenciado de forma marcante os primeiros escritos europeus, abrindo espaço para questionamentos sobre a forma como as pessoas compreendem os fatos (para além dos fatos em si), sobre as “forças” internas que direcionam o ser humano à desejos e escolhas e o papel do livre arbítrio nessa dinâmica, temas caros a filósofos como Aristóteles e Epicuro, por exemplo (CHRONI; ABRAHAMSEN, *op.cit.*; ETTEKAL *et.al*, 2016).

Os primeiros escritos da área no continente europeu de que se tem conhecimento datam do final dos anos 1800, e foram publicados por Philippe Tissié (1894a e 1894b³⁹). Tratavam das mudanças psicológicas (juntamente com as fisiológicas e biomecânicas) produzidas durante a

³⁸ Tradução nossa: Quanto mais se fizer uso da mente na competição esportiva, maior serão as habilidades de nossos atletas, melhor será a competição, mais altos serão os ideais de esportividade a serem exibidos, mais longamente os nossos jogos persistirão na nossa nação, e mais verdadeiramente ele (o esporte) levará aos ricos produtos pessoais e sociais que devemos esperar dele. Por conta desses fatos, o psicólogo deve entrar no campo da competição esportiva da mesma forma que já entrou no campo industrial, comercial, médico, educacional e artístico.

³⁹ TISSIÉ, P. Concernant un record velocipédique. *Archives du Psychologie Normale et Pathologique*, 837, 1894a.

TISSIÉ, P. L'entraînement physique. *La Revue Scientifique*, 518, 1894b.

tarifa de pedalar por 24h seguidas em um velódromo. Porém, Chroni e Abrahamsen (2017) apontam ter sido Pierre de Coubertin (fundador do movimento olímpico moderno) o pioneiro a definir e promover a psicologia do esporte como campo científico na Europa. Seu artigo intitulado “*La Psychologie du Sport*” (A Psicologia do Esporte), de 1900, seria um marco nesse sentido. Entre os temas investigados por Coubertin estavam os motivos que levariam à participação esportiva em crianças, jovens e adultos, estados mentais e autocontrole nos atletas, “força de vontade” e as propriedades ou características mentais que poderiam melhorar o desempenho atlético.

Na década de 1920 apareceram os primeiros trabalhos relacionados à psicologia do esporte na antiga URSS, especialmente na Rússia, e o primeiro departamento específico desta área (em Moscou), sob direção de P.A. Roudik. Novamente, os primeiros estudos tiveram como temática as variáveis envolvidas no tempo de reação de várias modalidades esportivas. Em seguida (1927), A. Puni conduziu sua primeira investigação sobre os efeitos psicológicos da prática do tênis de mesa, enquanto trabalhava em Vyatka como organizador esportivo (RYBA; STAMBULOVA; WRISBERG, 2005). Embora não tenham trabalhado diretamente juntos, esses dois autores (Roudik e Puni) foram reconhecidos como fundamentais para sucesso da equipe soviética na Olimpíada de Helsinque (1952).

Assim, resumidamente, temos que os temas personalidade, psicofisiologia do exercício e aspectos sociais da prática esportiva inauguram a psicologia do esporte nos EUA e Europa como uma vertente das ciências do esporte, pretendendo-se uma “ciência aplicada”, capaz de compor outras esferas da preparação do atleta e tendo em seu escopo de interesse a promoção do alto desempenho. Conclui-se que essa origem da psicologia do esporte tem uma forte relação com a então nascente psicologia experimental, de matriz cientificista, cujas pesquisas e compreensão possível do humano eram configuradas através de modelos próprios às ciências biológicas. Está também relacionada com os métodos aplicados e validados nas ciências do esporte, paradigma ao qual a psicologia do esporte permanece filiada.

Seguindo o percurso histórico, na década de 1940 observam-se alguns estudos esporádicos, número que aumentaria no pós-guerra, quando houve um impulso aos programas de pesquisa sobre comportamento motor que incorporavam tópicos sobre psicologia do esporte. Dois autores importantes desse momento histórico foram Alfred Hubbard, tendo como foco pesquisas sobre motivação, percepção e treinamento mental, e Warren Johnson, que dentre outros trabalhos relevantes publicou em 1949 o livro “*Precontest Emocional in Football*”,

considerado precursor de estudos posteriores sobre a relação entre emoções e competição esportiva.

Em seguida, as décadas de 1950 a 1980 foram um período de aumento dos estudos e expansão da literatura voltada à psicologia do esporte (LANDERS, 1995). Datam desse período o surgimento de autores como Bryant Cratty, Robert Singer, Bruce Olgivie e Thomas Tukto, bem como de trabalhos pioneiros, que vieram a ser fonte para inúmeras outras pesquisas, e tidos como os primeiros manuais para orientação da atuação prática junto à atletas. Olgivie e Tukto lançaram, em 1966, um livro intitulado “*Problem Athletes and How to Handle Them*” (“Atletas problemáticos e como lidar com eles”, em tradução livre). O trabalho trouxe uma abordagem clínica, mas foi duramente questionado pela falta de cientificidade e pela falta de evidências que dessem suporte ao que os autores propunham. Apesar de mal recebido no âmbito acadêmico, o livro tornou-se bastante popular entre a comunidade de treinadores da época e prenunciou a direção da psicologia do esporte aplicada até a década de 80 (GRANITO, 2017). Landers (*op.cit.*) menciona outros estudos relevantes desses anos, os quais resumimos aqui, apontando seus principais conteúdos:

- 1964 – Bryant Cratty: *Movement Behavior and Motor Learning*⁴⁰: trabalho incluiu tópicos sobre facilitação social, interação grupal e cooperação competitiva – ou seja, temas relativos aos fatores sociais que poderiam funcionar como motivadores. O trabalho abordou também as possíveis relações entre ansiedade e relaxamento no desempenho motor.

- 1967 – Arnold Beiser: *The Madness in Sports*⁴¹: estudo de casos psiquiátricos envolvendo atletas.

- 1970 – Miroslaw Vanek e Bryant Cratty: *Psychology of The Superior Athlete*⁴²: contém capítulos sobre controle da ansiedade pré-competitiva, simulação do estresse competitivo em ambientes de treinamento e técnicas sociométricas planejadas para promover relações de melhor qualidade entre membros dos times.

- 1974 – W. Timothy Gallwey: *The inner game of tennis*⁴³: estudo traz descrições de “estados mentais vitoriosos” e correlações entre habilidades mentais e desempenho.

⁴⁰ CRATTY, B.J. **Movement Behavior and motor learning**. Philadelphia: Lea & Febiger, 1964.

⁴¹ BEISSER, A.R. **The madness in Sports**. New York: Appleton-Century-Crofts, 1967.

⁴² VANEK, M. & CRATTY, B.J. **Psychology and the superior athlete**. London: Macmillan, 1970.

⁴³ GALLWEY, W.T. **The inner game of tennis**. New York: Bantam, 1974.

- 1975 – Rainer Martens: *Social Psychology and Physical Activity*⁴⁴: considerado marco do direcionamento e atenção das pesquisas para uma “abordagem social-analítica”, que visava analisar as evidências empíricas por meio dos pressupostos teóricos, aplicada a um montante de tópicos que, até então, não haviam recebido atenção como assuntos para pesquisa, por exemplo: facilitação social, reforço social e dinâmicas de grupo.

- 1979 – Rainer Martens: *About Smocks to Jocks*⁴⁵: neste artigo, o autor aponta certa insatisfação com o paradigma científico existente até então, mencionando a inadequação das pesquisas realizadas em laboratório, uma vez que se distanciavam das condições reais de desempenho em competições. Uma solução parcial para o desenvolvimento de um novo paradigma, mais adequado à realidade do esporte, seria a de que os psicólogos do esporte trocassem seus jalecos de laboratório por atletas reais (daí o título do trabalho - “Sobre Jalecos para Jogadores”), modificando seus esforços acadêmicos para pesquisas de campo, levando em consideração a multideterminação de fatores e que fossem planejadas para médio e longo prazo.

- 1980 – Albert Carron: *Social Psychology of Sport*⁴⁶: abordou temas como personalidade, liderança, dinâmica de grupos e facilitação social, com ênfase em ligar teorias psicológicas testáveis com dados empíricos da área do comportamento motor.

- 1985 - Willian Morgan: *Selected psychological factors limiting performance: A mental health model*⁴⁷: desenvolvido entre 1977 e 1980, apresenta um modelo de saúde mental no qual afirma-se que atletas teriam melhores desempenhos se tivessem um “perfil de humor positivo” (conforme a obtenção de determinada pontuação no teste *Profile of Mood States* - POMS), cuja característica central seria uma alta pontuação no item “vigor”, e o contrário, ou seja, desempenhos piores, se tivessem “perfil de humor negativo”, marcado por maiores níveis de ansiedade, depressão, confusão, tensão e fadiga. Desejável, portanto, seria obter o “perfil iceberg”, com altos níveis de vigor e baixos níveis de ansiedade e fadiga. No estudo de Morgan, essas características seriam mais estáveis, sujeitas a poucas variações, modelo para o qual outros pesquisadores não encontraram evidências. Contestando esse estudo em particular, Rowley et.al. (1995) argumentam que o modelo teórico proposto por Morgan explica muito pouco, uma vez que a variação de pontuação entre os atletas de diferentes níveis de desempenho

⁴⁴ MARTENS, R. **Social psychology and physical activity**. New York: Harper and Row, 1975.

⁴⁵ MARTENS, R. About Smocks and Jocks. **The Sport Psychologist**. Vol.1, issue 2, p. 95-99, 1979.

⁴⁶CARRON, A.V. **Social Psychology of Sport**. Ithaca, NY: Movement, 1980.

⁴⁷ MORGAN, W.P. Selected psychological factors limiting performance: A mental health model. In D.H. CLARKE & H.M. ECKERT (Eds.), **Limits of human performance** (pp. 70-80). Champaign, Il: Human Kinetics, 1985.

esportivo foi de menos de 1%, e que, portanto, a capacidade preditiva do teste seria questionável.

Do final dos anos 80 em diante, houve um exponencial crescimento da psicologia do esporte, que passa a chamar a atenção de estudantes e do público em geral, e atrair interesses em publicações e novas pesquisas, agora já com o objetivo bem estabelecido de aumentar os níveis de desempenho por meio de técnicas psicológicas. A demanda por uma psicologia mais prática e aplicada aumentou, bem como a dificuldade em estabelecer critérios de controle para avaliar a qualidade dessas técnicas e “serviços psicológicos”. Tem início o desenvolvimento de práticas de treinamento mental bastante específicas, bem como o uso de testes e questionários para avaliação de atletas, na tentativa de prever quais obteriam melhores resultados a longo prazo. Para citar exemplos, tem-se as técnicas de visualização ou ensaio mental e técnicas de relaxamento e ativação e testes como o AMI (*Athletic Motivation Inventory*), inicialmente aplicado por Ogilvie e Tukto para embasar decisões dos técnicos acerca de convocar ou cortar alguns atletas em seus times.

Do ponto de vista teórico inicia-se a produção de grandes manuais de divulgação e orientação à prática em psicologia do esporte, os quais trazem alguns dos temas mais estudados e sobre os quais há mais interesse e busca por conhecimento psicológico aplicado ao rendimento esportivo e aos aspectos sociais, individuais e familiares que afetam a prática esportiva e o desempenho. No levantamento que fizemos para este estudo, selecionamos os temas que mais apareceram em dez manuais de psicologia do esporte publicados de 1985 à 2019, alguns dos quais publicados em várias reedições.

Os manuais pesquisados foram⁴⁸: *Sport Psychology. Concepts and Applications*. - Richard Cox; *Advances in Sport Psychology*. – Thelma Horn; *Applying Sport Psychology: Four Perspectives*. – J. Taylor e G. Wilson; *Foundations of Sport and Exercise Psychology*. - R. Weinberg e D. Gould; *Doing Sport Psychology* – Mark Andersen; *Emotions in Sport* – Yuri L. Hanin; *Clinical Sport Psychology* – F. Gardner e Z. Moore; *European Perspectives on Exercise and Sport Psychology* – Stuart Biddle; *Psychological Dynamics of Sport and Exercise* – D. Gill; *Psicologia do Esporte* – Dietmar Samulski.

⁴⁸ Aqui citamos apenas nome da obra e autor. As citações completas se encontram nas referências bibliográficas ao final do trabalho.

Usamos como critério para menção o tema aparecer em pelo menos quatro dos manuais consultados. Longe de qualquer pretensão estatística, queremos apenas apontar, de maneira geral, os assuntos mais recorrentes na área. Assim, os temas que mais encontramos foram:

- Fundamentos e natureza da psicologia do esporte (definição, história);
- Personalidade;
- Estados de humor e/ou emoções;
- Liderança e/ou comunicação;
- Motivação;
- Confiança e/ou auto-confiança;
- Estabelecimento de metas; orientação ao alcance de metas;
- Ansiedade/ Stress;
- Intervenções comportamentais e/ou cognitivas (visualização; mentalização; auto fala; (auto) hipnose; *mindfulness*); Intervenções clínicas (tratamentos);
- Avaliação e/ou medidas de características psicológicas;
- Psicologia social do esporte (agressão, violência, efeito de catarse, espectadores, influências parentais, etc);
- Psicologia de grupos (dinâmicas de grupo, processos grupais);
- *Burnout*, *Overtraining*, Queda de desempenho, Recuperação;
- Lesões (aspectos psicológicos da lesão e da recuperação);
- Atenção/ concentração (teorias de processamento da informação; foco atencional);
- Flow-feeling e/ou estados ótimos de desempenho;
- Transtornos psicológicos e psiquiátricos nos atletas/ Abuso de drogas e álcool no esporte.

Entre estes temas, selecionamos um, o da ansiedade, para apresentar mais detidamente, e, a partir dele, pensarmos sobre o caráter propriamente de técnica (*Techné*) da psicologia do esporte, tomando em conta a compreensão heideggeriana de técnica como armação (*Gestell*).

Como conceito, propõe-se que ansiedade é um estado emocional negativo, caracterizado por apreensão, nervosismo e preocupação, associado com ativação ou agitação do corpo (WEINBERG; GOULD, 2015). Martens, Vealey e Burton (1990) diferenciam a ansiedade em duas formas complementares: ansiedade cognitiva (ou mental) e ansiedade fisiológica (ou corporal); e em dois níveis diferentes: ansiedade-traço e ansiedade-estado, sendo a primeira uma característica mais permanente da personalidade, que levaria a uma tendência de percepção das situações em geral como ameaçadoras, e a segunda, a ansiedade-estado, uma condição

temporária e variável, relativa a situações específicas e com ativação fisiológica correspondente.

Sobre a relação da ansiedade com o desempenho esportivo, as teorias presentes na psicologia do esporte argumentam que o atleta, ao responder com ansiedade elevada e/ou desproporcional ao estímulo competitivo, poderá, por este motivo, apresentar queda de rendimento, quer por sofrer as consequências físicas do excesso de ativação fisiológica (tensão muscular, aumento de temperatura, aumento dos batimentos cardíacos e pressão arterial, etc.), quer pela modificação dos padrões de movimentos causados pelas alterações musculares e de percepção/ atenção geradas pela ansiedade.

As relações entre ansiedade e desempenho dependeriam ainda da dificuldade da tarefa e da exigência de precisão, sendo que tarefas mais complexas teriam por característica requerer menores níveis de ansiedade, e do grau de aprendizagem e aptidão/experiência do atleta, uma vez que, sob condições de alta exigência, tarefas bem aprendidas e automatizadas são melhor executadas que tarefas aprendidas parcialmente (MAGILL, 2000).

Samulski (2002) apresenta resumidamente algumas das teorias que buscam explicar de que forma os níveis de ansiedade afetam o desempenho. Dentre elas, destacamos a hipótese do “U” invertido (desenvolvida por LANDERS e BOUTCHER, 2001), que propõe uma relação de ganho de desempenho com o aumento da ansiedade até um ponto ideal, no qual se daria o desempenho ótimo. A partir desse ponto, maiores níveis de ansiedade passariam a prejudicar o desempenho. Ou seja, o desempenho ótimo ocorreria quando o atleta se encontra em um nível ideal de ansiedade, enquanto níveis muito altos ou muitos baixos corresponderiam a desempenhos ruins. Próximo a essa proposta também se encontra descrito o Modelo da Catástrofe (HARDY, 1990⁴⁹ *apud*. SAMULSKI, 2002), o qual propõe que o desempenho depende da interação entre as ansiedades cognitiva e fisiológica da seguinte forma: se os níveis de ansiedade cognitiva (“preocupação”) são baixos, é aplicável o modelo do “U” invertido, mas se são altos, a ansiedade fisiológica (que também pode ser chamada de ativação), ao ultrapassar um determinado limiar, levaria a um abrupto declínio de desempenho (“catástrofe”).

Outra teoria relevante aponta que atletas de elite possuem uma zona de ansiedade-estado ideal, na qual ocorreriam seus melhores resultados, e fora da qual se dariam desempenhos piores. Este modelo de zonas individualizadas de desempenho ideal (IZOF), desenvolvida por Hanin (2000), infere que o desempenho ideal não ocorre em um ponto discreto, mas em uma

⁴⁹ HARDY, L. A catastrophe model of performance in sport. In: Jones, J, & Hardy, L. (Eds.) **Stress and performance in sport**. Chichester: Wiley, 81-106, 1990.

faixa ideal de ansiedade, e que é prerrogativa do atleta identificar sua faixa específica, que varia de indivíduo para indivíduo.

Encontramos ainda uma proposta, denominada Teoria da Inversão (KERR, 1997) segundo a qual a forma como a ativação afeta o desempenho depende da interpretação que um indivíduo dá ao seu nível de ativação. Ainda que essa teoria apresente um elemento interessante, trazendo para o primeiro plano a importância da interpretação do atleta acerca de uma dada situação, ela acaba por propor que se deve ensinar aos atletas fazerem mudanças rápidas (inversões, daí o nome da teoria) na interpretação a ser feita da ansiedade, uma vez que, para alcançar melhores desempenhos, os atletas devem interpretar a mesma como um estímulo agradável.

A partir desses entendimentos que preconizam uma alta correlação entre “qualidade” e quantidade de ansiedade e desempenho esportivo, passa a ser primordial a busca de controle nos níveis de ansiedade/stress a partir de técnicas, tais como a de relaxamento progressivo, controle da respiração (respiração abdominal), *biofeedback*⁵⁰, auto-fala e treinamento autógeno (que visa controlar a resposta fisiológica).

Podemos agora indicar a forma como Heidegger compreende o que vem a ser a essência da ciência e da técnica. Lembramos que a fenomenologia define uma ontologia, ou seja, uma forma particular de compreender o *ser*; que coloca, ou recoloca, o ser dos entes em sua própria manifestação: o ser é aquilo que aparece. Todo ser do ente se manifesta em um horizonte histórico marcado por uma compreensão de ser, ou seja, um fundamento histórico. Na ciência, porém, encontramos o avesso dessa ontologia na abstração teórica que anula, interrompe e veda o *ser* em sua manifestação concreta e o pressupõe no conceito.

Ansiedade, como apresentamos acima, é aquilo que o conceito diz que é, em sua fixidez e suas relações lógicas possíveis. O conceito suspende a vivência concreta do “estar ansioso” para o sujeito, que é singular, para poder dizer daquilo que ela pretensamente é, excluindo suas manifestações diversas, mutáveis e especialmente ambíguas. Ao fixar o *ser* de algo, ao dizer o que algo é, há um movimento de recolhimento da coisa para além desse discurso que tenta aprisioná-la. A este movimento, o discurso responde tentando contornar o fenômeno, dar-lhe fechamento, utilizando para isso novos conceitos. Daí o surgimento das teorias em profusão,

⁵⁰ Método de controle do estresse que tem como objetivo regular o nível de ativação psicofisiológica através de feedback ótico-acústico contínuo de parâmetros fisiológicos (temperatura, frequência cardíaca e respiratória, etc.) O sistema de feedback registra através de eletrodos esses sinais fisiológicos e os transforma em sinais acústicos e visuais, os quais o atleta pode perceber e, em tese, regular.

como mostramos acima: modelos vão se criando uns a partir dos outros, em oposição, complementariedade ou reestruturação.

Esse movimento revela uma forma de olhar para o fenômeno procurando nele aquilo que pode ser posto (fixado) e disposto (como possibilidade de manipulação, de ação sobre ele).

Heidegger (2012a, p.22), ao discutir a questão da técnica, aponta:

Quando, portanto, nas pesquisas e investigações, o homem corre atrás da natureza, considerando-a um setor de sua representação, ele já se encontra comprometido com uma forma de desencobrimento. Trata-se da forma de desencobrimento da técnica que o desafia a explorar a natureza, tomando-a por objeto de pesquisa até que o objeto desapareça no não objeto da disponibilidade.

Nisso está a com-posição ou armação (do alemão *Ge-stell*) da técnica, essência da ciência: ser um apelo de exploração do real que convoca o homem a dis-por daquilo que se desvela de forma única, como dis-ponibilidade para o que quer que seja. Para facilitar a compreensão, nos utilizamos do exemplo dado no texto de Heidegger mencionado acima, quando trata da física: é por ser uma ciência que já vê a natureza como um sistema de forças que a física pode se valer de aparelhos, ferramentas e experimentos para conhecê-las, e assim opera previamente (antes de qualquer investigação) a confirmação da natureza como um “conjunto de leis”, podendo a partir dessa asserção prévia, buscar a constatação de como essas leis se dão.

Este é o essencial da técnica derivada de qualquer ciência, e que permanece encoberto para a própria ciência: a exigência de dispor da natureza, bem como de qualquer fenômeno, naquilo, e apenas naquilo, que se apresenta como disponibilidade, como disponível. Em síntese, técnica é o fundamento histórico que desvela os entes como disponíveis ao uso, consumo e manipulação humanas.

Bem sabemos da dificuldade dessa proposição heideggeriana, por isso insistimos um pouco mais na escrita: o que a essência da técnica define, e que não é algo propriamente técnico, mas antes um “princípio básico”, é que a natureza forneça dados passíveis de cálculo, que seja um sistema disponível de informações, sendo esta a única forma legítima de desvelamento do real para as ciências. Nas teorias, a face incontornável do real desaparece. Chamamos incontornável aquilo que no fenômeno não é previsível ou reproduzível, é único, mutável, volátil, inapreensível.

Posto pelo destino num caminho de desencobrimento, o homem, sempre a caminho, caminha continuamente à beira de uma possibilidade: a possibilidade de seguir e favorecer apenas o que se des-encobre na disposição e de tirar daí todos os seus parâmetros e todas as suas medidas. (HEIDEGGER, 2012a, p.28)

Continua o autor no desenvolvimento desta noção de essência da técnica, dizendo dos dois perigos nela presentes, pois que permanece, em seu percurso, cega de sua essência: o primeiro é o perigo de o homem equivocarse com o desencobrimento e o interpretar mal, entendendo que todo o real se apresenta à luz do nexos de causa e efeito. Ao expor a natureza como sistema operativo e calculável, e por tais operações proporcionarem constatações concretas, corre-se o risco de tomar a esfera do cálculo como a única reconhecível como existente. O objeto, ao tornar-se pura disponibilidade, só vigora na esfera do verdadeiro a partir de suas *características*.

O segundo perigo é o do homem também se reduzir a sua própria disponibilidade em suas características determináveis, e só se tomar a partir dessa medida, encontrando-se aí em um precipício: naquilo que não pode ser tomado pelo conhecimento científico, *não é, não existe e nem pode mostrar-se*. A relação do homem consigo mesmo e com tudo o que é e está sendo fica, nesta perspectiva, rendida a forma única da *Téchne*. O real não emerge em seu aparecer, mas apenas em seu *asseguramento*, em sua produção. “*Téchne* designa uma modalidade de saber. Produzir quer dizer: conduzir à sua manifestação, tornar acessível e disponível algo que, antes disso, ainda não estava lá como presente.” (CRITELLI, 2002, p.84)

Seguindo o pensamento de Heidegger, a possibilidade de perceber o que vige na técnica nos abre outros caminhos que não apenas aquele de ficarmos estarecidos, quando não aterrorizados ou encantados, diante dela: “Enquanto representamos a técnica como um instrumento, ficaremos presos à vontade de querer dominá-la.” (HEIDEGGER, 2012a, p.35). Neste movimento, o pensamento fica restrito ao uso da técnica correta (a melhor disponível, a que se encaixa melhor ao objeto em questão) ou corretamente (usá-la da melhor maneira, sem erros). Sem percebê-la em sua essência, ficamos inexoravelmente presos ao seu escopo, resplandecente e brutal. Nos diz Heidegger (*op.cit*):

De um lado, a com-posição impele à fúria do dis-por que destrói toda visão do que o desencobrimento faz acontecer de próprio e, assim, em princípio, põe em perigo qualquer relacionamento com a essência da verdade. (p.35).

Não sendo nada de técnico a essência da técnica, a consideração essencial do sentido da técnica e a discussão decisiva com ela têm de dar-se num espaço que, de um lado, seja consanguíneo da essência da técnica e, de outro, lhe seja fundamentalmente estranho. (p.37)

Falamos sobre a questão da técnica e de sua essência por compreendermos essa relação com a técnica especialmente problemática no território da psicologia. Supor o homem como ente determinado e determinável, buscando incessantemente formas de eliminar sua negatividade originária, controlar ou fazer desaparecer sua angústia e suas dificuldades em seu ser-no-mundo-com-outros e consigo mesmo tem se mostrado tarefa tão interminável quanto

inglória. Diante de uma observação mais detida dos campos de trabalho como psicólogos, notamos que a esfinge⁵¹ do sofrimento humano continua envolta na mesma redoma de aço, tão impetrável quanto antes das cinco versões do DSM⁵², ainda que agora, em seu revelar-se, ganhe nomes e tratamentos em profusão.

Acima discutimos as colocações da psicologia do esporte em relação a ansiedade para dar a ver uma forma específica de entendimento que visa à construção de teorias, a partir das quais possa se assegurar o controle da condição mental do atleta. Preconiza-se que desta forma pode-se promover junto ao atleta uma melhora no desempenho. A ansiedade se dissocia do “estar ansioso” enquanto fenômeno, enquanto tonalidade afetiva, e só pode aparecer enquanto característica mensurável e sobre a qual faz se necessário agir para controlar.

Nessa medida temos, como aponta Heidegger (2012b) nas citações seguintes, a “[...]ciência como teoria do real” (p.40) que, cercado-se da objetividade dos objetos, só se faz possível na representação, e abrange apenas a região do real que se dis-põe à teoria, como conjunto de acontecimentos. Para retomar nosso exemplo, podemos dizer que há uma “região” do fenômeno “estar ansioso” que se dispõe à teoria, na forma de suas características e quantidades, mas há outras regiões, como a do sentido, que permanecem inacessíveis à possibilidade de uma representação unívoca, inclusive para o próprio sujeito.

A ciência corresponde a esta vigência objetivada do real à medida que, por sua atividade de teoria, ex-plora e dis-põe do real na objetividade. A ciência põe o real. E o dis-põe a pro-por-se num conjunto de operações e processamentos, isto é, numa sequência de causas aduzidas que se podem prever. Desta maneira, o real pode ser previsível e tornar-se perseguido em suas consequências.

A teoria assegura para si uma região do real, como domínio de seus objetos. O caráter regional da objetividade aparece na antecipação das possibilidades de pesquisa. Todo fenômeno numa área da ciência será processado até enquadrar-se no domínio decisivo dos objetos da respectiva teoria. [...] Numa concepção rigorosa, a essência do “objetivo” propicia o fundamento para se predeterminar comportamento e procedimento. (HEIDEGGER, 2012b, p. 48,49)

⁵¹ Na Grécia antiga, monstro com corpo, garras e cauda de leão, cabeça de mulher, asas de águia e unhas de harpia, que propunha enigmas aos viajantes e devorava quem não conseguisse decifrá-los. Pesquisa Google: https://www.google.com/search?newwindow=1&rlz=1C1GCEA_enBR814BR814&sxsrf=ALeKk03Pwr97hTna_hikvqdltspxiHyLxg%3A1599301816335&ei=uGhTX8LvE53B5OUP_LqvsAg&q=esfinge+significado&oq=esfinge&gs_lcp=CgZwc3ktYWIQARgDMgUIABCxAzICCAAyAggAMgUIABCxAzICCAAyAggAMgIADICCAyAggAMgIADoECAAQRzoECAAQQzoCCC46BwgjEOoCECc6BwguEOoCECc6BggjECCQEzoECCMQJzoECC4QQzoGCAAQChBDOgUILhCxAzoHCC4QChCTAjoECAAQCjoICC4QsQMqkwI6BAguEApQ8PVcWNadXWditV1oA3ACeASAABoBiAGBDpIBBDAuMTSYAQCgAQGqAQdnd3Mtd2l6sAEKwAEB&scient=psy-ab. Acesso em 05/09/20.

⁵² Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais da Associação Psiquiátrica Americana. Sua quinta e mais atual edição data de 2013.

Esta é uma das, senão a principal, tônicas da psicologia do esporte mais tradicional, e talvez de todas as psicologias de cunho positivista. Sua essência, refletimos aqui, é no mesmo passo supor um homem ideal, treinável para desempenhar o que quer que seja, e visá-lo nessa limitada medida. Distorce esse homem do qual fala até que sua manifestação se encaixe na teoria; deforma-o na ação da técnica, formatando-o; e o devolve como reflexo mais ou menos borrado ou translucido daquilo que dizia, de antemão, sobre ele.

A representação calculadora, portanto, não olha para o real a partir dele mesmo, mas das possibilidades representativas da razão. Olha para a lente com que se deve olhar para o real e então requisita o real a partir dela. Ao ajustá-lo à medida da lente, a representação calculadora realiza uma certa provocação (pró-vocação) do real. Ela o convoca a mostrar-se sempre da mesma maneira [...] e opera em relação ao real um *controle* sobre sua possibilidade de manifestação. (CRITELLI, 2002, p. 86)

É desta forma de pensar a psicologia do esporte que nos afastamos neste trabalho, não porque não haja nela alguma forma de cuidado, pois pode haver, mas porque, cega de sua essência, torna-se cega de seu envio, de sua destinação: transformar o homem em objeto portador de certezas, que desaparece diante de si mesmo, na responsabilidade por suas decisões e no cuidado próprio ao ser. Afasta-o de seu sentir e de sua experiência nos conteúdos que escapam aos conceitos, experiências estas que não lhe cessam de dizer *outras coisas*.

Nisso consiste a alternativa fenomenológica existencial: ao dizer sobre o aparecer de algo, descrevê-lo e buscar uma compreensão que torne esse algo integrado e compreensível em seu contexto de aparição, não pretendendo alcançar totalidades ou permanências. Não se diz, em fenomenologia, que o que apareceu *assim, agora*, é e sempre será tal como se deu. Mas que esta aparição é uma das suas possibilidades de aparecer-enquanto-ser, e nisto consiste sua verdade: no aparecer do fenômeno historicamente situado, não em sua repetição experimental e/ou probabilística.

Na proposição de um conceito como o de ansiedade, por exemplo, o aparecer do “estar ansioso” desaparece, e o fenômeno, fica descrito em sua abstração (o que se repete) e funcionamento (propriedades e causalidades), subtraídas suas variações e particularidades. Nisso consiste a essência da técnica, agora aproximada com nossa compreensão mais própria: uma operação de subtração que não se revela enquanto tal. Subtrai-se o evento único, os paradoxos, as ambiguidades, as oposições, as variações que se apresentam fora do espectro que o conceito consegue abranger e absorver.

2.4 Fenomenologia e psicologia do esporte: aproximações existentes

Apresentado o panorama da fenomenologia existencial com o qual caminhamos neste trabalho, e comentada a psicologia do esporte naquilo que julgávamos relevante, a saber, suas dimensões históricas e os aspectos que a caracterizam como técnica - para que pudéssemos dela nos afastar, podemos agora mostrar algumas aproximações já colocadas entre o esporte, a psicologia e a fenomenologia, e que ajudaram no desenvolvimento da nossa proposta.

Em algumas dessas aproximações, pudemos identificar trabalhos que remetem a uma fenomenologia mais descritiva, outros mais voltados à busca das essências, e ainda outros mais próximos de uma proposta existencial/hermenêutica, tal como a que buscamos em nosso trabalho. Porém, na exposição da literatura encontrada, não nos preocuparemos com tais distinções.

Do ponto de vista histórico, o início dos estudos fenomenológicos relacionados ao esporte remonta à meados de 1980, em que as pesquisas qualitativas em psicologia do esporte passaram a ser gradativamente mais aceitas, em paralelo às psicologias cognitivistas e comportamentais, até então dominantes (DALE, 1996). A psicologia de orientação fenomenológica está entre essas abordagens qualitativas, e se diferencia dos modelos mais tradicionais de pesquisa em psicologia do esporte, já a partir da definição de quais seriam os temas a serem investigados (RONKAINEN; NESTI, 2017).

Recusando temas que conduzem à investigação dos “porquês”, direciona-se ao “o quê” e ao “como”, buscando o modo de questionamento direto, com a proposta de descrever e entrar em contato com a experiência imediata e/ou vivida, e não com aquilo que se teoriza sobre o que a experiência venha a ser. Como apontam os autores Martínkova e Parry (2012, p. 9):

*This means that, so long as meaningful actions form the subject – matter of social enquiry, the most important category for our understanding of social life will not be that of cause and effect, but that of meaningfulness, which requires interpretative understanding. We must look not for empirical causative factors, but for the reasons, intentions, purposes and conscious motivations in view of which individuals act.*⁵³

Entre os motivos dessa abertura a novos paradigmas está a constatação de que a tentativa de controlar variáveis e encontrar definições precisas para um fenômeno tão complexo quanto

⁵³ Tradução nossa: Isso significa que, enquanto as ações significativas formarem o objeto da investigação social, a categoria mais importante para nossa compreensão não será a de causa e efeito, mas a de ‘significação’, que requer compreensão interpretativa. Não devemos procurar fatores causais empíricos, mas as razões, intenções, propósitos e motivações conscientes em vista das quais os indivíduos agem.

o funcionamento mental atrelado ao desempenho esportivo tende a gerar processos infinitos de conceituação e a emperrar aplicações práticas que se provem efetivas (NESTI, 2011). O paradigma científico que sustenta esse modo de pensar acaba definindo posicionamentos dualistas na psicologia do esporte (da mesma forma como faz na psicologia em geral), em termos de saúde x doença; eficácia x ineficácia; controle x descontrole, cura x cronicidade. Tais padrões se mostram de pouca correspondência prática, e as tentativas de comprovação das intervenções como capazes de promover melhoria de desempenho muitas vezes são pouco consistentes e utilizam padrões experimentais questionáveis (HAGGER; CHATZISARANTIS, 2009; STREAN; ROBERTS, 1992).

Nesti (2011) aponta para o fato de que diversos estudos buscam medir o quanto a identidade do atleta está exclusivamente relacionada ao esporte, mas essas pesquisas geralmente não têm como proposta metodológica perguntar a eles diretamente, utilizando, por outro lado, testes mais ou menos específicos para medir esse fator. Na pesquisa realizada pelo autor com atletas de futebol da liga inglesa, encontrou-se nas entrevistas que a identidade do atleta tinha uma natureza algo inacabada e sempre em construção, conclusão qualitativamente diferente de uma perspectiva numérica.

Mullen, Lane e Hanton (2009), em uma pesquisa sobre ansiedade competitiva e utilizando como método entrevistas, concluíram que os atletas experimentam intensidades variadas dessa sensação antes de competir, sendo que alguns deles a vivenciam como algo favorável, que ajuda na concentração e na manutenção do foco, enquanto outros associam esse estado a desempenhos ruins. Os autores comentam que, mesmo depois de centenas de estudos relacionados a esse tópico, não houve progresso no estabelecimento de “condições ideais” que possam ser válidas para todos os atletas, dada que essa é uma vivência particular e com consequências particulares. Relacionam então, sob outra perspectiva, a ansiedade à ideia de liberdade humana e da inevitabilidade da escolha diante das requisições da vida.

Citamos ainda outros assuntos desenvolvidos em trabalhos específicos, tais como sentido, autenticidade, ansiedade (do ponto de vista existencial), solidão, morte e situações-limite (RONKAINEN; NESTI, 2017); relação com o oponente (GOUJU, VERMERSCH; BOUTHIER, 2007); corporeidade/ corpo vivido (MÜLLER, 2012), a sensação de “tensão agradável” advinda da prática esportiva (McLAUGHLIN; TORRES, 2012; STANDAL; MOE, 2012), aprendizagem encarnada, antecipação e síntese passiva (VANATTA, 2008), relações afetivas e a própria afetabilidade do ser enquanto pertencente ao mundo do esporte, discutindo as questões de comprometimento e responsabilidade do atleta para consigo e para com suas

escolhas diante da relação com o esporte que, por vezes, se dá em termos de amor e ódio (RAVIZZA, 2002).

Em distância um pouco maior ao esporte de alto rendimento, também encontramos outros estudos que procuram abordar o gesto humano e o entendimento da educação física em uma perspectiva fenomenológica, tais como o trabalho de Surdi e Kunz (2009), no qual buscam compreender o movimento como diálogo entre homem/mundo e como gesto criativo, e o trabalho de Ranieri e Barreira (2013), que abordam as vivências do atleta com deficiência visual, buscando compreendê-lo como corpo vivido, aberto a significações e ressignificações, bem como à experiências de potência/impotência, capacidades e fraquezas, dando ênfase, tal como fazemos aqui, às questões relativas propriamente ao atleta. Brown e Payne (2009) discutem a importância das bases fenomenológicas do movimento e da interpretação do corpo enquanto corporeidade situada no tempo-espaço, considerando as implicações do interesse na significação dos gestos e no empréstimo de sentidos aos movimentos para o desenvolvimento das teorias pedagógicas e das práticas corporais.

Por meio da apresentação desses estudos, quisemos mostrar que a proposta fenomenológica de se direcionar à experiência mesma permite que sejam visitados temas e situações de vida que não podem ser reproduzidos em laboratórios ou alcançados por testes psicológicos, ou seja, não propriamente mensuráveis. Por exemplo, na prática, sabe-se que os atletas se confrontam todo o tempo com momentos críticos e decisivos, e aspectos como coragem, liberdade, vontade, escolhas e sorte, mesmo não sendo conceitos científicos, são fatores relevantes claros e imediatos na vida, no desempenho e no próprio ser desses atletas. Na possibilidade de acesso a dimensões da existência, de ressignificação de momentos de perda e reconstrução de sentidos, de modificação de projetos de vida, encontra-se a pertinência da fenomenologia como uma possibilidade de pensar e *pro-duzir* junto à psicologia naquilo que ela pode se aproximar ao esporte, articulada ao todo da vida do atleta, *compreensivamente*.

2.5 Construção de narrativa como material de pesquisa

Falar de método em uma pesquisa fenomenológica implica falar, ao mesmo tempo, dos caminhos percorridos, uma vez que o único instrumento usado para intermediar o contato do pesquisador com o material pesquisado é sua própria compreensão, tecendo reflexões a partir daquilo que visita, construindo sentidos possíveis e lançando (-se) novas indagações.

O material do qual nos valemos para tecer essas compreensões realizou-se, nesta tese, por meio da construção de uma narrativa que pudesse contar experiências concretas, ainda que se valendo de um enredo fictício para cumprir tal tarefa.

Por narrativa, acompanhamos a definição do dicionário: o verbo narrar⁵⁴ (do latim *narrare*) significa expor as sequências de um fato ou acontecimento real ou imaginário, oralmente ou por escrito, contar, historiar, relatar, registrar.⁵⁵ É composta por cinco elementos fundamentais: o enredo, os personagens, o tempo, o espaço e o narrador, cuja combinação dá vida à história.

A história descreve uma sequência de ações e de experiências feitas por um certo número de personagens, quer reais, quer imaginários. Esses personagens são representados em situações que mudam ou a cuja mudança reagem. Por sua vez, essas mudanças revelam aspectos ocultos da situação e dos personagens e engendram uma nova prova (*predcament*) que apela para o pensamento, para a ação ou para ambos. A resposta a essa prova conduz a história à conclusão (RICOEUR, 1994, p. 214).

Realidade e ficção vivem em uma fronteira tênue, e se cruzam na construção de narrativas. A primeira se inscreve no domínio da experiência empiricamente verificável, do fato. Já a ficção é definida como uma realidade demarcada do mundo objetivo e transportada para o reino do possível (CRESQUI, 2009). A narrativa ficcional tem como base a imaginação do autor, associada à sua capacidade de torná-la crível, de fazê-la comunicar-se com o existente. Esta forma narrativa (re)cria verbalmente a realidade, articulando acontecimentos contados por alguém, sobre algo/alguém, vividos no campo de uma virtualidade possível, por pessoas, animais ou coisas, passados num determinado lugar, tempo e com certa duração, numa atmosfera própria (ATAÍDE, 1972). Mesmo na narrativa histórica, que tem a realidade como elemento base, o produto escrito ou contado de determinados fatos também seleciona, simplifica, dá maior ou menor ênfase, remete a outros fatos e apresenta desfechos selecionados, em detrimentos de outros, também existentes.

Assim, do ponto de vista literário, a narrativa aqui construída apresenta caráter misto (ficcional e não ficcional), uma vez que cria cenários e personagens fictícios para narrar experiências reais, vividas pela pesquisadora, em diferentes momentos e lugares de fala: em primeira pessoa, como atleta, treinadora e psicóloga, e em terceira pessoa, testemunhando os acontecimentos como expectadora, colega, de “ouvir falar” nos bastidores, vestiários, viagens, treinos, alojamentos, seleções, etc. Ainda que todos os fatos narrados sejam constitutivos de

⁵⁴ Pesquisa Google: <https://www.dicio.com.br/narrar/>. Acesso em 27/02/2020.

experiências de alguma forma vividas, procurei que nenhum fato fosse narrado em perspectiva autobiográfica, incluindo sempre elementos que fizessem uma *outra história que não a minha*, ainda que a partir dela.

Foi preciso criar um enredo que possibilitasse alguma distância para experiências vividas a partir *de dentro*, e que permitisse a narração de fatos e elementos constitutivos da *condição de ser atleta* e das questões relacionadas ao desempenho. Tal conjunto de experiências, a partir da compreensão fenomenológica que sustentamos aqui, não poderia ser acessado de outra forma, uma vez que simbolizam muitos dos “não ditos”, dos implícitos e dos impensáveis desse modo de existência tão específico quanto é a do ser atleta diante do mundo do esporte.

A proposta de escrever uma narrativa foi dar a ver acontecimentos, frente à diversidade e singularidade dessa forma de existir, desse modo-de-ser-no-mundo, a partir de uma “colcha de retalhos”, um *patchwork* de experiências reais, ainda que contadas a partir de um personagem fictício, no qual busco condensar ou alargar histórias, para poder refletir sobre elas, apontar suas possibilidades de compreensão e sentido. Nessa aproximação cuidadosa, tenho como meu “barqueiro”⁵⁶ a psicologia de orientação fenomenológica existencial.

Apresentar uma narrativa e não entrevistas, pesquisa biográfica, historiobiografia (com o intuito de compreender para onde e como alguém se dirige em sua vida, como define Critelli, 2012) ou outro método que fizesse jus à proposta de pesquisa, ou seja, optar por um modo *outro* de trazer o conteúdo da pesquisa, modo que se aproxima mais da literatura que da ciência, mais da arte que dos procedimentos, teve a ver com três pontos de escolha, frente aos quais me questioneei sobre a trajetória que seria mais interessante ao trabalho e que poderia se aproximar mais daquilo que queria *mostrar*.

O primeiro deles foi escolher entre coletar entrevistas ou escrever uma narrativa “ficcional”. Optei pela escrita da narrativa, em primeiro lugar, pela tranquilidade em saber que ela é, completa e absolutamente, “baseada em fatos reais”, vividos, ouvidos e assistidos.

Em segundo lugar, optei pela narrativa para permanecer livre das amarras éticas de falar *com* e *sobre* uma pessoa real e livre das determinações da realidade, que nos devolve sempre e obrigatoriamente à “pessoa real” de quem e com quem se fala, e de quem, na posição de interlocutor psicólogo, também se cuida (ou se deveria cuidar). Preferi acessar mais livremente algumas possibilidades compreensivas, através de um personagem fictício e abrindo caminho pela trilha da narrativa, para que as reflexões pudessem ser remetidas às experiências daquele

⁵⁶ Em maratonas e travessias aquáticas, especialmente nas de longa distância ou em ambientes potencialmente adversos e/ou perigosos, o nadador pode ter consigo um barco de apoio, que leva material de suporte e alimentar, com o qual o nadador pode contar durante a prova. O condutor desse barco de apoio é chamado de “barqueiro”.

que lê, em primeiro plano, e não a do “sujeito pesquisado”, para que nelas possa encontrar aproximações ou dissonâncias com suas próprias reflexões, experiências e questionamentos.

Por “amarras éticas” dizemos aqui sobre a dificuldade de acessar alguns temas, p.ex., conflitos entre atletas e técnicos e entre atletas (uma vez que estas relações se estruturam, inclusive, como relações de poder), e as questões relacionadas a *doping*, por seus aspectos legais. Outra preocupação pertinente foi o risco de que, ao relatar acontecimentos públicos sobre figuras públicas (quando falamos de atletas de alto rendimento), eventualmente os entrevistados pudessem ser identificados. Assim, contar os acontecimentos em uma narrativa ficcional permitiu incluir tantos elementos dispersivos quanto fossem necessários para ocultar atletas reais e fatos públicos.

Em terceiro lugar, optei pela narrativa porque não quis perder o que me é próprio e único: ter passado por/vivido essas experiências. Da intimidade com a experiência surge um valor único, que permite expor ao *olho de quem vê a experiência de quem vive*. Mesmo me valendo de um número infundável de entrevistas, não poderia obter como material aquilo que obtive estando “imersa” nesse mundo há tantos e tantos anos. Poder dizer desses vividos a partir desse lugar, ainda que fictício e não autobiográfico, me pareceu oferecer uma riqueza ao trabalho que não poderia ser obtida de outra forma.

Percorrer um caminho trilhado por terrenos tão desconhecidos e verdadeiramente estranhos (a mim) da literatura ou mesmo da arte pareceu uma boa medida para que pudesse realizar um trabalho de cunho fenomenológico, seguindo a ideia de narrativa em W. Benjamin (1994a): enquanto possibilidade de pôr em andamento as histórias vividas e as marcas provocadas pelo percurso da experiência de quem as conta. Outros trabalhos já se desenvolveram em uma perspectiva próxima a esta (MELO, 2019; NUNES, 2015).

Ainda, essa escolha se fez para retomar uma tradição cada vez mais abandonada: a de contar histórias. Criar uma narrativa tem como premissa que informar eventos é diferente de contá-los. É parte constitutiva da experiência a forma como esta é marcada pelas palavras que a transmitem, e foi preciso escolher com cuidado palavras que pudessem, de fato, *pro-vocar aberturas*.

Eis que para devolver a sensação de vida, para sentir os objetos, para provar que pedra é pedra, existe o que se chama arte. A finalidade da arte é dar uma sensação do objeto como visão e não reconhecimento. O processo da arte é o processo de singularização (*ostranenie*) dos objetos, é o processo que consiste em obscurecer a forma e aumentar a dificuldade e a duração da percepção. O ato de percepção em arte é um fim em si, e deve ser prolongado. A arte é um meio de sentir o devir do objeto. Aquilo que já se tornou – não interessa à arte. (CHKLOVSKI, 1917/1979, p.45)

A ciência é grosseira, a vida é sutil, e é para corrigir essa distância que a literatura nos importa. (BARTHES, 1987, p.19)

Assim, por meio deste personagem fictício, pretendemos dar voz e vida a acontecimentos reais, pelos quais inúmeros atletas reais passaram (e passam). É neste sentido que nossa narrativa se faz mista: Paulo é uma criação fantasiosa, um híbrido composto por experiências reais, que podem se mostrar, inclusive, muito próximas às do leitor.

Capítulo 3 – O PANGARÉ

“Meu enlevo vem de que um tapete é feito de tantos fios que não posso me resignar a seguir um fio só; meu enredamento vem de que uma história é feita de muitas histórias.”

Clarice Lispector
Legião Estrangeira

3.1 – No meio do caminho tinha um “psicológico”...

Conheci Paulo ao lado de uma piscina. Ele tinha ido ao clube para nadar, e eu estava de passagem, saindo da quadra onde acompanhava uma equipe de jovens atletas de basquete. Por acaso ou destino, se é que há diferença entre os dois, nos encontramos na lanchonete do clube e começamos a conversar sobre qualquer bobagem corriqueira, durante a espera dos nossos pedidos. Disse-lhe que sou psicóloga do esporte, e ele me disse ser ex-nadador, e, atualmente, agente esportivo. Paulo fala, como quem nem presta atenção ao que diz:

Ixi, tenho muita história para contar de quando era atleta⁵⁷.

Logo para mim, fascinada por histórias... Digo-lhe então que gostaria de ouvi-las, e Paulo parece surpreso. De qualquer forma, os lanches demorariam um pouco a chegar, então tínhamos tempo. Teríamos que conseguir mais tempos aos domingos de manhã, por algumas semanas, para que ele pudesse me contar sobre sua carreira. Eis aqui o que consegui ouvir e transmitir dessa história, e de tantas outras, por meio dela...

Paulo começou a nadar desde que começou a andar. Preferia nadar, e as crises constantes de bronquite acabaram tornando o caminho até a piscina necessário. Mas adorava, embora não soubesse dizer (ou saber) o porquê. Quando criança, nadava talvez pela diversão, porque a água quente dava uma sensação de conforto e a água fria dava uma sensação de “estar vivo”, talvez porque adorasse brincar de pegar argolas no fundo da piscina, ou talvez porque na água, curiosamente, não sentisse as faltas de ar com a bronquite.

Quando eu estava ruim da tosse, ia pra piscina só pra respirar... na época nadava em uma academia perto de casa, a piscina era bem pequena. O professor disse para minha mãe

⁵⁷ As falas de Paulo aparecem em itálico, sem aspas e em parágrafos separados, para preservar a fluidez e o entendimento do texto. As falas de outras personagens aparecem com aspas e sem itálico.

que bronquite era excesso de ar no pulmão, não falta de ar. Ai eu ia na aula e ficava só fazendo exercício de respiração: pegava o ar, afundava e soltava as bolhas de ar, até não ter mais ar. Saia me sentindo muito melhor.

Aos oito anos a natação começou a se tornar mais que diversão ou tratamento para bronquite. No fundo da escola em que Paulo estudava havia uma piscina semiolímpica, de água particularmente gelada, e lá eram dadas aulas de natação duas vezes por semana. Não se lembra de como começou a frequentar as aulas, mas sabe que rapidamente se tornou um dos melhores da turma, que só tinha meninas e meninos mais velhos que ele. Começou a participar das primeiras competições naquele ano.

Geralmente essas competições eram mal organizadas, demoravam o dia todo e quase sempre as piscinas eram ruins, com azulejos quebrados, água gelada e, às vezes, um pouco suja. Mesmo assim, eu adorava competir.

Desde pequeno sentia muito mais dificuldade nas atividades terrestres, “no seco”.

Eu tropeçava bastante, era desengonçado. Nas aulas de educação física, nunca acertava uma bola na cesta, ou no gol. Mas a pior parte era entender os exercícios... Eu corria para o lado errado, passava a bola para a pessoa errada, só tomava bronca. Era um verdadeiro ‘peixe fora d’água’!

Aos dez anos deixou as aulas de natação na escola e começou a frequentar outra academia, a mesma em que a irmã dançava *ballet*. Nessa academia era possível aproximar as duas atividades, o que facilitava a rotina da família, e lá Paulo podia nadar mais vezes por semana.

Não sei dizer se o que fazia naquela academia era realmente treinar, mas a intensidade era maior que a das aulas que fazia antes. E eu ficava chateado quando perdia. Na minha cabeça, eu sempre queria ganhar, e não tinha nem alguém competindo comigo. As crianças lá nadando numa boa, e eu competindo. Nas competiçõezinhas que eu comecei a ir naquela época, quando eu ganhava medalha, nossa, era a festa! Mas no fundo eu pensava que aquelas competições não valiam, não eram como as competições fortes da federação.

Aos onze anos chegou a oportunidade: foi chamado para um teste em um clube grande, ao qual, no entanto, sua família não tinha condições financeiras para se associar. Caso passasse no teste, frequentaria o clube como militante. Sabia que o teste fora possível por um favor, pedido pela mãe de outra criança que já treinava nesse clube, e após Paulo ter se classificado para a etapa final competição de não-federados, mas de bom nível técnico. Sobre o teste, sabia que era uma chance única. Poderia começar ali sua carreira como atleta.

Mas era muito um negócio de sonho, sabe? Eu não tinha ideia do que era treinar de verdade, ou passar anos fazendo a mesma coisa. Era uma coisa bem de criança mesmo. Na

escola, os colegas me perguntavam se eu ia para as Olimpíadas, e eu respondia que não sabia, mas eu sabia que era algo muito distante, praticamente impossível. Mesmo criança, não tinha muita ilusão. Sabia que o esporte era algo complicado.

Não dormiu na noite anterior ao teste. Lembra-se da sensação de intensa dor de barriga ao chegar ao clube e ver a piscina: dez raias, água limpa, balizas novas, os outros adolescentes se aquecendo para começar o treino.

Era outra realidade, muito diferente da que eu tinha. O nervoso era tanto que consigo lembrar da única parte que eu fiz errado, que foi nadar borboleta. O fato é que eu não sabia nadar borboleta! Raramente tinha exercícios de borboleta nas aulas que eu fazia, e era muito cansativo. E eu sabia que estava nadando errado. Mas o que eu ia fazer? Resolvi fingir que estava nadando certo. Pelo menos achariam que eu era esforçado. Ou doido, nadando tudo errado daquele jeito e achando que estava certo! (risos)

Lembra-se de sair da piscina mais cansado pela tensão anterior ao teste do que pelo esforço. Os minutos que separaram o fim do teste e o retorno da conversa entre sua mãe e o técnico principal do clube pareceram horas. Paulo não foi chamado para participar da conversa. Conta que era um menino grande para sua idade, e tinha uma expressão de preocupação no rosto que o fazia parecer ainda mais velho. Sua mãe voltou com boas notícias: o técnico havia dito que, embora Paulo “estivesse no começo”, tinha interesse que ele fizesse parte da equipe.

A sensação ao chegar ao clube para o primeiro dia de treino foi um misto de realização, medo e estranhamento, sensações que o acompanharam durante várias das primeiras semanas em que esteve ali. Estando na condição de militante, significava que ele precisaria ser melhor que os outros para justificar sua presença ali.

Sentia que ali estava começando alguma coisa importante na minha vida, mas também sentia que precisava melhorar rápido. Eu era pobre, e aquele lugar não era lugar de gente pobre. O sorvete da lanchonete era o preço da minha mesada do mês todo. Só eu ia de ônibus pro treino. De algum jeito, mesmo tão novo, eu sabia o que isso significava. Pra você ter ideia, no segundo mês de treino, já havia perdido duas sungas, destruídas pelo cloro. Naquele ritmo não dava pra comprar tantas sungas. Minha mãe comprava o tecido e pedia pra vizinha fazer as minhas sungas. Não era de marca boa, igual as dos outros que nadavam lá. Na sexta sunga consumida pelo cloro, tive uma ideia: Sozinhas, as sungas desgastadas ficavam transparentes, mas se usasse 3 de uma vez, ficavam boas, porque o elástico ainda funcionava bem. Eu tive muita vergonha de ir treinar daquele jeito na primeira vez que usei as 3 sungas uma por cima da outra, mas era o que tinha. Comecei a falar que fazia mais peso e era bom pra treinar, mas

acho que sabiam que era porque não tinha dinheiro mesmo. Eu apresentei a pobreza pro clube mais rico da cidade!!

Aos poucos, conforme os resultados de Paulo melhoravam, os outros atletas também começaram a reutilizar as sungas usando mais de uma de cada vez...

O acolhimento na equipe não foi dos melhores. Paulo era quieto, e os outros meninos não faziam questão de falar com ele também. Falava apenas com uma colega, filha daquela pessoa que havia conseguido o teste para ele, pois eram conhecidos de outros espaços, e isso facilitava a conversa. Mesmo assim, a timidez era um fator importante, e passaram-se meses até que Paulo se sentisse relaxado nas conversas e brincadeiras com os colegas de equipe. O mesmo não aconteceu na piscina. Já nos primeiros treinos, Paulo mostrou que seria um concorrente à altura dos colegas que treinavam há mais tempo e nadavam melhor que ele.

Fazia alguns exercícios errados, tinha coisas que o técnico falava que eu não entendia, tipo, que tinha que nadar 50 metros a cada 45 segundos... eu não entendia o que isso queria dizer... Mas não deixava ninguém perceber... deixava alguém ir na minha frente e fazia exatamente o que a pessoa fazia.

Paulo deixava a piscina exausto, pois os treinos diários eram muito mais intensos do que ele estava acostumado. Se esforçava ao máximo: se conseguisse nadar mais rápido que os colegas no início de uma série⁵⁸ de vários tiros⁵⁹, mesmo sabendo que depois não aguentaria manter o ritmo tão forte, nadava na maior intensidade e ganhava deles. Em duas semanas de treino já liderava algumas séries sem ter de dar a frente a outros colegas⁶⁰.

Eu sentia as pernas pesadas o tempo todo, me arrastava na escola, e sofria para subir os degraus do ônibus. Às vezes, doía até ficar sentado. Mas com os braços era pior. Não conseguia nem lavar o cabelo no banho. Depois que eu fui descobrir que todo começo de temporada seria mais ou menos daquele jeito.

As sessões de recuperação, em que tinha de colocar bolsas de gelo nos ombros e pernas, ajudavam a aliviar as dores, mas também causavam bastante desconforto. No entanto, as dores e o peso do corpo eram contrapostos pela satisfação de ver a evolução rápida do seu corpo.

⁵⁸ Conjunto de exercícios que compõe a parte principal do treino.

⁵⁹ Expressão coloquial usada na natação para delimitar a metragem nadada antes de parar na borda para descansar. Por exemplo: 2x {4x50 significa que o nadador irá fazer 4 “tiros” de 50 metros cada um, e irá repetir essa série duas vezes.

⁶⁰ Quando várias pessoas nadam na mesma raia, costuma nadar em “rodízio”, indo pelo lado direito e voltando pelo lado esquerdo, e o nadador mais rápido sai em primeiro lugar, sendo seguido pelos outros, em ordem decrescente de velocidade.

Eu tinha acabado de fazer 12 anos, e nem sabia como era possível ser tão feliz. (Peço que Paulo que me conte melhor como era isso.) Ah, não era apenas pelos treinos, mas estar melhorando a cada dia. Cada vez que eu olhava no espelho eu parecia mais forte, parecia, sei lá, que estava acontecendo assim uma mutação comigo, cada vez que caia na água estava nadando melhor. E estar no clube, naquele ambiente, era a melhor parte do dia. Chegava mais cedo ao treino sempre que conseguia, para me esticar nas cadeiras de praia em volta da piscina, olhar para cima e ver as folhas das palmeiras e o Sol que passava entre elas. O ar cheirava diferente lá. E eu pensava que era muito privilégio, tão novo eu me sentir tão bem. Não via isso nas outras pessoas da minha idade. Não via isso nem nos meus pais. E a cada dia me sentia melhor.

Paulo conta um pouco da rotina que seguia naquela época:

Eu dormia cedo, chegava do treino e estendia a toalha e as sungas, passava talco na touca e na nadadeira, limpava a lente dos óculos, anotava o treino inteiro num caderno. Todo dia. Era muito disciplinado, não deixava as coisas largadas. Fazia uns gráficos com os meus tempos. Gostava da aula de matemática na escola só pra aprender a fazer gráficos. Os tempos que eu achava que não tinha como fazer; eu caia na água pra nadar e fazia, assim, até com uma certa facilidade.

A melhora foi tal que os técnicos decidiram federá-lo⁶¹ apenas oito meses após a entrada na equipe. Em um ano e meio, veio um inesperado terceiro lugar no Campeonato Estadual de final de ano, nos 100m *crawl*, prova que foi sua primeira especialidade no início da carreira. Havia começado a prova em um ritmo muito forte, como sempre fazia, e faltou um pouco de “energia” no final, segundo a avaliação de sua treinadora. Deixara em quarto lugar um dos melhores nadadores da sua categoria. Muitos anos mais tarde, Paulo veria aquele concorrente conseguir uma medalha olímpica. Paulo tinha então 13 anos e ainda hoje, lembra-se daquele dia como um dos melhores dia de sua vida.

Ninguém acreditava, há 2 anos eu mal sabia nadar direito, e agora estava nadando daquele jeito. Todo mundo veio falar comigo depois da prova. Gente que eu nem conhecia. A mãe de um dos meninos que treinava comigo, uma senhora rica que ia assistir a todos os treinos, me chamou pra conversar. Ela nunca tinha falado comigo, aí veio fazer um monte de elogios e tal. Achei muito estranho aquilo. A minha irmã chorou quando eu fui pro pódio pegar a medalha. Você acha um negócio desses! Não chorava nem quando tomava bronca, chorou porque eu tinha nadado bem! E antes de chegar na piscina eu estava muito nervoso, mas sabia

⁶¹ Inscrever em uma federação, órgão regulador das modalidades esportivas.

que ia nadar bem. Me sentia leve. Falavam que a gente não podia ter assim um excesso de confiança, e eu geralmente não tinha não, mas naquele dia eu sabia que ia dar tudo certo. Já tinha até pensado como ia comemorar quando terminasse a prova. Na hora nem lembrei de comemorar nada. Saí da piscina, nem cansado estava... louco isso né?

Paulo se lembra vividamente da data daquele campeonato e daquele terceiro lugar, porque além de um resultado expressivo, a natação lhe trouxe algo a mais naquele dia. Dias antes, na verdade. Após uma sessão de treino, Paulo conversava com os amigos e via fotos, quando reparou em uma garota que, em uma mesma competição, aparecia três vezes no pódio, em primeiro lugar, nas provas de 100m, 200m e 400m crawl. Ao perguntar, descobriu que seu nome era Gabriela. Os amigos já perceberam que o interesse de Paulo por Gabriela não era apenas no que se referia a natação.

Eu tentei disfarçar né, fiquei morrendo de vergonha. Eu nem conhecia a menina! Hora que eu vi a foto, pensei 'ixi!', e não vi mais nada...

Ao chegar ao Campeonato, a viu pessoalmente pela primeira vez. Reconhecer-se apaixonado era algo estranho, e deixou Paulo preocupado.

A primeira coisa que eu pensei foi que aquilo podia tirar o meu foco da natação. Mas não. Dali pra frente eu me empenhei mais ainda!

O ano seguinte, com 14 anos, foi o melhor ano da carreira de Paulo. Ganhou a prova dos 100m crawl em todas as competições que nadou, inclusive nos dois campeonatos estaduais. Uma das medalhas de ouro veio com recorde estadual. Se tornou bastante conhecido no meio da natação, sendo até um pouco “assediado” nas competições, e foi chamado para suas primeiras seleções regionais e para uma seleção estadual.

Ser campeão estadual foi incrível, mas ser convocado para as seleções regional e estadual foi a melhor parte. Ia aquela molecada que era cada um de uma equipe, e lá a gente se conhecia muito melhor. Imagina, a Gabriela lá, todo mundo que nadava super bem. Às vezes nem acreditava que estava acontecendo mesmo. Eu era muito tímido, ficava mais na minha, não socializava muito. Hoje me arrependo, queria ter aproveitado mais! E vejo que passou muito rápido. Passou feito um cometa aquele ano.

No campeonato estadual de verão daquele ano ficou em segundo lugar nos 200m crawl, algo bastante surpreendente para ele.

Eu nem nadava aquela prova, mas estava muito bem naquela competição. Estava muito forte. Eu já conhecia bem os meus adversários na prova dos 100m, e muitos deles nadavam os 200m também. Como sempre eu passei os primeiros 100m muito forte. Passei em primeiro com folga, mas já sabia que não ia segurar o rojão. Perdi pra um cara da minha equipe mesmo, que

não entrou na minha pilha de passar forte a primeira metade da prova. Todo mundo cansou, mas ele tinha gás ainda. Quando a gente se encontrou depois da prova ele chegou me chamando de “kamikaze”, porque eu tinha puxado o ritmo no começo e não tinha aguentado. Estratégia suicida a minha. Sempre nadei assim. Mas essa zoeira, esse “trash talk” como chamam hoje, era uma das partes mais legais. Engraçado que quando você nada mal, ninguém vem fazer essas gracinhas com você. Só descobri isso depois.

Após essa boa fase inicial, da qual Paulo gosta muito de recordar, veio uma outra fase, não tão boa, que também marcou muito o início de sua carreira. Lembra-se de voltar para casa após mais um dia de treino intenso, se sentindo especialmente incomodado. Confuso talvez. “Você poderia estar nadando melhor, mas você tem problemas que te atrapalham...” havia dito sua técnica, Juliana, ao final do treino, chamando-lhe a atenção, coisa que Paulo detestava.

Diziam que eu era muito sério. Eu me achava meio bobo, mas com a natação eu tentava ser mais adulto mesmo. Pra mim, não era brincadeira, porque pra mim aquilo tinha um custo. Nadar era caro. E eu queria que nadar fosse minha profissão. Ai eu levava a sério. Achei que era disso que a Juliana estava falando quando falou que eu tinha ‘problema’. Mas ela sempre me elogiava porque eu não faltava, porque eu levava a sério, e do nada tinha falado aquilo?

Até então, Paulo não tinha piorado o desempenho, não estava piorando os tempos em suas provas principais, tinha apenas parado de melhorar. Após uma rápida ascendência, que durou 2 anos, o desempenho de Paulo se estabilizou.

Parecia que alguma coisa estava fora do lugar. Não fluía. A água parecia estar mais pesada... Ou talvez fosse eu que estava mais pesado... tinha crescido, minhas pernas ficaram maiores que o tronco, e alguém me disse que esse biótipo não era bom pra natação. Não era o ideal. Só fui entender melhor isso na faculdade. Mas sinceramente eu não sei te dizer o aconteceu nessa época. Não sei por que eu parei de melhorar de repente.

O técnico principal da equipe havia sido substituído há alguns meses, e isso tinha trazido mudanças nos treinos, que passaram a ser mais longos, porém menos intensos. A equipe também havia mudado, alguns novos nadadores haviam sido chamados. Militantes também, como Paulo.

O Ricardo (técnico) vivia aos berros, chamando todo mundo de pangaré. Eu nem sabia o que era pangaré. Depois descobri que era tipo um cavalo ruim de corrida. Ai sempre que eu treinava, ele gritava “eeee pangaré”.

Embora nadar fosse uma atividade individual, fazia muita diferença para Paulo estar em uma equipe motivada e que encarava os treinos como desafios.

A dor e o cansaço pareciam mais suportáveis quando olhava para os lados e todo mundo estava sentindo as mesmas coisas. Ninguém estava sofrendo sozinho.

Quando podia, ao final dos treinos, comentava os exercícios e falava sobre tempos obtidos, conversa que se prolongava no vestiário, às custas de broncas dos “tios do banheiro” pelos banhos demorados. Fazia parte dessa rotina parabenizar um colega, ou consolar um outro que havia tomado uma bronca mais dura, ou que não tivesse aguentado o treino até o final.

O novo técnico parecia ter um gosto especial por irritar os atletas, talvez por achar que isso melhoraria o rendimento.

Nem treinava com ele ainda, era técnico dos mais velhos, acima dos 18. Eu tinha 15. Os mais novos só treinavam com ele às vezes. E o Ricardo xingava pesado mesmo, e doía! As vezes doía mais do que fazer força pra nadar! Nem sei se ele xingava pra gente nadar melhor... parecia que era só pra tirar sarro, tanto que ele ria da gente às vezes. Hoje eu tenho saudade, e sempre que ouço alguém falando “pangaré” eu me lembro dele. Mas na época parecia um insulto mesmo.

Divagando, Paulo me conta que, com o técnico antigo a equipe era mais divertida.

A gente brincava muito. Uma das coisas mais legais era quando eu estava nadando bem e encostava no pé do colega da frente. Parecia que dava um choque. A natação não é um esporte que não tem contato. Ai você está nadando e o outro encosta no seu pé, isso quer dizer que ele te alcançou e quer te ultrapassar. Encostar no pé é tipo ‘dar seta’ na natação. Ai quem tá na frente faz todo o esforço possível para não ter que dar passagem pro chato que está cutucando. E aí eu tirava forças de onde nem tinha pra tentar ultrapassar. E às vezes eu ria né, quando eu que estava na frente, porque alguém cutucar seu pé faz cócegas. Você nadar forte e rindo é um negócio que não dá certo.

Às vezes um colega mais velho, ou alguma menina, o puxava pelo pé, em um momento mais tranquilo do treino, tornando a ultrapassagem inevitável. Obviamente, sempre que podia, Paulo “se vingava” da brincadeira.

Aí no vestiário vinha um e falava ‘óóóó a fulana puxou seu pé’, ‘óóó a namorada do Paulo’. Era bem engraçado! Ai quando veio o Ricardo, acabou isso. Parecia que todo mundo saia do treino bravo, porque ele tinha xingado todo mundo. Qualquer brincadeira ele xingava todo mundo. Tinha dias que ele já chegava irritado. E a molecada tinha um pouco de medo dele. E é complicado você ter medo do técnico. Como vai falar com ele?

Ao me contar, lembrando dessa fase, Paulo reafirma não sabe dizer se a mudança em seu desempenho estava relacionada apenas com a mudança do técnico e nos treinos, ou da equipe. O novo técnico elogiava a técnica de nado e a dedicação de Paulo, mas ainda não o havia

chamado para compor a equipe principal com os atletas mais velhos, o que era o próximo grande passo esperado. Até hoje, Paulo não sabe dizer o porquê dessa convocação não ter acontecido naquele momento. Ele vinha de resultados muito bons nos anos anteriores.

Depois de um treino ruim, em que havia se mostrado insatisfeito com a série proposta e com sua própria execução, e que tinha perguntado para Juliana sobre o porquê de fazer séries com tiros longos se era velocista⁶² - algo que Paulo sempre pensava, mas naquele dia havia dito - ao ir embora, ouvira dela que tinha um problema: “- O seu psicológico é muito ruim.”

Até então, a única ideia que Paulo tinha sobre esse assunto era de ouvir dizer sobre as pessoas que tinham problema de cabeça, loucas. No bairro em que morava conhecia um rapaz bastante estranho, que ficava tentando se aproximar das pessoas de um jeito esquisito e falando coisas sem sentido.

Eu não gostava dele, e ouvia dizer que ele era louco. Em casa eu ouvia muito a minha mãe falar em ‘chilique’. Que tal pessoa tinha tido um chilique e estava tomando calmantes. Para mim, chilique era um nervoso muito forte que fazia a pessoa ser exagerada e passar vergonha.

Esses eram os únicos contatos e as únicas ideias que Paulo tinha sobre o que seria ter um problema psicológico. Mas certamente não se via em nenhuma das categorias (loucura ou chilique) que conhecia.

Louco eu sabia que não era. Mas pensando agora, quando é louca, a pessoa não deve saber que é... né?

Acreditava que o nervoso que sentia antes das competições não era uma forma de “chilique”. Já havia competido muito bem mesmo estando muito nervoso, então não entendia como podia ser isso o que atrapalhava sua melhora naquele momento.

Ficou por dias lembrando do treino, e do motivo da treinadora ter falado aquilo. Se deu conta de que estava sendo muito questionador em relação ao treino proposto, algo que não havia percebido antes.

Na água, eu passava tanto tempo apenas comigo mesmo, dentro da minha própria cabeça, ouvindo minha própria voz, que considerava normal pensar demais sobre as coisas. O fato era que não confiava no treino proposto pelo Ricardo, nem em relação ao volume nem em relação a intensidade. Eu não gostava porque a Juliana seguia muito o que ele falava, então o

⁶²Na natação, as provas se dividem em provas de velocidade (50 e 100 metros), meio fundo (200 e 400 metros) e fundo (800 e 1500 metros, e as provas de travessias e maratonas aquáticas). Por isso se diz que um nadador é velocista (nada provas de velocidade) ou fundista (nada provas mais longas).

treino que ela passava pra gente também mudou muito. E eu comecei a deixar a desconfiança que estava sentindo transparecer. Achei que isso podia ter deixado a Juliana irritada, e por isso ela teria falado aquilo, de eu ter problema de cabeça.

Além dos questionamentos, Paulo pedia constantemente para Juliana se podia executar outros exercícios ao final do treino, pedido com o qual ela nunca concordava e nunca cedia.

Os meses que se seguiram, Paulo os lembra como um momento estranho. A relação entre ele e sua treinadora só piorava, e as indicações (que mais pareciam acusações) de que “havia algo errado com ele” se tornaram frequentes. Aparentemente Juliana acreditava que ele se preocupava demais com os resultados. Era preocupado demais para a idade. Treinava demais. Era muito “certinho”. Fazia além do que era solicitado. Ficava muito nervoso.

Tudo que antes parecia bom, que eu achava que tinha me ajudado a nadar bem até ali, agora parecia ‘muito’ pra Juliana.

Paulo não se via dessa forma. Nas horas vagas, era um adolescente calmo, quieto, até um tanto imaturo.

Eu continuava sendo a mesma pessoa. Mas comecei a ficar encanado com isso... Será que eu continuava sendo a mesma pessoa? Com o tempo a dor de barriga que eu sentia nas competições foi ficando menor, acho que porque eu fiquei mais experiente. Mas eu tinha até as mesmas “superstições”: queria competir usando a mesma touca preta que havia comprado na primeira competição pelo clube novo, pensando que ela iria me dar sorte sempre, em todas as provas. Gostava de comer cereal com iogurte no mesmo pote, que tinha vindo de brinde em uma compra de mercado. Era meu pote da sorte. Meus amigos tinham os mesmos pensamentos em relação a sungas, óculos, camisetas do clube, etc. Um deles dormia sempre com a mesma meia nas competições. A meia dele tinha um ‘chulé’ horrível, mas quem disse que ele lavava a meia? Falava que era o ‘chulé’ que dava sorte.

Cada um tinha um amuleto, ou uma rotina que gostava de seguir durante as competições ou antes das provas. Pular antes de subir na baliza, uma ou muitas vezes, girar os braços, se dar tapas, colocar água na boca, jogar água no corpo, ajeitar os óculos várias e várias vezes para achar a pressão correta, para que não entrasse água na hora do mergulho.

Fazia parte da rotina de todo mundo essas coisas. Eram maluquices né, mas todo mundo tinha. Imagina um monte de moleques sob pressão. Todo mundo arrumava um jeito meio estranho de lidar com aquele mundo. Mas na época eu não via isso. Ai se alguém em casa comesse no meu pote da sorte!

Dois meses depois do dia do veredito de “psicológico ruim” dado pela técnica, viria o campeonato estadual de meio de ano. As medalhas de ouro obtidas no ano anterior já colocavam Paulo em outro patamar como atleta.

Eu era o favorito para a prova dos 100m crawl, estava balizado na última série, competiria ao lado de quem tinha subido no pódio comigo no campeonato passado. E naquele campeonato todo mundo já se conhecia muito bem. Todos sabiam como era a minha estratégia de prova.

Paulo lembra-se de ficar especialmente irritado quando Juliana disse que um de seus oponentes tinha muito talento.

O que diabos era aquilo de talento? (me pergunta, porém sem esperar que eu desse qualquer resposta.) Eu não tinha talento eu acho. Não tinha nada além de gosto pela natação. Nadar para mim era esforço mesmo. Talento faz parecer que você acorda um dia e sai nadando daquele jeito... Até hoje, odeio essa palavra!

Naquele semestre os outros desempenhos de Paulo haviam sido medianos. Suficientes para ganhar os campeonatos pequenos de que participara, mas para aquele campeonato estadual, precisava melhorar. Tinha uma ideia exata de como deveria executar sua prova para conseguir vencê-la, e a tinha repassado mentalmente um sem número de vezes.

Tinha que nadar 2 segundos abaixo do meu melhor tempo e eu ganharia a prova. Não estava muito confiante de que conseguiria nadar tão rápido, porque a temporada toda eu tinha feito o mesmo tempo, todas as competições eu fiz o mesmo tempo nos 100m. Mas nenhum concorrente tinha feito o tempo que eu queria fazer. Então, mesmo que eu não melhorasse tanto, ainda tinha chance.

Ao se aproximar da data do campeonato, perdeu peso com as dores de barriga constantes. Tentava manter-se o tempo todo com a “cabeça na prova”, concentrado. A única distração, inevitável, era saber que veria Gabriela. Até aquele momento, as outras meninas da categoria de Gabriela não tinham chances de vencê-la: ela era mais forte fisicamente, mais alta e mais veloz. Embora ninguém soubesse exatamente que tipo de treino fazia, ou quantos metros nadava por dia, seu técnico era conhecido por preparar sessões de treino extremamente intensos, com volume (metros nadados por dia) muito maior do que se fazia naquela idade.

A Gabriela não era minha amiga, mas sempre que ela ganhava, eu tomava coragem para dizer ‘Parabéns’ quando a gente se encontrava na arquibancada ou na beira da piscina. Então eu torcia muito pra ela ganhar! Quando eu ganhava, ela também vinha falar parabéns pra mim. Era um bom incentivo... (risos)

Mas naquele dia Paulo preferiu nem ver outras provas, nem ver Gabriela competindo, para não se distrair. Estava nervoso de um jeito diferente. Peço que me conte melhor sobre isso que chamava de nervoso.

É algo difícil de descrever né? Era assim uma preocupação, um negócio que não saia da cabeça. Mas até aí era normal. Só que quando eu comecei a piorar os resultados, eu comecei a brigar com o nervoso. A Juliana falava que atrapalhava, aí eu queria parar de sentir daquela forma. E quanto mais eu tentava acalmar, mais nervoso eu ficava, porque ficava prestando atenção naquilo o tempo todo, não relaxava. Era algo que eu tinha que ficar impedindo de vir na minha mente. Acho que é igual quando você tenta esquecer alguém... quanto mais tenta, mais lembra! Naquele campeonato eu lembro bem disso, fiquei mais nervoso com o nervoso do que com a prova!

Chegada a hora da prova, ao se posicionar atrás da baliza, o tempo pareceu passar mais devagar. O posicionamento em frente a piscina, em frente à sua raia, subir na baliza, preparar-se para a largada, baixar a cabeça e esperar o apito. Paulo larga bem e nada o mais rápido que consegue, mas percebe que o ritmo das braçadas está lento, e não consegue acelerar.

Não era por cansaço sabe, simplesmente não conseguia acelerar o ritmo do nado. Os braços 'patinavam' na água, não conseguia aumentar a força, a água 'escorregava'. No final da prova eu tentei acelerar mais o ritmo das pernadas, já que o braço não ia. Aí pesou. Quando você coloca muita perna no nado, arde, mas arde mesmo!

Nadou até o fim da prova em condições de igualdade com os adversários, mas chegou em quinto lugar. Por milímetros, em distância. Por décimos de segundos, em tempo. Baixou poucos décimos de sua melhor marca.

Todo mundo chegou meio embolado na prova. A sensação era de que eu tinha piorado muito meu tempo, pela dificuldade que tinha sido a prova, mas o tempo não foi ruim. Fiquei em quinto lugar, só soube quando olhei o placar. Nem campeão, nem pódio. Quinto lugar.

Pergunto como foi viver isso.

Hoje eu vejo diferente do que vi na época. Eu tinha melhorado meu tempo, mesmo com o desgaste do semestre e treinando mal eu tinha melhorado. Mas no dia não vi nada disso. Eu vou tentar te explicar: se pudesse transformar o tempo em um objeto, aquele menos de 1 minuto em que nadei a prova seria um buraco bem pequeno no chão, mas teria uma profundidade tão grande terra adentro, que demoraria meses para se chegar ao fundo. Você me entende? Como pode uma coisa tão rápida, tão pequena, que foi menos de 1 minutos da sua vida, passar tão devagar por tantas vezes na cabeça? Aqueles 54 segundos viraram um buraco sem fundo na minha cabeça.

Paulo não chorou de imediato. Não falou nada sobre a prova, com ninguém. Não tinha nenhuma prova para nadar no mesmo dia no período da tarde, e preferiu ficar no alojamento. Em determinado ponto sentiu que as lágrimas apareceram.

Fiquei na varanda do alojamento, no terceiro andar, era uma construção antiga... pensei todo tipo de coisas ruins sabe? Que não era bom o suficiente para ser atleta, que não havia me esforçado o suficiente, que era motivo de vergonha para minha família, que acreditava em mim. Acho que fiquei com vergonha. Eu tinha ganho aquela prova nas outras vezes, e de repente um quinto lugar. Eu não queria falar com ninguém, porque não tinha o que falar. Tinha perdido a prova, ponto. Não queria nem continuar na competição.

Aos 16 anos, Paulo experimentou o avesso do que conhecia com o esporte até então: o outro lado do sonho era a decepção.

Eu olhava pra mim mesmo e só via aquele quinto lugar. Eu tinha virado o quinto lugar. Nunca tinha me sentido daquela forma antes. Perder era aquilo... eu me acostumei depois, mas no dia foi complicado.

No dia seguinte, Paulo voltaria para a piscina para ser o último atleta do revezamento (4x50m livre) de seu clube, por ser o mais rápido. A equipe estava bem classificada e com boas chances de chegar entre os primeiros colocados. Paulo tinha em dois dos três colegas que nadariam o revezamento com ele seus melhores amigos. Um deles pede que Paulo esqueça do dia anterior, para poder nadar bem o revezamento.

Mesmo desanimado, quando entrei no recinto da piscina eu 'acordei'. Estava cansado ainda, mas estava tão bravo que não conseguia sentir o cansaço. Quando o colega encostou a mão na parede e eu saltei, só nadei. Não pensei em nada. Tinha que nadar, então nadei. Eram só 50mts. Senti que estava nadando rápido. Respirei apenas 4 vezes durante a prova e sabe né... quanto menos respira, mais arde.

Ao chegar e olhar para o placar, vê que sua equipe, e ele, haviam ganho o revezamento. A equipe ficou muito feliz, seus treinadores inclusive. Estabeleceram um recorde estadual que duraria 3 anos. Ninguém esperava por aquele resultado. Paulo muito menos. Nunca pensava nos revezamentos como “suas” provas. Ao me contar, considera esta a prova mais estranha de sua vida. Ter subido ao pódio o fez sentir de forma ainda mais amarga o gosto do quinto lugar do dia anterior.

Parecia que eu estava assistindo a um filme que eu já tinha visto antes, mas ele estava todo errado. Parecia um 'remake' errado do filme. Eu pensava: 'não era pra ser assim!'. Eu ganhei aquele revezamento, porque quando saltei estávamos em terceiro, e cheguei em primeiro. E depois eu vi que tinha sido o mais rápido entre todos os nadadores. Se fosse uma

prova individual, eu ganharia. Mas não sentia que aquela vitória era minha... que era uma vitória da equipe, mas que era minha também. Me senti um impostor. Ai todo mundo comemorando, e eu normal, como se nada tivesse acontecido. O clube deu uniformes novos e mochilas para os quatro que tinham ganho o revezamento, por causa do recorde. E o uniforme completo do clube era caro. Tinha até meia com o logotipo do clube. A primeira coisa cara que eu ganhei com a nataçãõ, e foi naquela competiçãõ esquisita...

Pergunto por que era tão estranho, uma vez que já havia nadado outros revezamentos.

Me pareceu um tropeçãõ... nadei bem em um tropeçãõ. Não parecia que era eu ali, eu tinha me perdido no dia anterior. Estava diferente do que eu era normalmente. Não me importava, estava meio anestesiado, mas ao mesmo tempo estava com vergonha do meu desempenho nos 100m. Foram sensações muito estranhas. Pensei que a Juliana estava certa. Achei que tinha algo de errado comigo. Me senti extremamente sozinho, porque ninguém entendeu o que estava acontecendo comigo. Nem eu mesmo. Tinha quase que a obrigaçãõ de estar feliz com o resultado, e de certa forma estava. Mas até ali eu não sabia que tinha um jeito errado de ser campeão. Foi isso que eu senti: que tinha sido campeão do jeito errado.

Pensei que talvez Paulo estivesse falando do sentimento de quando alguém ganha porque o outro foi desclassificado, ou nas outras modalidades esportivas, quando se ganha por um erro de arbitragem, um gol ou ponto anulado de forma incorreta, ou quando o adversário não chegava no horário e perdia a partida por W.O., ou algo assim. Pergunto a ele se era isso que sentia.

Nãõ... acho que nãõ. Acho que é diferente. Porque nessas situações se ganha de forma injusta, e o nosso revezamento não ganhou de forma injusta, fomos os mais rápidos naquele dia. Eu fui o mais rápido. Mas de alguma forma, sentia que não merecia aquela medalha, porque talvez eu pudesse ter me esforçado mais no dia anterior, na minha prova individual. Aquela medalha de ouro foi um sinal pra mim. Um sinal de que poderia estar algo errado comigo, com a minha cabeça.

Após o campeonato veio um período de férias, que para Paulo mais pareceu um congelamento. Queria voltar logo aos treinos, mas sentia-se travado. Engordou. Continuou pensando que o mal resultado no campeonato havia sido culpa dele.

Mas eu não sabia o que, de fato, tinha acontecido...

3.2– Procurando ajuda

O fim daquele ano transcorreu sem grandes mudanças. O desempenho de Paulo não melhorou, e no campeonato estadual de final de ano, ficou em oitavo lugar. Sentiu um desânimo

que nunca havia experimentado antes. Naquele semestre, começou a sentir vontade de faltar um dia ao treino para ficar em casa assistindo televisão, e saber como era a vida de um adolescente normal. Nunca faltou. As amizades e a paixão que tinha por nadar o mantiveram comparecendo aos treinos e sendo, ainda, o mais empenhado entre os colegas.

Mas não adiantava, os tempos não melhoravam mais. Pensei em variar minhas provas, talvez tentar competir em provas de meio-fundo⁶³... mas eu sempre começava com muita intensidade, então teria que aprender a nadar as provas acima de 100mts.

Começou a nadar medley⁶⁴. A troca de estilos pareceu ajudar a equilibrar o ritmo do nado, e começou a gostar de treinar diferente, nadar mais peito e borboleta, variar mais os educativos⁶⁵, etc. Mesmo assim, ao final da temporada Paulo havia decidido procurar ajuda de um psicólogo.

Desde que a Juliana falou que eu tinha problema de cabeça, eu fiquei com aquele incômodo. E eu não estava nadando bem mesmo, não estava evoluindo. Precisava fazer alguma coisa.

Para piorar a situação, além de sua treinadora, agora alguns dos colegas também começaram a dizer que Paulo era “esquisito” em relação a natação, pois se preocupava demais.

Diziam em forma de piada né... Me chamavam de ‘nerd da natação’, brincando, mas como eu já estava preocupado, levava a sério. E não sabia principalmente como concertar isso, fosse lá o que fosse. E assim, eu gostava da Juliana, confiava nela como técnica. Ela me conhecia bem. Você desenvolve uma relação muito próxima com os técnicos. Então poxa, se ela tinha falado que era por isso que eu não melhorava, achei que talvez ela estivesse certa.

Buscou uma psicóloga na lista telefônica, com a ajuda da mãe. Em sua cidade, só encontrou uma que atendia atletas, mas essa cobrava muito caro. Resolveu ligar mesmo assim, e descobriu que ela atendia também ao seu plano de convênio médico. Poderia apenas ir a algumas sessões, que era o permitido pela cobertura do plano, mas achou que já seria o suficiente, uma vez que não sabia nem o que falaria lá. Ou o que precisaria falar. Não sabia nem se tinha alguma coisa para falar.

⁶³ Na natação, são consideradas provas de “meio fundo” as de distância intermediária, entre 200 e 800 metros.

⁶⁴ O nado medley reúne os quatro estilos de nado, na seguinte ordem: borboleta, costas, peito e crawl.

⁶⁵ Nome dado a exercícios que visam aprimorar a coordenação motora, e que consistem em decompor o nado (p. ex. nadar apenas com um braço), mudar alguma técnica (p. ex. nadar de mãos fechadas, nadar raspando a ponta dos dedos na água) ou misturar os nados (p.ex. braçada de um estilo e pernada de outro).

Chegou o dia da sessão, e Paulo foi. Na sala de espera, observou o consultório. E achou tudo muito bege. A roupa da psicóloga também era bege, o que a fazia parecer estar camuflada no ambiente. Ela lhe pergunta o que estava acontecendo.

Falei: 'Não sei não!' com uma espontaneidade que não era normal pra mim. Porque eu não sabia mesmo!

Diante do silêncio da psicóloga, diz que era atleta e precisava melhorar o desempenho na natação, e que seus tempos não melhoravam mais. Pensa, porém, que “saber o que estava acontecendo” era justamente o que o levava até ali. Não era algo que pudesse saber sozinho. Conta que sua treinadora vinha dizendo que ele não conseguia nadar melhor devido a problemas psicológicos.

A psicóloga, Patrícia, pergunta coisas que Paulo acha um tanto estranhas: se ele tem problemas para dormir, se se sente isolado das outras pessoas, se fica muito triste ou muito feliz sem motivo ou muito repentinamente e se sente dificuldade na escola. Paulo considera melhor responder “não” a todas as perguntas, embora as vezes ficasse muito feliz, além da conta, quando via Gabriela. A psicóloga também pergunta como é a relação de Paulo com a família e amigos. Paulo conta das brigas que os pais têm as vezes, das dificuldades financeiras, e conta que prefere os amigos da natação aos da escola, porque os da escola não entendem nada de natação.

Paulo acha estranho que Patrícia não pergunte para ele sobre o que ele achava, pensava ou sentia a respeito do que a treinadora havia falado, ou mesmo sobre esse tal problema mencionado. Tinha expectativa de que poderia dizer que não havia gostado do que a técnica falou, que estava chateado e confuso. Mas, ao contrário, sentiu como se estivesse indo ao médico.

É como se, por ter procurado o atendimento, eu tivesse admitido que tinha um problema que atrapalhava na natação, que o problema era comigo e que era psicológico. Queria ter dito que não concordava com isso!

A psicóloga começa a escrever em um caderno e pergunta como Paulo se sentia nas competições. Ele responde que adorava competir, que se sentia nervoso, e que por isso preferia ficar quieto pensando nas provas... e que sentia dor de barriga. Fica na dúvida se deveria contar que quando ficou em quinto lugar no campeonato estadual se sentiu péssimo, que não gostou de ter sido campeão com o revezamento e sobre as coisas ruins que tinha pensado naquele dia em relação a si mesmo... mas não contou.

E se o que eu senti fosse errado? Não sabia se existiam sentimentos certos e errados, mas se existiam, aquele certamente seria errado. Como assim um atleta que não gostava de ganhar, só porque tinha ganhado junto com os outros? Achei melhor ficar quieto.

Paulo não entendeu os longos silêncios, e ficou em silêncio também, imaginando que a psicóloga estava pensando em algo e precisava que tudo ficasse quieto, da mesma forma que ele precisava de silêncio antes das competições. Dispersa sua atenção para os quadros na parede, os livros na estante, e fica aliviado com o silêncio. Pensa que, se a psicóloga perguntasse por que ele gostava tanto de ser atleta, por que queria tanto ser campeão, ou por que se sentia tão mal após treinos ou competições ruins, ele não saberia responder.

A psicóloga pega então uma folha, um calendário, e começa a fazer anotações, que Paulo entende ser uma espécie de organização das próximas sessões. Seriam 12, nas quais ela o ensinaria, nas palavras dela, a “treinar a mente” e a “controlar a ansiedade pré-competitiva” para conseguir melhorar os resultados e ficar menos ansioso. Paulo gostou da primeira parte, afinal, treinar era uma tarefa que ele conhecia muito bem, e gostava.

Mas fiquei me perguntando: que ansiedade? Não lembrava de ter falado de sentir ansiedade. Sentia nervoso nas competições, e achava normal... ninguém faz nada importante sem ficar nervoso antes!

Ansiedade era algo ruim, e Paulo já tinha ouvido falar de pessoas que tinham problemas de ansiedade. Mas na sua família, ninguém era ansioso. Ficou se lembrando que seu pai ficava agitado antes de ter uma reunião importante no trabalho, ou quando precisava fazer uma viagem. Paulo não ficava tenso quando precisava apresentar um trabalho na frente da classe, ou quando tinha provas difíceis na escola, só quando ia nadar. Às vezes ficava irritado quando perdia a hora para fazer alguma coisa, ou quando esquecia das coisas, coisa que Paulo não gostava, mas nervoso, só ficava pra nadar.

Nesse meio tempo em que se perdeu nos pensamentos, a psicóloga tinha continuado falando. Tinha lhe passado uma tarefa: deveria anotar o que pensava quando estava ansioso.

Eu fiquei meio irritado, tive vontade de falar que não ia escrever nada, porque não ficava ansioso. Mas fiquei quieto e fui embora. Quando a minha mãe, que estava na sala de espera, perguntou como tinha sido eu contei pra ela e depois eu lembro de ter pensado alto: ‘Onde já se viu uma psicóloga que não sabe o que é nervoso?’

Paulo não contou para os colegas que tinha ido à psicóloga. Sabia que alguns amigos iam a médicos e nutricionistas, e que nunca falavam sobre isso ou contavam sobre as vitaminas que tomavam, ou dietas que faziam. Alguns meses antes uma colega de treino, 2 anos mais velha que Paulo, havia começado a passar muito mal nos treinos. Vomitava e pedia para ir embora,

especialmente nos treinos mais intensos, e ninguém sabia o que estava acontecendo com ela. No entanto, em poucos meses, o desempenho dela tinha melhorado muito, e no final daquele ano ela seria chamada para compor a seleção brasileira que disputaria a copa sul-americana.

Sabia que ela estava tomando muitos comprimidos. Tratamento ortomolecular, diziam. Mas não entendia como um tratamento podia fazê-la vomitar daquele jeito, e nem como ela podia ter melhorado tanto, porque ela estava treinando menos que o normal. Mas nessas alturas eu já estava entendendo que, no meio esportivo, tudo o que tem a ver com desempenho é meio escondido.

Na segunda sessão com a psicóloga, o foco foi melhorar a ansiedade. Patrícia pergunta mais para Paulo sobre o que ele sentia antes das competições.

O que sentia era um misto de excitação, de vontade que a prova chegasse logo, uma energia, mas que era acompanhada por uma sensação de gelado que começava no estômago e fazia a barriga doer. Sentia essas dores até minutos antes de ir para a piscina para competir. Quando chegava perto da piscina, passava.

Ao relatar o que sentia para Patrícia, Paulo começou a achar que ela não entendia muito bem do que ele estava falando, porque ela argumentou que a ansiedade fazia mal, e que era preciso controlá-la. Paulo achava que o nervoso (achou que talvez falassem da mesma coisa, ou que a psicóloga acreditasse nisso, mas decidiu que ele continuaria chamando de “nervoso”) o deixava cansado às vezes, mas não sempre.

E cara, eu nem imaginava ir para uma competição sem estar nervoso. Era o mesmo que ir sem o uniforme do clube, ou sem a sunga, ou sem a touca e os óculos. O nervoso fazia parte do cenário da competição.

Às vezes, quando visitava um lugar em que já havia competido, mas em outro contexto, mal conseguia reconhecê-lo. O olhar mais estreito, mais focal, não permitia ver direito o entorno da piscina no dia da competição. Mas o principal a dizer, e que Patrícia não havia perguntado, era que Paulo gostava daquela sensação.

Os treinos de que eu mais gostava, inclusive, eram aqueles que simulavam a competição, porque também ficava nervoso nesses treinos. Os meus colegas não gostavam, porque também eram os piores treinos, os que mais a gente ficava cansado. Mas eu adorava. Contava os dias para chegar sábado, que geralmente era o dia desse treino específico.

Pergunto-lhe o que gostava nesse tipo de treino.

Ah... Quando fazia muito esforço, podia me sentir conectado sabe, comigo mesmo? Talvez pela situação-limite, do ponto de vista físico, que esse tipo de exercício causa... você tem a sensação de que puxar o ar não é mais suficiente, e o corpo todo arde. Só na faculdade fui

descobrir que arde porque falta oxigênio nos músculos, e essa ardência é um negócio que se chama acidose metabólica. E às vezes você vira pra respirar e engole água... na água, de alguma forma, você tem que lutar pra sobreviver, não é seu meio natural... E eu também gostava de ver os azulejos da piscina passando rápido embaixo do meu corpo... eu esquecia tudo, nem sabia onde focar os olhos no meio do turbilhão de água e cansaço... É algo que você não vive todo dia, é algo único... E o nervoso, pra mim, era o elo que “fechava o circuito”, igual circuito elétrico sabe? Era o que me ligava a tudo isso. Aí como eu ia ficar sem essa sensação? Sem a tal “adrenalina”. Que sentido faria competir, ou passar tanta dor, se não fosse algo tão importante, que me exigisse tanto? Sem estar nervoso, eu não via como era possível me esforçar da mesma maneira...

Em uma das sessões com a psicóloga, Paulo resolve perguntar para Patrícia o que era ansiedade.

Ela me falou, pelo que eu lembro, que ansiedade era uma espécie de preocupação excessiva, que dificultava a concentração e causava cansaço e dificuldade para dormir, e irritabilidade. Falou que era também a causa das minhas dores de barriga nas competições. Disse que essa sensação leva muitas vezes a pessoa a faltar a treinos, não assumir algumas responsabilidades com o time ou evitar assumir posições importantes na equipe, para evitar o desconforto e o stress. Gravei muito que a Patrícia falou que os atletas geralmente achavam essa preocupação excessiva importante para conseguirem ter sucesso, e que por isso muitas vezes se recusavam a mudar isso.

Para Paulo, ficou claro que não falavam da mesma coisa: nervoso não era a mesma que Patrícia chamava de ansiedade. O único ponto de acordo é que Paulo acreditava precisar do nervoso.

Ficar nervoso não era muito legal não, mas fazia parte de quem eu era, e fazia parte do esporte também. Quanto mais eu tentava me livrar do nervoso, pior era a sensação. E assim, você vai em um balizamento... ninguém tá calmo ali não! Você sabe o que está por vir, sabe que vai sentir dor e que vai cansar pra diabo, sabe que tem muita coisa na sua vida que depende daquilo. Quem parece que está todo tranquilão antes de nadar ou está fingindo, ou não está se importando com aquela prova em particular. Ou está desmotivado né? Já vi muita gente calma em competição, e depois de uns meses fiquei sabendo que desistiu do esporte. É muito comum na adolescência.

Resolveu, porém, dar algum crédito à psicóloga. Perguntou sobre o que causava essa ansiedade, e Patrícia responde que poderiam ser vários motivos: por ter aprendido a responder

errado a situações de tensão, por ser comprometido demais com o esporte, entre outras razões. Diz acreditar que Paulo se envolve em excesso com a atividade esportiva.

Excesso? Era mesmo em excesso! Lógico que era! Como você passa 3, 4, 5 horas do seu dia fazendo alguma coisa, e não está envolvido com aquilo em excesso?

Desde que tinha começado a nadar, e desde que havia se tornado atleta, o que Paulo mais ouvia era que deveria se dedicar ao máximo para atingir os objetivos. Ainda hoje, Paulo parece indignado quando relembra a fala da psicóloga.

Eu perguntei pra Patrícia esse negócio do excesso. Ela explicou que só era excesso de envolvimento quando era exagerado. Mas quando era eficaz para alcançar os objetivos, aí era saudável...

Paulo questiona então qual seria o problema, ou talvez o risco, trazido por esse excesso de envolvimento, e Patrícia responde que esses excessos sobre os quais tinha falado às vezes causavam excesso de autoconfiança e expectativas irreais para a carreira.

Eu saía pensativo das sessões. Era muita coisa pra entender. E fiquei pensando que eu só 'era errado' em ser tão dedicado se desse errado, se nadasse mal. Mas se desse certo, não tinha problema! Pode isso?! Na época contei essa história pra um colega meu do colégio. Foi ele que me ajudou a entender. Ele falou assim: 'é que nem você atirar em um bandido no meio da multidão. Se você errar, você nunca devia ter feito aquilo, porque era muito arriscado, mas se você acertar, tudo bem'. E eu pensei: 'E não é que é?' O problema não era o excesso de nervoso, era nadar mal.

Aquilo tudo era muito complicado para Paulo. Conta que achou melhor ir para a piscina. Naquele dia a sessão com a psicóloga tinha sido mais tarde, e não haveria mais ninguém conhecido no clube.

Quando eu estava bem ou feliz por alguma coisa, queria ir para a piscina. Quando estava mal, queria ir para a piscina também.

Nas sessões seguintes, Paulo não se lembra quantas foram, decide ouvir e colaborar com a psicóloga. Talvez ela soubesse o que estava fazendo, talvez o modo como Paulo era atleta, ou o modo como era como pessoa mesmo, fossem ruins.

Fui aprendendo as coisas que ela falava... a respirar com a barriga para acalmar, as imagens mentais que ela falava pra eu ver na cabeça antes de nadar, a "palavra-gatilho" para dizer quando começasse a sentir as dores de barriga, e essa palavra me lembraria que aquela sensação não era boa. Depois de uns 3 meses eu esqueci qual era a palavra. Mas eu comecei a gostar, sei lá, mal também não fazia, eu acho. De uma forma ou de outra, o que ela me falava pra fazer, os treinos mentais, eu já fazia antes, era algo automático... (Pergunto então por que

ir à psicóloga, ou em que era diferente o que ela dizia.) *Não era muito diferente não... nunca pensei sobre isso antes...* (Paulo faz uma longa pausa, e parece se perder nos pensamentos.) *Acho que o que fazia diferença é o fato de ela estar dizendo, e não eu. Sabe? Ela autorizava o que eu já fazia, e aí eu acreditava mais que daria certo. Ela que tinha estudado estava dizendo que funcionava, que tinha que ser daquele jeito. Aí pra mim foi ficando mais confortável. Também era um jeito de dividir a responsabilidade dos meus resultados com alguém. Se desse errado, era sinal que ela também estava errando. Realmente nunca tinha pensado sobre isso. Deve ser difícil ser psicólogo do esporte, se o cara vai mal, uma parte da culpa é sua.*

Paulo olha para mim, com um olhar de preocupação. Talvez preocupado em ter se excedido em suas colocações. Talvez preocupado comigo, e com o lugar que, no entendimento dele, eu poderia ocupar para os atletas e seus resultados. Fiquei em silêncio também. Não era apenas Paulo que nunca tinha pensado seriamente sobre esse assunto.

A questão é com as sessões, Paulo se sentia mais relaxado, começou a dormir melhor, e às vezes, no meio do treino, se lembrava do que a psicóloga havia dito, e repetia as palavras que deveria falar, para acalmar e para nadar melhor. Frequentou as sessões por um tempo, até que a psicóloga o orientou a fazer mais exercícios de pensamento.

Pensar ainda mais? Aí me bateu um cansaço daquilo. Quando acabou o semestre eu achei que já estava bom pra mim, de fazer terapia. E no fim achei legal ter ido, porque tinha aprendido umas coisas novas, mas principalmente porque eu não tinha mudado meu jeito de ser. Ainda me sentia o mesmo. Acho que ficava um pouco mais calmo... Talvez... Durante o tempo que eu passava no consultório eu era mais calmo (risos). E talvez isso foi o suficiente...

Ao final da temporada, Paulo estava bastante desgastado. O processo com a psicóloga e tudo o que havia escutado sobre si parecia ter ajudado, mas ele ainda não conseguia compreender por que não conseguia mais nadar tão bem quanto antes. Sentia-se frustrado por não ter conseguido explicar para a psicóloga as sensações que tinha.

Não sabia transformar as sensações em palavras. Como falar para alguém que não nadava o que significava uma prova “não encaixar”?

Pergunto a Paulo se ele lembrava de ter esse espaço, para contar como sentia as coisas. Ele me responde que não lembra.

Talvez até tivesse espaço, mas eu era muito moleque, tinha pouca experiência de falar sobre qualquer coisa. Quanto mais coisas complicadas assim... Falar mesmo sobre as coisas, eu aprendi mais tarde.

Talvez fosse inevitável, pelo crescimento e as outras preocupações da vida, mas no final daquela temporada, pela primeira vez, a natação começou a perder importância para Paulo.

A vontade de treinar não era a mesma de antes. Me sentia meio sozinho, como se tivesse perdido uma amizade, sei lá.... Nadar não clareava mais as coisas na minha cabeça, e a piscina foi deixando de ser meu esconderijo...

Aproximava-se o vestibular, e Paulo nem sabia dizer se continuar nadando seria uma possibilidade, quer passasse, quer não passasse na faculdade. Queria cursar Educação Física.

Talvez estudando eu finalmente conseguisse entender como melhorar. Talvez pudesse avaliar o que havia de errado com o treino que me passavam, ou o que estava faltando. Acho que eu pensava que eu ia virar meu próprio técnico!

Ainda antes do último campeonato da temporada, Paulo resolve se dedicar aos estudos. Sempre fora bom aluno, mas passar no vestibular exigiria mais que isso. Porém, a decisão de colocar os estudos em primeiro lugar não duraria muito. Um dia chega a notícia que uma universidade de outra cidade estava aceitando inscrições para o vestibular de atletas, oferecendo bolsa integral para os melhores em cada modalidade.

Pensei: “É isso!” Seria possível conciliar a natação com a faculdade, e ainda conseguir uma bolsa! Mudar de técnico, de cidade, de “ares”. Estava cansado de nunca ser ouvido pelos técnicos. Era assustador, e muito, pensar em perder os amigos, as referências, e morar longe da família aos 17 anos, mas parecia ser a solução, a opção certa para mim naquele momento.

O processo de inscrição, prova e aprovação no vestibular foram rápidos. Antes mesmo do final do ano já estava tudo certo para a próxima temporada. Os pais haviam se preocupado em um primeiro momento, mas já aceitavam a ideia de Paulo sair de casa. O novo técnico havia aprovado a bolsa, mesmo com os resultados ruins de Paulo no ano anterior, pois ainda assim eram resultados expressivos, quando comparados aos torneios universitários nos quais Paulo poderia representar a faculdade. Poderia disputar também as competições da federação e treinar com a equipe principal, que continuava sendo seu maior objetivo. A carga de treino seria mais intensa do que estava acostumado, teria duas sessões de treinos por dia, o que não acontecia no clube de sua cidade.

Só faltava se despedir. Paulo não pensou no quanto seria difícil deixar as coisas, os lugares e, especialmente, as pessoas, até no último momento. Contou apenas para o melhor amigo que deixaria a equipe para estudar e treinar em outra cidade. A transação entre as equipes já era conhecida pelos técnicos do clube.

O Ricardo (técnico principal) me desejou sorte e avisou que o meu “histórico” no clube (uma pasta que continha os resultados de todas as competições) seria entregue no último dia de treino. Apenas isso. A técnica, Juliana, que tinha praticamente me ensinado a nadar e a

treinar, e que também tinha sido, por cerca de 3 anos, umas das principais referências na minha vida, não disse nada a respeito da minha saída. Nem se despediu. Nunca mais nos falamos.

Paulo entendeu naquele dia que a indiferença é o último e mais cruel recurso a ser usado diante da despedida, porque faz aquele que está indo embora sentir-se abandonado também.

Eu fiquei arrasado. Pareceu que ela ficou com raiva de mim, com raiva por eu procurar algo melhor, tentar algo diferente. Nunca foi minha intenção ‘passar pra trás’ o pessoal do clube. Eu gostava muito de nadar lá, só não estava mais dando certo pra mim, para o que eu queria. Foi muito difícil não ter recebido nem um abraço da Juliana, porque eu sempre achei que além da relação de técnica e atleta, tinha uma relação de amizade, um carinho... sei lá...

No último dia de treino houve um churrasco no clube. Costumava ser o dia mais feliz do ano. Paulo tirou fotos e brincou na piscina com os colegas de treino, mas não conseguiu comer. Não se despediu do restante dos amigos, saiu em segredo, e só ficaram sabendo de sua troca de equipe no começo dos treinos do ano seguinte. Alguns jamais o perdoaram por isso.

Eu não falei nada porque eu não sabia como explicar aquela decisão de ir embora. Não sabia como explicar que a natação era tão importante a ponto de determinar as minhas escolhas de vida. Como dizer isso sem magoar as pessoas? Tipo, que a natação era mais importante? Aquela vez foi a primeira que eu senti que o preço cobrado por ser atleta talvez fosse alto demais, sabe?

A saída de casa foi ainda mais difícil. Lembra-se apenas de fragmentos: estar sentado ao lado da irmã no sofá da sala, das ruas passando rápido pela janela do carro durante a viagem, de ter pensado que precisaria de um cesto para colocar a roupa suja, pois não tinha um. Tentou ser forte até chegar na nova casa, uma república que dividiria com outros alunos da faculdade, e tentou não chorar, sem sucesso, até os pais irem embora.

Quando eles foram embora eu desabei, nunca tinha chorado daquele jeito. Lembro de ter pensado: ‘Que ironia, acho que vou me afogar fora da água’...

Começaram os treinos com a nova equipe. Paulo se preocupou com a nova carga de treino, com a recepção dos novos colegas (na maioria, já os conhecia das competições), e em conciliar os estudos e as tarefas da nova casa. Ficou também um tanto eufórico, tudo era muito novo.

Querida começar logo a viver a vida que eu tinha escolhido viver. Porém, no aquecimento do primeiro dia de treino, durante os exercícios de alongamento e as corridas leves, só consegui pensar em como faria para lavar a roupa, algo que não havia pensado até então. Estava muito disperso, mas considerei aquilo normal. Estava tentando me encontrar naquela nova realidade.

Os treinos de fato eram muito mais intensos do que estava acostumado, porém, achava que eram mais inespecíficos. Os atletas que nadavam provas mais longas, de fundo e meio fundo, treinavam junto com os velocistas, algo que Paulo, mesmo sem o conhecimento formal sobre os fundamentos e teorias de treinamento esportivo, achava que não podia dar certo.

Eu era desconfiado... não via como uma pessoa que nadava provas de 50m e outra que nadava provas de 400 ou 800m podiam fazer o mesmo treino. Não fazia sentido! Era tipo colocar jogador de basquete e jogador de futebol pra fazer o mesmo treino, já que nas duas modalidades tem a parte em que o jogador corre... Falar a verdade pra você, muitas vezes, eu ficava p com o treino!*

Estar na cidade nova foi um misto de aventura e desafio, e Paulo se esforçava para além dos limites que conhecia até então.

Não havia saído de casa e deixado tudo para trás à toa, e aquela opção tinha que dar certo. Foi o momento que eu mais me cobrei. Não era mais só a nataçãõ. Agora tinha uma bolsa de estudos que dependia dos resultados que eu conseguisse.

Fazia tudo o que lhe era solicitado, e quando aguentava, fazia ainda mais. Certo treino, após todos irem embora, continuou na piscina treinando as viradas⁶⁶, que sabia ser um de seus pontos fracos:

Repeti mais de 40 vezes o mesmo movimento, concentrado, tentando perceber como poderia melhorar. Nem vi que, de longe, o Nikolas (treinador) estava observando. Soube apenas no outro dia, quando ele deu uma bronca coletiva no pessoal que treinava em outro período, e falou de mim, como um exemplo, porque eu tinha feito um treino extra de viradas. Única coisa que eu consegui com esse episódio foi o pessoal me olhando torto!

Aliás, não raro, os outros atletas reclamavam do treino. Sempre ouvia conversas dos colegas se questionando se era preciso tudo aquilo, se precisavam treinar tanto.

É uma dúvida que eu nunca tive, que treinar muito era algo necessário. Você está tentando fazer uma coisa que não é natural pro seu corpo, aí você tem que empurrar a barra do seu limite sempre um pouco mais frente. Mas o pessoal ficava reclamando, reclamando muito. Vi muita gente largar a nataçãõ por causa do volume de treino. É bem exaustivo mesmo, mas eu sempre achei que precisava daquilo tudo. Só tinha dúvida se o treino era adequado. Às vezes me parecia um negócio meio 'largado', não parecia que tinha muito estudo, ou que os

⁶⁶ Movimento de rotação (cambalhota) que o atleta realiza ao se aproximar da parede, para tocá-la com o pé e sair nadando na outra direção. Cada estilo possui uma virada específica e há ainda outras 3 viradas específicas do nado medley, que são as viradas de transição entre os estilos (borboleta-costas/ costas-peito/ peito-crawl).

técnicos não sabiam exatamente para o que serviam os diferentes tipos de treino. Mas isso era uma coisa minha. A molecada não gostava de ficar cansada mesmo.

Aquele ano, seu primeiro ano de faculdade, que tinha um grande potencial para novidades e havia começado repleto de expectativas, acabou sendo repleto de repetições: resultados ruins, frustração, sensação de perda, raiva e angústia. Não conseguia acompanhar os colegas nos treinos, percebia que eles evoluíam mais rápido, estavam ficando mais altos, e Paulo estava ficando para trás. A nova rotina de cuidar das tarefas da casa e estudar para a faculdade também dificultava manter uma alimentação adequada e as horas de sono necessárias, então Paulo estava sempre cansado. Sentia que se arrastava de um lado para o outro, uma sensação de sono constante. A distância da família somava-se ao peso: as constantes viagens para visitá-los, as horas intermináveis dentro dos ônibus, as despedidas. “Parece que foi um momento em que a mochila ficou pensada demais, além dos livros e roupas tinha muita coisa em jogo e muitas dúvidas”, digo para Paulo. E ele concorda:

Dúvida é um negócio que pesa demais nas costas. (“Dúvida?” pergunto eu.) Sim, dúvida se eu tinha feito a escolha certa.

Em maio daquele ano o treinador de Paulo, Nikolas, o chamou para conversar. Essas conversas nunca eram bom sinal, mas essa iria se tornar central na carreira de Paulo.

O Nikolas disse perceber que estava faltando algo, pois via que eu era esforçado, mas que via que eu não estava acompanhando os treinos. Perguntou sobre a alimentação, pois eu tinha emagrecido. Eu esperava uma bronca, mas aí não veio. Eu fiquei aliviado e abri que estava com dificuldades mesmo, na nova rotina, e que de fato estava me sentindo mais cansado que o normal.

O treinador disse então que o que estava faltando era uma “suplementação alimentar”. Pediu para Paulo procurar um médico e fazer exames de rotina, de sangue e cardiológico, e levar os resultados para avaliação dele.

Parecia que o cara tinha me visto ali. Me senti bem sabe? Pela primeira vez achei que tinha tomado a decisão certa mudando de clube.

Até então não havia se aproximado do técnico, que todos achavam bastante exigente e às vezes “meio louco”. Duas vezes por semana exigia que os atletas levassem roupas de moletom velhas, para nadar com elas.

Nadar com roupas era cruel. O peso da roupa molhada fazia com que a gente nadasse mais para sobrevivência do que propriamente para treinar. Tinha também o “treino Gatorade”, onde os atletas faziam tiros de 50m e em seguida tomavam vários goles de Gatorade, até que não agentassem mais. Ganhava quem vomitasse por último. Aparentemente, esse tipo de treino

era pra fortalecer o psicológico e o Nikolas dizia que quem não tinha medo desse treino, não tinha medo de nada. (“E você tinha medo?”, pergunto. Paulo ri.) Tinha e bastante! Do treino Gatorade e do técnico. Acho que pra mim não funcionou não!

Por essas e outras excentricidades, costumava falar com Nikolas apenas o essencial. Fez os exames solicitados, e os resultados não foram bons. Ele estava com anemia e com a imunidade baixa. Na segunda conversa com o técnico, Paulo estava otimista. O técnico, porém, comenta os resultados dos exames e entrega a Paulo um cartão com o endereço e logotipo de uma loja de suplementos no centro da cidade. Recomendou que procurasse por uma pessoa específica, que poderia orientá-lo acerca das necessidades e rotinas de suplementação. Reforçou algumas vezes que Paulo deveria fazer o que fosse indicado, e que se sentiria muito melhor com as vitaminas.

Dois dias depois Paulo foi à loja. Era um sábado e a família tinha ido visitá-lo e o pai o levou. Encontraram-se com a pessoa que Paulo deveria procurar já na entrada. O rapaz, um jovem bastante forte e de sotaque carioca, indica um suplemento que continha altas concentrações de ferro, para a anemia. Fala também que, no caso de Paulo, seriam indicadas algumas injeções de vitamina, cerca de uma por semana, por quatro meses, para ajudar no crescimento e no ganho de força. As explicações dadas pelo vendedor eram um pouco complexas e estranhas, mas Paulo entende perfeitamente a parte em que o homem lhe diz que poderia haver alguns efeitos colaterais, mas que os outros atletas nunca tinham relatado qualquer problema com as injeções. Paulo se dá conta de que talvez muitos de seus colegas de clube frequentassem aquela loja.

Acho que eu e meu pai pensamos a mesma coisa, conforme o cara falava: um suplemento tão bom assim, por que ninguém tinha me falado antes? As nutricionistas que eu frequentava nunca tinham falado nada sobre injeções de vitaminas. Mas aí eu me liguei que tinha algo estranho acontecendo. Por que aquela vitamina não ficava exposta na loja, junto ali com os outros suplementos? Por que injeções? Que efeitos colaterais seriam esses?

O pai de Paulo, que não transitava pelo meio esportivo, ficou impressionado com todas aquelas explicações e potencialidades da suplementação esportiva. Mas havia um problema: era tudo muito caro. E, para Paulo, já menos ingênuo desde que se mudara de cidade, havia algo estranho naquela proposta.

Felizmente era super caro. Aí eu falei para o cara que pensaria sobre as injeções, dizendo que tinha medo de agulhas, mas na verdade eu não tinha, foi mais pra ganhar tempo mesmo. Aí eu senti meu pai respirando aliviado do meu lado. Se eu falasse que queria, ele ia arrumar o dinheiro, mas não seria fácil. Mas o vendedor ficou p, e me perguntou na hora “quem*

mesmo falou para você me procurar?”. *Aí ele falou mais um pouco do produto dele, mas eu já tinha decidido na minha cabeça que tinha algo errado ali. Foi embora levando apenas o suplemento contendo ferro.*

Não conseguia entender o que havia acabado de acontecer. (“Me parece que entendeu perfeitamente!”, retruco.) Olha, só sei que fiquei imensamente feliz por estar junto com o meu pai naquela situação.

No dia seguinte o técnico o chamou novamente para conversar. Perguntou por que Paulo não tinha comprado os suplementos indicados, visivelmente irritado.

Como o Nikolas sabia que eu não tinha comprado? Por que era tão importante para ele que eu tomasse as injeções? Aí eu juntei toda a coragem que eu tinha, nos meus recém-completos 18 anos, e falei pra ele: ‘Não comprei as injeções porque não sabia o que tinha nelas, mas acho que é algo que atletas não deveriam tomar.’ Aí o rosto dele, que era bem moreno, ficou pálido. O cara ficou branco que nem a parede que tinha atrás dele. Parecia ter visto um fantasma.

À medida que o rosto do técnico se transformava, a dúvida de Paulo sobre os remédios também se tornava mais clara: tinha recusado uma indicação de uso de *doping*.

Intuitivamente, porque ninguém tinha falado que eram remédios proibidos e porque o vendedor da loja parecia vendedor de drogas, daqueles que a minha mãe sempre tinha avisado para não conversar na rua.

O desfecho da conversa foi, curiosamente, bastante tranquilo:

O Nikolas falou que não havia problema nenhum com os remédios... aí já se chamavam “remédios” ..., mas que respeitava a minha decisão e que não precisávamos mais falar disso. Falou que via meu esforço nos treinos e tal... e me deu um tapinha no ombro. Mas quando eu saí da sala e fechei a porta, senti que estava fechando a porta da minha carreira como atleta profissional também. Alguma coisa, que nem tinha começado direito, estava acabando ali. E eu estava em choque. Foi um choque porque eu nunca tinha pensado que o esporte poderia me levar, sei lá, para o mundo das drogas... porque anabolizante é droga. E no Esporte eu sempre achei que estava protegido disso. E na hora me liguei que tinha muita gente usando aquilo, gente próxima de mim. Como eu ia competir de igual pra igual com isso? É um negócio que até hoje, com meus atletas, eu não sei como lidar. Foi um negócio que me aconteceu e que não sei o que aprendi com isso, acho que nada, só foi um choque.

Aponto para Paulo que mesmo sem saber do que se tratava, ele havia conseguido se proteger naquela situação, pois haveria consequências importantes ter feito outra escolha.

Tem razão, eu aprendi a ‘confiar no meu taco’. Dali em diante sempre escutei essa minha percepção das coisas. Se sinto que tem algo errado com alguma coisa, eu levo a sério isso.

Na última competição de um ano cheio de resultados ruins, aceita nadar duas provas que nunca havia nadado antes: os 800m crawl e os 200m borboleta. Na primeira, faz um bom tempo, bastante inesperado, e até marca pontos para a sua equipe no campeonato estadual, ficando em sexto lugar. Nunca havia nadado aquela prova, e suspeita que tinha sido escalado para nadá-la como retaliação por parte do técnico, mas não se importa com isso. Sem querer ou entender como era possível, nadou muito bem.

A prova foi tão tranquila que nem parecia uma prova de 800mts. Nos primeiros 100, eu lembro certinho, pensei ‘nossa, f!’, porque eu encaixei um ritmo muito forte logo no começo. Mas aí veio os 200, 300mts, parece que aqueceu o motor, continuei no mesmo ritmo o resto da prova. Não senti aquela canseira que esperava... Acho que foi ‘sorte de principiante’!*

Na segunda prova, os 200m borboleta, o mesmo não aconteceu. Torna-se, inclusive, a pior prova de sua carreira. Nunca, antes ou depois, se sentiria tão cansado nadando.

Já fazia tempo que eu não perdia a coordenação do nado por causa de cansaço, mas naquele dia aconteceu... as pernas nadavam em um ritmo, e os braços em outro. A piscina pareceu virar uma rampa. Meus amigos sempre brincavam que um dia eu ia descobrir como era nadar na rampa. Meu Deus do céu! Parece que você está amarrado, e que a piscina inclina, você simplesmente não vai pra frente...

Aquela seria sua última prova em campeonatos da federação por um bom tempo.

3.3 – Nadando por outros mares

Ao final do primeiro ano na equipe e na faculdade, tendo sido seu melhor resultado um sexto lugar em uma competição relevante, e com o episódio de ter contrariado a indicação do técnico a respeito da “suplementação”, Paulo sabia o que estava por vir, mas isso não diminuiu o impacto quando finalmente aconteceu. Após o campeonato estadual de final de ano, foi cortado da equipe principal. Continuará na faculdade e com bolsa parcial de estudos, para representá-la nas competições universitárias, se quisesse. Se não quisesse, teria de abandonar o curso ou pagar o valor integral da mensalidade.

Sobre a conversa com o técnico, quando avisado de sua nova situação, e sobre o que aconteceu depois, Paulo tem lembranças difusas.

Eu saí andando da beira da piscina para o vestiário, e depois me vi chegando à praia, mas não sei dizer exatamente como fui parar lá. Naquele dia eu descobri o que queria dizer a

expressão ‘estar fora de si’. Eu não estava irritado, triste ou preocupado. Eu nem estava ‘dentro de mim’ mesmo pra sentir qualquer coisa. Eu estava sempre ocupado, e de repente naquele dia, não estava mais ocupado. Sentei na areia e fiquei olhando para o mar até escurecer. Comprei uma vitamina de leite com mamão no caminho pra casa. Era a minha favorita, mas depois daquele dia, nunca mais consegui tomar. Acho que associou com o gosto ruim que eu já estava sentindo. Aí cheguei na república que morava, tirei o tênis e dormi. Parecia que a minha vida tinha sumido da minha frente. Engraçado que parece que eu deixei a natação ali no mar. Voltei pra casa sem a natação.

No dia seguinte, conseguiu conversar com os pais sobre o corte na equipe, por telefone. Teve deles apoio incondicional para ficar na faculdade, ainda que precisasse pagar pelo curso. Disseram que era dele a escolha entre continuar nadando ou não na equipe universitária. Paulo disse que gostaria de deixar a faculdade e voltar para casa, mas essa opção os pais não lhe deram.

Passou algum tempo em que Paulo esteve um tanto “aéreo”.

Estar em terra eu conhecia. Estar na água eu conhecia melhor ainda. Estar “no ar” era estranho. Aí decidi parar de nadar. Precisava parar. Achei que nadar não era pra mim. E me assustou a aparente facilidade com que tomei essa decisão. Pela primeira vez eu tinha tomado uma decisão sem estar com a cabeça dentro da água. Foi a primeira vez que fiz algo importante literalmente com os pés no chão.

Ficou bastante triste, deslocado, e um tanto sem rumo. Parecia estar doente, pois só queria ficar deitado. Não sabia mais dizer como seria a vida pela frente, e isso foi o mais assustador: perceber que não tinha outros projetos.

Não conseguia pensar em nada. Tudo sempre estava preso à natação e ao plano de ser atleta profissional. Eu pensava: ‘E agora?’ Mesmo quando comecei a nadar mal, eu não fiz um ‘plano B’!

Com o tempo, alguns meses, começou a se sentir melhor. A pressão dos treinos, a cobrança interna, o cansaço, não faziam mais parte da rotina.

Era uma vida nova. Conheci pessoas novas, que eu até já conhecia há um ano, pois estavam na minha sala na faculdade, mas nunca as tinha visto de fato. Comecei a levar a sério realmente os estudos, e comecei a assistir os seriados de televisão de que todos falavam, porque eu precisava ter assunto. Tinha quase 20 anos e só sabia falar de natação. E eu podia finalmente comer sem preocupar com o peso, e sem nadar eu comia muito menos do que estava acostumado. E podia sentir o gosto da comida porque não precisava comer tanto.

A principal mudança que eu senti? Ah... acho que foi o tempo. Eu passei a ter tempo. A vida deixou de ser contada em segundos e minutos, e passou a ser contada em dias. O tempo, até ali, era meu arqui-inimigo, sabe? Eu estava sempre contra o tempo. Mas quando parei de nadar podia viver o tempo, não precisava mais ganhar dele. Essa parte foi muito boa.

O mais difícil, porém, era lidar com algumas “abstinências”.

Não conseguia dormir, nunca estava cansado. Decidi correr alguns dias na praia para sentir melhor, mas ainda assim, foram meses até que não ficasse mais acordado de madrugada. E eu tinha coceiras no corpo todo. Fui ao médico e tal, que me deu antialérgico, mas não resolveu. Um dia aquela coceira me irritou, e eu peguei um balde e enchi de água com cloro, tomei banho com aquela água, e sarou!

Se deu conta que por mais de 10 anos tinha entrado em contato com água e cloro praticamente todos os dias.

Até nas férias, quando ia viajar com a família, acabava encontrando uma piscina. Mesmo se a água fosse gelada, entrava. Aí tinha esse negócio com o cloro, quando sentia coceira, passava água com cloro no corpo e curava ..., mas sabe que quando estava triste com alguma coisa, e quando sentia saudades de casa, da família e dos amigos da natação, também abria a embalagem de cloro para sentir o cheiro. Virou minha aspirina... (risos)... o cloro curava até saudade!

No entanto, Paulo não ia até a piscina da faculdade.

Não tinha coragem. Não tinha certeza, mas achava que reencontrar a piscina seria como reencontrar, sei lá, a Gabriela. Um amor que você ainda gosta, mas já acabou, sabe? Nem começou, na verdade. E eu não queria saber como seria sentir isso. (Pergunto sobre a Gabriela.) Eu sabia que ela continuava nadando, mas não estava na melhor fase também. Mas é isso, eu preferia não pensar e nem saber das coisas. Não via fotos. Graças a Deus naquela época não existiam as redes sociais! Uma hora ou outra, uma pessoa nova apareceria. Tinha que aparecer né?

Pergunto se apareceu alguém. Paulo olha pra baixo por uma fração de segundos.

Do mesmo jeito que eu gostei da Gabriela, não. (Fica em silêncio, morde um pedaço do lanche que comia naquele dia, e diz terminando de mastigar). É que quando eu conheci a Gabriela, eu já estava apaixonado antes, pela natação. Eu era muito apaixonado pela natação. Então cara, como vai aparecer alguém que alcance essa intensidade?

E come mais um pedaço do lanche, como se o que falou não tivesse a importância que de fato tinha.

Paulo ficaria aproximadamente um ano sem nadar, nem uma braçada. Passaria esse ano acreditando que essa etapa da vida tinha se esgotado. Mas nesse tempo de pausa, acabou encontrando dois aspectos da vida para os quais não havia espaço antes. Um deles era estudar. Logo no primeiro semestre do segundo ano, cursou na faculdade a disciplina de psicologia do esporte, para a qual tinha, obviamente, grandes expectativas. Gostou do professor, sentiu confiança nele, e isso ajudou no processo de entrar em contato com as teorias. Até então, sua experiência pessoal com a área o deixara com dúvidas, mas com uma boa lembrança.

Quando eu lia os textos, eu lembrava muito das sessões com Patrícia, a que tinha sido minha psicóloga, e só aí fui entender algumas coisas que ela dizia. (Pergunto sobre a impressão que tem hoje sobre a terapia que fez.) Foi uma boa experiência pra mim, no geral. Só não me ajudou com a natação... não do jeito que eu esperava. Do jeito que as pessoas falavam, se eu fosse no psicólogo ia resolver tudo, e não tem isso.

Lembra-se que em uma aula dessa disciplina, um colega de classe, que jogava tênis de mesa, brincou com o professor, falando que “Quem gosta de conversar é psicólogo, atleta gosta de medalha!”. Paulo até hoje não sabe se ir ao psicólogo ajuda a melhorar o desempenho. Na nossa conversa, ele me faz a gentileza de não perguntar sobre isso.

No curso de educação física outras disciplinas o agradavam. As aulas práticas de outras modalidades esportivas eram fonte de grande diversão, pois embora fosse muito atlético, Paulo era muito descoordenado. Às vezes percebia-se competindo com os amigos, mas fora da água, sempre perdia.

Fui perdendo o medo de perder. Aprendi a rir dos erros e da minha falta de coordenação. Perder não era o fim do mundo! Porque quanto mais eu errava, mais eu aprendia do movimento. Eu ficava pensando em como explicar para um aluno meu como fazer os movimentos, quando eu me formasse. Porque fazer é muito mais fácil que falar! Joguei bastante basquete e vôlei naquele ano. Eu era péssimo! Os colegas ficavam gritando pra mim: “volta pra piscina!” (risos)

Começou a estudar também sobre treinamento esportivo. O que mais queria saber era se, de fato, os treinamentos pelos quais passara estavam corretos. Para além das teorias, o professor também apresentava conceitos curiosos sobre como entendia o Esporte e o ser humano. Conta Paulo:

Esse professor me marcou muito. Ele falava que, por mais perfeito que um método ou periodização de treinamento fosse, sempre alguma coisa ia dar errado, porque o ser humano falha. “É o elo que mais falha em todos os sistemas”, dizia ele. Uma vez outro cara da minha

sala o interrompeu, dizendo que sem o ser humano, não existiria sistema nenhum. Isso de tanto que o professor era crítico sabe? Parecia esperar que as pessoas fossem máquinas.

Aprendeu com esse professor sobre especialização precoce e sobre a importância de organizar o processo de treinamento a médio e longo prazo, algo que pareceu muito familiar a Paulo em relação à própria carreira: a melhora rápida seguida de estagnação no desempenho.

Ao analisar o que tinha acontecido comigo, na minha carreira e com outros colegas que também tinham “estourado”⁶⁷, percebi que era até comum o que tinha acontecido: tive um rápido aumento nas cargas de treino em idade precoce, muito no começo, o que me fez melhorar muito rápido, mas depois as cargas não aumentavam mais na mesma proporção. (Havia treinado cerca de 6km/dia por toda a sua carreira dos 12 aos 18 anos, com pouca variação.) Vi que não tinha como dar certo, o treino não mudava, meu corpo adaptou àquele estímulo. Fui entendendo várias coisas, e aquilo me acalmava um monte!

Naquela disciplina, ouviu também do professor que a carreira do atleta é curta, que muitas vezes diminuir o ritmo ou exigir menos nos treinamentos podia fazer com que o atleta perdesse o momento do auge físico.

Pra mim aquilo era um paradoxo: ou eu pensava em treinar o atleta para ter uma carreira mais longa e mais saudável, ou eu pensava em ‘arrebentar’ ele de tanto treinar para ele dar um resultado mais rápido. Mas na minha experiência até aquele momento eu duvidava que até esse ‘arrebentar’ de tanto treinar pudesse dar certo. Aí um dia o professor falou um negócio que me fez entender tudo. Disse algo assim: “A peneira no esporte é cada vez mais fina. Na peneira que leva ao alto e ao altíssimo rendimento, só passa quem sobreviveu até ali. Quem não sobreviveu, seja porque se lesionou, porque já chegou no máximo que aguenta treinar, seja porque não ‘aguentou a pressão’, um abraço!”. Acho que eu vi o esporte de um jeito mais objetivo nesse momento. O lugar do pódio está ali independentemente de você. Um dia é você que vai subir; no outro dia é outra pessoa, e ninguém tá nem aí (...) essa era a regra do jogo, a carreira era pra quem sobrevivia... Era difícil pra mim, olhar para o esporte daquele jeito. Tirou um pouco do brilho, mas depois disso, sofri menos acho... sofri menos com o modo que as coisas tinham terminado pra mim, até aquele momento pelo menos.

Sem sinal de aviso, Paulo começou a se sentir atraído pelas pessoas ao seu redor. Até então, não tinha relações próximas de amizade com ninguém fora da natação. Passou a conversar mais, e mesmo com sua relativa inexperiência, se interessou pelas histórias das

⁶⁷ Termo coloquial usado na natação para falar de atletas que têm bons resultados quando crianças e adolescentes, mas que em certo ponto param de render e não conseguem mais bons desempenhos.

peessoas, suas atividades, seus gostos. O silêncio da água foi dando lugar a vozes novas, e a novas histórias. Foi se dando conta do quanto é difícil saber por que as pessoas fazem ou deixam de fazer coisas, gostam de “a” e não gostam de “b”, tem medos, sonhos, arrependimentos.

Fui vendo que não era simples. Me entender e entender os outros. Eu não tinha essa percepção antes. Pensava que as coisas ‘são como são’, mas fui vendo que as coisas são mais do jeito que a gente vê do que como são mesmo.

Faz, finalmente, uma boa amizade. Num primeiro momento, lembra que o cabelo loiro e os olhos azuis de Andreia o deixaram um pouco desorientado.

Mas logo eu percebi que Andreia não era o tipo de pessoa que encontraria com facilidade na vida... ela era assim... como vou dizer... complexa! E a gente tinha muito em comum, pelas vivências com o esporte.

Olho surpresa para Paulo. E sem precisar questioná-lo, ele escuta o que estou pensando.

O quê? Você achou que eu ia fazer amizade assim relevante com gente que não fosse atleta?

Estudante de engenharia, Andreia era jogadora de basquete de alto rendimento, e havia entrado na faculdade por conseguir uma bolsa de estudos, assim como Paulo. Conheceu-a em um *happy hour* na lanchonete da faculdade. Sabia que o objetivo das pessoas nesses eventos era o de conseguir algumas “paqueras”, e a beleza dela havia dado coragem a Paulo fazer a primeira aproximação.

Mas aí a gente conversou uns 5 minutos e entrou nos assuntos de esporte, acabou o clima!

Andreia passava por um momento muito complicado: deveria escolher entre ficar no país e prosseguir com seus estudos e carreira (porém sem grandes chances de uma boa remuneração), ou aceitar uma proposta de jogar por um grande clube em outro país, no qual as possibilidades financeiras eram convidativas. Falaram quase uma madrugada toda sobre isso, em uma das primeiras conversas que tiveram por telefone. *A Andreia tentava apresentar razões, listas, prós e contras para a decisão que deveria tomar, e eu pensava o quão difícil seria tomar essa decisão, se fosse comigo.*

Paulo nota, conforme ficavam mais amigos, que a conversa com Andreia se tornava mais difícil quando ela teimava em falar sobre as coisas em termos de “decisões certas” e “decisões erradas”.

Com ela, aparentemente só argumentos racionais podiam funcionar, tipo as fórmulas que ela usava para resolver as questões de cálculo que tinha no curso dela, ou as análises estatísticas que o técnico dela mostrava ao final de cada jogo. Ela me falava que queria saber como “acertar”, e cara, como dá pra ter certezas com esse tipo de coisa? São escolhas né.

Você pode se dar bem e pode se dar mal. Mas só vai saber depois... Ai é óbvio, o rendimento dela caiu um monte em quadra. Ela começou a passar muito mais a bola, arremessava pouco e ainda errava muito mais do que o normal pra ela.

Paulo percebia que Andreia estava em crise, se sentia isolada, e acha que a dificuldade desse momento os tornou tão próximos, tão rapidamente. A urgência da escolha tinha a ver com o início da temporada no clube internacional, e o prazo para inscrever-se nas disciplinas que cursaria na faculdade estrangeira. Sabia falar o idioma fluentemente e tinha boas notas, então a faculdade em si não seria um problema para ela. A família tinha uma condição financeira razoável, e não dependia dela ou de sua remuneração como atleta para o sustento.

Mas eu via que em vez de ajudar na decisão, essas facilidades deixavam tudo mais difícil. Sei lá, se houvesse um impedimento real, ou se fosse a única chance da família dela sair da pobreza... sei lá... quando a escolha é óbvia acho que fica mais fácil. Mas não, ali era só ela mesma decidindo. E ela deu uma pirada... uma pirada boa!

Nas conversas, Andreia falava da dificuldade em deixar a família, e que continuar jogando após sair da faculdade seria algo complicado, senão impossível, se ficasse no país.

Toda hora ela dizia, meio que pensando alto: ‘A vida não é fácil!’ Me dava uma angústia assistir aquele processo que ela estava passando, a pessoa estava dividida em duas!

Competir pela vaga de titular no time no país estrangeiro não seria problema. Andreia era muito competitiva. Tinha uma forma de jogar bastante intensa, às vezes quase agressiva.

Ela levava ao pé da letra que o basquete tinha a ver com a ocupação de espaços. Ela não dava sossego para as adversárias, sempre chegava primeiro. Ela falava que basquete era um jogo de inteligência.

Os dois tinham em comum achar estranho o comportamento dos colegas que não “aguentavam pressão”. “Aguentar pressão” sempre fora, para os dois, motivo de orgulho.

Mas ali a dificuldade de Andreia não era competir ou ter forças para lidar com as exigências, era escolher. Eu pensava que a escolha dela teria que vir só a partir do que ela queria pra vida dela. Ai eu falava isso pra ela, e ela dizia que não conseguia “quantificar o que queria mais”. Dizia que gostaria de procurar um psicólogo para fazer testes, e ver em qual situação se sairia melhor, se ficando ou deixando o país. “A gente pensa com o que aprendeu a pensar, e eu aprendi a pensar com números!”, dizia ela. A vida de Andreia parecia ser um grande quadro de scout⁶⁸.

⁶⁸ Análise quantitativa e qualitativa de determinado indicador de jogo, atleta ou equipe, utilizando-se as estatísticas do jogo.

Pelo que Paulo conta, a questão para Andreia era encontrar um novo número, o do próprio desejo.

“Eu queria criar um sistema do qual eu pudesse deduzir todas as coisas”, ela falou pra mim uma vez. E não duvido que ela tenha tentado criar algo assim. Eu ria, mas no fundo eu sabia que aquilo não fazia nenhum sentido. Era o jeito que ela expressava o desespero dela. Mas não tinha como adivinhar o futuro, só que ela não aceitava isso, não queria correr o risco de escolher e algo dar errado.

Andreia não podia falar com as colegas de time, tinha que manter segredo absoluto sobre as negociações, por ordem expressa do técnico.

Mas comigo ela conseguia falar. Ela me chamava de ‘cúmplice’, porque eu entendia a importância que o esporte tinha para ela, a importância de ser o melhor em algo, das cobranças, do sonho em ser atleta profissional. Acaba sendo um mundo à parte. Quem tá fora não entende. Tipo o medo que dá de perder a condição física que você tem quando deixa de treinar. Quando você está treinando pesado, seu corpo é uma máquina, você se sente muito bem, autoestima lá em cima. E poxa, eu estava passando por isso. Tinha só 20 anos e tinha parado de treinar. Meu corpo foi embora.

Aí um dia a Andreia chegou e me falou que estava em ‘risco psicológico’. Ela estava estranha, nem olhou direito pra mim sabe? Mas me perguntou se eu queria que ela ficasse. Ai não falei nada, sei lá, disse que não sabia. Não tinha como eu tomar essa decisão por ela! Ai ela foi passar uns dias na casa dos pais, em outra cidade, para pensar melhor no que fazer. Quase na hora de ir embora, nesse último dia que nos vimos, ela me perguntou “Será que o basquete tem mais importância que tudo?”. Eu não sabia responder. Sempre achei que a natação era tudo, mas justo naquele ano, eu estava percebendo que não era. Ela me deu um abraço e foi embora chorando. Foi difícil.

Ouvindo Paulo fui sentindo um incômodo, um aperto, que não compreendo imediatamente. Percebo que o estava ouvindo com o corpo, e algo me lembrou muito a sensação de um “coração partido”. Pergunto para Paulo se não teria chance de Andreia ter outro tipo de interesse por ele que não apenas a amizade, e se quando perguntou se queria que ela ficasse, não estaria perguntando sobre o interesse dele por ela. Paulo arregala os olhos, como se quisesse enxergar algo que estava a uma distância de 15 anos atrás.

Não! Acho que não! Será?... Nossa, como não pensei nisso? Ela às vezes perguntava se eu tinha namorada!

Paulo fica parado com a expressão de quem tomou uma tijolada na testa. Me pergunto se não seria melhor ter guardado a minha percepção para mim mesma, mas uma vez que disse, nada mais poderia ser feito: as memórias de Paulo já haviam se tornado outras.

Dias depois, Andreia decidiu ir.

Ela respondeu para o clube estrangeiro no último dia, ficou naquele inferno de indecisão até o último dia que podia. Pra mim foi estranho né, eu encontrava com ela quase todos os dias, e nem percebi que um dia tinha sido a última vez.

Paulo conta que acompanhou um pouco da carreira de Andreia, que voltou ao Brasil algumas vezes para jogar pela seleção nacional em alguns torneios, e que se falavam sempre, depois menos, e menos, até que um dia não se falaram mais. A última coisa que soube é que ela tinha deixado o basquete dois anos depois de se formar na faculdade, pois não estava jogando tão bem e havia recebido uma proposta de emprego financeiramente interessante. Se tornou modelo de roupas esportivas para uma grande marca.

Acho que ela era mais bonita do que eu percebia... (risos) ... Como eu fui burro! Mas é isso: no fim o esporte é um negócio que acaba, de um jeito ou de outro. É uma carreira curta mesmo.

Na mesma época, conhece também outras pessoas da faculdade, e se torna próximo de um colega que havia sido judoca, mas que havia deixado de ser atleta já há algum tempo. Fábio, agora estudante de Medicina, era descendente de japoneses, e havia começado no judô por vontade dos pais, que não lhe deram muita opção.

A família dele tinha uma tradição no judô, antes de virem para o Brasil. O Fábio começou a treinar com o próprio pai, em casa, aos 6 anos de idade. Ele contou que gostava de um seriado para crianças chamado Jaspion, e para convencê-lo a treinar, os pais diziam que era para lutar igual ao Jaspion.

Mas Fábio não gostava muito dessas aulas em casa. Preferia correr e dar chutes e socos no ar, cheios de gritos estridentes, do que enfrentar seu pai, que sempre lhe dava golpes rápidos e exigia dele atenção e disciplina.

Ele contando, dava pra perceber a frustração. O pai dele dizia que quando chegasse a hora ele iria para uma escola de judô, e que já seria o melhor lutador quando chegasse lá. Imagino o tanto que o Fábio esperou esse dia chegar, mas os treinos em casa duraram vários anos. Aí finalmente chegou o dia de conhecer a escola de judô. Ele me contou bastante disso. Que lembrava de ter chegado na aula bem no início, e ver todos os judocas sentados sobre os calcanhares, organizados pelo grau de experiência e prontos para reverenciar o mestre Jigoro Kano, um senhorzinho japonês de semblante

sereno, que era o criador do judô. O pai já havia contado essa história, mas ele não prestava muita atenção.

Passou por um teste rápido com o professor, para que ele soubesse com qual turma colocaria Fábio para treinar.

Nos anos que Fábio treinou com o pai, nunca havia aplicado um golpe que funcionasse, nunca tinha conseguido ganhar do pai, que era muito bom judoca, e adulto né. E o pai nunca tinha facilitado as coisas. Dizia: “Os seus adversários nunca vão cair para que você se sinta melhor”.

Paulo me diz que, ao ouvir as histórias que Fábio contava, ficava com a impressão de que ele tinha uma mágoa, ou talvez até mesmo raiva da forma como fora treinado pelo pai no início da carreira, ainda na infância.

Uma vez ele falou que ter ido para a escola de judô foi a melhor coisa que aconteceu na vida dele.

Para Paulo isso era muito estranho e difícil de entender. Tudo que queria é que seus pais soubessem sobre natação para que pudessem ajudá-lo.

Mas meu pai, embora gostasse de fazer exercícios e os fizesse com frequência, só sabia nadar com a cabeça para fora d'água, pois não sabia fazer a respiração. Minha mãe morria de medo de piscina, e uma vez até me contou que a maior alegria dela não era quando eu ganhava as provas, mas quando eu saía nadando após o mergulho, porque ela tinha medo de que eu me afogasse quando pulava na piscina. Minha avó tinha mais medo ainda, nunca foi me ver competindo. Então pô, eu achava o Fábio meio mal agradecido... eu tentava entender o lado dele, o que poderia ser aquilo de ter o pai sempre ‘na cola’ dele. Mas eu também pensava o quanto ele tinha jogado tudo no lixo. E o Fábio mesmo admitia o que o pai tinha sido um ótimo treinador.

Na escola de judô, começou a treinar com os meninos de 13 anos quando tinha apenas 10, e não tinha dificuldades para aplicar-lhes golpes rápidos e eficientes. Ainda não tinha força o suficiente para derrubá-los todas as vezes, mas sua habilidade técnica era bastante superior se comparada aos outros alunos.

Mas o Fábio fazia o judô como uma obrigação. Gostar, acho que ele gostava apenas de ganhar. Não gostava da rotina dos treinos, da disciplina, da dor nos dedos por conta dos treinos de “pegada” no quimono. Não gostava de ficar suado e com calor o tempo todo. Ele não gostava nem do ambiente, do tatame. Na faculdade tinha um tatame, ele nunca ia lá.

Fábio havia sido tetra campeão nacional, campeão sul-americano e foi convocado três vezes para a seleção nacional, uma delas para o mundial de juniores. Quando lutava com adversários da mesma categoria nos campeonatos, se saía muito bem.

Mas nos treinos, pelo que ele contava, sempre colocavam ele pra lutar com garotos mais velhos e mais pesados que ele, aí ele apanhava. Eu perguntei pra ele porque ele não falava pro pai ou para o técnico que não gostava de treinar daquele jeito. Aí ele me explicou que havia uma tradição de respeito à autoridade dos mais velhos na cultura japonesa, e que contestar não era algo comum ou bem visto. Ele obedecia. E funcionava, quando ele lutava na categoria dele, ganhava com facilidade. Aí ia reclamar do que também né?

Aos 18 anos Fábio conseguiu parar de treinar, após machucar gravemente o pé em um treino, e dizer ao pai que gostaria de estudar para cursar medicina.

Ele já estava pré-convocado para o Pan-americano! Dá pra acreditar? Nem sei se ele queria ser médico mesmo, acho que nem ele sabia, mas se não fosse assim, acho que estaria no judô até hoje. Foi o jeito que ele achou pra sair. Na faculdade ele pensava em ser ortopedista, por causa das lesões que tinha visto como lutador. Mas ele falava “- Pô, mas aí vou ter que continuar convivendo com esse mundo do judô.” Ele era do último ano quando nos conhecemos, aí na residência ele optou por psiquiatria. Na época eu pensei que ele estava mais uma vez jogando fora toda a experiência que ele tinha... Pensa, seria um ótimo ortopedista! Conhecia aquelas lesões de que iria tratar.

Digo a Paulo que talvez Fábio também conhecesse muito de Psiquiatria com as experiências que tinha tido com o judô. Ele me responde:

É, tem todo esse lado também, das coisas que ele passou né?... O Fábio me falou uma vez que me achava ‘um bom ouvinte’. Já eu achava que ele não tinha falado muito durante a vida. A gente perdeu contato quando eu voltei a nadar mais sério. Definitivamente, o Fábio não queria mais conviver com esse negócio de esporte não. Ele estudava o tempo todo, acho que ele queria ser um psiquiatra muito bom. Ele era o melhor da turma. Parar com o judô não significava que ele tivesse parado de competir né?

3.4 – Encontros e outros caminhos... para o mesmo lugar!

No terceiro ano da faculdade, Paulo decide participar de uma viagem com os amigos. Até então, ainda evitava esse tipo de passeio. Se via um tanto imaturo para acompanhar os colegas “não-atletas” nas festas. Iriam até a cidade vizinha, basicamente para conhecer outra praia, na casa da tia de um dos colegas.

Aconteceu muita coisa naquela viagem, mas teve um negócio especial. Acordei cedo um dia e estava todo mundo dormindo, e eu falei ‘vou nadar!’. Queria esticar o corpo, e ver se eu ainda aguentava água gelada. E era mar né... não era piscina... não é que eu quisesse nadar novamente, era só matar a saudade mesmo. Aí peguei minha sunga, óculos... A rebeldia dos 20 anos me permitiu nadar sem touca (risos). E fui. Cara, parecia que eu estava em casa de novo, sabe? Tipo um sonho que você sonha ser outra pessoa e quando acorda vê que continua sendo você mesmo. Nadar de novo foi assim, como acordar. Nem sei quanto tempo nadei. Aí parei e fiquei boiando de costas, olhando pro céu. Ralei a barriga na areia de tanto pegar ‘jacaré’⁶⁹.

Ao sair da água, os amigos, agora já presentes, estavam em um quiosque com outras pessoas também da faculdade. Sentou-se na areia, exausto, sentindo-se feliz e triste ao mesmo tempo, mas não teve muito tempo para pensar sobre isso. Ao seu lado sentou-se Livia, que até então Paulo conhecia apenas dos corredores da faculdade, mas sabia que fazia parte da equipe de natação universitária.

Ela falou que me viu nadando, que sabia que eu era da equipe principal. Aí eu disse que não era mais, que tinha parado. E ela falou “Pois então deveria voltar!” Conversam um pouco, especialmente sobre natação, mas sobre a faculdade e sobre os amigos em comum. Livia conta um pouco sobre a equipe universitária, e o convida para ir a um treino, que seria “só por diversão”.

Eu falei que ia pensar. Na verdade, não pretendia ir não! Mas na hora me veio um ditado, sei lá onde eu tinha lido, mas veio muito forte na minha cabeça. Era mais ou menos assim: quando você olha para o abismo, o abismo olha de volta para você. Acho que foi isso, eu olhei pra natação, e a natação olhou de volta pra mim.

Levou uns dias, mas resolveu ir ao treino universitário. Livia havia mandado um bilhete convidando-o novamente para conhecer a equipe. Ao chegar na piscina, teve vontade de ir embora.

⁶⁹ Pegar ondas com o corpo, sem o uso de prancha, usando as ondas para se impulsionar para frente.

Me deu uma náusea. Não sabia dizer o que estava fazendo ali. O treino começou, e o técnico era o Vitor, um cara 2 ou 3 anos mais velho que eu, recém-formado pela faculdade, e seu ex-colega na equipe principal. Falei aquele 'oi' sem graça. Era bem estranho ser treinado por um ex-colega de equipe.

Vitor era um ótimo nadador, um dos melhores velocistas do país. Continuava competindo em alto nível, mas havia mudado de equipe no ano anterior, procurando ganhar mais dinheiro com a natação.

O clima do treino universitário era bastante diferente do treino da equipe principal: era mais descontraído, e muito dos que participavam tinha um nível intermediário de natação, então o treino era bem menos intenso. Ao final do treino, Vitor pediu que Paulo fizesse uma tomada de tempo de 25 metros, para ver como se saía.

Eu fiz contra a vontade, porque mesmo sendo um técnico quase da minha idade, eu não ia falar 'não' pro técnico no primeiro dia... Fiz um tempo muito bom, para quem não nadava há um ano. O Vitor falou o meu tempo e falou "até amanhã", mais nada. E eu só queria ir embora. Mentira, queria puxar papo com a Livia, mas ela foi pro vestiário. (risos)

Passaram-se uns dias, e Paulo não voltou a treinar. Evitava encontrar Vitor pelos corredores da faculdade para não ter que dizer que não queria mais ser atleta. Mas Vitor o encontrou um dia, e Paulo não esqueceu mais da conversa que tiveram. Em resumo, Vitor perguntou por que Paulo não queria mais nadar, uma vez que nadava bem e não teria problemas para representar bem a faculdade nas competições universitárias, e Paulo tentou explicar que ter sido cortado da equipe fora muito difícil, mas que mesmo antes disso já estava muito cansado da natação, dos treinos, de não melhorar seus tempos, e da pressão sempre presente com a ideia de ser atleta de alto rendimento, de tentar ser nadador profissional. Por muitos anos havia planejado viver daquilo, e não tinha dado certo.

Pareceu que ele estava me entendendo, acho que por ser atleta também. Rimos de uma situação de treino que lembramos, e o Vitor parecia também carregar suas próprias frustrações.

Paulo conta também para seu então novo técnico sobre o episódio em que havia se recusado a usar *doping*, e como isso havia o prejudicado com o técnico e no desfecho de sua carreira.

Até aquele momento, nunca tinha falado disso com ninguém. Aí o Vitor contou que ele também havia feito a mesma opção, de recusar o doping, mas de um jeito mais suave do que eu. Mas falou que muita gente usava na equipe principal.

Não era algo que Paulo não soubesse, mas ter a confirmação de alguém que também estava naquele ambiente e conhecia as mesmas pessoas foi muito esclarecedor.

Afinal de contas, não estava 'vendo coisas'. Por todo aquele tempo eu tinha ficado sozinho com aquele episódio na minha cabeça, pensando se não tinha 'viajado', sabe? Pensando se eu não tinha criado aquela situação para justificar porque os outros estavam melhorando e eu não. Uma frase do Vitor, e aquela ideia que eu tinha ganhou corpo, virou realidade. Me deu um alívio muito grande. Mais de 1 ano e meio depois eu soube que tinha feito a coisa certa.

Por ser bastante alto e magro, Vitor havia se concentrado nas provas mais rápidas, nas quais seu biotipo lhe dava vantagem. Paulo se lembra bem da fala de Vitor: “Minha altura compensava um pouco o *doping* dos caras, e eu fazia vários treinos de musculação fora do clube, pra ganhar a força e a explosão muscular que eu precisava. O Nikolas nunca soube e nunca teria concordado com o treino que eu fazia por fora. Mas cê não vai falar isso pra ninguém hein!”

Paulo foi percebendo que todo o estranhamento e a distância que tinha com Vitor eram uma familiaridade que não podia ter sido vista antes. Na conversa entre os dois, Vitor propôs a Paulo um outro tipo de treino, que os dois pensariam juntos. Paulo faria apenas os tipos de treino que gostasse de fazer, voltado especificamente para algumas provas que preferisse nadar. Conversariam, ao final de cada semana, sobre como haviam sido os treinos, sobre como Paulo havia se sentido e sobre o que estava achando da preparação.

Na hora pensei que Vitor talvez quisesse fazer um experimento como técnico, e que tinha achado em mim, sei lá, uma boa 'cobaia', não só porque eu nadava bem, mas porque ainda tinha um assunto mal resolvido com a natação. Mas não me importei.

Havia gostado da equipe e tinha curiosidade em saber como seria treinar dessa outra forma, sem ter que fazer exercícios para os quais não via utilidade, podendo opinar no próprio treino, podendo discutir com o técnico o que estavam fazendo, e principalmente, treinar da forma como gostava.

Começou a treinar em abril, no terceiro ano da faculdade. E lembra-se que o começo foi dolorido.

Fazer o corpo voltar a funcionar naquela lógica do esforço e do limite não foi fácil, mas foi rápido. Parece que o corpo já sabia o caminho... já tinha trilhado aquele caminho uma vez.

As conversas constantes e a troca, inclusive das coisas que aprendia nas diferentes disciplinas da faculdade, entre Paulo e Vitor, e como aquilo podia ser usado para tornar seu treino mais eficaz, tornavam os treinos bastante interessantes. Discutiam também o que

motivava mais Paulo durante o treino, especialmente nas séries mais difíceis, e descobriram que o bom humor de Vitor, as piadas que fazia espontaneamente, às vezes em que “tirava sarro” de alguma dificuldade de Paulo ou lhe dava apelidos maldosos funcionavam muito melhor que as broncas ou cobranças feitas por outros técnicos.

O Vitor me fazia rir de mim mesmo. Rir quando ficava bravo em não conseguir manter uma média⁷⁰ ou fazer o tempo que eu queria fazer. Rir quando ficava com dor de barriga antes de uma série mais intensa ou na véspera de uma competição. Eu não sabia rir antes, não dessas coisas.

Ambos também ficavam sérios quando era necessário. Pensavam em séries que desafiavam Paulo até o limite da sobrevivência física e da resistência mental.

Às vezes a gente terminava de montar o treino, o Vitor olhava pra mim e dizia: “- Cê ‘tá ligado’ que cê vai morrer hoje né?” Eu sabia. “- E não te dava medo?”, pergunto. Dava medo pra c. Opa, desculpa o palavrão! Mas eu não via a hora de começar! Acho que é que nem filme de terror. Você sabe que vai sofrer com aquilo, mas em nenhuma outra situação você consegue uma adrenalina daquela. E eu sabia que o Vitor estava ali, sabe, comigo. Não estava sozinho. Isso ajudava muito!*

Não era raro os outros atletas terminarem o treino e ficarem assistindo as séries que só Paulo fazia, e até torcendo por ele. Algumas vezes Vitor entrava literalmente na piscina para “puxar⁷¹” Paulo em séries de *sprint* mais difíceis, séries que eram a especialidade de Vitor, que era velocista.

Com os meses de convivência, o Vitor parecia saber o que eu estava pensando. Falava a coisa certa para motivar, quando era necessário, mas também sabia ficar quieto, quando eu só queria ouvir o barulho da água e da minha respiração, pra ter certeza que eu estava vivo... Tinha hora que era f...*

Paulo foi voltando a se sentir bem na água. Voltou a ter vontade de ir para os treinos, vontade de estar com os colegas da nataçãõ. Pensar sobre os treinos e sobre os tempos voltou a ser prazeroso. Sempre havia gostado de ser atleta, mas agora era prazeroso de outra forma. Não parecia mais algo distante, que estava longe, como um sonho.

Eu comecei a conhecer meu corpo, eu nadava no presente. Não tinha depois. Era ali, naquela hora, naquele treino. Não olhava pra frente, pro próximo treino ou próxima

⁷⁰ Manter um tempo constante durante uma série. Por exemplo, em uma série de 10x100 metros manter a média de 1’20”, sem tempos muito abaixo ou muito acima do estipulado.

⁷¹ Nadar a frente ou junto com ao atleta, mantendo um ritmo mais forte do que o atleta faria sozinho e que dá o parâmetro para a velocidade em que ele tem que nadar para acompanhar.

competição, para a carreira. Olhava para o chão da piscina. Não tinha depois, não tinha o próximo ano.

Vitor nem sempre era tranquilo com Paulo, até porque tinha que desafiá-lo, tirá-lo do que chamava de “zona de conforto”. Às vezes até brigavam, geralmente quando um dos dois propunha um tipo de treino mais intenso do que de fato Paulo aguentaria fazer. Quase sempre chegavam a um acordo, mas em alguns dias ficava um clima mais tenso, e um silêncio maior. O técnico, como punição, dava mais atenção para outros atletas nesses dias.

Eu ficava muito p da vida quando ele fazia isso. Ficava p* 2 vezes, por ele ter me ‘trocado’ pelos outros e por ser infantil a ponto de pensar isso.*

Paulo ganhou todas as provas em todas as competições universitárias que disputou naquele ano e bateu recordes universitários que durariam por muitos anos. Mas não dava mais tanta importância a isso.

Com o Vitor eu nadava por diversão, embora nunca tivesse treinado com tanta intensidade. Gostava de sentir que tinha entregado tudo que tinha no treino, gostava da sensação da água quente do chuveiro depois de um treino ‘barra pesada’. Os resultados, ganhar ou não dos outros, não era mais o principal. Não sei por que, mas não era. Eu queria aproveitar cada minuto que eu tinha na água! Eu sabia que um dia aquilo ia acabar de novo. Deixar de ser atleta de novo... E sabia que ia doer talvez ainda mais.

Nessa fase, lembra-se de concluir que provavelmente tivesse uns problemas psicológicos sim, como todo mundo que ele conhecia também parecia ter.

O Vitor me chamava de ‘cagão’. P, me tirava do sério, mas me fazia enxergar as coisas. Fui vendo que aquele era o meu jeito, eu era meio ‘cagão’ mesmo. Não era da dor que eu tinha medo... Da dor, que assustava todo mundo, eu gostava. Eu tinha medo de perder. Perder era o mesmo que ser pior que os outros, e putz, eu odiava aquilo.*

Paulo fica quieto, como alguém que acabara de fazer uma revelação. A única coisa que consigo dizer, deixando de lado toda a Psicologia com a qual tentara ouvir Paulo até aquele momento: “- Talvez perder seja uma bosta mesmo...”

Paulo diz que percebeu nessa fase um amadurecimento. Talvez fosse a proximidade com o técnico, ou talvez fosse justamente toda a experiência que havia tido antes como atleta, ter parado e ter voltado a nadar.

Parecia que eu me conhecia melhor. Sabia dizer quando estava cansado ou de saco cheio. Faltava no treino quando não queria ir, o que era meio raro, mas acontecia... mas ligava pro Vitor para avisar.

Comento que a parceria entre os dois era interessante. Paulo concorda, e me diz que uma vez contou a Vitor como se sentia em competições contra adversários que nadavam muito próximos dele. Não gostava dessa proximidade, da ameaça, por isso sempre começava a prova tão forte.

Aí depois que eu contei isso o Vitor sempre me falava “Você tem que ser mais inteligente! Você nada provas de velocidade, no nível em que está não vai conseguir se distanciar dos outros!”, e também chamava minha atenção quando eu começava muito forte uma série de vários tiros. “Era assim que ele falava?”, pergunto eu, já conhecendo a fama de técnicos esportivos geralmente serem “bravos”. Não... ele gritava: “Paulo, você tem que parar de ser tão burro!” (risos). O Vitor é um doce de pessoa!

Ao final daquele ano, mesmo com todos os bons tempos obtidos, Paulo não pensava em voltar para a se federar. Gostava muito das competições universitárias, mas não lhe agradava a ideia de participar de campeonatos de vários dias, com fases eliminatórias e finais, e especialmente de estar de volta ao time principal da universidade, com o mesmo técnico de antes. Não lhe agradava a ideia nem de rever seus técnicos antigos, seus colegas da cidade natal, muitos dos quais continuavam nadando no mesmo clube. Sentia como se essa etapa da vida estivesse encerrada, ainda que estivesse nadando mais rápido que nunca.

Fez de tudo para evitar a conversa que Vitor tentou ter com ele sobre voltar a nadar “oficialmente”, até o dia em que, em um tiro de 50 metros borboleta, executado ao final do treino, fez um dos melhores tempo do ano entre os atletas brasileiros.

O Vitor nem precisava falar nada. Ele olhou pra mim e falou: “Eu não preciso nem falar nada né?” (risos)

A notícia de que Paulo estava nadando tão bem se espalhou rápido. Vitor marcou uma conversa entre Paulo e o técnico principal da universidade, Nikolas, e os três conseguiram chegar ao acordo de que Paulo, no ano seguinte, continuaria a treinar com Vitor, no mesmo formato que vinha dando bons resultados, mas seria federado novamente e teria que cumprir o calendário oficial de competições da federação junto com a equipe principal.

Paulo até hoje acha que o acordo foi possível devido ao incidente de anos antes em relação ao *doping*.

A última coisa que o Nikolas queria era alguém atento às práticas de ‘suplementação’ que ele indicava a 1 ano das Olimpíadas, ele já com grandes chances de ter 3 atletas na seleção. E obviamente o Nikolas ficou p. Mas ficou muito p*! Quando ele ia imaginar que justo eu ia chegar a nadar naquele nível?! Mas eu nem acreditei que ia dar pra continuar sendo atleta da forma como eu queria e ainda estar no ‘esporte oficial’ novamente. Voltei a ganhar bolsa, e*

passaram a me dar ajuda de custo. Era estranho meio que trabalhar como nadador. Acabei conseguindo me profissionalizar de um jeito super torto, mas foi assim. Durou até o fim da faculdade.

No ano seguinte, quarto e último ano de faculdade, a rotina de treinos tornou-se muito intensa. Paulo tinha possibilidades reais de integrar a seleção nacional, quer a que iria para os Jogos Olímpicos, quer a que iria para o Campeonato mundial de piscina curta, que aconteceria no mesmo ano, no segundo semestre. Voltou aos treinos logo após as festas de final de ano, quando a piscina da faculdade voltou a funcionar. Enquanto seus colegas da equipe oficial treinavam pela manhã e pela tarde, Paulo e Vitor ocupavam uma raia no horário do almoço e no começo da noite, pois agora precisava da “dobra”⁷² de treino, e frequentavam a sala de musculação no fim da noite. Os treinos fora da água também se tornaram muito intensos. Embora cansado com o início agressivo do começo da temporada, Paulo sabia que não havia tempo: se quisesse atingir os índices dos campeonatos, a preparação não poderia ser outra.

Em 2 meses, estava muito próximo de atingir o tempo necessário para o índice olímpico nos 100 metros borboleta, sua principal prova naquele momento. Já havia participado de uma competição oficial da federação, e lembrado a rotina de estar com a equipe principal e em campeonatos de alto nível.

Até ganhei a prova dos 100m borboleta, porque meu treino estava todo específico pra ela, mas nas outras provas que nadei, não fiquei nem entre os 8 primeiros. Ali já lembrei como que a banda tocava... (risos). Eu precisava ficar entre os 2 primeiros do país nos 100m borboleta pra conseguir a vaga pra seleção, e também tinha o índice⁷³, que era bem apertado.

Tinha também que torcer para que seus adversários não melhorassem muito suas marcas. Um deles era um rival antigo, de outros tempos de natação. Seu nome era João, e ele também estava sendo preparado para as Olimpíadas. João havia treinado todo o tempo em que Paulo ficou parado ou nadando as competições universitárias, evidentemente mais fracas.

Eu tentava não pensar nisso, mas me imaginava nadando do lado do João nas séries de borboleta. Já tinha competido assim com ele, lado a lado, algumas vezes. E o cara era um iceberg de frieza. Se ele ficava nervoso em algum lugar, era bem no fundo mesmo. O Vitor

⁷² Segundo treino realizado no mesmo dia.

⁷³ Tempo estipulado pelas federações para que o nadador possa participar de determinada prova. Por exemplo, se o índice para um campeonato, para a prova de 100m livre, é de 1’00”, isso significa que para poder nadar essa prova nesse campeonato, o nadador tem que ter nadado em alguma outra competição oficial abaixo de um minuto para obter o índice e participar nessa prova.

falava assim pra mim: “Você tem que nadar ‘pau a pau’⁷⁴ com esse cara na sua cabeça todo dia. Você tem que fechar o olho e ver o cara do seu lado!” E tinha mesmo. Aí uma vez quando eu dei uma ‘segurada’ em uma série de borboleta, nadei um pouco mais fraco do que conseguia pros braços aguentarem a dor até o final do treino, o Vitor entrou na raia do lado e ficou nadando borboleta com a minha nadadeira, se mantendo mais ou menos um corpo na minha frente, fazendo toda a marola possível pra me atrapalhar. Quando eu fiquei bravo com aquilo ele falou que era pra eu ver como seria nadar atrás do João, já que eu não estava me esforçando pra nadar do lado dele. Eu que já tava p, fiquei ainda mais p*. Mas ele estava certo, eu tinha ficado 2 anos fora do circuito oficial, tinha que voltar a pensar como atleta. Se eu ficasse atrás do João em qualquer ponto da prova, não ia conseguir tirar a distância. E eu gostava, não vou falar que não. Aquela adrenalina o tempo todo, de pensar como seria fazer aquele índice e ir pra seleção, a intensidade dos treinos, os quebra-paus. Eu gostava!*

Um mês da primeira competição que valeria como seletiva olímpica, que aconteceria em setembro, com o ritmo de treinos mais intenso que nunca, Paulo alcançou algo que veio a entender, anos mais tarde, como o seu limite físico.

Eu estava mais que exausto. Não conseguia me alimentar o suficiente para manter o peso. E comia praticamente o dia todo, o que causou alguns incômodos no estômago. Mas continuava emagrecendo.

Em um sábado, após o treino, senti dor de ouvido.

Às vezes acontecia de entrar água no ouvido e não sair, e ficava uma dorzinha. Não dei atenção, e passei o resto daquele sábado dormindo. No domingo, veio uma febre baixa. Poderia ser só cansaço, ou mesmo uma gripe. Na segunda-feira, apareceram bolhas na orelha, e uma dor intensa. Aí fiquei preocupado!

Foi ao hospital, e foi diagnosticado com otite externa. Uma semana de antibióticos naquele momento talvez fosse o fim do sonho olímpico. Começou a tomar o remédio, mas não parou com os treinos. Não podia parar.

Aí meu ouvido piorou, mais bolhas, e comecei a sentir tonturas e vomitar. Vitor me levou pro hospital de novo, uns 4 dias depois, quando notou que meu rosto estava meio torto. Eu estava com paralisia facial. A infecção não tinha cedido, e foi preciso aumentar a dose dos antibióticos. Aí veio a bomba... o médico falou que eu tinha que ficar pelo menos 15 dias sem treinar. Ele (o médico) achou que meu quadro tinha se tornado grave por conta de uma queda grande de imunidade, por causa da intensidade dos treinos.

⁷⁴ Linguagem coloquial da modalidade. Seria o equivalente a dizer “nadar braçada à braçada”.

A infecção havia se espalhado, atingido o nervo auditivo, o nervo facial, causando a paralisia, e o labirinto, causando as tonturas. Ao contar, Paulo muda de expressão. Aparentemente não era uma parte da história que gostava de se lembrar...

3.5 – Uma história boa de se contar...

Paulo não pode frequentar nem treinos nem outras atividades. Nos primeiros 15 dias em que esteve se recuperando, também não teve muitas condições para ficar triste ou com raiva. Olhar no espelho e ver seu rosto deformado aos 21 anos, sem saber se teria recuperação, tomou toda a atenção de que Paulo dispunha. O mal-estar causado pelos antibióticos potentes que precisava tomar também o deixavam bastante angustiado. Ao todo, foram 3 meses de remédios e fisioterapia para recuperar completamente os movimentos do rosto.

Assistiu no início do ano seguinte às seletivas para os Jogos Olímpicos (das quais participaria) no sofá da casa da sua família, em sua cidade natal, ainda sentindo-se um pouco mal devido às tonturas. Chorou emocionado quando uma conhecida de longa data das piscinas, se classificou para a seleção olímpica.

Eu assisti a prova dos 100m borboleta, que era a minha prova. Vi quase sem respirar o João nadar. E cara, eu tive que assistir ele ficar fora das Olimpíadas por apenas 30 centésimos. Eu me senti muito mal por ele! E acho que eu não teria nadado mais rápido que aquilo. Ele nadou muito bem, não perdeu o ritmo da prova em nenhum momento. Ganhou a prova, só que tempo que ele tinha que fazer não saiu...

Conta que a Confederação costumava colocar tempos muito baixos como índice para as Olimpíadas, muito mais difíceis de atingir que o próprio COI.

Aqui no Brasil, eles não querem levar o atleta pra competir fora do país se ele não tem chance de ficar entre os primeiros. E aí reclamam quando o atleta não desempenha bem em competições internacionais. Vai desempenhar bem como, se não tem a experiência de competir fora? Tem muita cobrança, de todos os lados, a imprensa massacra os atletas o tempo todo... mas oferecer estrutura, ninguém oferece! Parece que é feito para não dar certo mesmo! Me diz Paulo, em tom de revolta.

E o João tinha o técnico mais bravo de toda a natação nacional, os treinos do cara eram uma tortura. Ninguém sabia ao certo, mas nos bastidores das competições contavam que o técnico do João também tinha sido nadador e não tinha conseguido o índice pra ir pra Olimpíada de 68 por poucos segundos, e que seu grande sonho era ter um atleta olímpico.

No ano anterior aos Jogos, o técnico havia dispensado todos os outros atletas do centro de treinamento em que João treinava, do qual era proprietário. Queria se dedicar exclusivamente à preparação dele.

Foi complicado para equipe que treinava com ele. Tinha 2 outros caras que nadavam muito bem, e que eram muito amigos do João, desde crianças eles tinham treinado lá, juntos. Ai de repente, foram meio que expulsos, ficaram sem equipe pra treinar. Um deles parou de nadar e teve uns episódios de beber. Assim, de beber muito... foi bem triste isso... todo mundo ficou meio chocado quando a equipe acabou e ficou só o João.

Quando Paulo conta, me lembro de também ter assistido pela televisão essa seletiva olímpica. Depois da prova, ao olhar seu tempo no placar, João saiu da água incrivelmente irritado. Ao ser abordado por uma outra nadadora, que, desavisadamente, fora parabenizá-lo por ganhar a prova, a empurrou para que saísse da sua frente, o que foi filmado. Paulo também se lembra dessa cena.

Depois de tantos anos de esforço e bons resultados, o cara seria lembrado na natação por aquela cena lamentável. Na época, o João tinha 22 anos, nadava desde os 5. E por 30 centésimos tinha acabado tudo, tudo em que ele tinha investido todas as fichas dele. Eu não consigo imaginar o que se passou na cabeça dele naquele momento. Ele devia estar fora de si. E pior, o técnico dele, quando viu o tempo, quando viu que ele não tinha feito o índice, virou as costas e foi embora da competição. Nem falou com ele. Pra piorar estava passando na televisão. A família dele toda assistindo... Cara! Sinceramente, eu sei que não é bonito falar isso, que é covarde da minha parte, mas na hora eu fiquei até meio aliviado de não estar ali!

Demoraria mais de 5 anos para que João concordasse em entrar novamente em uma piscina pra competir, e só o fez como um favor a um amigo de muitos anos de natação, um daqueles que havia sido dispensado do centro de treinamento para a exclusividade da preparação de João, quando este amigo fez um festival de inauguração de sua própria academia.

A doença de Paulo foi séria, mas não deixou sequelas. Deixou apenas a sensação de impotência, a certeza de imprevisibilidade da vida, e o choque. Ao me contar essa parte de sua história e como se sentiu, Paulo parece não se lembrar de muitos detalhes. O susto com a doença parece tê-lo tomado por completo, a ponto de comprometer sua memória.

Quando teve alta para voltar a treinar, Paulo ainda tinha a possibilidade de disputar a vaga para a seleção que disputaria o campeonato mundial, mas não quis. Perdeu 3 meses de treino e não conseguiria se recuperar tão rapidamente.

Não queria mais submeter meu corpo àquela intensidade de treinos. Eu conheci meu limite. Sabia que ali era até onde eu podia chegar.

Queria se concentrar em procurar trabalho e em decidir se voltaria para a casa dos pais, agora que estava formado, ou se iria para outro lugar. Vitor, principalmente por conta dos bons resultados obtidos por Paulo naquele ano, fora contratado por um clube em outra cidade.

A natação, pelo menos naquele nível, tinha acabado pra mim. Foi uma decepção muito grande, e um susto muito grande também. Mas eu vi que fora da natação ainda me sobrava muita coisa. Acho que foi aí que minha relação com a natação mudou, sei lá, se resolveu... Nos primeiros meses depois de deixar da natação pela segunda vez, ainda me sentia triste em imaginar o que poderia ter sido se não tivesse ficado doente. Hoje, (me diz sorrindo) fico mais preocupado em pensar o que poderia ter acontecido se a doença não fosse tratada a tempo, se eu perdesse a audição, ficasse com o rosto deformado, ou ficasse com sequelas da labirintite para o resto da vida. Ou coisa pior... Mas ainda prefiro assistir aos Jogos Olímpicos sozinho, porque às vezes brota lá do fundo uma lágrima que não chorei naquela época.

Finalizando sua história, Paulo conta que ao se formar da faculdade, começou a trabalhar como preparador físico de uma pequena academia de lutas na cidade em que os pais moravam. Logo conseguiu vaga de trabalho em um clube, com uma tarefa administrativa, e foi conhecendo o mundo do agenciamento esportivo. Mas a natação ainda apareceria novamente.

*Dois anos depois que eu me formei eu dei umas treinadas, assim, sozinho mesmo, e fui competir uns jogos regionais, jogos abertos. Tinha uma cidade que pagava bem por medalha que a gente ganhasse, porque tinha um lance meio político, e era ano eleitoral. Aí eu treinei umas 3 semanas super forte, porque eu queria grana pra comprar um carrinho pra mim. Na verdade, acho que eu estava com saudade também... Que nem quando você vai atrás da ex (risos). Aí chegou na competição, nos jogos regionais, e ganhei todas as provas que eu nadei, os revezamentos, tudo, e ainda fiz uns tempos bons. E com o dinheiro dei entrada no meu carrinho. Foi o que possibilitou começar a empresa que eu tenho hoje. Então, sei lá... eu penso que talvez a natação tenha dado certo... sabe? “Os tempos bons que você fez te abriram para bons tempos...”, comento. *É, foi isso mesmo.**

Como profissão, diz que cuida da vida dos atletas também fora das piscinas, quadras e campos. Sabia o quanto era difícil conciliar as rotinas e o quanto fazia falta alguém que desse orientações, cuidasse das burocracias e mesmo oferecesse algum cuidado, pois a maioria dos atletas acabava ficando longe da família muito jovem. Se encantou pela profissão, o que, ao longo dos anos, fez dele uma referência na área. Hoje agente esportivo, tem uma empresa

própria que atua com a inserção e acompanhamento de atletas adolescentes e jovens nos grandes clubes e universidades na América Latina. Ainda acha que a maior dificuldade é intermediar as questões entre técnicos, treinamento e atletas.

Eu gosto muito de fazer o que eu faço porque quando eu falo, o técnico, seja de que modalidade for, geralmente me ouve. Talvez por eu ser profissional da área também, eu sempre procuro falar com firmeza, com embasamento. E às vezes só falo o que o atleta já está falando faz tempo, mas quando o atleta fala sozinho, é muito difícil ele ser ouvido.

Conta que ainda sente dor de barriga, porém leve, antes de uma prova ou jogo importante de um atleta seu, e sente-se imensamente realizado por poder vê-los evoluir e conquistar os próprios objetivos.

Paulo nunca perdeu contato com Vitor e, depois de alguns anos, ambos começaram a nadar juntos algumas travessias e maratonas aquáticas. Diz que sente receio de nadar no mar.

Eu tenho preocupação com a navegação, tenho preocupação em me perder. Na piscina não tinha isso, a raia está lá, as marcas no chão estão lá, você vê para onde está indo. No mar não tem nada! Eles (a organização) deveriam colocar boias maiores sabe, para sinalizar... você tá ali nadando, e não enxerga! Às vezes, você fica sem referência nenhuma! Por isso que eu prefiro nadar acompanhado. É bem melhor quando vamos eu e o Vitor. E é legal, você e a natureza ali, mais nada. Você aprende a ter um respeito por ela. E às vezes a gente nada muito torto, sai muito da rota, especialmente se um ou os dois nos distanciamos do pelotão⁷⁵ mas depois acabamos achando o caminho!

Ao tornar-se agente esportivo, comprou um título e tornou-se sócio do primeiro clube onde nadou. Me disse em uma das nossas últimas conversas que sempre achou aquele lugar incrível e que ainda gosta de passar no clube pela manhã, sentar-se nas cadeiras de descanso e olhar o sol entre as palmeiras. Em uma das nossas conversas, Paulo se lembra que anos após o fim da faculdade reencontrou-se com Lívia, em uma festa de casamento de uma amiga em comum.

Se não fosse por ela, pela insistência dela, eu não teria voltado. Como as coisas são loucas né? Um negócio que mudou minha vida, e aconteceu porque alguém que eu nem conhecia direito ficou me chamando pra ir treinar. Eu fiquei super feliz em revê-la e a agradei por isso, coisa que não tinha feito na época. Mas talvez eu tivesse voltado a nadar de qualquer forma... Quem vai saber?

⁷⁵ Grupo maior de nadadores que nada no mesmo ritmo e mantém-se unidos por toda a prova, por não se distanciareem nem ficarem para trás.

Como agente esportivo, admite que prefere trabalhar com atletas mais sérios, com os quais sente mais facilidade em se identificar.

Com os mais bagunceiros é mais difícil, sabe? (Para de falar por um instante e em seguida reformula o que havia dito) Prefiro trabalhar com os que levam a sério, mas não tããããã a sério. É importante lembrar às vezes que o esporte, no fundo, é apenas um jogo, que muitas vezes acaba mais cedo do que a gente imagina. É... hoje eu acho mais saudável pensar assim.

Como curiosidade, pergunto para Paulo o que ele fez com as medalhas que ganhou durante a carreira. Na nataçãõ, diferente de outras modalidades em que se joga todo um torneio para ganhar uma medalha, o nadador pode sair de uma única competiçãõ com várias medalhas.

Eu tenho muitas medalhas. Muitas! Na época que nadei só as competições universitárias, eu ganhava tudo! (risos) Eu guardei em uma caixa bem grande, e transparente. Tem algumas que eu acho que nunca vou esquecer como ganhei, como foi a competiçãõ, como foi a prova. Tem outras que eu não sei mais como foi. A memória vai desbotando...

Pergunto o que Paulo sente que ficou da nataçãõ nele, no jeito, na personalidade.

Ah, a rapidez! Todo mundo fala que fica a disciplina né? A determinaçãõ. Não é isso que falam? Pra mim não, pra mim ficou a rapidez. Tudo o que eu faço, eu quero fazer rápido. Acho que fiquei um pouco impaciente, tenho uma relaçãõ estranha com o tempo. Às vezes eu vou ao banco, e fico indignado: como as pessoas podem demorar tanto pra fazer as coisas? Eu sempre sou o mais rápido no banco! (E ri. Aponto para Paulo que para me contar sua história, ele não foi rápido, nem impaciente, e que havia sido muito agradável ouvi-lo. Paulo sorri.) Talvez eu esteja me curando da nataçãõ...

Nossa última conversa precisou ser feita por meios virtuais. Foi na segunda semana após o início da pandemia de Coronavírus, em 2020. O clube estava fechado. Como era inevitável, tocamos nesse tema. Paulo comenta sobre os seus atletas, e como todos estavam tensos e angustiados com a parada brusca nos treinos e nos campeonatos.

Acho que não é exagero dizer que toda a comunidade esportiva está muito abalada. Pra começar as perdas financeiras, que a gente nem consegue calcular ainda qual o volume disso. E toda uma safra de atletas que será muito prejudicada. Nas modalidades coletivas a possibilidade de retorno a um alto nível é mais rápida, em um espaço de tempo mais curto. Mas nas individuais, o cara ficar 6 meses, 1 ano sem treinar? Como volta depois? Quem estava no ciclo olímpico pode não conseguir participar de outra olimpíada na carreira, se (a olimpíada de) Tóquio for cancelada! É uma perda, uma frustraçãõ que não tem como calcular.

Relembro com Paulo que na nossa conversa anterior ele coincidentemente havia contado como foi ter interrompido a carreira por uma doença, e pergunto se ele vê nessa situação atual alguma semelhança.

É, eu passei por isso, mas o que vejo dessa situação é bem diferente, sabe? Para um atleta, ainda que seja sempre um risco ter a carreira encerrada por uma doença, por um acidente, por uma lesão, isso é vivido com algo individual. Isso é o comum. Pra mim foi um drama pessoal, e o que ajudou a passar pela situação foram os vários apoios que eu tive, especialmente do Vitor e da minha família. Dos amigos da nataçãõ. Você deixa aquele mundo, mas aquele mundo continua ali, existindo. Mas agora o drama é coletivo. É todo mundo que está passando por essa interrupção, por essa situação de total incerteza. E todo mundo mesmo... Aí o atleta está perdendo sua carreira, sua condição física que demorou anos para atingir, mas o técnico dele está na mesma situação, sem saber se será pago no mês que vem, sem saber se ainda tem contrato com o clube. Que dia será possível retornarem os jogos com a presença de público? Ninguém sabe! Os pais na mesma situação de insegurança, de medo, aflitos, porque além de tudo tem a doença, que é muito grave para alguns. Os amigos todos distantes, ninguém pode se ver. O que quero dizer é que agora não tem porto seguro, não tem quem esteja do lado de fora da situação para apoiar o outro. Está todo mundo à deriva. Não tem ninguém “de fora”. E essa é uma diferença muito grande, no meu entender. Fica muito mais difícil assim...

E tem toda a questão da estrutura né? Um atleta que já é profissional e que é bem pago consegue manter uma estrutura de treinamento em casa, uma dieta correta, uma rotina de exercícios específicos para a modalidade dele. Um atleta iniciante, com uma situação de vida mais precária, fica sem nada, sem condição nenhuma de fazer nada.

Digo para Paulo que embora todos estejamos à deriva, como ele disse, não estamos todos no mesmo barco.

É, tem iate de 3 andares e tem canoa furada né? Não tem como pensar que é igual para todos, para alguns é bem pior. Assim como o resgate para uns será muito mais rápido que para outros.

Paulo, claramente angustiado, continua refletindo comigo sobre a situação:

Outra diferença que vejo é entre estar doente e a doença ser uma possibilidade. Essa é uma diferença brutal! Quando você está doente, tudo some da sua cabeça, porque você só quer melhorar. Pra mim foi assim, eu queria ficar bem de saúde, parar de me sentir tão mal. A perspectiva do Esporte muda nesse momento, como todas as outras coisas. Você só quer ficar vivo, voltar a ter saúde. Tem uma urgência que te envolve. O complicado com esse vírus é que

ele está acabando com as coisas antes das pessoas ficarem doentes. Ele contaminou as coisas, o modo de vida das pessoas, antes de contaminar as pessoas! Isso é muito louco! É muito difícil de processar. Imagina para um atleta jovem, um adolescente, entender que os projetos dele estão todos em risco por uma doença que ele não tem! Que ele pode ter e nem sentir nada, mas que também pode ser fatal... Acho que estamos em um momento realmente muito difícil... Por essa ninguém esperava!

Percebo que me angustio junto com Paulo, e perco minha possibilidade de fala. Ele estava certo, estávamos todos juntos diante do abismo daquela situação, ainda tão nova e tão incerta. Meu conhecimento como psicóloga assustadoramente não ofereceu melhor abrigo, nem a ele, nem a mim mesma. Ficamos em silêncio por algum tempo. Um silêncio talvez compartilhado com o mundo todo.

Encerrando nossa conversa, digo para Paulo que as coisas que contou me inspiram a escrever sobre o que faço, para entender melhor sobre ser psicóloga, sobre atletas, e sobre todos esses acontecimentos do esporte, e da vida. Peço permissão para contar a história dele, e ele me autoriza. Fica até lisonjeado.

Olha só, eu fui a sua inspiração! Tomara que você escreva uma história boa de se contar..

Capítulo 4 – ALGUMAS POSSIBILIDADES COMPREENSIVAS

“*Quem vive sabe, mesmo sem saber que sabe.*”

Clarice Lispector

A hora da estrela

4.1 Distâncias e proximidades

Para iniciar a compreensão da narrativa apresentada, podemos pensar, de saída, sobre as coordenadas espaço-temporais que a perpassam. Pensamos tempo e espaço como dimensões fundamentais do existir, na perspectiva de que essas dimensões se impõem às possibilidades de compreensão das experiências narradas, pois que há um existir datado, passado em determinado momento histórico, por parte do personagem principal.

Assim, temos que esta narrativa é essencialmente marcada por algumas *distâncias*, que nortearam sua construção. A primeira delas é o contar no presente de uma história que se desenrola no passado. Sendo ficcional, seria possível trabalhar com a história no presente, e com as sensações, acontecimentos, afetos, estados emocionais ou quaisquer outros aspectos do enredo na perspectiva do imediato. Qual então o sentido de narrar no passado?

Entendemos que a ampliação da distância (no caso, temporal) possibilita uma experiência de deslocamento, de falar sobre, de elaboração, que só se dá no *contar*, ou melhor, na *conta*, de uma história situada no passado, para a qual já existe um fim. Diante do acontecimento em sua “imediatez”, o ser-aí de que se fala encontra-se pleno de possibilidades ainda não realizadas e, portanto, abertas a infundáveis desfechos. A compreensão não se dá no imediato justamente porque os acontecimentos *em si* não trazem significações prontas. O efetivamente vivido se dá entre o acontecimento e o ser-aí, não como fato isolado e objetivo. Uma significação, entre outras significações possíveis, se dá por meio de um caminho de ligação, um elo, entre *o que* sucedeu e *a quem* sucedeu, no acontecer de sua história de vida.

Assim, imprimir um caráter reflexivo ou emprestar significados a fatos pertencentes ao “agora” da narrativa, às *informações* que teríamos do personagem, sem a mediação do tempo e da apropriação dos acontecimentos por quem os vivenciou poderia marcar uma impropriedade, uma *ficção*, no pior sentido do termo: uma farsa, uma vez que não se faz possível lançar compreensão sobre qualquer coisa sem considerar a dimensão constitutiva do tempo e o horizonte de sentidos que emprestam moldura aos acontecimentos.

A informação recebe sua recompensa no momento em que é nova; vive apenas nesse momento, deve se entregar totalmente a ele e, sem perder tempo, a ele se explicar. Com a narrativa é diferente: ela não se esgota. Conserva a força reunida em seu âmago e é capaz de, após muito tempo, se desdobrar. (BENJAMIN, 1994b, p.276)

Os sentidos e significados vividos em relação aos fatos podem, inclusive, passar por transformações, *deixarem de ser*, tornarem-se opostos, perderem sua potência de articulação com o enredo que se coloca. A distância temporal torna possível alguma sedimentação, ainda que provisória e passível de resignificação, à experiência narrada. Vendo de perto, vemos acontecimentos, vendo de longe, vemos também o campo em que eles se dão, no contexto de vida, em meio a outros acontecimentos, em meio à paisagem e aos horizontes que perpassam aquela existência.

Metaforicamente falando, só podemos ler com nossos próprios olhos algo escrito em um papel a partir de certa distância, ou até uma distância limite. Se perto demais, nada vemos além de um borrão, se longe demais, não identificamos mais as letras, que se tornam difusas, iguais umas às outras... perdem-se as formas, perde-se a acomodação visual. Há um intervalo espacial no qual é possível ver as letras e integrá-las, fazendo com que ganhem forma, as quais reconhecemos como palavras e frases. Daí tiramos sentidos. Escolhemos, assim, um enredo com eventos passados, contados no presente: foi esta a distância que se mostrou adequada a uma possibilidade de leitura nem borrada, nem ilegível.

Tempo e espaço constituem esse horizonte fático nos quais os acontecimentos estão inseridos, e dele algumas compreensões possíveis emergem. Por isso também a escolha pela segunda distância que marca a narrativa: optou-se por uma história encerrada, em sentido contrário a uma história “sem fim” e de sentido aberto, na qual o leitor pudesse, por sua conta, imaginar o desfecho.

Encontra-se encerrada não a história do personagem em si, mas sua história como atleta, uma vez que ele a conta como finalizada, ainda que ainda participe de eventos esportivos. As possibilidades “*do que poderia ter sido*” já estão dadas. Como aqui construímos uma narrativa de caráter misto, ficcional e não ficcional, cujos acontecimentos se dão tanto no campo da imaginação quanto no da memória, foi preciso que, na passagem da vivência para a experiência, nos valêssemos da sedimentação realizada pelo tempo, como bem retrata essa passagem em W. Benjamin (1994b, p.239):

A língua tem indicado inequivocamente que a memória não é um instrumento para a exploração do passado; é, antes, o meio. É o meio onde se deu a vivência, assim como o solo é o meio no qual as antigas cidades estão soterradas. Quem pretende se aproximar do próprio passado soterrado deve agir como um homem que escava. (...) Pois ‘fatos’ nada são além de camadas

que apenas à exploração mais cuidadosa entregam aquilo que recompensa a escavação. Ou seja, as imagens que, desprendidas de todas as conexões mais primitivas, ficam como preciosidades nos sóbrios aposentos de nosso entendimento tardio...

A partir desta opção, nos posicionando diante de algo encerrado, podemos alcançar alguma “moral da história”, como reflexão e abertura para a ação, assim como acontecem nas narrativas orais. Algo que possa se apreender (e não aprender) e que se possa transmitir (e não ensinar). Daí a importância de situar a narrativa no passado e finalizada: apenas a experiência pode se valer da forma de transmissão pela narrativa, por ser atemporal. E qual seria a moral da nossa história? Podemos adiantá-la aqui: o alto desempenho esportivo só pode se dar em uma singularidade de contextos que se somam, e que estão para além unicamente da singularidade do atleta e de suas qualidades físicas e psicológicas. O fluxo de acontecimentos que marcam a vida esportiva desestabiliza, distorce, reconstrói e destrói projetos existenciais, impondo limites ao ser-aí, fechando janelas de possibilidades e de desfechos, no mesmo incessante movimento de abertura de outros projetos e outras possibilidades. O alto desempenho se dá na existência do atleta, existência imersa em um mundo repleto de imponderáveis, dentre os quais o treinamento até o alcance da excelência esportiva, percurso marcado pelo entrecruzamento de infundáveis acontecimentos. A preparação do atleta de alto rendimento, nesse sentido, também envolve as aberturas e fechamentos de mundo que se dão a ele.

Por contexto compreendemos esse mundo no qual o ser-aí se encontra já e sempre lançado, e sob o qual não tem controle, mas tem a condição inegociável de escolher. “Os homens são histórias constituídas pela articulação dos fatos que eles não determinam, mas que, ao se articularem, fazem a história que é a de cada um.” (POMPEIA; SAPIENZA, 2011, p.39). O contexto se faz, então, como teia de eventos imprevisíveis que provocam aberturas e instauram fechamentos e encerramentos, diante dos quais podemos “cuidar dos fios”, juntando-os e tecendo com eles uma história, ou descuidar deles, deixando que permaneçam ou se tornem “emaranhados”. No conto buscamos uma moral da história que pudesse dar a ver outra compreensão sobre uma carreira “mal sucedida”, sobre as interrupções, sobre os maus desempenhos, sobre o corpo que não responde ou o “psicológico” que se torna problema.

Essa é a tarefa dos homens: reunir, tecer o que existe com o que não existe, ou seja, reunir a realidade que se dá com as possibilidades (...) A *humanitas* do homem consiste nisso: tecer, fazer história, reunindo tudo aquilo que, sem história, se mostraria apenas como fatos fragmentados, estilhaçados. (POMPEIA; SAPIENZA, *op.cit.*, p. 108)

Há ainda outras duas distâncias que marcam nossa narrativa. Uma delas está na diferença de gênero entre pesquisadora e personagem principal, um atleta do sexo masculino. Escrever no feminino exigiria adentrar em questões específicas sobre o *ser mulher no esporte*, e pelo momento histórico em que foi escrita esta tese, tais questões teriam que ser tratadas em profundidade, com referências e considerações bem fundamentadas. Digo do momento histórico, pois a dívida para com o feminino já é imensa, e vivemos um momento no qual alguma reparação se anuncia. Não poderíamos escrever sobre uma atleta sem adentrar em questões caras ao feminismo, o que mudaria radicalmente a temática desta tese. Como não teríamos tempo para pesquisar o necessário, e esta não é uma área sobre a qual a pesquisadora tivesse conhecimentos prévios suficientes, correríamos o risco de cometer grandes erros. Além disso, escolhemos também impor essa “distância interna” entre personagem da narrativa e pesquisadora para não escrevermos uma história autobiográfica. Criar um representante de outro gênero foi um recurso para garantir tal proposta.

A outra distância fica marcada pelo título do conto: “*O Pangaré*”. Dar ao nosso personagem principal este apelido não foi tarefa fácil, e por isso entendemos essa denominação como uma distância: chamá-lo de “pangaré” anuncia que estamos no campo das desconstruções, dos questionamentos e das aberturas a novas reflexões. Um chamamento pejorativo, que à primeira vista poderia parecer até ofensivo, tem a ver com a proposta de iluminar o lado menos palatável da experiência esportiva, que marca certamente em algum momento, a carreira de todo e qualquer atleta: as dificuldades com o desempenho.

Essas dificuldades se dão desde o início da carreira, e estão postas no horizonte do atleta a todo momento. Ainda que não desempenhe mal, o fracasso – enquanto possibilidade/ ameaça – acompanha o atleta, está sempre à espreita, tira-lhe o sono e o sossego, vira sua companhia diária: no chute que erra no treino, na bola que passa longe ao invés de mirar a cesta no basquete, no pé que escorrega na trave de equilíbrio... Todo atleta sabe, a partir da própria carne, sobre a dificuldade de chegar ao alto desempenho e de, lá estando, se manter e se destacar entre os melhores. Todo atleta tem a experiência de ter sido “pangaré” em algum momento, de ser iniciante, de sair-se mal, de não ser o favorito para uma disputa. De ser, na melhor das hipóteses, o “azarão”.

A literatura, a mídia, os modelos fisiológicos e as teorias psicológicas sobre o atleta têm em conta, em maior ou menor medida, um ideal, quer já existente, quer a ser moldado (vendo no atleta um “diamante bruto que precisa apenas ser lapidado”), isso faz com que o atleta seja frequentemente retratado na figura do ídolo destemido e com uma força inabalável de caráter e que enfrenta todos os desafios. Optamos aqui por outro território: nosso “pangaré” está mais

para anti-herói, habita a morada das tragédias leves e se desvia do caminho para o qual, em nenhum momento, parece estar predestinado. Com isso, colocamos sob ponderação a condição do atleta moderno, pensando com Benjamin (1975, p. 28): “Por que o herói moderno não é herói – é o representante do herói. A modernidade heroica revela-se como tragédia em que o papel do herói está disponível.” Optamos pelo relato de uma experiência mais nua e mais crua de ideologias, menos heroica, diante dos desafios impostos pelo desempenho e pelo mundo esportivo, e pelo atleta diante de si mesmo e de sua condição humana.

Nosso atleta está distante de sua melhor forma em vários momentos e de várias maneiras: desiste de ser atleta, adoece, acovarda-se, demanda cuidados, desconfia dos treinadores, abandona os amigos, questiona o treinamento. Não está disposto a pagar qualquer preço para obter bons resultados e firmar-se como atleta: recusa o *doping* e, mesmo receoso, o nomeia enquanto tal. Recusa-se a voltar para um modelo de treinamento “disciplinar”, optando por ser atleta universitário por um tempo, *residindo nas margens* do território esportivo.

Ainda assim, Paulo *é atleta*. Está por inteiro imerso na água e na experiência, entrega-se, sonha, luta, se reconhece como pertencente e representante legítimo do esporte e não o perde como possibilidade de ser, levando-o para a vida, fazendo com ele e a partir dele outras tantas parcerias profissionais, mantendo-o como *hobby*.

Compreendemos então a distância marcada pelo título como uma sinalização: ele nos avisa que falaremos de problemas, dos limites de uma dada experiência e dos litorais que ela perfaz. Distanciamos-nos, portanto, de ideais e de idealizações, dos esperados “finais felizes”. Nosso foco está centrado inteiramente nos “processos”, na trajetória como atleta, não nos resultados obtidos. O título também nos avisa que falaremos à distância de qualquer categoria teórica. A maior qualidade da palavra “pangaré”, para nós, é de que ela não consta e nem poderia constar como diagnóstico, abranger qualquer categoria pré-concebida de sintomas ou fazer referência a qualquer categoria de sentido pré-determinada.

Com Paulo, estamos também em mais um afastamento: permanecemos longe do atleta midiático. Nosso pangaré é relativamente pobre, resvala em marginalizações e não alcança o estrelato. Não é “de raça pura”, não tem o pelo lustroso. É mistura, é *outsider*, é, na maior parte do tempo, apenas o que “dá pra ser”. Não é, no tempo de duração da própria trajetória, idêntico a si mesmo. Nos convoca pela travessia que faz do caminho, pelo amor que demonstra com o seu *fazer-se-atleta*, pelas reviravoltas que acompanham seu percurso. Não por seu brilho, mas

por sua ética, sinceridade, humanidade e seu relacionamento apaixonado com o esporte. Ao fazermos estas opções de enredo, seguimos a proposta assinalada por Figueiredo (1996, p.11)⁷⁶:

[...] é preciso contar a história de uma vida sem dar a impressão de que se está diante de uma sucessão linear, unidirecional e necessária de momentos, cada um deles sendo tomado como um simples e plenamente significativo “agora” disponível para uma percepção e/ou para uma rememoração plenamente significativa. É preciso garantir nesta história lugares para acasos e imprevisíveis, lugares para rupturas, lugares para saltos adiante, para retornos e ressignificações; é preciso evitar a tentação de fazer da existência de alguém um processo meramente aditivo ou subtrativo de atributos que se agregariam ou descartariam de uma substância permanente e, no fundo, impermeável: o si-mesmo do biografado entendido como *identidade*. É preciso, enfim, des-substancializar completamente a subjetividade e (...) caminhar para uma nova compreensão de ‘experiência’.

Ainda uma última distância se fez necessária. Porque tratamos de desconstruções, também foi preciso modificar o cenário esperado para uma conversa entre alguém que conta de si para um psicólogo: precisamos nos afastar do *setting*⁷⁷. O diálogo realizado por nossos personagens se deu fora de qualquer espaço institucional delimitado, seja o da psicologia, seja o do esporte, e esta não foi uma escolha aleatória. Queríamos um encontro que pudesse se dar em um ambiente no qual os pressupostos não estivessem colocados de antemão, e que fosse possível criar com eles um afastamento nas expectativas sobre aquilo que o “paciente deve falar” ou sobre o que o “psicólogo deve ouvir”. Essa regulação institucional de lugares e papéis não se mostrou opção interessante em uma história que se pretendesse sem preceitos teóricos, sem intervenções típicas e sem conclusões necessárias.

Devemos dizer também das proximidades que marcam a narrativa. A primeira delas é a narração compartilhada, em primeira pessoa, pelo personagem principal e por sua interlocutora. Por que não um narrador único ou múltiplos narradores? Por que uma história escrita a “quatro mãos”, na qual há a história do personagem como atleta e uma outra, mais tímida, que se desenrola entre ele e aquela que o ouve, e que participa dos eventos abrindo por vezes narrativas paralelas do que “pode ter acontecido”, abrindo com isso ressignificações das experiências?

⁷⁶ Segue nota de rodapé indicada no próprio texto: “Uma versão muito simplificada deste texto, com o título “Os lugares do acaso”, foi publicada no Caderno “Sábado” do jornal “O Povo”, de Fortaleza, em 16/03/96 e, já com alguns acrescentamentos, foi publicada na revista de psicanálise Boletim de Novidades Pulsional, 87 (Julho), 1996. A presente versão, contudo, é inédita.” Portanto, deixamos o ano do trabalho como 1996 e nas referências aparece como texto não publicado (Mimeo).

⁷⁷ A tradução literal para essa palavra é “configuração”. Em psicologia, significa a estruturação específica da situação em que se dá o atendimento psicológico no local onde este acontecer (consultório, instituições públicas, empresas, hospitais *etc.*)

Propõe-se que, em uma perspectiva fenomenológica existencial, as compreensões se deem a partir do próprio fenômeno (com o poder de *mostração* das coisas, que aparecem para um interlocutor), a partir da perspectiva indissociável do *entre*: aquilo que se mostra, se mostra para alguém. A história contada por Paulo é uma história contada para uma psicóloga do esporte, e seria outra história, com outras nuances, se contada a outra personagem, em outras circunstâncias. Aparecem implícitos e direcionamentos nas falas de ambos que seriam outros se o enredo fosse outro. No entanto, é uma história escrita a dois para que seja possível escapar do solipsismo inerente a uma perspectiva unicamente pessoal, bem como da objetividade pouco realista de uma abordagem puramente externa, na qual se tenta dizer algo *sobre* o outro. Precisávamos contar uma narração de alguém para alguém, a *história de um encontro*.

Nossa segunda proximidade se dá pelo *ser atleta* de Paulo. Não se fala *sobre* ser atleta, mas *sendo atleta*. Não como expectador, técnico, psicólogo ou mesmo como o agente esportivo que se torna no final da história. A narrativa fala a partir de uma imersão, que varia em profundidade, mas não em propriedade: Paulo é atleta. O campo que traz em sua contação é autotransparente para o personagem, que transita nele, para fora dele, e de volta para ele, por meio da conquista de uma *ocupação*. Suas possibilidades de compreensão se dão a partir desse fazer, por uma imersão no mundo esportivo. Como aponta Casanova (2010, p.116): “[...] o ser-á já sempre compreende tudo aquilo que ele compreende de início e na maioria das vezes a partir da lógica da ocupação[...]”, uma vez que é nessa e dessa lógica que nascem as significações dos entes, ou seja, o modo como se torna habitual pensar e agir. Para um atleta em sua ocupação competitiva, a dor, a superação, as exigências, aquilo que se espera dele (sempre melhorar/ vencer), as relações de poder e submissão, as conquistas e o processo de treinamento como um todo adquirem sentido a partir da ocupação com esta existência. Um atleta se faz *sendo atleta*.

O ocupar-se de ser atleta se faz em um habitar específico. Como descreve L. Saramago (2011, p. 74):

[...] o ser-no-mundo existe e se determina como aquele que habita. O habitar assume, neste momento, um sentido primordialmente temporal, de deter-se junto ou de acostumar-se a algo, ou ainda um sentido de cultivar; trata-se de uma forma de proximidade que se define antes de tudo pela permanência junto aos entes em geral, permanência esta que concede ao ser-no-mundo uma espécie de amparo, uma certa familiaridade calcada no conforto do que é sempre o mesmo.

Lembrando que, se pensamos com Heidegger, essa habitação e a familiaridade que se faz com ela não se dá de forma natural, permanente ou teórica. Pelo contrário, adquirir familiaridade com o campo de acontecimentos implica a supressão de toda e qualquer

propriedade previamente dada, todo conceito (atleta, esporte, jogo, “psicológico”), e toda concepção naturalista do homem. A familiaridade se dá pelo existir no interior dessa habitação, dos campos significativos, sempre provisórios e arriscados ao remetimento de um “não se sentir em casa”.

O que queremos dizer aqui é que a abertura de mundo do atleta ao esporte e a experiência da facticidade desse ser atleta não são experiências alcançáveis por meio de um aprendizado teórico de conceitos. O atleta não constrói ou apreende seu mundo aos poucos, em partes que vão compondo uma grande imagem coerente e representacional do todo. Torna-se atleta se dá a partir de um determinado habitar que se faz presente, pela repetição, pela familiaridade, e que dificilmente tem data de nascimento. Os ambientes, os gestos (aprendidos, e depois repetidos, e depois automáticos, a ponto de não se saber como se chegou a eles), os objetivos, os treinos, os jogos, se abrem como possibilidade para o atleta na medida em que este *é* atleta, como condição de ser, mesmo antes de sê-lo propriamente. Queríamos relatar justamente um atleta a partir dessa perspectiva interna, a partir e por meio do *ser*, daí a proximidade do falar (-se) a partir de dentro. Um habitante do esporte, dizendo de seu *habitat* e de seu habitar...

4.2 Uma tonalidade afetiva: o “nervoso”.

Chegando propriamente à narrativa, nos captam as falas de Paulo sobre um acontecer em especial, que o acompanha por toda a carreira e atravessa seus desempenhos: o “nervoso”. É supostamente a partir desse nervoso, tomado com uma característica pessoal, que se dá a solicitação e a busca por atendimento psicológico do nosso personagem: na visão de sua treinadora à época, Juliana, sentir-se dessa forma seria uma resposta problemática na situação competitiva, e esse aspecto comportamental de Paulo seria a causa para a estagnação nos desempenhos.

Por toda a literatura da psicologia do esporte observamos intensa teorização sobre as variadas formas de “ansiedades” (traço, estado, cognitiva, competitiva, conforme mencionado no capítulo 2). Via de regra, atletas e técnicos que procuram orientação psicológica tem em mente controlar ou minimizar esse aspecto, pois é senso comum e teórico que a ansiedade pode atrapalhar ou mesmo impedir o desempenho ótimo, ou ainda, que precisa estar sob controle e em níveis ideais para que não o faça.

Por este motivo, falamos justamente sobre as teorias sobre ansiedade e sobre a característica de técnica (*Techné*) inerente a tais concepções, que delimitam as regiões do real que se dis-põe à teoria, objetivando o fenômeno em sua parcialidade manipulável, o que deixa

à margem, via de regra, os aspectos do fenômeno que não se mostram nessa disposição. Técnica, para Heidegger, é uma forma de desvelamento do ser do ente a partir de um dis-por, a partir daquilo que se pode transformar em uso, em dados, em instrumentos.

Na história de Paulo, encontramos uma nuance dessa ansiedade já em seu nomear. Aqui, a ansiedade é chamada como *nervoso*, e a narrativa vai mostrando em seu desenrolar que de fato o nervoso de Paulo e a ansiedade dos livros não se referem exatamente ao mesmo fenômeno, não por distinções propriamente conceituais, mas porque são vividos e compreendidos de maneiras distintas.

Sendo parte da *experiência* na situação de competição, a compreensão intuitiva de Paulo lhe diz que o nervoso é o que o *prepara para*, e lhe é algo inerente, a ponto de não conseguir ver-se em competição sem *experimental-se* dessa forma. Associa o nervoso à importância que a situação competitiva carrega, sendo talvez o que torna possível a manutenção do campo sedimentado de sentidos que são condizentes com o competir. Nosso personagem não alcança afetivamente como poderia manter o *valor* dado ao mundo competitivo se não se encontrasse nele dessa forma, *nervosamente*.

Insistimos na diferença de sentido que tais palavras carregam, uma vez que palavras diferentes criam realidades diferentes, *fazem* coisas diferentes conosco, abrem formas de compreensão diversas:

Quando fazemos coisas com as palavras, do que se trata é de como damos sentidos ao que somos e ao que nos acontece, de como correlacionamos as palavras e as coisas, de como nomeamos o que vemos ou o que sentimos e de como vemos ou sentimos o que nomeamos. [...] Nomear o que fazemos [...] não é somente uma questão terminológica. As palavras com que nomeamos o que somos, o que fazemos, o que pensamos, o que percebemos ou o que sentimos são mais do que simplesmente palavras. (BONDÍA, 2002, p.21)

Daí o desencontro entre o nervoso de Paulo e a proposta apresentada pela psicóloga Patrícia para tratá-lo. Partindo do entendimento da ansiedade como característica ou como reação fisiológica à determinada situação, cabe o direcionamento dado por ela ao problema: visar o controle da ansiedade por meio de procedimentos técnicos/terapêuticos. Conforme dissemos acima, a psicologia do esporte se define justamente por desenvolver teorias e lançar mão de ferramentas com o objetivo de colocar o atleta em controle de suas emoções e reações, sendo, desta forma, alocada como parte componente do treinamento. Tais técnicas podem ser aprendidas e aprimoradas, exigindo que esteja presente no treinamento a parcela necessária de preparação psicológica, e colocando o atleta em condição ao menos de igualdade com os adversários, que também se valem da mesma preparação.

Sobre essa condição do atleta diante da competição e do próprio desempenho, encontramos um trabalho sobre psicologia do esporte (PIERRO; CILLO; NASCIMENTO, 2019) – que traz, também na forma narrativa e tendo também como personagem principal um nadador (Léo) – uma versão sobre o treinamento psicológico para controle da ansiedade. Acharmos o material muito interessante, por trazer uma perspectiva de narração em terceira pessoa com narrador onisciente, e, portanto, com acesso ao mundo interno do atleta, resultando em um texto descritivo daquilo que se passa com o personagem. Tomamos esse trabalho como referência aqui por parecer bastante fiel à realidade de um trabalho prático no âmbito da psicologia do esporte de alto rendimento, mais específico, portanto, que os materiais teóricos dos manuais, diferença mencionada pelos próprios autores na introdução do trabalho.

O contexto em que Léo, o personagem principal, se encontra no trecho selecionado do livro é a sua primeira competição relevante pelo novo clube pelo qual passara a competir como contratado. Ele vinha fazendo sessões com o psicólogo do clube para aprender a controlar a ansiedade, algo que costumava atrapalhá-lo em momentos em que se sentia pressionado. Assim os autores descrevem Léo em sua rotina mental em um dia de competição (selecionamos algumas passagens em meio a narração de outros eventos):

Naquele mesmo dia, antes de dormir, Léo estava se sentindo ansioso. Já no jantar percebeu que teve dificuldade em escolher os alimentos [...] com alguma dificuldade, controlou seu apetite. [...] Já na cama, enquanto os companheiros de quarto dormiam tranquilamente, ele não parava de se revirar, estava inquieto. Quando fechava os olhos, vinham à tona seus piores pesadelos [...] cenas em que ele nadava e fazia muita força, mas não conseguia superar os adversários na piscina. Lembrou-se de algumas conversas que teve com Marcos, o psicólogo, e começou a respirar de forma lenta e profunda. O efeito da autorregulação não demorou muito a aparecer, e isso ajudou a diminuir a ansiedade. Seguindo outra orientação de Marcos, tentou imaginar como seria o dia seguinte [...] percebeu o efeito da imaginação, principalmente pelo aumento da frequência cardíaca e pela agitação sob os lençóis. [...] Enquanto descia para a sala de café, percebeu que a ansiedade tinha voltado, então tornou a controlar a respiração até que o elevador chegou [...] tentou manter o foco no presente, mas, entre uma mordida e outra, sentia a ansiedade voltar com força. [...] No ônibus (a caminho da competição) [...] quase anulou por completo as vozes internas que lhe diziam que teria de ir bem, pois seria inadmissível não chegar à final [...] (PIERRO, CILLO; NASCIMENTO, 2019, p.96,97)

Léo nada suas provas do dia, saindo-se bem, classificado para as finais do dia seguinte. Ao voltar para o hotel é chamado para uma reunião com o técnico:

Léo fez muita força para prestar atenção nas palavras do técnico, pois estava realmente exausto. Se fosse contar o esforço físico das duas provas disputadas naquele dia, não chegaria nem perto do que estava acostumado nos treinamentos, mas o desgaste mental era infinitamente superior aos dias normais de treino. O controle que precisava ter de suas emoções e do foco de atenção era absurdamente descomunal. (p. 98,99)

Notamos que as atividades mentais descritas pelos autores se caracterizam realmente como um treino, exaustivo, e para o qual o atleta precisa manter o mais completo foco. Não na competição em si, mas no controle de si diante dela. Aparentemente, é preciso lutar contra a ansiedade o tempo todo. Diante da intensidade da atividade mental apresentada em Léo, ficamos com a seguinte questão: como deixar de sentir o que se sente? Em que medida o controle desse estado afetivo poderia de fato ser levado a cabo? E com qual objetivo?

Ao longo do texto, algumas mudanças sutis na sensação de ansiedade competitiva vão aparecendo. Mas não sabemos até que ponto Léo “amadurece”, por meio da participação em diversas competições de alto nível, ou se essas mudanças derivam de uma maior apropriação e maior eficácia em relação aos treinos mentais que realizava. O personagem Léo continuou sentindo-se ansioso nas situações competitivas, isso é apontado por todo o livro, bem como as ferramentas que utilizava para colocar a ansiedade sob domínio, sempre ao custo de muita concentração e esforço, convivendo com o risco de “perder o foco” e “se perder” em diversas passagens da narrativa.

Nos momentos em que Léo *não está bem*, por *stress*, raiva ou mesmo deslumbramento com o mundo do esporte de alto rendimento, todo o comportamento dele se desorganiza: vai a festas, se embriaga e briga com as pessoas ao seu redor. Seu desempenho, no entanto (e curiosamente), não piora, ainda que fique abaixo do ideal esperado por ele e por seus técnicos. No decorrer da história, todo o esforço para controlar a si mesmo é redobrado, e cada vez mais profissionais são envolvidos nessa preparação.

Estar no completo controle de si, rígido e pré-programado, ou perder-se completamente: seriam as únicas duas opções diante da ansiedade e da convocação realizada pela situação de competição? Na história, Léo consegue obter o resultado que desejava (medalha olímpica), aos 26 anos, depois de passar por outras duas Olimpíadas e por um sem número de experiências de disputa, de treinos físicos e mentais. Em seguida, sem conseguir lidar bem com a morte do pai e com a necessidade de mudar novamente de clube, o que o deixaria distante novamente da mãe e da namorada, Léo deixa de nadar e se torna treinador.

Buscando ampliar nossa reflexão, encontramos na literatura, agora apoiada em entrevistas com atletas reais, a seguinte descrição de outro nadador, Ricardo Prado, medalhista olímpico em Los Angeles (1984), campeão mundial nos 400 metros medley e multimedalista em pan-americanos. Note-se que mesmo ao descrever seu estado como “aterrorizado”, o nadador reflete que talvez fosse necessário sentir-se assim para nadar da forma como nadava:

Minha preparação era uma coisa muito dolorosa... Você não está ali se divertindo, você está tentando explorar novos limites para o seu corpo. Então eu ficava aterrorizado... Eu tinha muito medo dos adversários, medo não sei do que. Era medo talvez da força que eu ia ter que fazer, medo da dor que ia sentir, medo do sacrifício que eu ia ter que colocar no corpo naquela hora, medo de não nadar bem e jogar tudo fora, tudo o que a gente tinha feito e tal. Eu sei que ficava bastante aterrorizado... E na verdade eu acho que esse era o estado de transe que eu precisava entrar para poder fazer aquilo na água que eu fazia... Na verdade não era preparação, era só tentar fazer passar o tempo até a hora de subir no bloco. Subiu no bloco some tudo, mas até subir no bloco era um inferno. (RÚBIO, 2006, p. 298)

Ricardo Prado, apesar da conotação quase negativa que confere à própria prática como atleta, destacando o caráter de sofrimento associado a mesma, aponta para uma forma específica de compreensão sobre o medo que sentia: entende-o como inerente ao que precisava fazer, a como precisava atuar naquela situação, para que pudesse alcançar uma total entrega ao desempenho. Paulo, o personagem do nosso conto, seguiria nessa esteira, descrevendo seu nervosismo como uma reação física, incrementada por uma dor de barriga persistente, um estreitamento da visão e um desconforto, mas que ao mesmo tempo o coloca em prontidão para competir, que constrói para ele o contexto competitivo e marca sua especificidade, estruturando a percepção desses eventos como *especiais*.

Podemos então começar a pensar o nervoso descrito por Paulo como algo mais próximo a um estado-de-ânimo que faz para ele *abertura de mundo* na situação competitiva, e rotineiramente também faz parte do seu cotidiano nos treinos. Essa forma de compreensão implica em uma apreensão ontologicamente diversa das “emoções”. Vamos com Heidegger (*Ser e Tempo*, 2012, parágrafo 29 e seguintes) nessa proposta.

Em distância à noção de sentimento, Heidegger usa a expressão “encontrar-se” (*Befindlichkeit*), denotando com isso o *ser* em uma tonalidade afetiva. Considera este fenômeno como um fundamento existencial, que deixa manifesto “como alguém está e como anda”: “Nesse ‘como está’ o ser do estado-de-ânimo leva o ser a seu ‘aí’.” (p.385 – grifo meu). Que quer dizer “levar o ser ao seu aí”? Quer dizer que o ser-aí do homem (*Dasein*) chega a si a partir do futuro⁷⁸, de acordo com as projeções e aberturas que se dão no seu mundo, as quais, abrindo-se em suas possibilidades, convocam o ser-aí em seus estados-de-ânimo, que se dão pré-reflexivamente, antes do julgamento objetivo que se possa fazer das situações.

Tentando clarear a densidade dessas proposições podemos exemplificar: ao contrário de entender o medo como uma reação provocada por um estímulo ameaçador, pensar com a noção

⁷⁸ Termo utilizado por Marco Antonio Casanova durante o curso “Heidegger e a psicologia contemporânea”, ministrado no Instituto Dasein/SP em 2017. Aula online, acesso em 11/09/2020.

de estados-de-ânimo significa dizer que ao temer, o temível aparece ao ser, independentemente de qualquer propriedade concreta do objeto temido. O temor não está dado pelo objeto, mas pela possibilidade que o estado-de-ânimo “estar temeroso” abre no mundo. Encontro o temível no mundo se estou aberto, pelo estado-de-ânimo, a tal. E isso se dá com todas as ditas emoções, quando as compreendemos a partir da perspectiva fenomenológica. Daí podermos compreender como as pessoas reagem de formas tão diferentes à mesma situação, por exemplo não temendo, mesmo diante de situações objetivamente perigosas.

O ter-medo ele mesmo é o se-deixar-afetar que põe-em-liberdade o ameaçador assim caracterizado. [...] o ter medo não começa também constatando o-que-se-aproxima, mas descobre-o antes em sua temibilidade. E, tendo medo, o medo pode então, em um olhar expressamente dirigido, 'tornar claro' o temível. O ver-ao-redor vê o temível porque ele está no encontrar-se do medo. (HEIDEGGER, 2012, p.401)

Precisamos dar um pequeno passo atrás, esclarecendo um ponto: na perspectiva fenomenológica existencial heideggeriana, o ser humano é ontologicamente indeterminado, ou seja, não possui determinações prévias, é ontologicamente marcado por uma negatividade, não tendo em si *a priori* nada que o constitua e lhe seja natural ou normal. Ou seja, nada se dá de forma *necessária* ao humano. Existindo, o ser-aí humano cai na tradição que o antecede e que lhe estrutura o mundo, emprestando-o significados diversos a partir dos quais o ser-aí, sempre lançado nesse mundo em comunidade (ser-no-mundo-com-outros), pode apropriar-se em maior ou menor medida, de forma mais ou menos autêntica ou inautêntica. Assim indeterminado, o ser-aí é suas possibilidades de ser, e este ser sempre se encontra em jogo. A essência do *Dasein* consiste, então, em *ter-de-ser*.

Voltando às emoções, temos então que estas podem ser tomadas como um modo de abertura, co-originário com a compreensão, nos revelando como as coisas vão conosco, como nos encontramos. Nessa concepção, a emoção não é algo que nos acontece a partir do entendimento e do julgamento que fazemos de um fato. Caso fosse assim, poderíamos explicar as emoções em termos de interações causais entre organismo e meio, desvinculadas e sem qualquer referência aos projetos e interesses daquele que se emociona, sem relação qualquer com nossa existência. Entendidas como tonalidades afetivas, temos que estas justamente precedem nossas compreensões e as tornam possíveis. Aqui estamos distantes da noção subjetiva de afeto que localiza-o sua em uma interioridade apartada do mundo:

[...] a pressuposição de que os afetos têm a sua sede na subjetividade é incapaz de dar conta da abrangência e da imediatidade das tonalidades afetivas. Tonalidades afetivas são como atmosferas, que nos envolvem de tal forma que tudo imediatamente se mostra a partir de seu modo de afinação. Elas não são resultados de arranjos de nossa interioridade causados por elementos externos

ou internos, arranjos que seriam em seguida estendidos de forma quase mágica para o todo. Um tal fato fica claro quando observamos o que acontece na própria convivência humana no momento em que entra em cena uma determinada tonalidade afetiva. (CASANOVA, 2010, p.108)

Se estou em uma tonalidade afetiva amedrontada, p. ex., compreendo tudo o que se passa ao meu redor a partir dessa “lente”, e meu mundo ganha essa atmosfera, e não outra. O mesmo acontece com o luto, que ao tingir tudo com uma tonalidade de cinza insuportável ao olhar, nos faz não querer ver nada nem ninguém, pois tudo lembra aquele que não está. Se me sinto muito solitário, respondo mais aos aspectos do mundo que remetem a minha solidão do que a quaisquer outros.

O modo de abertura dado pelo estado-de-ânimo pode também não me vir à atenção, ou posso recusá-lo “[...] o Dasein se desvenda em seu entregar-se à responsabilidade do ‘aí’. O ‘aí’ é aberto na esquiva também.” (HEIDEGGER, 2012, p.387). A factualidade, nessa perspectiva, não é a do fato bruto, em si, mas um *caráter de ser* do Dasein, assumido na existência, mesmo quando rejeitado.

Vamos emprestar essa forma de compreensão à situação competitiva de nossos personagens. Nas competições e treinos importantes, Paulo encontra-se em um estado-de-ânimo nervoso que o causa incômodo, pois o convoca incessantemente ao futuro que deseja e teme, mas que abre para ele *possibilidades de ser* que fazem parte do seu projeto existencial: ser vitorioso, melhorar seu desempenho, e, no plano mais geral de sua existência, seu próprio *ser atleta*. Para Paulo, ser atleta é isto, embora sinta dificuldade de nomeá-lo: é estar nesse estado-de-ânimo aberto à aventura e ao projeto da competição, *nervosamente*. Valendo-se dessa compreensão, não quer livrar-se do nervoso, nem vê como poderia fazê-lo sem que, no mesmo passo, deixasse de ser si mesmo, ao risco de esfacelar-se como projeto o seu *ser um atleta competitivo*. Daí podemos compreender sua fala final em relação ao acompanhamento psicológico: “*E no fim achei legal ter ido, porque tinha aprendido umas coisas novas, mas principalmente porque eu não tinha mudado meu jeito de ser. Ainda me sentia o mesmo.*”

Encontramos algo próximo no depoimento de Ricardo Prado. O “aterrorizar-se”, na fala dele, abria-o para o impossível de ultrapassar os limites, aguentar a dor, “fazer na água o que fazia”. Fala de uma relativa familiaridade com esse modo de encontrar-se, algo bastante impalpável a alguém não-atleta, mas que para ele se repete ao longo da carreira e, repetindo-se, torna-se conhecido, torna-se uma *presença necessária*.

Léo, por sua vez, diante da mesma situação, ao competir, fica ansioso. Mas sua disposição existencial diante desse estado-de-ânimo é outra. Entende, bem como os profissionais que

cuidam dele, que é preciso dominar o que lhe acontece, caso contrário, é justamente sua possibilidade de competir bem que desaparece. Léo, portanto, tenta desviar-se daquilo que o mundo lhe abre e como lhe abre. E aqui não nos cabe atestar qual das estratégias tem maior eficácia. Nos relatos específicos de Paulo e de Léo o estado-de-ânimo não teve impacto determinante nos respectivos desempenhos⁷⁹. Diferem, portanto, nas formas própria ou imprópria de *estarem consigo mesmos* que os três atletas, os fictícios e o real, caracterizam.

Assumir como tarefa encontrar-se e perceber-se como estando nervoso nos parece opção própria e autêntica⁸⁰ deste ser que é lançado na *existência como atleta*, uma vez que este lançar-se se dá no corpo e caminha no litoral da impossibilidade existencial quanto ao *colocar sob controle o que sente*, ou esquivar-se disso. Voltamos a Heidegger, sobre essa possibilidade de esquiva:

[...] o estado-de-ânimo é um modo-de-ser originário do *Dasein*, no qual este se abre para ele mesmo antes de todo conhecer e de todo querer e para além do alcance de sua capacidade de abertura. E além disso, nunca nos assenhoreamos de um estado-de-ânimo na ausência de estado-de-ânimo, mas sempre a partir de um estado-de-oposto. (HEIDEGGER, 2012, p.389)

Compreendendo então o nervoso, ao qual nos apresenta Paulo, como um estado-de-ânimo próprio e fundante do estar-em-competição, vamos em busca de aprofundamento. As descrições que aqui trouxemos do nervoso ou desse estado de tensão pré-competitiva se aproximam do que encontramos na literatura fenomenológica existencial com o termo “*sweet tension*” (McLAUGHLIN; TORRES, 2012). Podemos traduzir esse termo de forma mais literal, como “tensão doce”, ou mais apropriadamente como “tensão agradável”. Ou ainda como uma “tensão da qual se gosta”, lembrando que no uso coloquial do inglês se usam as palavras “*sweetie*” ou “*sweetie*” como vocativos para pessoas queridas. Standal e Moe (2012), sendo mais fiéis às origens do termo, falam de “tensão agradável da incerteza do resultado” (*sweet tension of uncertainty of outcome*).

Ambos os estudos falam sobre esta tensão agradável diante da disputa esportiva como fundamental para compreendermos como e porque o esporte é uma atividade significativa e prazerosa para o ser humano. Entendendo a “tensão agradável” como parte constituinte do mundo esportivo, a apontam como pertinente e pertencente ao horizonte de sentido da

⁷⁹ Conforme mencionamos acima, já no capítulo de apresentação desta tese, em trabalhos realizados anteriormente, especialmente nas entrevistas realizadas com atletas para o desenvolvimento do mestrado (FRASCARELI, 2009), o “nervoso”/ansiedade frequentemente não apareceu como causa determinante para o desempenho: os atletas relatavam tanto bons quanto maus resultados estando ansiosos ou não. O que se mostrou de forma clara, no entanto, foi um estado angustiado após um desempenho ruim.

⁸⁰ Sobre autenticidade falaremos mais detidamente adiante.

competição. Definem horizonte como o *pano de fundo* que trazemos conosco (horizonte interno) e que são oferecidos pelo mundo (horizonte externo), os quais regulam nossas percepções e interpretações, tornando-se premissas a partir das quais tentamos dar sentido ao mundo: os horizontes atuam como limites que ajudam a situar o sentido de uma experiência dada, ainda que de uma forma frequentemente não acessível e desconhecida. “*The limit of the horizon delineates familiar and unfamiliar zones. But the familiar zone is not a fixed, determined world. It is determined to the degree that we can make sense of things, actions and projects.*”⁸¹ (McLAUGHLIN; TORRES, 2012, p.92). Ou seja, os horizontes, a medida em que são constituídos na experiência, vão marcando limites que fixam para nós uma atmosfera de familiaridade.

A tensão agradável que constitui esse horizonte de familiaridade no esporte competitivo mostra-se como um horizonte intersubjetivo: o encontro entre subjetividades que *sentem da mesma forma* é condição de possibilidade para que se dê a competição como evento significativo. Dizendo de outro modo, é preciso encontrar competidores que também vejam aquela situação como um teste, afirmando entre si a condição humana de pluralidade e testemunho. O nível de desempenho de cada atleta estabelece essa esfera subjetiva de comparação, que diz a todos e a cada um *quem são e quem estão se tornando* dentro desse universo.

Para poder experimentar essa “tensão agradável” é preciso que haja incertezas: aquilo que acredito como os meus “*eu posso*” ou “*eu consigo*” serão suficientes para realizar o desafio esportivo? Mesmo conseguindo fazer o que me proponho, posso fazê-lo melhor que meu oponente? Qual será a diferença entre a minha execução e a dele? (STANDAL; MOE, 2012). De acordo com a autores, é no engajamento desse horizonte de incertezas que o competidor ganha seu senso verdadeiro de identidade como atleta. Por este motivo, os fatores que podem influenciar a condição de incerteza dos resultados são sempre problemáticos no horizonte competitivo (*doping*, *trajes*, *materiais* ou *recursos tecnológicos* que possam influenciar a decisão de juízes são sempre fonte de polêmica, haja visto a ainda turbulenta utilização do VAR⁸²).

Até aqui falamos de tonalidades afetivas ou estados-de-ânimo: a ansiedade, o nervoso, o medo, a “tensão doce”. Pensamos que estas tonalidades se dão pela abertura de uma

⁸¹ Tradução nossa: O limite do horizonte delinea zonas familiares e não familiares. Mas a zona familiar não é um mundo fixo e determinado. É determinado na medida em que podemos dar sentido às coisas, ações e projetos.

⁸² Video Assistant Referee. O VAR tem por objetivo ajudar o árbitro central, no campo de jogo, a tomar decisões em lances considerados duvidosos, ou na confirmação ou anulação de pontuação ou gols.

particularidade específica do mundo esportivo: a *disposição* (ou o *encontrar-se*) colocada pela **disputa**. A disposição compõe com a ocupação (cuidar de ser), a compreensão e o discurso o que Heidegger chama de existenciais, os quais se fazem condições de possibilidade de qualquer apreensão teórica ou valorativa do mundo e do próprio homem. A disposição revela a ligação afetiva primordial do ser-aí ao mundo. Por intermédio da disposição se revela o fundamento da afetividade e revela-se também nossa condição existencial originária como seres abandonados, lançados na existência sem nenhuma destinação dada *a priori*.

Com Heidegger, compreendemos disposição como uma estrutura ontológica, cuja abertura revela nosso estar-lançado-em projetos e interesses que moldam o curso de nossa existência, possibilitando o acontecer das tonalidades afetivas enquanto maneiras determinadas do ser-aí sentir-se e de descerramento do mundo, constituindo *atmosferas*. Portanto, só nos encontramos em tal ou qual tonalidade afetiva porque já estamos sempre em uma disposição, a sermos afetados pelo modo como as coisas (nos) transcorrem. O que apresentamos aqui é que o atleta se sente “nervoso” quando, e apenas quando, *já se encontra em disputa*.

Tendo o esporte uma estrutura de teste horizontal, onde todos (em tese) partem da mesma condição inicial, reside em sua face mais assustadora a incerteza: o atleta pode fazer algo errado e se sair mal, (no limite se machucando ou colocando a própria vida em risco, haja visto a consequência, por exemplo, de um erro na distância do salto do trampolim nos saltos ornamentais ou na trave na ginástica artística, erro que pode significar um impacto da cabeça contra a superfície dura de apoio), ou pode desempenhar bem, e atingir o objetivo. O ato a ser realizado com o próprio corpo é exaustivamente treinado, mas pode não sair como o planejado, daí a incerteza. P. ex., em uma luta de judô, a opção por um movimento calculado e objetivo de golpe pode sair errado, ou pode ser justamente o que fornece o sistema de forças necessários ao adversário para a aplicação de um contragolpe definidor do resultado da luta.

Tendo em vista que na disputa esportiva há algo de ameaçador, voltamos a Heidegger, no parágrafo 30 de “*Ser e Tempo*” (2012, p. 401 e seguintes), para discorrermos um pouco sobre o *medo como um modo do encontrar-se*, tentando aproximá-lo justamente dessa sensação que invariavelmente antecede a competição, independente do nome que lhe damos.

Heidegger descreve o temível como um ente que vem-de-encontro ao ser-aí humano no interior-do-mundo, sendo, portanto, uma forma do *ser-aí-com*. A ameaça do temível mostra-se em multiplicidade: aquilo que ameaça mostra-se no interior de um contexto e aponta para uma região de risco, na qual há algo com que não se está seguro. A competição, como dissemos acima, é a região do desempenho a zona de insegurança onde meus atos, ainda que partam de

mim com uma treinada exatidão, podem não resultar nos movimentos planejados nem garantir as consequências exatas que busco.

Prossegue Heidegger: o temível, aquilo que ameaça, o faz justamente por não estar perto a ponto de se poder dominá-lo, mas aproxima-se, e nesse aproximar-se, o caráter de ameaça se irradia. Na competição, começo a ter medo não só de não atingir o desempenho e do adversário, mas de perder a chamada para a disputa, esquecer meus materiais de competição ou as credenciais para entrar no recinto, medo de cometer um erro grosseiro e “dar vexame”, medo de largar antes da hora (“queimar”), medo de decepcionar o técnico, de ser substituído no jogo, de me machucar, medo da plateia...

Há algo de muito interessante na descrição feita por Heidegger: esse ficar-mais-perto do temível, que se aproxima, já está no interior do perto, já está em um campo que se pode reconhecer como próximo. Se está longe, por mais temível que seja a coisa em questão, permanece oculto em sua “temibilidade”. Porém, o estar perto ou estar longe não tem a ver com a mensuração cronológica dos eventos, mas é posto em liberdade espaço-temporal pela própria corporeidade do ser-aí. Posso me preocupar com o torneio do qual participarei daqui a seis meses, mas posso nada sentir com o jogo que tenho na próxima semana, pois “está longe ainda”. Os eventos estão tão próximos a mim quanto eu os coloco em seus *sentidos-para-mim*.

Outro ponto interessante é que o temível carrega consigo a possibilidade de nos atingir, mas também de não nos atingir: o risco é incerto. E isso em nada diminui o ter medo ou o sentir-se ansioso, nem os faz desaparecerem, mas ao contrário, forma-os. E por que se tem medo? Heidegger aponta que ontologicamente, ou seja, em seu próprio ser, o ser-aí está sempre em jogo, cuidando do próprio existir, o que abre ao ente este *estar abandonado a si mesmo*.

Na situação esportiva, compreendemos que essa disposição, e portanto, o sentir-se nervoso, ansioso ou atemorizado, se relaciona à própria possibilidade de continuidade do projeto *ser atleta*. Diante de um mau desempenho, de uma situação vexatória, de uma lesão incapacitante, ou mesmo de um perceber-se muito distante do desempenho desejado, o próprio continuar com a atividade pode ser questionado. É sempre o próprio relacionamento com o esporte que está, em maior ou menor medida, posto à prova, em suas possibilidades de futuro ou de encerramento. É o habitar o mundo esportivo que, repentinamente, pode tornar-se um *inabitável*.

Dissemos acima sobre o processo de tornar-se atleta a partir de um habitar o mundo esportivo, que vai fazendo-o familiar. Aqui, apontamos que o mau desempenho pode colocar em questão justamente esse habitar, que está constantemente acompanhado pelo risco da interrupção mesma do projeto *ser atleta*.

O hábito, o habitual e o habitar não se separam, porém, de seu outro: o não familiar, o inabitual, o inabitável, o “em parte alguma” que angustia e que irrompe no seio do que se imaginava conhecer. A tensão que aqui se revela no âmago do habitar humano diz respeito fundamentalmente à condição do ser-no-mundo como aquele que, em habitando, não se sente em casa, permanecendo atravessado por um sentimento de exílio... (SARAMAGO, 2011, p.74)

Por tudo o que dissemos até aqui, fica difícil pensarmos em uma concepção de cuidado psicológico que caminhe no sentido de eliminar ou pôr sobre controle as tonalidades afetivas que envolvem a competição esportiva. Como diz o ditado popular, “*há sempre o risco de jogar fora a criança junto com a água do banho*”. Se entendemos esse nervoso como uma atmosfera própria ao competir, livrar-se dele pode significar livrar-se do próprio sentido dado à competição. E acrescentamos: dado que o ser-aí é constituído pelas realidades que se abrem a ele, dizer a um atleta sobre seus *modos de ser como problemáticos* torna-o, imediata e inevitavelmente, *problemático diante de si mesmo*. Ou seja, corremos o risco de deixar o atleta mais preocupado com sua própria sensação do que com a competição em si, se o fazemos crer que seu nervoso *atrapalha*.

Em nosso conto, quando volta a nadar depois de uma pausa de um ano, Paulo o faz em outro contexto, quer pela condição de esporte amador (universitário) em que se insere, quer em sua relação de igualdade e horizontalidade com o novo técnico (Vitor). A natação, abrindo-se em outra dimensão, se faz experiência nova para Paulo. Em que consiste sua novidade? Neste momento, Paulo estabelece um espaço de treinamento no qual podia *falar*. Encontra em Vitor alguém que compreendia do que ele falava quando falava de si, do nervoso, do corpo, não como o corpo teórico da fisiologia, mas do seu, próprio, em suas características singulares.

De alguma forma, o *dizer-se* permitiu a Paulo *dizer-se outro*: desenvolver outra relação com o seu corpo, com seus limites e com suas reações. No que tange ao nervoso, saber-se “cagão”, quando assim é nomeado, e defrontar-se com esse aspecto como algo propriamente seu não o faz deixar de senti-lo, mas transforma o modo de *sê-lo*: a estranheza, a negatividade, o *não saber-se* que operava nele diante de suas reações sai do desvelamento e vem à luz. Se Léo foi aprimorando-se na tarefa de manter a ansiedade à distância, velada, conceitual, Paulo é levado a olhá-la nos olhos, como constituinte de seu modo de ser competitivo. Distante da tarefa de *estar em controle*, Paulo pode *estar em contato*... E se dizemos de contato, chegamos ao corpo...

4.3 Corporalmente se dá o desempenho...

No começo da narrativa, nosso personagem vai contando como se estabeleceu na infância a relação com o esporte: começou a nadar desde que começou a andar, primeiro como tratamento para a bronquite e pelo bem-estar proporcionado pela água, depois pela maior frequência das aulas, e em seguida pela entrada na equipe de treinamento do clube.

A partir deste momento, quando passa a praticar a modalidade todos os dias, é no corpo que as transformações acontecem. Antes de obter qualquer resultado ou de participar de qualquer disputa oficial, ele convive com mudanças corporais, inicialmente a partir das dores inseridas no cotidiano. O peso das pernas, os braços que não conseguiam erguer-se para lavar a cabeça no banho, o “doer até para ficar sentado”. Depois, vem algo que Paulo chama de “mutação”: sentir-se mais forte, ver o aumento dos músculos, nadar cada vez mais rápido.

Ouvimos um *tornar-se atleta* que vai sendo entalhado no corpo. Pela fisiologia sabemos das adaptações musculares e metabólicas: a hipertrofia muscular, o aumento da tolerância à dor e do metabolismo basal, o incremento dos limiares respiratórios, as mudanças na coordenação intramuscular, a modificação na produção e liberação de neurotransmissores específicos e a mudança na regulação hormonal. Paulo, longe do conhecimento teórico dessas nomenclaturas ou de uma relação conceitual com elas, nivela tudo o que lhe acontece e chama as modificações corporais indiscriminadamente de “mutações”. Compreendemos tal nomeação, pois progressivamente, a partir das modificações corporais, vai abandonando-se uma condição de normalidade e adquirindo uma nova, de excepcionalidade. Pelas mudanças na constituição, potência e habilidades do corpo, Paulo passa a estar no mundo a partir de outras possibilidades. Não na forma de um “*eu penso que*”, mas a partir das vivências dadas a partir do “*eu posso*”, instrumentalizadas pelo corpo, que de fato, o torna *outro de si mesmo*.

Esse corpo se faz não apenas potente, mas se mostra como a aquisição de uma exclusividade: os outros humanos não atletas não podem fazer o que o atleta faz. Imaginemos a experiência absolutamente diversa que um(a) saltador(a) com vara tem em relação à gravidade ao realizar os movimentos que realiza, ou mesmo um nadador, ao estar acostumado a realizar movimentos absolutamente impossíveis em terra. Ou ainda uma ginasta rítmica, a qual se habitua à sensação do movimento corporal se expandir e alcançar o instrumento de apresentação (bola, arco, fita ou balizas), de tal forma que este parece estar ligado a ele por um fio invisível: o espaço corporal na ação motora se expande nos gestos e se estende na trajetória dos instrumentos. A atleta sabe em que posição do espaço a bola ou a fita irão chegar já quando as

soltam, pois que é o próprio movimento dela que se expande pelos instrumentos, os quais compõem o corpo, “colando-se” a ele.

O corpo é este veículo do ser-no-mundo, e por meio dele juntar-se ao meio, confundir-se com projetos, e fazer-se a partir e por meio deles (MERLEAU-PONTY, 2006). E não falamos aqui apenas do corpo biológico, grande protagonista no esporte, mas do corpo existencial/fenomenal, o qual guarda relações consigo mesmo e com os movimentos que estão para além do entendimento objetivo.

De início, podemos dizer desse corpo, que se faz corporeidade integrado à existência, sobre sua marcada ambiguidade, tradutora da própria ambiguidade do ser-no-mundo, e sobre sua totalidade e indivisibilidade (inclusive psíquica), que está sempre para além da soma de suas partes ou sistemas isolados. Trata-se de compreender o corpo não apenas como aquele que nos direciona através do mundo, mas abre o mundo como espaço de proposições, possibilidades e atividades, e que desvela como o ser-aí “se encontra” (RATCLIFFE, 2008).

Esse corpo novo adquirido ao se tornar atleta, transformado pelo exercício físico e pelo treinamento, torna-se, aos poucos, o *corpo habitual*: o conhecimento e a repetição do gesto se estruturam no corpo de forma não reflexiva, ante predicativa, e se torna domínio do gesto. Na aquisição do hábito, o corpo o *incorpora*, e estabelece para si uma nova naturalidade. O atleta conduzirá e será conduzido por este corpo “recodificado” nas mais variadas experiências de desempenho, e de vida... Separamos algumas delas que aparecem em nosso conto para relembra-las e reservar-lhes um olhar mais detido.

No primeiro resultado expressivo, o terceiro lugar obtido no campeonato estadual, Paulo começa a prova muito veloz, e não consegue manter a velocidade até o final. Porém, relata sair da piscina “*sem nem estar cansado*”. Podemos pensar que de fato estava cansado, pois havia perdido o ritmo da prova, e não tinha conseguido nadar mais rápido. Mas não é o que aparece em seu relato.

Nessa passagem temos dois aspectos que se mostram e dizem respeito ao mesmo fenômeno: o corpo vivido não é experimentado como correspondência exata do corpo biológico. O modo de nadar começando as provas muito forte, característica competitiva de Paulo, pode nos dizer que ele imprime ao corpo um ritmo de esforço que não é possível manter até o final, e portanto, é apenas parcialmente suportável. Podemos pensar então que a ideia que Paulo faz do próprio corpo não corresponde às suas reais capacidades, mas a uma imagem otimista, superlativa desse corpo, ou a uma vontade: querer nadar o mais rápido possível, ainda que não o pudesse fazê-lo o tempo todo e até o final das provas que disputava.

Notamos que o *estar cansado* não corresponde ao *sentir-se cansado*. A atmosfera aberta pela resultado competitivo e a percepção de si através dessa situação, que lhe dá a sensação de euforia, provoca em Paulo um estranhamento: “*nem cansado eu estava. Louco isso né?*” Ajudamos na compreensão dessa distância entre a percepção do atleta e sua condição objetiva o que aponta Merleau-Ponty (2006, p.113-114):

“[...] a ‘qualidade sensível’, as determinações espaciais do percebido e até mesmo a presença ou ausência de uma percepção não são efeitos da situação de fato fora do organismo, mas representam a maneira pela qual ele vai de encontro aos estímulos e pela qual se refere a eles.”.

Seguindo as proposições de Merleau-Ponty, Ratcliffe (2008) discute que o corpo pode inclusive executar um papel experiencial sem ser objeto direto da experiência. P. ex., é possível ter a sensação de queda, a sensação de lado direito e lado esquerdo, a sensação de cansaço e imobilidade (tão comum nas depressões) sem que nada esteja acontecendo objetivamente com o corpo biológico.

No conto, se o resultado obtido naquele momento não fosse o melhor da carreira de Paulo até então, e se não estivesse surpreso devido ao contexto (fazia pouco tempo que estava na equipe e que treinava efetivamente), talvez a percepção sobre o cansaço/esforço fosse outra. Queremos dizer que as percepções que o atleta tem do próprio corpo, das dores, do cansaço, dos limites físicos, não são dadas pelos acontecimentos orgânicos, pelas medidas fisiológicas ou pelos desempenhos obtidos *em si*, mas se fazem pela compreensão que ele tem e pode ter desses acontecimentos, da *experiência que faz* deles e no modo como os *organiza* corporalmente.

Muitos atletas, dançarinos e outros profissionais que fazem uso direto do corpo na produção do trabalho e da arte relatam e demonstram adquirir costume com as dores provocadas pelos movimentos que fazem, ou até certo prazer, do qual sentem falta na ausência do estímulo. De que outra maneira, senão pelo hábito e pelo *sentido* dado à prática, poderíamos compreender o engajamento em atividades físicas cansativas e extremamente dolorosas, diariamente, ao longo de vários anos?

No contato com o corpo percebido, para além dos dados do corpo “real”, vemos a mesma estratégia de prova se repetir por todo o conto e por todas as piscinas que passa: Paulo sempre começa as provas “muito forte”, com muita intensidade. Várias vezes essa opção leva-o a um sofrimento físico possivelmente maior, talvez evitável se começasse as provas de maneira mais equilibrada. Essa forma de nadar se torna um sinalizador para seus adversários, uma *assinatura* que por vezes dá certo, pois ele desempenha bem em várias oportunidades, mas também se torna uma dificuldade quando chega ao alto nível, em que a qualidade dos adversários torna

impossível distanciar-se deles, uma vez que todos começam as provas de maneira muito veloz. Seu técnico Vitor o aponta essa impossibilidade, a partir da qual Paulo precisa aprender a equilibrar melhor a estratégia de seu nadar, e a se equilibrar melhor diante das disputas, renunciando ao “distanciar-se logo no início”.

Mas podemos refletir sobre qual seria o sentido de começar as provas com muita intensidade. Paulo parece criar uma espacialidade própria em seu competir, e aqui vemos como o espaço geométrico – a distância que abre dos adversários que nadam ao seu lado – depende da sedimentação do espaço existencial. Nesse espaço orientado, o corpo funciona como elemento base na constituição das referências: quando Paulo consegue colocar uma distância entre si e os adversários, estabelece um espaço de conforto onde a potência do corpo pode se realizar, ainda que a distância fosse mínima, como o é de fato na natação. O que muda efetivamente não se dá provavelmente por meio dos centímetros que está à frente dos concorrentes, mas por meio da antecipação de resultado que realiza no projetar-se como “o que começa muito forte”, que o coloca em uma posição de confiança quanto a si e com relação a potência física que possui. Paulo faz do distanciamento, pequeno que seja, um projeto de *asseguramento*. A espacialidade com a qual se relaciona não está determinada por sua posição, mas se dá como uma *espacialidade de situação*, e o espaço (enquanto distância) passa a ser dado em uma intenção de apreensão – ao invés de ser dado em uma intenção de conhecimento (MERLEAU-PONTY, 2006).

Em fenomenologia existencial há, portanto, uma radical mudança na forma de pensar o espaço, que implica pensá-lo por meio das transformações que se dão a ele, a depender das tonalidades afetivas nas quais está o ser-aí que o percebe. Assim, nem todas as experiências de espaço são possíveis diante de determinadas atmosferas: elas dependem a todo tempo de uma determinada estrutura existencial, marcada pela *disposição*, pela *compreensão* e pelo *discurso*⁸³. O mundo se abre ao ser-aí sempre a partir desses existenciais.

Pela ótica da corporeidade, que se faz discurso no *contar-se* de Paulo, há várias formas de *ser corpo* e *constituir espacialidades*. Não pretendemos nos estender por temáticas filosóficas, o que claramente está fora do alcance central de nossa proposta. Cabe, no entanto, apresentar brevemente algumas passagens, para seja possível lançar mão de algumas

⁸³ Cabe deixar aqui a concepção heideggeriana de discurso: “O discurso é cooriginário com a disposição e a compreensão. A compreensibilidade também já se acha sempre articulada antes da interpretação apropriadora. Discurso é a articulação da compreensibilidade. Por isto, ele já se encontra à base da interpretação e do enunciado. Nós denominamos sentido aquilo que é articulável na interpretação, e, ao mesmo tempo, mais originariamente no discurso.” (HEIDEGGER, 2012, p.212,213)

modalidades compreensivas. Assim, temos em Heidegger uma noção outra de espacialidade, que não a colocada estreitamente por distâncias:

O decisivo para o entendimento do problema ontológico do espaço reside em livrar a pergunta pelo ser-do-espaço da estreiteza dos conceitos-de-ser ocasionalmente disponíveis [...], trazendo a problemática do ser do espaço para a perspectiva do fenômeno ele mesmo e das diversas espacialidades fenomênicas... (HEIDEGGER, 2012, p. 329).

Diz-se de um mundo que é espacial, mas este espaço em sua dimensionalidade se dá ao ser-aí por meio de suas ocupações, nas quais ele descobre o utilizável e as regiões próprias desse “conjuntar-se”, desse *estar em meio à*. O lugar-próprio do ser-aí é constituído então por direções e afastamentos, sendo próprio a ele o movimento de des-afastar-se, ou seja, fazer desaparecer o longe, aproximar-se. O ser-aí é essencialmente des-afastante, fazendo-se próximo aos seus projetos.

Cada mundo individual descobre cada vez a espacialidade do espaço que lhe pertence. Fazer que o utilizável venha de encontro cada vez em seu espaço do mundo ambiente só permanece onticamente possível porque o *Dasein* é ele mesmo ‘espacial’ quanto a seu ser-no-mundo. (HEIDEGGER, 2012, p.305)
O espaço em si mesmo permanece ao contrário encoberto de imediato quanto às possibilidades puras da mera espacialidade de algo que ele contém. Que o espaço se mostre essencialmente em um mundo ainda nada decide sobre se modo-de ser. (HEIDEGGER, *op. cit.* p.327)

No que diz respeito a experiência que trazemos aqui, a de ser atleta diante de desempenho(ar), essa espacialidade é outra que não a métrica. Estar centímetros a frente dos adversários continha o sentido da disputa para Paulo, da sua forma de disputar(-se) em seu projeto competitivo. A “lonjura” aqui nunca é apreendida como distância. Nem essa, mínima, nem a lonjura do projeto *ser campeão*: na medida em que está na frente no início da prova, já o é, ainda sem sê-lo efetivamente, uma vez que a prova não havia acabado. Este modo de estar em competição Paulo repete, pois que configura sua existência, *ek-sistência*, como atleta.

Como aponta Heidegger, avaliar assim a distância das coisas tende a ser interpretada como um modo subjetivo, mas esta seja talvez a subjetividade que descubra “o mais real” da realidade do mundo, pois descobre (desencobre) o *ser-em-si* do mundo, do ente junto ao qual o *Dasein*, como existente, é. Como todos nós sabemos a partir da cotidianidade na qual estamos mergulhados em todas as situações, “O pretensamente mais-perto não é de modo algum o que se acha a menor distância de nós.” (HEIDEGGER, *op.cit*, p.311), mas está indelevelmente em referência a relação que mantemos com aquilo que nos toca.

Paulo entende essa forma de nadar como “estratégia”, mas podemos chamá-la como um *modo-de-ser-atleta* que vai se constituindo nele, conferindo-lhe uma particularidade, tornando-

se um modo próprio de *lançar-se* ao competir. Também podemos entender a partir deste modo de ser a ascensão rápida na equipe e os bons resultados logo no início da carreira, pois Paulo comportava-se da mesma forma nos treinos, forçando-se sempre ao máximo logo de início, às custas de cansar-se no final. O mesmo, curiosamente, se deu na carreira: “começou muito forte” e não conseguiu manter alto o nível dos desempenhos e dos resultados obtidos.

Essa visada compreensiva, Paulo a obtém por meio dos estudos: na faculdade, entendendo sobre especialização precoce⁸⁴, consegue se reconhecer, aprende sobre a importância do aumento gradual nos treinamentos e sobre o risco dos inícios muito intensos. Extrapolando essa compreensão, podemos arriscar que mesmo fora do âmbito esportivo esta lição se faz importante: nos colocamos em situações complicadas quando assumimos ritmos ou intensidades que não aguentaremos manter por muito tempo, “começando muito forte” o que quer que seja.

Aos adversários, essa forma de nadar confere a Paulo ser visto como “*kamikaze*”. Esta palavra é um termo japonês que significa algo como “vento de Deus” ou “vento divino”. O termo também ficou conhecido por designar um grupo de pilotos suicidas na época da Segunda Guerra Mundial, conhecidos na época por *Taiatari Tokubetsu Kogekitai* (“Grupo Especial de Ataques por Choque Corporal”). Interessante pensar que a estratégia de Paulo, tida simbolicamente como “suicida” pelos adversários, tinha uma finalidade em relação a eles, o que era realizado justamente no formato de um “ataque por choque corporal”: forçá-los a abandonar suas estratégias, pois se quisessem acompanhar Paulo no início das provas, precisariam submeter-se ao ritmo insustentável imposto por ele. Assim, nosso personagem usava sua intensidade para atacar os adversários, tal como os *kamikazes*. O problema, em ambos os casos, era “morrer” no processo, para os pilotos japoneses algo literal, enquanto para Paulo o “morrer” significava esgotar rapidamente os processos orgânicos e entrar fisiologicamente em acidose metabólica⁸⁵. Daí a utilização problemática dessa estratégia, e a necessidade de

⁸⁴ Concentração precoce do treinamento em alguns pressupostos (só desenvolver os movimentos específicos de uma modalidade esportiva) e elementos (altas cargas de treinamento) da atividade esportiva. A especialização precoce pode limitar o potencial de desenvolvimento motor da criança e/ou prejudicar a adaptação fisiológica às cargas de treinamento ao longo da carreira (LIMA, 2000).

⁸⁵ O termo acidose se refere a uma maior concentração de íons H⁺, processo metabólico que reduz o pH sanguíneo. Acidose metabólica se refere à maior concentração de íons H⁺ devido ao metabolismo anaeróbico decorrente de exercícios realizados em altíssima intensidade: a via glicolítica de produção de energia, que produz ATP pela quebra de moléculas de glicose com presença reduzida de oxigênio – uma vez que a respiração não consegue suprir a demanda por O₂ – tem como produto final o ácido láctico, que se dissocia em lactato e íons H⁺ (McARDLE, 2008). Tal situação é muito comum em modalidades de exigência física extrema e em provas de curta duração. A sensação física decorrente é de náusea, ardência e fadiga generalizada, e de falta de ar, uma vez que o corpo tenta reequilibrar o pH sanguíneo pelo aumento da frequência respiratória. Paulo, ao começar as provas na intensidade limite, provoca tais processos metabólicos já no início das provas, por isso dizemos de um sofrimento adicional ao final delas.

Paulo adequar-se ao longo da carreira, pois que seu método se tornou obsoleto quando criar distâncias no início da prova não foi mais possível.

Assim, podemos pensar em como as estratégias desenvolvidas pelos atletas, ou seja, seus *modos-de-ser-competitivos*, podem favorecer ou desfavorecer as formas de desempenhar ao longo da carreira, e o quanto é difícil fazê-los reconsiderar essas estratégias, uma vez que estas não estão relacionadas apenas ao entendimento cognitivo que o atleta tem da tarefa, mas às suas formas de *ser* e estar-em-situação. Para além da condição física objetiva, das capacidades que o atleta possui, o *modo usual de se colocar em competição* pode trazer diferenças significativas para o desempenho. Paulo precisou, em certo ponto da carreira e a partir da orientação do técnico, aprender a nadar *ao lado*, e não mais à frente, dado que esta seria sua realidade naquele momento: nadaria, na melhor das hipóteses, ao lado de seu concorrente direto João na seletiva olímpica. Aí reside a importância de *aprender como o atleta compete*, como se dá a *espacialidade da situação competitiva* para ele, para além da “condição psicológica” ou mesmo das capacidades físicas⁸⁶ que possui.

Se até certo ponto de nossa história, o corpo de Paulo foi esse grande aliado que desempenhava de acordo com as solicitações, temos que em determinado momento o corpo se torna, em sua descrição, um “*biotipo não favorável*”, quando suas pernas se tornam maiores que o tronco. Pelo momento de vida em que se encontrava – adolescência – seria natural que o corpo continuasse se modificando e crescendo, mas essa modificação curiosamente leva a um entendimento sobre o corpo como “*não ideal para a natação*”, exatamente quando Paulo deixa de melhorar, e seu desempenho se torna estável. O corpo que antes tornava tudo possível passa a ser entendido como parte de um impeditivo, e não se faz mais o corpo apropriado para o projeto *ser nadador*.

Inicia-se uma busca, feita por Paulo e por sua treinadora, pelos motivos que justificariam a estagnação. Surge a hipótese de uma dificuldade psicológica, surge a proposição de um corpo que não é mais o ideal. Se lembrarmos, no início da carreira os bons desempenhos eram comuns, e Paulo melhorava continuamente. A experiência que possuía do próprio corpo até então era pautada na capacidade de responder às solicitações, aos esforços, saindo-se bem conforme o

⁸⁶ Não argumentamos aqui em favor da irrelevância relativa à capacidade física, o que não faria nenhum sentido, mas defendemos que a forma de se colocar em competição pode mudar o desempenho, sem que precisemos recorrer à variações na capacidade física. A capacidade física de Paulo é a mesma se ele começa a prova muito forte ou de forma mais equilibrada, mas as consequências metabólicas dessas escolhas serão diferentes, e podem levar a desempenhos diferentes.

desejado. Quando a experiência se modifica, a frustração retorna ao corpo, e Paulo toma a *si mesmo enquanto causa*.

Há aí algo de interessante. Os tempos de Paulo não pioram, ele não deixa de nadar como nadava antes, não se torna mais lento. Muda, no entanto, sua capacidade de *melhorar*. A evolução o corpo estaciona, e rapidamente se torna um problema para o ser-atleta de Paulo. Há de se encontrar em que parte o problema está, para “concertá-lo”. Do lugar acessível a Paulo sobre sua nova situação, ou seja, a partir de seu *entender emocionado*, a parada na evolução do desempenho tem um efeito bastante imperativo, o qual podemos considerar compartilhado pela tradição ocidental: a nova condição, de quem “desempenha mal”, faz “voar em pedaços” a experiência e a apreensão anterior – objetiva e subjetiva – que tinha de si, e coloca-o em busca de respostas. Paulo tinha se saído bem anteriormente, e é essa experiência que desaparece diante de seus olhos, “voando em pedaços”. O corpo não serve mais, ainda que servisse até meses atrás. No mais das vezes, entender a si mesmo como “problema” tem este efeito, seja qual for a esfera da existência na qual esse entendimento se dê:

Eu decolo de minha experiência e passo à *ideia*. [...] Não me ocupo mais de meu corpo, nem do tempo, nem do mundo, tais como os vivo no saber antepredicativo, na comunicação interior que tenho com eles. Só falo de meu corpo em ideia [...]. Forma-se assim um pensamento ‘objetivo’ [...] – o do senso comum, o da ciência –, que finalmente nos faz perder contato com a experiência perceptiva da qual todavia ele é o resultado e a consequência natural. Toda a vida da consciência tende a pôr objetos, já que ela só é consciência, quer dizer, saber de si, enquanto ela mesma se retoma e se recolhe em um objeto identificável. E todavia a posição absoluta de um só objeto é a morte da consciência, já que ela imobiliza toda a experiência, assim como um cristal introduzido em uma solução faz com que ela instantaneamente se cristalice. (MERLEAU-PONTY, 2006, p. 109)

A depender da forma como a leitura do desempenho se dá, se tido como *mau desempenho*, a interpretação tem a propriedade de paralisar a relação com a experiência e colocar o atleta em busca de causas. Perde-se do *como* na busca pelo *porquê*, e no conjunto do corpo podem se delimitar regiões de silêncio, para usarmos um termo de Merleau-Ponty (2006.) A estagnação deixa de ser uma das continuidades possíveis do desempenho de Paulo, e torna-se signo de que algo estava errado – seu “psicológico”, seu treino, seu corpo. Nessa perspectiva, as condições de contato consigo mesmo se esfacelam. Paulo não sabe mais sobre si, se perde, é absorvido nas dinâmicas esportivas que se referem à *normatizações*: qual é o treino “correto”, como se deve competir, qual corpo é o ideal... enfim... como resolver o problema que estava diante de si. Imerso nessas concepções, perde-se, ficando condicionado ao que *dizem sobre ele*.

A este movimento de “virar as costas para si mesmo” e para a própria experiência, a fenomenologia existencial designa *decadência na impessoalidade*, ou seja, uma procura por

abrigo na estabilidade confiável do domínio do impessoal, do *como-é-para-todo-mundo*, para refugiar-se de algo que atemoriza:

No momento em que o temor se abate, o ser-aí recua e procurar encontrar algum tipo de proteção para além daquilo que se mostra. [...] O que atemoriza, porém, é sempre algo que se destaca do horizonte mesmo das ocupações cotidianas, um ente intramundano que repentinamente aparece e se mostra como capaz de danificar o que somos, um ente potencialmente danoso. (CASANOVA, 2010, p.121)

No contexto de vida, por ser adolescente, e da carreira, sendo atleta há pouco tempo e identificando-se ainda de maneira frágil com essa possibilidade/projeto existencial, obtida de forma rápida e pouco apropriada por si mesmo, a nova condição (ruim) de desempenho que se apresenta o assusta e abala estruturalmente todo o projeto: *o lançar-se ao mundo como atleta fica comprometido*. Nas considerações da treinadora e da psicóloga que o atende, esse pano de fundo (da imaturidade, do pouco tempo na carreira e do desempenho estagnado como algo possível – e não como algo “errado”) que emoldura a situação desaparece, sobrando apenas Paulo e seus “problemas”, frente aos quais *ninguém consegue fazer nada*.

Lembramos que, ao parar de nadar pela primeira vez, Paulo tem consigo essa “verdade”: *“nadar não era para ele”*. O corpo, aquele descrito como “mutante” no início da carreira, potente, não existe mais. A compreensão da qualidade dos desempenhos, para além da realidade efetiva destes, atua na abertura ou fechamento de “si-mesmos” e de mundos possíveis ao atleta. Daí a consideração de que, nos estágios iniciais da carreira, talvez a leitura dos desempenhos bons ou ruins e de seus desdobramentos devesse ser feita de maneira mais cautelosa.

Ser atleta, ou mesmo ser humano, é *antes de ter, ser um corpo*, limitado em seu funcionamento e suas potências, marcado por suas características fisiológicas e estruturais únicas, e experimentado a partir das vivências⁸⁷ (*Erlebnisse*) que se fazem dele.

Uma vivência não é algo que alcanço a partir de um distanciamento inicial que me possibilita tratar um determinado ente ou estado de coisas em sintonia com uma análise de suas propriedades essenciais presentes. [...] A vivência aponta necessariamente para a lógica do acontecimento e implica, com isto, um modo de conhecimento não objetificante que se concretiza efetivamente no cerne do existir singular. (CASANOVA, 2010, p.34)

Em paralelo à vivência inerente junto ao corpo que se possui, o esporte visa a parcela desse corpo que é treinável, ainda que nem tudo se possa modificar e nem todas as estruturas possam ser preparadas para tolerar cargas de treinamento cada vez maiores. Trata-se de um

⁸⁷ Em diversos pontos usamos de forma indistinta o termo vivência, mas aqui queremos delimitá-lo no sentido demarcado por Dilthey. Utilizamos a explanação realizada por Casanova pela facilidade didática com que trata a questão.

ajuste fino, incerto, inconstante. Não se sabe diante de que intensidade de estímulo mesmo o corpo mais preparado sucumbirá. Por mais treinado que seja e esteja, o corpo enquanto corporeidade não está dado, é sempre uma abertura ao ser, à experiência com os acontecimentos e gestos, aos estímulos a que está exposto e aos sentidos que confere a estes estímulos. Ou seja, é um corpo estruturado pela vivência que se faz dele.

Diante da ausência de respostas às cargas de treinamento, a experiência que Paulo faz do próprio corpo e do projeto existencial que se sustenta a partir dele se transforma em uma busca de deslocamentos para *outras regiões*: primeiro a de ser atleta em outro lugar (geográfico): muda de clube e de cidade. Depois para a região de *não-ser*: não só abandona o *ser-atleta*, mas também o nadar.

Quando retorna à atividade, voltando a nadar pela equipe universitária, faz com o esporte uma aproximação mais cuidadosa, quase disfarçada, desinteressada. Precisa primeiro *ser-sem-ser* atleta, sendo-o dentro do âmbito universitário. Paulo permanece “nas sombras”, fazendo uma passagem gradual a partir de uma relação menos exposta e ameaçadora com a prática esportiva. Talvez justamente por não se lançar às claras, e permanecer protegido, experimenta-se na possibilidade de lançar-se em sua máxima potência física.

Compreendemos nessa passagem que novos lugares exigem modificações das expectativas, das atitudes, do contato com a realidade e com o projeto existencial. Colocando-se à distância de onde estava, Paulo pode ver-se por outra perspectiva e se vincular ao esporte de *outra maneira*. Interessante notar que nesta construção, o corpo, pelo histórico de altas cargas de treinamento, readapta-se de maneira rápida aos estímulos, e volta a ser atleta “antes” de Paulo.

Lembrando que quando começa a treinar na equipe universitária, ainda receoso e desconfiado, carrega esse desconforto: não saber o que fazia ali, sentir-se nauseado. Para o nosso personagem, apenas um novo “contrato” com o ser-atleta possibilita a recolocação do projeto existencial, e nesse novo acordo, Paulo poderia participar do que seria feito com o próprio corpo. Porém, diante de uma reflexão mais detida, não estaria o atleta sempre participando daquilo que é provocado nele pelo treinamento?

Nos veio ao pensamento uma analogia no formato de imagem: o forjar de uma espada. Não que tenhamos qualquer experiência real de como se daria essa atividade, mas tomaremos de empréstimo a imagem que nos dão os documentários e filmes de época: um metal é derretido, colocado em um molde, resfriado. Tendo seu formato bruto delineado, passa-se propriamente à forja, que definirá a qualidade e especificidade da espada. O processo da forja depende da

habilidade e da experiência do ferreiro, e se dará no contato da forja com o metal a partir da força, ângulo, precisão e acabamento pretendidos.

Pensamos no processo de treinamento a partir dessa analogia: o atleta sendo a espada, o ferreiro seu treinador, e a metodologia de treinamento a forja. Porém, ao invés de ser passivo nesse processo, como o é a espada, o atleta tem papel principal no seu próprio “forjamento”: o resultado concretizado no corpo dependerá de suas capacidades físicas, disposição, atenção, entrega (ou vontade) e coragem. Em síntese, do empenho que empregará nas práticas físicas, técnicas e táticas a que é submetido.

Devemos nos lembrar aqui do caráter essencialmente voluntário da atividade motora: ninguém e nada poderá substituir o atleta na tarefa do fazer, e tudo que poderá ou não ser alcançado como habilidade/capacidade do corpo depende, em primeira instância, dele mesmo. Em nossa analogia, essa imagem foi a que nos prendeu a atenção: o atleta, em sua disposição ao esporte, manuseia a própria “forja” junto com seu treinador e com a metodologia de treino, e sua própria “mão” sempre se faz implicada na condução conjunta desse processo.

Assim, com a imagem fantasiosa de uma espada atuando em seu próprio forjamento, imaginemos a situação de um atleta que não confia nos outros dois elementos que o moldam: quer no treinador, quer no treinamento. Das três mãos que guiam a forja, uma *hesita* – puxa em outra direção, aplica outro ritmo, desvia o golpe, vacila⁸⁸, não coloca a potência necessária – modificando assim todo o sistema de aplicação de forças. O golpe da forja se faz inexato, errante. Não seria disso que Paulo nos fala quando diz não confiar nas propostas de treino a que é submetido?

Lembramos que o ser-aí é abertura ao mundo, mas este não se abre de qualquer forma e em qualquer direção. O treinador e o programa de treinamento estipulam o que será feito de meu corpo, abrem meu contato com o time, com os adversários, com as táticas, os posicionamentos, em tal ou qual direção, convocando em mim determinadas habilidades e possibilidades fisiológicas, perceptivas, coordenativas, e deixando outras de lado, não priorizando-as. *No como se dá minha relação corporal com o treinamento ficam desenhadas, em um futuro projetado – que ainda não é, mas já vai sendo, por meio da corporificação das minhas habilidades – meus limites de desempenho.* A relação, portanto, que mantenho com o

⁸⁸ Termo utilizado no sentido de sua própria definição: balançar, oscilar por falta de firmeza, cambalear. Pesquisa Google, acesso em 21 de Setembro de 2020: https://www.google.com/search?q=vacilar&rlz=1C1GCEA_enBR814BR814&oq=vacilar&aqs=chrome..69i57j0l7.6854j0j15&sourceid=chrome&ie=UTF-8.

treinador e com as propostas de treinamento estabelecem meus horizontes possíveis ou impossíveis de desempenho.

E como se pode construir esse horizonte de desempenho se no alicerce da relação com o processo de treinamento encontra-se uma hesitação? Como pode o atleta comprometer-se a fazer o que é solicitado se não confia e não *acredita* na proposta? Temos aqui a hesitação não como falta de motivação ou dúvida, sensações que se dariam de forma iminentemente psíquica. Falamos de hesitação como um modo próprio do *corporar*: hesitar é um modo de colocar-se no mundo, na atividade. Ainda que a decisão consciente seja a de realizar o exercício na maior intensidade possível, a corporalidade se revela na reação *que não ocorre* frente aos comandos. Entendemos que essa corporalidade, ao se desvelar hesitante, faz aparecer um hiato, um “soluço”, do ser-aí consigo mesmo. Nota-se que o conhecimento tácito pode se fazer imperativo no processo de treinamento: o corpo também aprende a recusar o que não funciona para ele.

E que queremos dizer com conhecimento tácito? De acordo com Polanyi e Prosch (1975), trata-se de um conhecimento incorporado às capacidades afetivas, motoras e cognitivas, resistente à transmissão via recursos e discursos representacionais, pois que se dá no plano da experiência. “Sujeito” e “objeto” não se encontram como entidades independentes, mas em sentido justamente oposto, como indissociáveis. Na falta de melhor nomenclatura, esse “conjunto de habilidades” se faz entranhado no corpo, tornando-se um saber sobre si incorporado ao atleta ao longo do tempo de prática. É um *saber-fazer*, pela experiência acumulada, ainda que não se dê como um *saber-dizer*.

Por meio desse conhecer(-se), o atleta sabe sobre as reações do próprio corpo, sobre a própria disposição, sobre o resultado de suas ações, no mais das vezes antes mesmo de sua concretização (p.ex., sabe se o arremesso resultará em uma cesta no basquete no momento mesmo em que a bola sai de suas mãos, ou, no futebol, pré-vê a direção e trajetória da bola no momento do toque dela com o pé). É um saber(-se) a partir de dentro que não comporta explicações ou teorias. *Sabe-se do fazer... no fazer*.

As características próprias a este tipo de conhecimento o afastam da possibilidade de “encaixe” nos moldes do conhecimento científico, representacional ou objetivo. Fica comprometida – e geralmente excluída – a contribuição desse saber, *dessa sabedoria*, na elaboração das rotinas e ciclos de treinamento. Fica comprometida, portanto, a participação do atleta nesse processo.

Porém, se há esse distanciamento entre o saber tácito do atleta e aquilo que *se sabe e se aplica sobre ele* via metodologia de treinamento, tal condição não impede ao corpo manifestar enlaces (ou desenlaces) com o processo a que é submetido. “Ver-se-á que o corpo próprio se

furta, na própria ciência, ao tratamento que a ele se quer impor.” (MERLEAU-PONTY, 2006, p.110). O corpo encarnado na experiência responde ou deixa de responder, “pede pelo que funciona”, torna-se refratário, mutável, opositor, e acabar protagonizando um impasse, que em nossa tradição metafísica e tecnológica, no mais das vezes se apresenta como um convite: o de *competir contra si mesmo*.

O atleta, assim dividido, volta-se a sua participação na “forja” com redobrada intenção: se excede, se apressa, tenta moldar-se *à força*. Nesse movimento, não se dá conta de que o corpo próprio se recusa a essa “exploração” e só poderá se apresentar sob o mesmo ângulo: o de que *meu corpo existe comigo*. Nesses momentos em que se busca forçar o corpo a responder, como bem podemos prever, se tornam maiores os riscos de exaustão (*burnout*), de lesões, de desencontro com o esporte e com o prazer de fazer o que se faz. Não raro, o abandono da atividade se encontra logo adiante, e é o que acontece com Paulo. Como dissemos acima, para ele apenas diante de *outro manuseio de si* o corpo se põe a responder, talvez porque simbolicamente perguntado: *como quer que seja feito o que será feito a/de você? Como quer “forjar-se”?*

Estamos aqui em território estranho às concepções que preconizam um corpo-máquina governado por um fantasma (“*The ghost in the machine*”, usando a expressão de Gilbert Ryle⁸⁹), ao qual é preciso treinar, mas também silenciar e controlar. Quando falamos de corporalidade, de um corpo vivido, acontecimentos surpreendentes se apresentam com grande frequência. Em nosso conto, um dos melhores desempenhos de Paulo se dá nesse campo do inesperado: a experiência de competir muito bem – um dos melhores desempenhos da carreira até então – estando, nas palavras dele palavras, “completamente anestesiado”, após a obtenção do quinto lugar na prova principal, disputada no dia anterior. Esse resultado, à primeira vista paradoxal, se dá em um revezamento, no primeiro campeonato estadual em que Paulo tem resultados individuais aquém do esperado.

Poderia ser contraintuitivo esperar a ocorrência de um pico de desempenho diante de uma situação em que o atleta se encontra comprometido por um desgaste anterior. Assim, a experiência concreta traz elementos para pensarmos novamente na ambiguidade característica desse corpo vivido em suas diversas possibilidades de expressão e compreensão. Pronta e claramente, a partir dessa situação, podemos pensar em uma relação de indeterminação das experiências de desempenho, especialmente em relação causal a estados psíquicos.

⁸⁹ Filósofo crítico do dualismo cartesiano sobre a relação mente-corpo.

Se discutimos acima que as tonalidades afetivas abrem o mundo em suas possibilidades ao ser-aí, isso não significa dizer que elas determinam comportamentos. O que marca a existência do ser-aí é justamente essa indeterminação *a priori*, e sua sempre possível imprevisibilidade diante de toda a qualquer situação. Nada se dá de forma necessária ou obrigatória ao ser-aí, a não ser sua finitude.

Ainda, como bem o sabemos a partir da experiência cotidiana, as tonalidades afetivas, mesmo as mais perniciosas, não determinam necessariamente perdas de sentido. Estar aborrecido com a profissão, por exemplo, não nos faz de imediato mudar de emprego ou procurar outra formação, da mesma forma que perder uma disputa no esporte não cria uma atmosfera corrosiva que esvazia o sentido da competição, mas pelo contrário, é algo que sustenta justamente este sentido, no qual *perder faz parte*. Dessa forma, sendo o sentido aquilo que sustenta a ação, um mau desempenho esportivo não precisa determinar a perda do sentido *ser atleta*, nem necessariamente a qualidade de desempenhos futuros.

Na passagem do conto em questão, Paulo fala de uma sensação de anestesia e de “*não estar ali*”. Se essa sensação pode dificultar um maior “aproveitamento” ou engajamento na situação da competição, sabemos que também pode abrir ao corpo a dimensão do automatismo do gesto motor. Ao estar “distante” do ponto de vista da consciência, o gesto, que está enraizado o suficiente no corpo pelas inumeráveis repetições, pode emergir e realizar-se. Temos que ter em conta que nesse ponto da carreira, Paulo já sabia nadar rápido: havia ganho a maioria das provas de velocidade que disputara por mais de um ano. Tal descrição nos faz pensar na entrada em um estado alterado de consciência e na possibilidade do desempenho denominado “passivo”.

Na literatura relacionada à fenomenologia e esporte, encontramos a descrição desse “executar sem pensar” com o nome de síntese passiva (VANNATTA, 2008). Aponta o autor que a possibilidade de se conduzir na atividade de jogar requer as capacidades de continuidade, fluidez, antecipação e espontaneidade, e que ao pensar conscientemente nos atos a serem executados, o atleta “tropeça”. Sendo o processo de aprendizagem de uma modalidade esportiva uma atividade contínua que vai acrescentando continuamente múltiplas camadas de habituação sedimentada, este processo possibilita justamente a habilidade de jogar sem o acontecer do pensamento ativo sobre aquilo que se faz.

O autor contrapõe a síntese passiva ao julgamento ativo da situação, argumentando que o tempo necessário para o julgamento e preparação da ação é inexistente na tarefa esportiva, e que ao fazê-lo, perde-se a capacidade de executar a ação na temporalidade exigida. Propõe então um modo de compreender os atos motores envolvidos no esporte de maneira fenomenológica,

com atenção àquilo que o atleta constitui como uma “normalidade própria”, adquirida por meio de retenções do passado e antecipações do futuro próximo, em um processo de síntese involuntária que se adquire e se modifica a cada nova ação, ou seja, “[...] *how the concordance of my lived experience through repeated actions can habituate itself to constitute what is typical and optimal for me in a given athletic situation.*”⁹⁰ (VANNATTA, 2008, p. 66).

Síntese passiva seria então uma propriedade da atuação motora, marcada pela experiência anti-predicativa e pre-conceitual das ações, que ocorrem antes ou independentes de julgamentos ou decisões ativas. Reside no âmbito dos hábitos corporais que foram adquiridos ativamente, mas que se sedimentam em um estilo de comportamento acessível de forma pré-reflexiva. Tal fenômeno não é o mesmo que se entende por memória muscular, que também faz parte da ação pré-reflexiva, mas não leva em conta a percepção. Não se trata apenas de saber o gesto, mas de integrá-lo ao todo da situação.

Passividade aqui não significa que algo é passivamente experimentado, mas que não se trata de atos comandados a partir de julgamentos cognitivos e nem correlatos a formas verbais de comando. Referem-se, antes, ao que o autor denomina por “fascínio afetivo” de uma ação ou objeto que permanecem retidos em nosso horizonte. Cita como exemplo a definição de uma jogada no futebol americano: quando é combinada entre lançador e recebedor, a atividade é cognitiva, mas durante a execução, quando o recebedor muda sua rota antecipando o lançamento que não se dará conforme o combinado devido a um marcador, está realizando uma síntese passiva de sua percepção. Não *pensa* em mudar a rota, não estabelece para si esse objetivo, *apenas muda*.

Encontramos também em outro trabalho a seguinte descrição de um desempenho de pico na fala do atleta olímpico Joaquim Cruz, que nos remete a algo próximo ao que falamos aqui com Paulo: “Quando entrei na pista para aquele tiro, estava tão envolvido emocionalmente que eu não tinha controle nenhum sobre meu corpo. Estava sedado. Os primeiros 200 metros eu corri sem sentir nada.” (RÚBIO, 2006, p.166).

Esse fenômeno de desempenho é descrito na literatura como *flow-feeling*, estado de fluxo ou sensação de fluidez. É definido com um estado psicológico de consciência alterada em que o atleta chega a estar completamente absorvido pelo que está fazendo, com a sensação de não pensar e não sentir outras emoções, e como um estado que geralmente acompanha desempenhos de pico (JACKSON; CSIKSZENTMIHALYI, 1999).

⁹⁰ Tradução nossa: “[...] como a concordância entre as minhas experiências vividas através de ações repetidas pode habituar-se a constituir o que é típico e ideal pra mim em uma determinada situação atlética.”

Resumidamente, aponta-se que esse estado de fluidez possui algumas características, tais como a sensação de equilíbrio entre o desafio da tarefa e a habilidade percebida em si pelo atleta, a sensação de *feedback* imediato (ao executar o ato motor já sente imediatamente seu resultado externo), seguido por uma concentração e absorção total na tarefa, perda da autoconsciência e perda da noção de tempo.

No caso de Paulo e de sua modalidade, podemos encaminhar a compreensão de seu inesperado bom desempenho na participação com a equipe de revezamento em qualquer um desses sentidos: como liberação do gesto motor, síntese passiva ou desempenho de pico mediante o alcance de um estado de fluidez. Ainda que não tenha decidido deliberadamente nadar da maneira como nadou, pois não se encontrava nesse *humor*, pode fazê-lo a partir da sedimentação dos gestos e da antecipação do esforço necessário para tal. As denominações que usamos acima indicam que às vezes uma experiência de desempenho pode *se dar ao atleta*, acontecer nele, apesar dele e de seu estado. Lembrei-me de uma frase do senso comum que talvez expresse bem e descreva com desavisada precisão esta situação: “*Não sabendo que era impossível, foi lá e fez.*”⁹¹

Falamos aqui deste corpo que sabe e sente, ainda que não consciente de seu saber-fazer e de seu sentir. Falamos acima da rápida retomada do corpo, por um caminho mais curto, ao alto nível de desempenho, antes mesmo que o projeto “voltar a ser atleta de alto desempenho” se desse em Paulo. No conto também encontramos passagens interessantes sobre as abstinências que nosso personagem sentiu ao parar de ser atleta, nos contando sobre a insônia, a falta de cansaço e mais detidamente sobre as coceiras. Ao parar de nadar, o corpo parece reclamar uma falta (do cloro, do ambiente químico a que estava habituado) e se torna incômodo, exige atenção, coça. Achado o “remédio”, se cura. O cloro então, poeticamente, “*cura até saudade*”.

Paulo fala menos do corpo biológico e mais do corpo do hábito, da habitação, como morada. Como é possível compreender essa proficiência, esse retorno rápido a bons resultados e essa familiaridade com o nadar rápido constituídas no corpo, *corporificadas*? Temos na literatura algumas pistas. Hogeveen (2012) argumenta que o hábito é uma corporificação não reflexiva do ser-no-mundo. Ao longo dos anos de prática, o corpo apreende o que é necessário e requisitado para executar os gestos, e torna-se harmonizado a eles – passa a *sê-los*, ao invés de apenas fazê-los. Quem os executa pensadamente é o aprendiz, mas uma vez adquirido o movimento, ele *se faz corpo*. Mas não se trata de um *entendimento*, ao modo verbal, embora

⁹¹ Dito popular atribuído ao poeta francês Jean Cocteau.

este esteja presente durante a aprendizagem. A apreensão do gesto é de outra ordem, e estabelecido o hábito, ele possibilita ao ser-aí navegar e negociar com o próprio mundo.

Se pensarmos nas aprendizagens motoras em geral, comuns a todos os seres humanos, seja no andar, segurar utensílios, virar-se, pular, abaixar *etc.* não se trata justamente da aquisição de novas maneiras, pré-reflexivas, de negociar e navegar no mundo próprio e compartilhado com outros, que aos poucos se amplia para criar campos maiores de familiaridade, significação e permitir expressões diferentes?

Assim, segundo o autor, o hábito não é um conhecimento armazenado no cérebro para ser “lido” quando a necessidade aparece, nem uma resposta reflexa e automática. É um “conhecimento nas mãos” (*knowledge at hand*) que chega a nós apenas quando o esforço corporal é feito, não podendo ser desanexado daquele. Quando uma demanda familiar é feita ao corpo, os hábitos corporificados emergem no *timing* preciso da execução. O *timing*⁹² do movimento não é sobre pensar sobre o que se deveria estar fazendo, é reconhecer o ambiente e o movimento nele, como figura e fundo, e fazê-lo, automaticamente.

Conforme indica Merleau-Ponty (2006), sobre esse tema:

Um movimento é aprendido quando o corpo o compreendeu, quer dizer, quando ele o incorporou ao ser ‘mundo’, e mover seu corpo é visar as coisas através dele, é deixá-lo corresponder à sua solicitação, que se exerce sobre ele sem nenhuma representação. (p.193)

Diz-se que o corpo compreendeu e o hábito está adquirido quando ele se deixou penetrar por uma significação nova, quando assimilou a si um novo núcleo significativo. (p. 203)

Apreender uma habilidade ainda nos remete às suas variações: não há limite para sua expressão, podendo o *ser-aí* executá-la em situações próximas, as quais o corpo reconhece, adapta-se, alarga suas possibilidades de resposta às demandas, cria repertório. Este *saber corporificado* se faz parte do ser-aí e não desaparece mesmo após a interrupção de sua rotina. É o andar de bicicleta que nunca se esquece: o corpo sabe o manejo do equilíbrio, sabe o caminho dos contrapesos para manter-se reto, e o trilha.

Mas Paulo conta de outro hábito que força nossas fronteiras hermenêuticas, pois que é um hábito que não se dá nos músculos ou na coordenação motora, mas na pele. O cloro faz falta na pele, no contato. Isso nos dá a ver um hábito que também é químico e olfativo. Nadando em águas cloradas, podemos inferir que Paulo estava sempre esterilizado, não convivia com microrganismos comuns que residem na pele, os quais surgiram na falta da água da piscina.

⁹² Cronometragem na tradução literal, mas aqui significando sincronia, sincronicidade de tempos.

Além de proporcionar o alívio das coceiras, sentindo o cheiro do cloro, Paulo podia estar “em casa”, em terreno conhecido, familiar. Se temos como condição ao ser-aí só poder viver no presente e estar sempre no agora, Paulo, lidando com a interrupção da carreira, precisa trazer ao presente um passado que não vive mais, e arriscamos dizer que também precisa lançar-se, pelo cheiro, num futuro que não vive ainda e que poderia nunca mais viver. O contato com essas memorações dá acesso a temporalidades que não vive, mas que precisa ainda e de alguma forma viver. Paulo faz da parte o todo: não vai a piscina, mas cria para si uma pequena parte dela, a água com cloro, que como memória feita presente, presentificada, reestabelece ao corpo habitual suas condições costumeiras, e cura. No corpo, o nadar na água com cloro ainda se dava, daí a sensação de abstinência. É apenas com o tempo e com as medidas paliativas criadas intuitivamente que, aos poucos, essa corporeidade atlética vai sendo apagada em Paulo. Porém, permanece ainda tal como uma sombra, está sempre ali, sempre posta, dependendo apenas do tipo de luz que os anos permitissem lançar, para que pudesse mostrar-se novamente em toda a sua plenitude.

Em síntese, ao procedermos uma atitude compreensiva diante do atleta e seu desempenho, é a este corpo-corporeidade, habituado e habitado por fazeres e saberes, que nos remetemos. Ao corpo-contato consigo mesmo, corpo (auto) forjado, mutante e mutável, significado e sempre aberto a significações, diante do qual a métrica científica é apenas uma das abordagens possíveis. É este corpo vivido e experimentado, que faz do ser-aí constantemente outro de si mesmo, que se encontra na disputa esportiva com outros corpos...

4.4 Ser-no-mundo-com-outros: os adversários

A corporeidade do atleta, no entanto, não habita um espaço vazio. Pensar na relação entre atletas e entre desempenhos nos remete ao pensamento heideggeriano na questão da co-determinação do ser-aí. “Sobre o fundamento desse com no ser-no-mundo, o mundo já é sempre cada vez o que eu partilho com os outros. O mundo do *Dasein* é mundo-com. O ser-em é ser-com com outros.” (HEIDEGGER, 2012, p. 343,345) Ou seja, o ser-aí é essencialmente ser-com, não no sentido do outro como uma possibilidade da qual me ocupo ou da qual posso não me ocupar e, portanto, que pode não existir, mas do outro como um existencial ontológico.

Novamente vamos às palavras de Heidegger para uma asserção mais precisa:

O ser-com determina existencialmente o *Dasein* também quando um outro não subsiste factualmente e não é percebido. Também o ser-sozinho do *Dasein* é ser-com no mundo. Só em um e para um ser-com um outro pode faltar.” (HEIDEGGER, *op.cit.* p. 349)

Assim, se o *ser-aí* encontra-se de imediato a si mesmo *no que faz* e se funda no objeto de uma comum ocupação, e se, como dissemos acima, o atleta se revela na disputa e essa só se dá entre competidores, podemos dizer que o *ser-aí-atleta* se constitui na *competição-com-outros*.

Sobre a questão desse outro que no esporte é o adversário, podemos avançar partindo de uma reflexão fundamental, a qual nos é lançada no conto a partir da relação competitiva de Paulo com seu adversário João: qual seria o lugar que o desempenho do outro ocupa no (meu) desempenho? Na história que contamos, João, ainda que distante, se fazia presença necessária, em companhia da qual o máximo desempenho era constantemente buscado, e que servia como um sinalizador: era preciso aprender (e aguentar) nadar ao lado, na turbulência, na ameaça e no ritmo dividido com ele.

Ao me ver tomada por essa reflexão, além de inevitavelmente pensar sobre várias outras modalidades esportivas, bastante diversas entre si, veio-me a ideia de que o desempenho esportivo, enquanto compartilhamento e disputa com outros, possa guardar algum diálogo com uma outra classe de experiências: a das relações afetivas. Essa possibilidade de “conversa” me ocorreu não apenas como metáfora, mas também pela consideração de que tanto competir quanto amar envolvem, inexoravelmente, a dimensão do outro como determinante: no esporte, assim como no afeto, a presença do outro, a partir da posição que ele ocupa e quer ocupar, define minha própria posição, seja a que estou, seja a que posso chegar, diante de mim mesmo e diante dele. E na direção contrária, vale o mesmo: minha posição marca o espaço que o outro pode ocupar ou não, e aponta para o “esforço” a que deve se submeter para modificar as nossas posições, e alcançar algum resultado favorável.

Precisa-se do outro para que a competição aconteça, ainda que o outro esteja longe, apenas em minha imaginação, na fala do meu treinador, ou menos longe, ocupando meu campo de visão periférico. Meu opositor pode estar à minha frente, ao meu lado, quando jogo ou luto contra ele. Pode inclusive estar muito perto, como é mais comum nas modalidades coletivas, a ponto de tomar meus espaços, deslocar-me, impedir-me, mas também para servir-me, se eu consigo me valer dele para um drible, para enganá-lo e marcar um ponto, para golpeá-lo, para usá-lo como minha referência de movimento, para superá-lo.

Algo parecido talvez se dê na relação com o outro ao qual meus sentimentos amorosos estão porventura ligados. Quer o outro não saiba da minha existência ou de meu afeto, quer esteja tão ou mais envolvido que eu, de alguma forma, o outro precisa se *presentificar*. Em uma leitura fenomenológica, pouco importa a localização física deste outro: mesmo que esteja o

mais longe possível, a saber, no passado, e vier a mim a partir dele: ao lembrar, o lembrado me aparece com a atualidade do meu presente, *presente-fica-se*.

Encontramos na literatura uma proposta que se entrelaça a esta nossa, onde os autores procuram compreender a finta (drible) do futebol como uma “sedução” (AGGERHOLM, JESPERSEN; RONGLAN, 2012). Nos alongaremos na descrição deste estudo, e junto a ele apontaremos alguns elementos de reflexão.

Os autores descrevem desta forma a finta (drible) no esporte, especificamente no futebol: fingir fazer um movimento e fazer outro. Quando executado com sucesso, o oponente responde ao movimento falso e em sua resposta abre, conseqüentemente, um espaço de vantagem ao driblador. A finta pode ser ainda apenas não fazer o que o adversário esperava que fosse feito. Chamam-na sedução porque a ação envolve criar uma expectativa no oponente, em função da qual ele age, e em conseqüência, “perde o equilíbrio”, cai (*to fall*) diante do outro, às vezes, literalmente.

Seguem os autores: a primeira e mais necessária condição para uma finta é a proximidade, chegar perto do oponente. Isso também vale para as relações afetivas em geral que se pretendam tornar-se concretas, e o que está em jogo em ambas as situações é a sedução. No esporte, a sedução é usada para derrotar o outro, e a qualidade da finta se determina no nível de ameaça que ela cria para o objetivo em comum, e no quanto o movimento é cativante na tarefa de enganar. Refletindo, tenderíamos a pensar que nas relações afetivas o objetivo da sedução é igualmente fazer o outro “cair”, mas para estarmos junto dele nessa queda, uma vez que esta já se deu em nós.

Aqui cabe uma breve pausa para a inclusão de uma suspeita. Talvez os “amores líquidos” da pós-modernidade, assim nomeados por Bauman (2004), tenham muito mais em comum com a dimensão da disputa esportiva do que gostaríamos de supor, por serem também objetos de consumo e fruição fugaz, e serem rapidamente substituíveis por outros quando um dos parceiros encontra quem “desempenhe melhor”. Na mesma linha de pensamento segue Byung-Chul Han (2015) ao retratar as relações afetivas na “sociedade do desempenho”, na qual produzir (na forma da conquista do outro) não tem ligação com sustentar a relação com o que se segue, mas se liga à positividade do poder: se posso (conquistar), então tenho que, pois o paradigma fiador da existência nessa sociedade é justamente esse desempenhar que sempre busca encontrar e ampliar os limites.

Agora voltando ao estudo da finta, os autores descrevem o drama que a envolve, se estabelecendo por meio do duelo mantido entre os participantes. Torna-se compreensível porque é mais decepcionante e frustrante sofrer um drible do que apenas perder a bola ou ser

superado pelo oponente. Trata-se igualmente de uma disputa, mas envolve a astúcia, não a força ou a velocidade dos movimentos, e a efetividade do ato em relação ao adversário tem mais relação com um “convencimento” do que com a percepção objetiva que ele pode estabelecer com a situação. Esse convencimento diz respeito a criação de uma expectativa: o que o outro me convence é que eu sei o ele irá fazer em seguida, o que permitiria minha antecipação, portanto, minha vantagem. Essa é minha expectativa: posso superá-lo, posso resistir a esse movimento, posso não me deixar seduzir. E aí vem o movimento inesperado, que muda a direção do acontecimento, e não há tempo para acompanhar, a mudança do cenário provocada pelo drible é súbita. O que se dá é diferente do usual, da repetição que já conheço no jogo daquele adversário. Então não basta acompanhar o jogo, segui-lo apenas; eu e meu adversário precisamos trazer elementos de desequilíbrio a ele, os quais precisam ser intencionais, o que, se acompanhamos a compreensão fenomenológica não quer dizer que o faremos de forma “consciente”. Posso fazer algo intencionalmente, ainda que não o articule no formato de um pensamento ou conhecimento.

Aliás, quer no drible, quer na conquista afetiva, se penso no que estou fazendo e no que quero fazer, geralmente me perco, não faço. Há um automatismo envolvido, e no esporte, quanto mais repetido for um gesto e suas variações, mais automático ele se torna e maior é o repertório disponível para sua melhor utilização. Talvez por isso os “conquistadores” se saiam muito melhor que os genuinamente interessados e afetivamente comprometidos com a conquista amorosa: possuem automatismos e maior repertório como efeitos de prática intensiva...

Outra dimensão em que os autores aproximam a finta da sedução é na qual ambas dependem da situação objetiva em que se dá a oportunidade de sua aparição. É preciso ter chance, e é em última instância a presença e o corpo do outro que promove essa abertura. Se e enquanto o outro não responde à minha intenção de alguma forma, entrosando seu movimento ao meu, só posso acompanhá-lo, até surgir melhor oportunidade. Para um observador externo, por vezes fica difícil determinar qual é o sujeito executor da finta, o que só se define diante do resultado do ato. O duelo nunca é simétrico, e a todo momento o driblador pode se tornar o driblado. No amor, a mesma coisa!

Os autores apontam que, no mais das vezes, a predisposição constante ao drible (ou à sedução) pode justamente ser uma forma de evitar ser driblado. Drible e sedução envolvem estratégia, envolvem conhecer contra (ou com) quem se está jogando, envolvem tomar a iniciativa certa no momento certo. Envolvem entregar-se ao pensamento: “o que o outro pensa sobre o que eu penso a respeito do que ele faz? E o que espera que eu faça na sequência?”

Lembrei-me das situações tragicômicas do futebol e da vida, na qual, por não conhecer as habilidades do outro ou superestimar as próprias, um jogador (ou apaixonado) acaba por tomar diversos dribles em sequência enquanto a torcida grita “olé!”.

Nos lembram os autores: no esporte, “*experts meet experts*”⁹³, portanto:

[...] *no matter how good you are, you always have to move into an open situation and relate and adapt to the social situation of the game as it unfolds. That is especially the case in seductive part of the performance, where the player tries to move the opponent. Therefore it is not possible to just follow one's own course and there is no logical calculation that could possibly predict the progression of the game. The rationality in football is therefore not a case of 1:1 or an 'if-then' logic.*⁹⁴ (AGGERHOLM; JESPERSEN & RONGLAN, 2012, p.167)

Tomando então por base a compreensão heideggeriana do ser-no-mundo-com-outros e a análise do drible exposta acima, ensaiamos algumas outras, pensando sobre a situação competitiva em diferentes modalidades e diferentes dimensões de distância e proximidade, participação ou indiferença, abertura ou fechamento, na relação do atleta com o desempenho e com esses “outros todos” que dele participam. Em paralelo, traçamos pequenas anedotas sobre situações afetivas, para seguirmos com nosso diálogo, e tirarmos dele alguma compreensão que possa emergir.

O outro, meu oponente no esporte, pode estar a maior distância, como p. ex. na ginástica artística, em que desempenha antes ou depois de mim utilizando os mesmos equipamentos que utilizarei e diante dos mesmos juízes. Mas não competimos juntos, os movimentos dele não afetam os meus. Ainda assim, seria melhor não saber se o outro realizar uma execução próxima à perfeição, obtendo uma nota muito alta e imbatível? Como compreender essa relação que mantenho com o desempenho do outro, que não me afeta diretamente, e mesmo assim pode me tomar em pensamentos, me preocupar e modificar a minha ação?

Pode ser que o que o outro faz e o padrão que consegue atingir me faça impacto diminuindo minha janela de possibilidades de ação à justa medida da execução perfeita. Mas se esse já era meu objetivo inicial, uma vez que treino para o melhor desempenho possível, o

⁹³ “Especialistas encontram especialistas”.

⁹⁴ Tradução nossa: [...] não importa quão bom você seja, você sempre tem que se mover em uma situação aberta e se relacionar, se adaptar à situação social do jogo conforme ele se desenrola. Esse é especialmente o caso na parcela sedutora da atuação, na qual o jogador tenta mover o adversário. Portanto, não é possível apenas seguir o próprio curso e não há um cálculo lógico que possa prever a progressão do jogo. A racionalidade no futebol não é o caso de 1:1, ou responde a uma lógica do tipo ‘se-então’.

que muda? Pensamos que talvez a realidade da execução inatingível do outro, ao se concretizar, torne-se impositiva à minha, e estreita minha ação ao fio do impossível: apenas a perfeição me serve, porque preciso me igualar ao perfeito já realizado. Se assim o fizer, executando minha série de exercícios também de maneira estupenda, ainda assim posso não ganhar. Em algumas modalidades, diante de desempenhos incríveis, consegue-se com outro desempenho incrível apenas um empate, fazendo o outro dividir comigo seu espaço no pódio.

Saber do resultado alheio, especialmente de um resultado “perfeito”, atua na minha ação fazendo o meu espaço de possibilidades desaparecer diante de meus olhos. Perdi, antes de desempenhar, e todo o meu desempenho é marcado por essa perda. Posso me sair bem, ou muito bem, e posso sair satisfeito, mas nada mudará. Posso me sair mal, e a derrota se tornar ainda mais amarga. Pode me alentar uma consideração: às vezes, diante da realidade do desempenho inquestionável do outro, nada pode ser feito.

Podemos aqui dialogar com a experiência daqueles que se apaixonam por pessoas já comprometidas em outro relacionamento, e que, portanto, conseguirão na melhor das hipóteses uma conquista dividida, uma vez que o atual parceiro já deu o “tiro perfeito” no centro do alvo que também se tornou o meu. Uma pessoa já efetivamente comprometida só poderá oferecer a uma nova conquista algo que no mais das vezes terá sabor de empate ou mesmo de derrota, de *ter sem ter*.

Mas o efeito do outro pode ser diferente, marcado por uma presença sutil, que mantém comigo uma distância controlada, como na natação, na qual o movimento do outro não mexe diretamente comigo, mas com o nosso meio em comum (água). O outro produz ondas, sistemas de forças, empuxos, deslocamentos inesperados, que me afetam, me impulsionam, me “entortam” o nado, exigem ajustes rápidos nos meus movimentos, e se não os faço, engulo água, erro a distância da virada, esbarro na raia que nos separa, minhas mãos escorregam da parede... Perco milésimos ou poucos segundos, porém preciosos e decisivos.

No nosso conto, Vitor, (o técnico da equipe universitária) entra na água para mostrar a Paulo como era nadar “na marola do outro” (*o Vitor entrou na raia do lado e ficou nadando borboleta com a minha nadadeira, se mantendo mais ou menos um corpo na minha frente, fazendo toda a marola possível pra me atrapalhar. Quando eu fiquei p* com aquilo ele falou que era pra eu ver como seria nadar atrás do João, já que eu não estava me esforçando pra nadar do lado dele.*). Nessas condições, a estabilidade se perde. Por outro lado, na natação de águas abertas (maratonas aquáticas), conseguir nadar na esteira deixada pelo nadador da frente, aproveitando-se do deslocamento que ele promove na água, pode ser de grande ajuda e até

determinar o resultado de uma prova, porque me desloco melhor sem fazer tanto esforço quanto ele, que “abre caminho” na água para nós.

Tal situação pode nos fazer dialogar com aqueles que tiveram seus romances abalados, sem alterações evidentes dos afetos envolvidos, por outras pessoas, terceiros, que podem apenas ter “desestabilizado o meio”. Talvez esses amantes conheçam, tal como os nadadores, a sensação de derrota por não prestarem atenção aos detalhes, por não ajustarem a “postura” rápido o suficiente. Ou talvez conheçam a sensação de ganhar devido a uma feliz antecipação da marola aparentemente inofensiva que vinha em sua direção, ou de encaixar-se a tempo na esteira deixada por esta instabilidade, reacendendo alguns afetos que já estavam esquecidos na relação.

No entanto, a presença do adversário pode ser determinante, quando no tênis ou no voleibol, p.ex., o movimento do outro exige o meu, e o meu exigirá o dele, em sequências que terão fim quando um dos dois romper o elo de movimentos, e não conseguir responder ao gesto que foi solicitado. O outro, embora queira ganhar de mim, poderá, em seus movimentos, me dar as melhores oportunidades de jogada, me dar vazão aos lances defensivos ou ofensivos mais espetaculares, posicionar a bola no lugar exato para meu contragolpe fulminante. O outro, nesse caso, me aparece em sua completa ambiguidade: meu jogo será tão bom quanto ele, que me quer derrotado, possibilitar.

Costuma-se dizer que o amor não é como o tênis, mas com o “*squash*”, jogo de praia onde se joga para que o outro possa acertar a bolinha e perpetuar a brincadeira, pois essa seria sua “graça”. Mas observamos com frequência os parceiros afetivos fazendo jogadas tão elaboradas ou sórdidas que o outro, mesmo querendo manter-se no jogo e devolver a bola, “perde o pé” para acompanhá-los. Ou por vezes os parceiros se encontram em ritmos de jogo tão diversos, possuindo habilidades tão dissonantes, que tudo o que se consegue nesse *entre* é passar mais tempo “correndo atrás da bola”, que não cansa de sair pela lateral da quadra, do que efetivamente jogando.

E do outro distante chegamos ao outro como presença absoluta⁹⁵: aquele que quer ocupar o meu espaço, pegar a bola que está em minha posse, invadir meu território na quadra

⁹⁵ Fica como sugestão para futuros trabalhos pensar no sentido de quando o oponente é do próprio time, o parceiro de equipe, que pode impedir meu desempenho por não o acompanhar, por não jogar no meu ritmo ou não pensar o jogo como eu penso, o que não colabora com nosso resultado em comum. Aqui, no entanto, optamos por pensar a questão do oponente somente enquanto adversário direto.

ou campo, penetrar minha defesa última, que é o gol, a cesta, a “*endzone*”⁹⁶. Derrubar-me ou dar-me um golpe que o faça em uma luta. Tenho que disputar com ele cada centímetro, medindo com ele minhas forças, minha agilidade, minha estratégia. Por vezes, minha agressividade. Meu corpo responde aos movimentos dele de forma tão automática que nos encontramos quase numa dança de ações e reações, na qual quem nos vê não sabe até onde vê a ele ou a mim. Desse encontro, nada sei nem posso saber, até que ele se conclua. “O encontro é indissociável do inesperado. No momento em que ele se produz, todas as antecipações da espera são frustradas. [...] O real é sempre o que não se esperava, e que, assim que aparece, está aí desde sempre.” (MALDINEY, 1991, p.320).

Talvez na intensidade desse contato se dê o fascínio pelas modalidades coletivas e de luta. E, no paralelo que estamos mantendo, o fascínio pelos casamentos ou grandes romances. Talvez neles, nos encontramos diante da melhor ou da pior modalidade de amor: aquela que nos toma por completo, e não há mais separação possível. O outro se torna, no limite, meu limite físico. Se nos entrosamos, protagonizamos as melhores jogadas, e diferente do esporte, podemos ambos sairmos vitoriosos. Se nos desentendemos e perdemos o compasso do nosso jogar, por estarmos tão próximos, por nossas vidas estarem tão entrelaçadas, poderemos até precisar que um juiz decida por nós como se dará a continuidade da nossa caminhada. Poderemos nos machucar em tais modalidades de afetos e de lutas de tal forma que, dali em diante, estaremos fora daquele jogo, e, por vezes, não voltaremos mais a jogar.

No início desta reflexão sobre o qual seria o lugar que o desempenho do oponente ocupa no desempenho do outro atleta, não me ficou claro de imediato porque tracei paralelos com os relacionamentos afetivos. Foi o que “veio à cabeça”, porém de forma insistente. Agora, colocadas as reflexões, vejo melhor. Fazer essa aproximação permitiu colocar algum clareamento sobre as experiências com o esporte que de tão particulares, podem não se fazer compreender, especialmente pelo próprio atleta. Traçar esses paralelos pode criar outro acesso compreensivo, compartilhado, e sedimentar as experiências com o cuidado de acolhê-las, mostrando ao atleta como o que se dá a ele em seu desempenho se dá, em alguma medida, **entre** ele e seu oponente. Não está plenamente em seu poder (em seu *poder-ser*) aquilo que se dará em uma disputa, e essa compreensão, longe de oferecer-se como uma “desculpa” para um desempenho frustrante, pode abrir-lhe na disposição da serenidade, para acolher essas

⁹⁶ Zona de pontuação (*Touchdown*) no futebol americano.

experiências de enfrentamento que lhe são e serão cotidianas, com suas nuances inesperadas e por vezes amargas, de modo a conviver bem com elas e a poder fazer delas *bom uso*.

Na nossa história, p. ex. Paulo fala sobre ter assistido à não obtenção do índice olímpico por João e de todo o contexto que se seguiu: “*Sinceramente, eu sei que é bonito falar isso, que é covarde da minha parte, mas na hora eu fiquei até meio aliviado de não estar ali!*” Em uma proposta compreensiva, poderíamos dizer a ele, como forma de oferecer-lhe outra versão para sua suposta covardia, abrindo-lhe uma compreensão de si mais cuidadosa: “Ninguém gosta de ter o coração partido, é algo muito doloroso! João teve o coração partido em rede nacional. Você ficou aliviado por não ter passado por isso.”

4.5 Desempenho: sentidos e escolhas nos arredores da (im)propriedade.

Em uma compreensão heideggeriana, é na articulação dos significados previamente oferecidos pelo mundo que pode se dar qualquer tipo de escolha, uma vez que o *ser-aí* se encontra lançado e ancorado em uma negatividade radical. Este posicionamento é fundante para um pensamento fenomenológico: é porque o homem não tem nenhuma determinação prévia de ser (como ser dotado de propriedades) que *pode ser qualquer coisa*, e está destinado a ser, destinado a *poder-ser* (*Sein-Können*), em sua abertura intencional para o mundo. É essa rede referencial histórica, este mundo fático no qual se está desde sempre já imerso, que orienta nossos comportamentos em geral (os quais se dão a partir de pequenas modulações nos significados já sedimentados, sem, contudo, modificá-los radicalmente) e nossa inventividade em relação aos significados.

Trazemos essa perspectiva para que se mostre simultaneamente aquela de que nos afastamos: das concepções que entendem a escolha pelo esporte, os sentidos atribuídos ao desempenho e aos resultados como “naturais”, determinados pelo talento, vocação ou tendência inata do indivíduo, ou mesmo como valores intrínsecos ao homem enquanto espécie e/ou ser cultural. Em fenomenologia existencial, insistimos, o ponto de partida é o da *nadidade* originária e o lançamento do *ser-aí* a um mundo constituído por uma capa de preconceitos dados pela tradição, no qual ele terá que se orientar pelo *cuidado* e pelos sentidos que poderá lançar ao mundo e por aqueles que de início já recebe dele.

Sobre a questão do cuidado, selecionamos um trecho um pouco longo, porém bastante elucidativo a respeito de como a fenomenologia existencial a compreende:

Enquanto um ente que tem de ser e que encontra em cada um de seus modos possíveis de ser uma determinação efetiva do poder-ser que ele é, ele não tem como escapar da estrutura do cuidado. Ele pode transferir a responsabilidade

pelo poder-ser que é e viver [...] sob a tutela do discurso cotidiano; ele pode passar toda a sua existência sem qualquer relação com o seu poder-ser mais próprio e pode existir sob o primado da presença à vista, se tornando constantemente como uma coisa entre outras; mais ainda ele pode se deixar absorver completamente pelo mundo, de tal modo que transforma de imediato o seu próprio caráter de poder-ser em uma experiência de possibilidades que ainda não se efetivaram... [...] Todavia, [...] o ser-aí não tem como alcançar nenhuma dessas possibilidades senão a partir de uma maneira específica de cuidar do poder-ser que ele é. Ser descuidado é aqui um modo de assumir a determinação ontológica de si mesmo como cuidado. (CASANOVA, 2010, p.132)

Ainda, ao cuidar de si, o ser-aí também está cuidando do mundo fático que é o dele e que lhe oferece sentidos. Para que possa se movimentar plenamente em meio a esse campo de sentidos sedimentados, é preciso que o próprio campo seja algo transparente para o ser-aí, o que é possível através da familiaridade que se tem com ele. Para que seja possível manter um certo funcionamento cotidiano, é preciso que as atmosferas ou tonalidades afetivas presentes reforcem os sentidos que mobilizam essa vida e esses sentidos cotidianos. É isso que mantém para nós a sensação de normalidade e de continuidade dos projetos existenciais e da vida cotidiana. Nesse sentido é que se pode dizer dos afetos como decisivos para aquilo que se torna possível para o ser-aí, ao passo que atravessam *afinando* (tornando afim) tudo aquilo que se mostra a ele, bem como aquilo que não pode se mostrar.

Insistimos nessas colocações filosóficas para emprestar-lhes alguma didática, uma vez que se situam distantes da tradição positivista que nos perpassa: a tarefa de dar sentidos para as coisas se faz a partir da negatividade do ser-aí. Ou seja, precisamos de sentidos para a vida, e se faz nossa tarefa encontrá-los exatamente por não termos nenhum sentido previamente dado. Cotidianamente, o mundo fornece para nós os sentidos em virtude dos quais somos, podemos e devemos ser. “Somos em virtude do mundo”⁹⁷: são os sentidos sedimentados do mundo que mobilizam os nossos campos das ações. Ao se darem a ver, ao aparecerem, esses sentidos mundanos erguem a pretensão de uma positividade, de algo como uma naturalidade constituinte do ser humano.

No entendimento proposto pela fenomenologia heideggeriana, mundos são sempre históricos, ou seja, carregam noções de normalidade e anormalidade, saúde e doença, legalidade e ilegalidade, valores etc., noções tais que se constituem ao longo de toda uma tradição. No entanto, é justamente a construção desta tradição que desaparece ao ser-aí na relação que mantém com as coisas, na qual acaba sendo absorvido por dinâmicas que o antecedem e que se

⁹⁷ Frase proferida pelo professor Marco Antonio Casanova no curso “Terapia na Era da Técnica”, ministrado no Instituto Dasein/SP. Acesso online em 04/10/2020.

mostram a ele como “sempre foi assim”. O que a leitura fenomenológica demarca é que nenhuma noção pode ser elevada à categoria de atemporal, e nem pode ser recortada da tradição que a constituiu e conferiu legitimidade.

Podemos citar um exemplo para auxiliar no entendimento do que queremos dizer: quando falamos em competição esportiva, imediatamente nos encontramos referidos, por meio de nossa tradição, aos “instintos antagonistas” do homem e à luta pela vida biológica como doadora de lastro simbólico à criação e manutenção do esporte como atividade significativa humana. É a isso que chamamos “pretensa positividade”, como se o sentido atrelado aos exercícios físicos voltados ao objetivo competitivo fosse constante, único, óbvio e previamente dado a todos os humanos, por seu passado enquanto espécie e, portanto, natural. Em fenomenologia existencial, no entanto, falamos das tradições sedimentadas no mundo humano que emprestam sentidos aos fazeres abertos ao ser-aí, aos quais ele poderá ou não aderir, mas que não são automáticos, necessários ou unívocos.

Em nossa tradição, o esporte está atrelado aos mais diversos significados, desde os atributos de virtude, coragem, perfeição e heroísmo, valores recuperados de suas raízes gregas, aos mais modernos, de potência, sucesso e produtividade, que refletem valores próprios à sociedade capitalista na qual o esporte se encontra inserido atualmente. Há uma tendência a depositar no atleta essas mesmas propriedades, como se lhe fossem imanentes, e como se o *ser atleta* fosse obra do destino, do talento e da constituição física privilegiada: o atleta seria, assim, um *predestinado*.

Não nos cabe avançar na discussão filosófica dessa tradição que nos perpassa, o que abriria todo um outro campo de debate e investigação. Cabe apenas mencionar que na perspectiva fenomenológica com a qual pensamos aqui, o caráter natural de algumas proposições e sentidos são colocados em questionamento, abrindo caminho à reflexão a ao desvelamento justamente de pretensas naturalidades. Temos como premissa que só podemos encontrar possibilidades compreensivas novas se vamos em busca de algo desconhecido, que não nos está dado como saber prévio. No caso do nosso tema em particular, se *sei* de antemão das virtudes do atleta e sobre seu modo de funcionamento particular, fixo-o ideologicamente e perco a possibilidade de alcançar suas vivências por outra ótica, conforme podem ser experimentadas por ele mesmo, sem que precisem comprovar ou reafirmar qualquer concepção já estabelecida.

Retornando então ao nosso eixo de análise, poderíamos pensar no desempenho como esse sentido pretensamente positivo e dado pela tradição emprestado ao esporte? Pensamos que sim, pois que um atleta se constitui como tal justamente por *ser-si-mesmo* nessa busca pelo

desempenho. Porém, na narrativa, pudemos ver outra compreensão para este sentido: o de que, sozinho, o desempenho não sustenta a prática esportiva ou a continuidade do projeto *ser atleta*.

Vimos por meio da história de Fábio, o ex-judoca com o qual Paulo faz amizade, que ter um alto rendimento pode ser justamente uma das formas que possibilita manter-se no esporte no modo da impropriedade. Fábio segue a diretriz familiar dada, e pela excelência técnica com a qual é treinado desde a infância torna-se muito bom em seu fazer. O modo como treina é marcado por um constante “sobrepeso”: Fábio aprende a lutar com adversários maiores, em condição de desvantagem. Ou, poderíamos dizer, de injustiça. Dessa forma, nas situações de competição em igualdade de condições, vence.

Iniciamos este tópico que fala da identidade do atleta, do sentido do desempenho e de formas próprias e impróprias de *ser* pelo tema do cuidado porque é dele que podemos partir para tecer algumas reflexões. O que pode significar estar no esporte, ou em qualquer outra forma de viver, no modo da impropriedade? Se seguimos a história de Fábio, dizemos que desde a infância o seu ser enquanto atleta se encontrou determinado por uma completa absorção naquilo que o mundo circundante o colocava. Vamos ouvindo através do contar de Paulo que o sentido da prática de Fábio encontra-se deslocado, pois o que a mantém não é o sentido atribuído ao esporte, mas à família: acatar as decisões do pai e seguir uma tradição familiar e não contestar ou decepcionar esta mesma tradição. Mas o judô por si mesmo, o exercício, o ambiente, a competição, nada disso parece *agradar a Fábio*. “*Tinha um tatame na faculdade, ele (Fábio) nunca ia lá.*”, nos conta Paulo. Mesmo muitas vitórias e bons desempenhos não são, por si mesmos e como valores prévios, capazes de cooptar o sentido de ser atleta e costurá-lo à prática esportiva em si. Em nenhum momento aparece uma reflexão sobre o sentido próprio de ser atleta para Fábio, que poderia a partir disso nortear as escolhas de sua vida esportiva como decisões pessoais e autênticas.

Nesse fazer-se atleta no modo da impropriedade encenado em Fábio, vemos uma desoneração do caráter de cuidado e de uma impossibilidade de escuta daquilo que é *seu ser mais próprio*. Existindo em virtude desse mundo já dado, a partir de correspondências às mais diversas orientações significativas que vai recebendo a cada momento (treinar com o pai, treinar na academia de judô, respeitar a hierarquia e a autoridade dos mais velhos, acatar o modo de treinar na qual permanecia sempre em desvantagem), ele apenas repete e reatualiza as possibilidades já implementadas por seu mundo. Não há uma rearticulação possível desses sentidos já sedimentados, não há uma projeção de seu porvir: em sua história com o judô, *Fábio não aparece*.

Sabemos o quanto é comum atletas iniciarem e se manterem na prática esportiva para seguirem expectativas familiares, por vezes como continuidade do projeto esportivo dos pais, como possibilidade de ascensão financeira ou de *status* social, como forma de contornar tensões familiares que se mantêm veladas e indizíveis, entre tantos outros motivos alheios ao esporte.

Há um facilitador nessa dinâmica existencial que pode se dar quase que completamente na impropriedade: o fato de que a grande maioria dos atletas se iniciam na prática esportiva no período da infância, momento em que o peso do mundo circundante é *absoluto*. Assim, por muito tempo durante os períodos de aprendizagem e aperfeiçoamento no esporte, são sentidos tomados de empréstimo que sustentam a escolha e a continuidade na atividade esportiva, não raro às custas de conflitos internos e sofrimentos por parte do atleta, dado que o envolvimento com o esporte competitivo sempre cobra um alto preço físico e emocional. Se o sentido se encontra descolado e deslocado do esporte por si mesmo, e do fazer-se e ser atleta como projeto existencial, esse peso pode ficar ainda mais difícil de ser tolerado. Segue uma possibilidade do que pode, então, se dar nessa configuração de impropriedade:

Como seu projeto existencial não nasce singularmente de uma escuta ao seu poder-ser mais próprio e não se constitui senão a partir de uma atualização de arranjos possíveis do discurso cotidiano, ele se vê imerso em uma experiência de mundo na qual vigora um presente sem interação com as decisões próprias ao que foi e continua sendo e à antecipação do porvir... (CASANOVA, 2010, p. 133,134)

Nessa dinâmica, o atleta muitas vezes se encontra impedido de *decidir*, de projetar-se silencioso e passível de angustiar-se com o seu próprio ser culpado⁹⁸ e, portanto, de singularizar-se. No desfecho da história de Fábio como atleta, que se dá com uma lesão no pé e com a possibilidade de negociação com a tradição familiar, Fábio pode parar de competir no judô quando decide seguir uma profissão que talvez possuísse uma equivalência de posições, de *status* e mesmo de sentidos para sua família: a medicina. Paulo nos conta que Fábio continua competindo, mesmo como médico, e que este novamente tem uma vivência marcada pelo tolhimento de sentidos em prol de um único: ser o melhor e corresponder (ou apaziguar) as expectativas familiares. Nessa direção, podemos pensar que Fábio, mesmo distante do projeto de ser atleta, continua a ser no modo da impropriedade, ou seja, absorvido em sentidos impessoais que chegam até ele.

98 Nesse contexto, o termo culpa é utilizado em absoluta distância da doutrina cristã. Aqui o ser culpado tem o significado de ter de assumir a responsabilidade que cada ser-á tem para consigo mesmo, uma dívida que marca o sentido mesmo da noção ontológica de cuidado. (CASANOVA, 2010).

Mas se olharmos atentamente, Fábio alcança, se podemos chama-la assim, uma brecha – tímida – conseguindo projetar seu campo existencial para além dos mobilizadores já determinados pelo mundo familiar no qual se encontrava imerso: rompe com a tradição esportiva ao direcionar-se à psiquiatria, a partir da qual pode se afastar de um projeto já colocado (se fosse para a ortopedia, talvez continuasse colado ao esporte, sendo médico de atletas) e abre um espaço para uma apropriação outra das determinações colocadas em seu mundo, possibilitando com isso, talvez, a modulação ou mesmo a abertura de novos campos de sentido de ser, nos quais Fábio poderia experimentar-se para além da tutela do discurso cotidiano, e lançar-se assumindo a culpa pelo seu poder-ser mais próprio.

No conto, não apenas em Fábio, mas também com Andreia observamos vir à tona esse modo de ser marcado por modos impróprios. A jogadora de basquete tem para si o projeto de ser atleta, diferentemente do Fábio, mas no impasse diante de uma decisão, revela um desejo de lidar com a escolha que se colocava através do *não precisar escolher*. Faz isso querendo transferir a responsabilidade de sua escolha para os “cálculos”.

Fazer uma escolha se trata particularmente de fazer uma aposta no próprio projeto, de confiar e lançar-se ao mundo a partir dele. Para apostar em um modo de existência, é preciso conhecê-lo, e, especialmente, (re)conhecer-se por meio dele. Entendemos que trocar o sentido da escolha pelo cálculo da probabilidade de sucesso que possa vir a partir dela, como gostaria Andreia, enreda o resultado desse cálculo impossível em um retorno fatalista ao agora: o que se quer é que exista um jeito de prever o futuro via cálculo; porque não há, o futuro só pode se resumir à repetição incessante do presente. Ou seja, se preciso saber o que o futuro reserva para me pôr no caminho de ir até ele, se é o saber de antemão o que pode me autorizar ao movimento de ir ao futuro, e se não tenho acesso a esse saber, só posso ficar preso àquilo que já conheço. A probabilidade de “dar certo” a que Andreia queria chegar não pode e nem poderia dar suporte à escolha, pois fica no lugar dela. Assim, o que não podia ser calculado só podia permanecer em um impasse, que dispara e desvela uma crise, inclusive no desempenho. Andreia se perde em quadra no mesmo compasso em que se perde de si na dificuldade de escolher.

Ainda outra imagem se faz marcante em nosso conto, à medida em que o observamos a partir de modos impróprios de ser: a do técnico de João, o adversário direto de Paulo na disputa pela vaga olímpica, que ao ver seu atleta não obter o índice se desresponsabiliza e se desfaz imediatamente de seu papel como técnico, defrontando-se com a repetição da falha de um projeto pessoal, diante da qual só pode abandonar a competição e o próprio si mesmo enquanto treinador, abandonando também, no mesmo ato, seu atleta. Pensamos estar no território da

impropriedade diante desta cena na direção em que ela nos apresenta alguém que delega a resolução de um conflito, de uma decepção, ou ainda a expectativa da continuidade de uma história própria (de si mesmo como atleta diante do fracasso em conseguir a vaga olímpica) para outro, tomando inclusive para si o resultado obtido por João: o resultado do atleta passa a ser o resultado do próprio treinador. Qualquer um que frequente cenários competitivos pode se dar conta do quanto é corriqueiro este tipo de reação, bem como as explosões de raiva e desespero dos técnicos na relação com os resultados obtidos por seus atletas.

Para construirmos um contraponto a esse modo impróprio de cuidado de si, podemos dizer da experiência de Paulo diante da recusa da proposta do *doping*, ou de quando decide parar de nadar pela segunda vez, devido à doença no ouvido. Diante das vias alternativas colocadas pelos acontecimentos que se dão, Paulo não se atém ao resultado das escolhas, não mira a si mesmo no futuro querendo saber o final do caminho antes de dar o passo decisivo. Ele escolhe, contanto apenas consigo mesmo, e no presente, por aquilo que lhe *parece ser* o melhor. Não tem provas irrefutáveis, não tem testes comprobatórios, nem ao menos divide suas decisões com outras pessoas. Mas depara-se com situações que extrapolam seu projeto existencial como ser atleta: não quis estar no alto rendimento por meio da droga, não quis submeter novamente o próprio corpo à intensidade de treinamento que o havia feito adoecer.

Porém, em uma compreensão tal como a que oferecemos aqui, não podemos pensar nessas decisões tomadas por Paulo em termos de processos cognitivos ou atitudes morais. Se seguimos com Heidegger para pensar o que significa decidir, temos que a decisão, na qual o ser-aí retorna a si mesmo, descerra as possibilidades fáticas do existir a partir de sua condição como ser jogado ao mundo (HEIDEGGER, 2012). Esclarecemos melhor: o decidir nasce de uma escuta ao poder-ser mais próprio, a partir da qual o mundo não pode mais prover respostas dadas na impessoalidade. No escutar o seu poder-ser mais próprio, o ser-aí precisa *conquistar a si mesmo de outro modo*, deixando de agir apenas de acordo com os sentidos cotidianos impessoais e ganhando a possibilidade de pensar uma modulação daqueles sentidos. Fará isso a partir de possibilidades herdadas, uma vez que se encontra já-sempre jogado. Contudo, terá de eleger uma dentre essas possibilidades:

Livre do jugo da semântica cotidiana, o ser-aí projeta aqui de tal modo o seu campo existencial que ele experimenta o peso da tradição em meio a uma escolha que fornece a medida plena dessa tradição. Tudo o que ele é continua ligado ao seu mundo fático. No entanto, só o seu campo existencial singular é capaz de trazer à tona possibilidades tradicionais desse seu mundo, possibilidades que estão sempre à espera de uma articulação simples em meio a um movimento de herança. (CASANOVA, 2010, p. 139, 140 – grifo nosso)

Paulo pode escolher porque pode dar significados às possibilidades que estão colocadas (pelo menos as quais consegue ver), a partir do *projetar-se no seu próprio ser atleta*. Certos personagens e suas vozes, como a do técnico Nikolas, posicionadas ao lado dos interesses

esportivos mais estritos, diziam a Paulo da escolha no sentido de valer-se de um método duvidoso de melhoria de desempenho (*doping*); outras vozes, talvez as dos pais, representantes da moralidade e da ética, das regras, ou da insegurança e suspeitas a partir da situação dada, diziam da possibilidade de negar o uso das drogas potencializadoras. O mesmo tipo de dilema se dá quando Paulo tem alta médica para voltar a treinar em alto nível, ainda com chances de conseguir uma vaga para o campeonato mundial. Sabemos que ele escolhe, nas duas situações, pautado em uma projeção de si na qual não está disposto a *tudo*, ou a *qualquer coisa*, para alcançar o objetivo esportivo. Esse é o retorno que faz, diante da escolha, a si mesmo. Nisso encontramos um modo mais próprio de ser, não porque mais pertinente ou determinado, mais correto ou mais fácil, mas na medida em que consegue escapar da completa absorção no mundo fático e interpelar a si mesmo diante do próprio cuidado, *cuidando-se*.

Pensamos que talvez transite entre esses modos próprios e impróprios de ser a questão mesma do ser atleta enquanto uma forma de *identidade*. Usamos o termo “transite”, do verbo transitar, para dizer justamente de algo que se move, que não tem como marca a fixidez, mas o fluxo de um projeto marcado por continuidades e descontinuidades. É algo próximo a isso que podemos compreender por identidade na fenomenologia existencial. Recorremos a Heidegger (2012, p. 333,335), para colocarmos de melhor forma:

O quem é aquilo que, na mudança dos comportamentos e das vivências, se mantém como idêntico e assim se relaciona com essa multiplicidade. [...] Talvez o *Dasein* na interrogação imediata, diga sempre ‘eu sou isso’ e, afinal, talvez o diga ainda mais alto quando ‘não’ é esse ente.

No final do trecho, Heidegger já nos aponta uma direção interessante na compreensão do “quem” desse ser. Se faz necessário afirmar “eu sou isso” justamente porque, no mais das vezes, não o somos, nem o poderíamos ser, dada a indeterminação originária que marca a constituição do ser-aí humano.

No entanto, há diversas formas de cerceamento em torno dessa fluidez e indeterminação da identidade, e conseqüentemente, na exigência da fixidez dos modos de ser do ser-aí, na necessidade de que o ser-aí humano se mostre como “sempre o mesmo”, sempre idêntico àquilo que se refere como sua identidade, seu modo de ser mais usual.

Essa expectativa de permanência em torno de quem alguém é e do como se manifesta é algo que se revela nos mais diversos campos de vida e atuação humanas, já a partir dos conhecimentos técnicos-tecnológicos, como p. ex., nos diagnósticos psiquiátricos e nos mais variados tipos de testes e questionários de personalidade que visam sustentar teoricamente quais são os comportamentos típicos a serem encontrados em tal ou qual categorização. Tal tendência

também se revela em campos distantes das pretensões científicas, p.ex. nos espaços de especulação mística, haja visto as afirmações rígidas sobre as particularidades que caracterizariam cada signo, ou no espaço de vida cotidiana, a partir do estranhamento generalizado que alguém provoca nos demais ao comportar-se de maneira distinta do que costuma fazer. Parece haver muito pouco espaço para discrepâncias identitárias, para a constituição de um “quem” não obrigatoriamente idêntico a si, e para a liberdade que disso possa vir. Retornamos a Heidegger (2012, p. 339):

Mas se o si-mesmo ‘só’ deve ser concebido com um modo do ser desse ente, isto parece equivaler a uma volatilização do verdadeiro ‘núcleo’ do *Dasein*. Mas tais receios se nutrem da distorcida opinião preconceituosa de que o ente interrogado teria no fundo o modo-de-ser de um subsistente, mesmo que seja longe do compacto de uma coisa corporal recorrente.

O que o autor nos diz nesse trecho é que a substância do ser-aí humano não se dá como síntese fixa de um si-mesmo enquanto “alma” ou mesmo enquanto corpo, mas que esse fundamento se faz como existência. Sobre este tema, há uma passagem no conto que nos chama atenção e pode nos dar a pensar, caso dela façamos uma leitura atenta: quando Paulo para de nadar pela primeira vez, ao ser cortado da equipe principal da faculdade, fica um ano sem chegar perto da piscina, sem falar com os colegas da natação e sem assistir a competições. Nos cabe perguntar: por quê? Por que não foi possível manter outra relação com o nadar e mesmo com o esporte que não aquela estabelecida como atleta? Por que a distância com a modalidade, ao parar de competir profissionalmente, precisou ser *absoluta*?

Tentando compreender essa passagem, nos damos conta que estamos diante de uma impossibilidade: não que Paulo não quisesse estar perto da piscina, ou com os amigos – pelo menos não é isso que aparece em sua história. Ele nos diz *não poder*. Tal posição, comum a muitos atletas que abandonam completamente a prática e o ambiente esportivo em determinado ponto da carreira, a compreendemos como uma tomada de postura que se dá quando o atleta sente o esporte competitivo como uma *convocação*. No ambiente da piscina, com os colegas, nas competições, Paulo *não podia ser outro que não atleta*. Não havia, para ele, outro *espaço de ser* possível, em que pudesse se encaixar. E como, naquele momento não podia também ser atleta, pelo momento de hiato na carreira, encontra esta solução: a distância absoluta. Como se o *não contato* pudesse fazer desaparecer também em si um modo de ser (atleta) que não podia mostrar-se naquele momento.

Lembrando que a existência do ser-aí consiste em seus modos de ser, segundo a compreensão que se pode ter sobre este ser, parece-nos que Paulo temia, ao ser convocado como atleta, sofrer por não poder dar outra resposta que não a partir desse exato lugar. “*Como quando*

“você reencontra uma ex...”, como é dito por Paulo ao tentar transmitir o sentimento naquele momento. E quando é dolorido encontrar ex-parceiros amorosos? Quando não encontramos ainda outro lugar de estarmos junto a eles que não o lugar anterior, pois ainda não podemos abdicar do passado, e nos resta apenas um *“não lugar”*, um desabrigo que ressoa: *“este lugar que não existe mais ainda existe em mim, ainda me convoca a ser quem eu não posso mais ser.”* Desta forma talvez possamos compreender a opção de tantos atletas que, ao deixarem a modalidade que praticavam, não conseguem mais estar próximos ao esporte, pois não encontram outro modo de participação que lhes faça sentido. Preferem o lugar de “refugiados” em outros espaços, sem pátria, sem reconstruções possíveis. E podemos imaginar que, diante de tal situação, se estabeleça um sofrimento importante.

Por outro lado, também vemos que a pouca liberdade do atleta diante de seu papel constantemente se torna convite a ser no modo da impropriedade: formas de continuar sendo atleta mesmo quando algo já se esgotou nessa disposição específica, quando “aquele tempo já passou”, ou quando mesmo a própria imagem como atleta fica difusa, já distante daquilo que se foi ou quis ser um dia. Essa forma de ser, ainda que se torne imprópria, continua convidativa por ser acolhedora, familiar, automática. Parece haver nesse fenômeno identitário uma inércia, que vai muitas vezes para além dos sentidos atribuídos ao desempenho e ao esporte em si. E se a inércia, tomando o conceito de empréstimo da física, é um aprisionamento do movimento no congelamento ou na continuidade incessante, dizemos aqui também de uma forma de aprisionamento, diante do qual não se pode ser *“outro que não atleta”*.

Por isso elegemos o desempenho do atleta, ao invés de sua identidade, como eixo norteador de sentido para o *“ser atleta”*. Apostamos na possibilidade e no trabalho psicológico no sentido do ganho de liberdade e enfraquecimento de identidades aprisionantes, como potência de um fazer que se pauta no (bom) contato com as próprias “*estrangeiridades*”. Uma tolerância à experiência de entrar em contato com a própria *“nadidade”* pode revelar que cada identidade só ganha voz por um tempo, no tempo finito de ser. Ter a experiência de si como poder-ser, ou seja, como ser-aí jogado em possibilidades que sempre poderiam ter sido e poderão ser outras, abre à compreensão de si como uma identidade modulada, constituída a partir das vivências e que se faz distante da compreensão de si enquanto obrigatoriedade de ser quem se é, no caso do atleta, algo dado pelo talento, pelo destino, pela estrutura física ou pelas habilidades.

Voltando então ao desempenho como um sentido possível e positivo ao ser atleta e à sustentação da prática esportiva, podemos dizê-lo melhor com uma ilustração: Paulo conta que competia contra as crianças que faziam aula na academia com ele sem que houvesse competição

real. É na medida em que este campo de experiências estava aberto como possibilidade em Paulo que o nadar tinha significado competitivo, ainda que não houvesse uma competição instaurada. A partir desse *ser atleta* que se constituiu como um projeto possível para Paulo, e sendo os sentidos dados aos projetos existenciais a força de sustentação de toda e qualquer ação do ser-aí, (HEIDEGGER, 2012), Paulo pode *tornar-se* atleta, e *é atleta*, contando-se a partir dessa referência, e não outra qualquer.

Podemos então compreender o *ser atleta* como uma possibilidade do existente, que responde a um sentido mundano, e nele modula suas possibilidades próprias de ser. A atividade física torna-se um campo existencial, composto por elementos que adquirem familiaridade no interior de um horizonte de sentidos muito particular: a competitividade, as demandas corporais exigidas pelo treinamento, a rotina, as adaptações fisiológicas, os movimentos (muitos dos quais estranhos e antinaturais ao corpo humano), o projeto de aprimoramento constante e da constante ultrapassagem de limites físicos, a exposição pública de suas habilidades (e do próprio corpo), *etc.* Talvez possamos compreender que, para aquele que não se torna atleta, a atividade física não se apresenta como essa abertura de um campo existencial, como dimensão de uma *possibilidade de ser*. A cotidianidade do atleta, os esforços a que se expõe e que se impõe, embora possam ser inteligíveis para um não atleta, não raro podem *não fazer sentido*.

Ainda pensando sobre a relação do atleta com seu próprio desempenhar, por mais que este possa ser objetivamente mensurável, a relação que o atleta estabelece com ele e o julgamento que disso resulta (como bom ou mau desempenho) só pode ser compreendida se temos alcance do contexto existencial no qual este atleta e seu desempenho estão inseridos. Há de se levar em conta qual era o desempenho possível para aquele atleta, o que era almejado e mesmo o que constitui para ele um bom resultado. A diferença entre ambos – o desempenho real e o imaginado/ esperado/ desejado – é, para o atleta, tão real quanto o resultado objetivo alcançado. É muito mais dessa interpretação comparativa que faz de si enquanto este projetar-se no futuro que se torna possível compreender como o atleta avalia a qualidade do próprio desempenho e se relaciona afetivamente com ele.

Outros elementos compõem ainda o contexto da relação estabelecida pelo atleta com o próprio desempenho. O *feedback* por parte do técnico, a reação dos expectadores, o contentamento ou decepção da família e amigos, as consequências financeiras, a análise estatística do desempenho e o resultado (vitória ou derrota) obtido são alguns desses fatores. Ao ver uma estatística de acertos favorável, um atleta que acreditava ter tido um desempenho ruim pode ver por outra perspectiva e avaliar-se de forma diferente. Se é classificado para a próxima etapa de um torneio, pode não se importar com o desempenho abaixo do esperado,

uma vez que aquele se revelou como suficiente para aquela etapa. É relevante notar que o desempenho observado pelo atleta geralmente não é o desempenho objetivo, mas o desempenho inserido em uma rede composta por diversas tramas, algo que geralmente não se faz transparente aos espectadores.

O trecho seguinte, embora longo, ilustra muito bem o que queremos dizer. Nele podemos ter um pouco da dimensão de como se revelam as compreensões possíveis das distâncias (entre desempenho real e desejado) e desses desencontros (entre o que aconteceu no desempenho e o que o atleta gostaria que tivesse acontecido) de que falamos acima, e de como se dão na experiência do *ser-aí-atleta*.

A palavra também fala de algo que não existirá, não existiu, mas poderia ter existido. Fala de um puro possível, do que não foi nem será.

Isso se mostra naquelas ocasiões em que dizemos: ‘Podia ter sido assim, poxa, teria sido tão bom!’ ou ‘Podia ter me acontecido tal e tal coisa, ainda bem que não aconteceu!’ ou ‘Eu me arrependo, devia ter pensado em tal coisa antes de ter feito o que fiz’. Tudo isso se refere ao que não aconteceu nem vai acontecer. Já passou o momento em que poderia acontecer aquilo tão bom, como já passou o momento em que, felizmente, não se deu aquilo que seria tão ruim [...]. Mas, mesmo assim, falo desse ‘poderia’, que está presente agora. [...] O que ‘poderia ser’, mas não é, isso que não existe, que é o não-real, ilumina o real. Ele pode transformar o significado do que está acontecendo. Fico feliz com o que está sendo agora, porque sei que isto poderia não ser se algo antes não tivesse sido como foi – que bom que foi assim e não de outro modo! Fico triste com o que acontece agora, quando o comparo com todas as possibilidades que poderiam ter sido melhores do que esta que se realizou – que pena! Isso que poderia ser, e que não é, é o que dá o colorido ao que é. É o não-real colorindo o real. (POMPEIA; SAPIENZA, 2011, p. 107 – grifo nosso)

Assim, a forma como o atleta se relaciona com a realidade de seus desempenhos, em certa medida, se dá no tomar como referência aquilo que não existiu ainda ou não existe mais (quando o atleta compara o desempenho atual com outros melhores, obtidos no passado), ou no tomar como referência o projeto existencial em questão e o ponto em que se encontra na carreira real ou desejada. Este horizonte se torna um princípio de organização da realidade esportiva na qual os desempenhos se incluem, organização que é absolutamente singular e que determina vivências também absolutamente singulares.

No nosso conto, podemos observar, p. ex. como Paulo conta com detalhes a primeira prova que considera significativamente ruim (a que fica em quinto lugar no campeonato estadual) e o quanto fala sem dar relevância ao fato de ter ganhado todas as provas que disputou nas competições universitárias, quando volta a nadar “extraoficialmente”. No contexto da história, entendemos que as expectativas em relação a carreira nos dois momentos eram praticamente opostas, e é isso que dá o contorno para a leitura que Paulo consegue fazer dos

desempenhos, algo que realiza por meio do contar, a partir do qual se abre um campo de concretização de sentido.

No primeiro momento trazido acima, é justamente o desempenho considerado ruim, na obtenção do quinto lugar, que começa a afastar Paulo do que havia planejado para si como atleta. No segundo momento, os desempenhos, ainda que estivessem voltando ao patamar do altíssimo nível, estão inseridos em um contexto no qual a relação que Paulo mantém com o esporte é, em certa medida, superficial. Assim podemos compreender o quanto ele relativiza as conquistas a ponto de serem irrelevantes. Conforme melhora a condição física e vai se aproximando de boas marcas oficiais, chegando ao índice da seletiva olímpica, aparece na fala de Paulo novamente o interesse pelo mundo competitivo e pelos resultados possíveis: a tentativa de chegar a uma seleção nacional, o calendário oficial de competições, o objetivo de ganhar suas provas principais, etc. O desempenho não muda radicalmente, Paulo já vinha competindo muito bem no ano anterior. O que muda é o *horizonte narrativo* em que o desempenho se dá.

Todo projeto existencial depende de uma apropriação de sentido, seja para a escolha de uma profissão, da constituição de relacionamentos, do estabelecimento de cuidados consigo e com outros, e assim por diante. Para o atleta, costuramos nesta pesquisa um “eixo gravitacional” de sentido relacionado à questão do desempenho, que faz circular em torno de si outros sentidos, tais como o prazer, o *status*, o corpo forte e potente, os adversários, os ganhos financeiros e o reconhecimento. E propusemos o desempenho como um sentido *inevitável*, pois que o atleta só o é na medida em que realiza movimentos que, em maior ou menor medida, o situam na busca por pela melhor execução e resultados possíveis. Se não há busca pela excelência do desempenho, estamos diante de outro fenômeno, talvez daquilo que Huizinga (2000) denomina por jogo⁹⁹.

Assim, se temos no desempenho um sentido para a prática esportiva, e se nos afastamos de entender o desempenho pelas vias da explicação ou do controle, talvez a fenomenologia existencial possa nos oferecer assinalamentos compreensivos sobre temas mais marginais às teorias científicas, mas bastante presentes no cotidiano e na cotidianidade do ser atleta.

Se dissemos de escolhas e de modos mais próprios e impróprios de ser atleta e colocar-se diante dos projetos existenciais, temos p. ex. no paradigma da *superstição* um interessante

⁹⁹ Em sua obra “Homo Ludens”, J. Huizinga defende a ideia do jogo como uma das noções mais primitivas, originárias e enraizadas na realidade humana, apontando que é do jogo que nasce a cultura: sob as formas do ritual e do sagrado, das disputas nas guerras até as disputas jurídicas, na forma da linguagem e do pensamento, sendo o jogo, inclusive, uma característica que os homens possuem em comum com os animais. No contexto citado acima, apontamos jogo no sentido amplo, como a comunhão de espaços e atividades físicas realizadas com o objetivo de fruição, prazer e convivência.

assunto, que no mais das vezes se faz à margem da psicologia do esporte. A superstição carrega essa vivência de se *estar preso a um ritual por uma crença*, as quais são cotidianas no mundo do esporte. É difícil encontrar um atleta que não possua algum tipo de ritual, objeto da sorte, comportamentos e/ou pensamentos que gosta de ter antes ou durante a participação esportiva.

Mas qual seria o sentido de repetir algo, tentando ser o mais preciso, o mais exato na vivência daquela experiência, cuidando dos detalhes de tal modo a fazer do momento atual uma repetição fiel que remete a uma série de outras repetições? No esporte, e para o nosso personagem Paulo, qual era o sentido de usar sempre a mesma touca?

Se entendemos os rituais em seu caráter mais estreito, nascidos no terreno comum à todas as religiões e possuidores de formulações dogmáticas, ou se, por outro lado, entendemos essas ações e processos executados pelos atletas como sintomas obsessivos ou mecanismos de defesa, usando uma linguagem mais própria às ciências, teríamos uma tendência de situar as superstições como pertencentes ao lugar do inadequado, do “corrigível” ou, na melhor das hipóteses, como extravagâncias ou singularidades indiferentes.

Mas, se tomamos em conta um modo mais compreensivo e nos debruçamos a algo como a fenomenologia da superstição, podemos arriscar dizer que o sentido desses atos seria uma tentativa de construir uma *permanência*, em meio a um mundo marcado justamente por impermanências. Para o atleta especificamente, as superstições seriam uma espécie de âncora, uma marca – que se externaliza e se expõe enquanto marca – da vontade de sair-se bem, um compromisso consigo mesmo. Uma aliança entre quem o atleta já foi (quando teve “sorte” com aquele objeto) quem é e o que quer alcançar. Um ato que une o presente ao passado, onde aquele ato supersticioso se relacionou a um bom desempenho, e ao futuro, para o qual se deseja um bom resultado novamente.

Nesse sentido, a superstição poderia ser compreendida como um elo consigo mesmo, um dizer para si mesmo que é possível ter um bom desempenho novamente. Uma rememoração em ato que realiza, na experiência própria, uma subversão temporal onde o passado fica pareado ao presente, por meio do ato idêntico, do mesmo objeto, do mesmo símbolo, e que marca existencialmente o desejo por um futuro como repetição de algo que *deu certo*.

Geralmente o objeto escolhido é algo que marcou um bom desempenho ou um bom momento na carreira: a meia que foi usada no dia do gol decisivo, o elástico de cabelo usado na primeira vitória importante, a touca que marcou uma nova etapa da carreira. Ao usar o mesmo objeto novamente, ao cumprir a mesma rotina, evoca-se o passado, faz com que este se incorpore ao presente, dando ao presente, ao novo, ao imponderável, uma estrutura

pretensamente já conhecida: *se for possível garantir que algo seja igual, o bom resultado também poderá acontecer novamente.*

Compreendemos que talvez as superstições se façam ao modo de uma luta contra o imponderável, contra a condição de ser do ser-aí que o dispõe como constituição temporária e impermanente. Como um projeto de asseguramento, fictício, mas que constrói, por seu caráter de crença, de aposta, como um projeto imprescindível a tantos fazeres humanos.

Se algo sai errado com o objeto ou com o ritual supersticioso, isso é vivenciado como um sinal, geralmente mal recebido, de que algo não está sob controle. De que não será possível, por maior que seja o esforço, nem repetir nem reviver o passado. Cada desempenho precisa ser (re)conquistado. Mesmo assim, a superstição e a tentativa de segui-la à risca talvez digam de uma aliança com essa vontade de “ser novamente”, uma aliança significando a tentativa de fixidez de si mesmo, justamente diante da radical diferença que cada situação nova, cada adversário novo, cada disputa nova trás, inevitavelmente, a cada situação competitiva.

CAPÍTULO 5 – À TÍTULO DE CONCLUSÃO

“Naquele tempo, eu pensava que tudo o que se inventa é mentira.”

Clarice Lispector

Legião Estrangeira

Neste trabalho, contamos uma história e procuramos dar a ver compreensões possíveis daquilo que nos *saltou aos olhos* diante desse contar. Precisamos agora, no entanto, retomar aquilo que nos propusemos fazer (*dar a ver possibilidades de compreensão acerca das experiências de desempenho na situação de ser atleta*), delimitando e ressaltando os olhares aos quais pudemos chegar.

Para isso, relembramos também a proposta metodológica da fenomenologia existencial e seguimos diretamente com Heidegger no parágrafo 7 de “*Ser e Tempo*”:

Fenomenologia diz, então [...] fazer ver a partir dele mesmo o que se mostra tal como ele por si mesmo se mostra. [...] ‘Fenomenologia’ não nomeia o objeto de suas pesquisas, nem caracteriza seu conteúdo-de-coisa. A palavra somente informa sobre o como do mostrar e o modo de tratar *aquilo* de que se deve tratar nessa ciência. Ciência ‘de’ os fenômenos significa: uma apreensão de seus objetos de *tal* maneira que tudo o que esteja em discussão a seu respeito deve ser tratado numa mostração direta e numa demonstração direta. (HEIDEGGER, 2012, p.119)

Que é que a fenomenologia deve ‘fazer ver’ que deve ser denominado ‘fenômeno’ em sentido assinalado? [...] É manifesto que se trata do que precisamente não se mostra de pronto e, no mais das vezes, do que permanece oculto no que se mostra de pronto [...] mas que é ao mesmo tempo algo que pertence essencialmente ao que se mostra de pronto [...] a ponto de até constituir seu sentido e fundamento. (*op.cit*, p.121)

Este é justamente nosso questionamento no início deste capítulo de conclusão: o que quisemos mostrar? O que apreendemos daquilo que não se mostra “de pronto” na experiência do atleta diante do próprio desempenho(ar), mas que ao mesmo tempo pode constituir os sentidos do projeto existencial *ser atleta*? Na relação hermenêutica com a narrativa, marcada pela primazia do “ouvir” e do assumir como experiência autêntica aquilo que se faz presente, sem buscarmos nisso as relações teóricas com o que se deu a ver, procuramos alcançar algumas possibilidades de *mostração*.

Que fique claro inicialmente a que chamamos de *relação hermenêutica*, que procuramos manter com o texto. Aqui assumimos essa relação como *especulativa*, na acepção dada por Gadamer (1997, p.675):

A imagem refletida está unida essencialmente ao próprio aspecto visível, através da mediação que é o observador. Não tem um ser para si, é como uma ‘aparição’ que não é ela mesma e que, todavia, permite que apareça espelhado o próprio aspecto visível. É como uma duplicação que, no entanto, não é mais que a existência de um só. [...] É especulativo quem não se entrega direta e imediatamente à solidez dos fenômenos ou à determinação fixa do que se opina, mas que sabe refletir, [...] que reconhece o ‘em si’ como um ‘para mim’.

As relações anunciadas nas nossas “ideias especulativas” não se pretendem atribuições inequívocas de determinação a um sujeito ou situação, como propriedades dadas às coisas. Pensamos em dar a ver relações possíveis, em que aquilo que é dito reflete algo, mostra uma imagem do que se que põe a nossa frente, tendo sempre em perspectiva o horizonte de sentido que possibilitou estas e não outras imagens. Esse esforço hermenêutico teve como tarefa pôr a descoberto os sentidos possíveis nas multilateralidades das relações entre o atleta e o seu desempenho(ar), seus implícitos e, talvez, seus inéditos.

Pudemos falar da relação do atleta com seus adversários por meio da proposta de *espelhamento entre experiências*, justapondo duas situações: a interação entre o atleta e seus adversários no esporte ao contato com o outro que se dá na situação amorosa. O fizemos na medida em que pudemos notar na relação do atleta com os adversários uma marca de ambiguidade: *só com outros atletas pode-se ser atleta*, só com semelhantes que dão o mesmo sentido à competição, que querem alcançar o mesmo objetivo e que fazem do *ser atleta* um projeto existencial *compartilhado*, ainda que seja justamente este outro-meu-adversário aquele poderá pôr fim ou impor um adiamento ao meu projeto como atleta vitorioso.

Nos serviu como imagem especular justamente esta: só me faço atleta diante de outros atletas, da mesma forma que só me faço amante diante daquilo/daquele que amo. A relação com o esporte dessa maneira “apaixonada”, talvez tenha sido o corolário de que partimos de maneira prévia, sem que disso nos déssemos conta. Nessa trilha se faz a experiência hermenêutica:

Já vimos como a experiência hermenêutica implica sempre o fato de que o texto que se trata de compreender falar a uma situação que está determinada por opiniões prévias. Isso não é uma desfocagem lamentável que obstaculize a pureza da compreensão, mas a condição de sua possibilidade, que caracterizamos como situação hermenêutica. Somente porque, entre aquele que compreende e seu texto, não existe uma concordância lógica e natural, é que se pode vir a participar, no texto, de uma experiência hermenêutica. Somente porque o texto tem de ser transladado, de sua distância para o que nos é próprio, é que ele tem algo a dizer para aquele que deseja entender. (GADAMER, 1997, p.683)

Assim, a interpretação dá a impressão de uma criação nova, pois fazemos com ela operações de linguagem que alargam seus campos de sentido e transmissão. Queríamos que a

experiência de ser-atleta-com-outros, com os adversários, pudesse ser compreendida por meio da construção de pontes de significação. Quisemos transmitir esse *estar-com-outros em uma relação ambivalente*, repleta de sentidos por vezes contraditórios, ameaçadores e excitantes, no formato de uma linguagem que alcançasse atletas e não atletas e dizendo de situações por vezes distantes das competições esportivas. Ou nem tão distantes... Se por toda a psicologia esportiva encontramos menções sobre a condição de exceção própria ao atleta, quisemos, pensando em sentido contrário, mostrar sobre os modos e afetos cotidianos pelos quais o *ser atleta* também pode inserir-se no mundo. No rebote da aproximação feita, entre atletas e seus adversários e as relações amorosas, talvez tenhamos podido lançar também compreensões sobre como as reações diante de eventos esportivos se transformam tão facilmente em reações *apaixonadas*. O embate e o confronto entre desejos por um objetivo comum, os desencontros, os inesperados da sorte ou do azar, o depender da atuação do outro para sobre ela desenhar o próprio desempenho, a atmosfera afetiva da disputa (quer pela vitória, quer pelo amor de alguém) provocam, como bem o sabemos todos nós, reações viscerais.

Uma aproximação deste tipo só se estabelece a partir de *vivências* que possam de alguma forma ser transformadas em *experiências*, e quando isso se faz distante da pretensão de obedecer à pressupostos teóricos que delimitam o que pode ou não ser enunciado, fazendo-o a partir de conceitos. Chamamos a relação entre atleta e adversários de *ambivalente* na medida em que, sendo atleta, precisa-se do adversário não apenas para derrotá-lo ou ser derrotado por ele, mas para que o treinamento, as regras seguidas no jogo, as ações e os projetos de vida façam sentido. Essa condição de possibilidade não está dada a partir do atleta sozinho, do seu talento, de seus feitos, mas é constantemente posta e resposta no horizonte de sentido comum de toda a comunidade de atletas, com seus talentos e seus feitos, com as instituições que regulamentam e sedimentam as modalidades, com as equipes técnicas e com os expectadores nos eventos esportivos.

O adversário, ao mesmo tempo, afronta e constitui meu projeto como atleta, e faço o mesmo por ele. Só podemos nos fazer atletas nesse compartilhamento. Assim como no amor, é na existência do outro enquanto ser amado que reside a minha possibilidade de ser amante. Talvez tenha sido isso que J. Lacan quis dizer com a assertiva que todo amor é recíproco, ainda que não seja correspondido ¹⁰⁰: para cada amante há de existir, necessariamente, um amado, e vice-versa.

¹⁰⁰ Informação obtida em aula, na disciplina “Epistemologias em Psicologia Clínica”, ministrada pelo professor Christian Dunker no Instituto de Psicologia da USP em 06/09/2017. Não consegui localizar em qual dos escritos da extensa obra de J. Lacan se encontra tal assertiva.

Pudemos ver também, ao lado das identificações e das identidades do ser-atleta como modo de ser-no-mundo, de que maneira esses modos próprios são constituídos ao longo da trajetória esportiva de cada atleta, e como não são, a despeito de todas as tentativas classificatórias, identidades passíveis de serem tomadas como propriedades fixas. Paulo, nosso personagem, fala o tempo todo de *variações*: varia o desempenho, a relação de sentido, a apropriação e a desapropriação com a escolha de ser atleta. Variam também os contextos, variam as possibilidades que se abrem e se fecham a ele de maneira quase imprevisível. Varia o *si mesmo*: Paulo *é e não é* o mesmo em cada uma das passagens de sua carreira. Cada episódio compõe com os demais episódios aberturas e fechamentos de mundo e de possibilidades de ser.

Não poderíamos estar mais longe aqui de qualquer ideia de caracterização de personalidades, diagnósticos ou prognósticos. Por mais que trilhe um caminho pautado por um sentido, Paulo nos mostra como no mais das vezes seu nadar-navegar se dá não apenas nas piscinas, mas em um mar de incertezas, iniciativas e desistências, coragem e covardia, encontros e desencontros. Considerados os níveis de tolerância de cada ser-aí humano para com a própria nadidade, com próprio vazio existencial e a finitude, não seria justamente esse nadar-navegar em indefinições o que fazemos, vez por outra, todos nós?

Com Paulo, olhando para sua história/trajetória, quisemos chegar ao sujeito da experiência, em somatória ao sujeito da ação, compreendido como aquele que, a partir de seu querer, *muda* as coisas. Quisemos chegar ao sujeito que é território de passagem,

[...] algo como uma superfície sensível em que aquilo que acontece afeta de algum modo, produz alguns afetos, inscreve algumas marcas, deixa alguns vestígios, alguns efeitos. Se escutamos em francês, em que a experiência é ‘*ce que nous arrive*¹⁰¹’, o sujeito da experiência é o ponto de chegada, um lugar a que chegam as coisas, como um lugar que recebe o que chega e que, ao receber, lhe dá lugar. (BONDÍA, 2002, p.24)

O sujeito da experiência se faz nas situações em que fica marcado por sua passividade involuntária, pois as coisas *lhe acontecem*. Paulo ouve sobre seu “problema psicológico”, sobre sua forma de nadar, sobre as histórias dos amigos, e faz disso questões para si. Torna-se receptivo, disponível para pensar sobre elas, contá-las. Fala, por todo o conto, de uma paixão própria e compartilhada com outros, e sobre como padece dessa paixão, insistindo, procurando ajuda, desistindo de ser atleta, retornando às piscinas, abandonando novamente seu projeto existencial diante da doença, transformando-o em outra carreira. E nesse movimento algo de

¹⁰¹ Tradução nossa: Aquilo que nos chega.

interessantes se faz: Paulo se *expõe* atravessando um espaço indeterminado, pondo-se a prova, trilhando caminhos que abre para si e que se abrem para ele, nos quais pode experimentar-se em novas dimensões. Vemos essas aberturas quando nosso personagem procura outra equipe para representar (a da faculdade) e sai da casa dos pais ainda jovem, mostra-se disposto (e exposto) a uma nova forma de viver, sofre com as distâncias e as rotinas, se abre para ser afetado por histórias de outros atletas, constrói um vínculo produtivo com um ex-colega de equipe que se torna seu treinador...

Essas aberturas se dão justamente em espaços de indeterminação, nos quais Paulo pode ver-se sozinho, sentir-se incapaz (de continuar sendo atleta), abrir-se às pessoas ao redor, permitir-se ser *outsider*, adoecer, fazer escolhas, cuidar de si. Nesse compasso, pode construir novas fronteiras e novas modulações daquilo que *já- sempre-foi*.

Neste ser atingido pela experiência, Paulo transita por espaços familiares e estrangeiros, e encontra “estranhezas” naquilo que lhe parecia mais familiar. P. ex., é convidado a fazer uma escolha diante da proposta para uso de *doping*, a qual recusa já diante da percepção imediata: “*havia algo de errado com as vitaminas*”. O que lhe passa é de tal modo desconcertante que não pode assimilar de pronto o acontecimento em sua completude. Precisa de afirmação externa, de uma visão compartilhada (o que se dá quando conversa com o treinador Vitor sobre o assunto) para validar aquele acontecimento como *real*, uma vez que em seu mundo esportivo, aquela experiência guardava algo de *estranho*. Diante de um aspecto que até então não se havia mostrado com clareza – o competir desleal – Paulo se vê desalojado, e parte da familiaridade com a qual habitava o esporte cai por terra.

Em seguida, se vê mergulhado novamente na estranheza, quando abandona pela primeira vez o projeto de ser atleta e deixa de nadar. Conhecia o “*estar em terra*” e o “*estar na água*”, mas o estar desabrigado, “*estar no ar*”, o faz re-conhecer (conhecer novamente) a morada antiga - a piscina – em seu avesso: como impossibilidade de habitar. Seu corpo também se faz outro quando não mais atleta: não dorme, não se sente cansado, sente cocêiras e “abstinências”. Para “curar-se”, faz do cloro e de seu cheiro característico um aliado, trazendo pela memória, nas sensações olfativas e táteis, algum alívio. Algum abrigo para se alojar diante do *não ser mais quem era antes*.

Nessas passagens, o que vemos com Paulo é que ele não permanece sempre em pé e seguro de si. Aliás, em vários momentos, mesmo sendo um atleta com muitas vitórias na carreira, se localiza no polo oposto ao das conquistas, ou mesmo ao do ser atleta – questionando

que talvez o nadar nem “*fosse para ele*”. Como aponta Bondía (2002, p.25), e não poderíamos dizê-lo melhor: o sujeito da experiência não é

[...] um sujeito que alcança aquilo que se propõe ou que se apodera daquilo que quer; não (é) um sujeito definido por seus sucessos ou por seus poderes, mas um sujeito que perde seus poderes precisamente porque aquilo de que faz experiência dele se apodera. Em contrapartida, o sujeito da experiência é também um sujeito sofredor, padecente, receptivo, aceitante, interpelado, submetido.

Ao falar do contexto da pandemia de coronavírus, ao final do conto, Paulo nos dá a medida justamente desse sujeito a quem as coisas acontecem e que é afetado por elas. Mostra em seu dizer como, em grande escala, não temos mais recursos sociais e psíquicos para lidar com esses imponderáveis, dada nosso “treinamento” como sujeitos da ação.

Mas na trajetória que nos narra Paulo, tal condição de passividade, no entanto, não o impossibilita de ser e de *vir a ser quem se é*. Paulo existe como atleta de alto desempenho, mesmo nos momentos em que seu projeto não se dá no plano do “atleta ideal”, mesmo não sendo inabalável aos tremores e terremotos de seu mundo esportivo, ou imune às suas consequências. Quando volta à piscina, o faz quase que literalmente “pelas bordas”, e ali encontra melhor morada, pela possibilidade de fazer do treinamento do próprio corpo algo mais autêntico. Sem as amarras institucionais da relação de autoridade típica entre treinador e atleta, pode explorar seus limites e aprender, finalmente, a voar na água, como tanto queria. O nado borboleta, poeticamente, se torna sua melhor prova.

Em seu contar-se, Paulo não retorna ao passado, mas o reconstrói, dando a ver um projeto existencial que se deu também ao modo da imprecisão, da abertura de ser. Paulo mostra-se como um sujeito

[...] para quem o lembrar não visa a descrição do passado ‘como de fato foi’, mas a sua retomada salvadora na história presente. Um sujeito, podemos acrescentar, que não fala de si para garantir a permanência de sua identidade, mas que, ao contar sua história, se desfaz de representações definitivas e ousa afirmar-se na incerteza. (GAGNEBIN, 1994, p.102,103)

Fico pensando, concluindo este trabalho, em que medida uma leitura do atleta como um ser super-humano (implacável em seu desejo, insuperável em seu talento e sempre idêntico a si mesmo e ao *estilo* que propaga) carrega de idealidades e ideologias, permitindo aproximações ainda hoje entre desempenho e força de “caráter”, tal como nos primórdios da psicologia do esporte. Eis o peso da tradição: criar uma narrativa romantizada ou dramatizada sob a história de vida do atleta, sobre um jogo ou uma carreira certamente torna o material midiático mais consumível, mas talvez isso se faça às custas do atleta real, que muitas vezes se encontra

angustiado, isolado, pressionado a ser um produto substituível que dura na mesma medida em que duram seus próprios feitos atléticos. Feitos cuja superação vem sendo cada vez mais veloz.

Invariavelmente chama-me a atenção ver alguns dos grandes atletas midiáticos fazerem de si a vivência de reificação que se faz deles, seja na superprodução de suas aparições, nos deslizes de linguagem – chamando a si mesmos na terceira pessoa – no vazio das respostas dadas aos repórteres, no auto(des)cuidado consigo mesmos ou no estilo de vida de quem vive *fugindo ao encontro* da imprensa.

Em uma concepção heideggeriana, podemos pensar que são os passos e a projeção que faz de si no futuro o que estrutura o mundo do ser-aí-atleta, mas esses sentidos não fundamentam suas garantias em *rótulos*: o bom clube, o bom salário, ser famoso ou o patrocínio de grandes marcas. Tais condições não validam, por si mesmas, a manutenção do projeto ser atleta, nem seus resultados possíveis. Pelo contrário, estar cercado por holofotes pode ofuscar o atleta, especialmente para si mesmo.

Quisemos com Paulo, sujeito (também) passivo de suas próprias experiências, mostrar um ser-aí-atleta aberto a transformações, como sujeito passional que diante da paixão se esvanece, se recria e se transborda. Sofre, tem medo e vive a paradoxal liberdade de *ser* sem ser livre, pois que *é obrigado a ser, porque ama* o que faz. Lembrando que em certa altura da narrativa, ao encontrar-se com o mar e nadar novamente, Paulo percebe com e por *outros sentidos* – que não os sensoriais – um chamado: olhou para a água e a água olhou de volta para ele. Nisso está o amor: na não posse do objeto, mas no ser possuído por ele. Paulo, naquele momento, nem tinha mais o *ser atleta* como um projeto existencial, mas a força gravitacional do *sentido* de seu ser-aí-com-outros-no-mundo-esportivo o puxa de volta à piscina, como um astro que se mantém na órbita de um planeta. Vê-se, então, novamente imerso.

No entanto, sua ancoragem neste segundo momento da carreira se faz outra. Sabia, justamente pela *experiência anterior*, que o havia feito *outro dele mesmo*, que a relação com o treinamento e com o treinador precisaria ser diferente, e se permite obtê-la. Na medida em que rompe com lugares pré-estabelecidos, faz-se próximo de outro atleta, um *igual*, que agora seria seu treinador (Vitor), ou antes, um amigo treinador. Em seu saber prático, Paulo sabia precisar de um treinador cuja postura de acolhimento pudesse permitir o aparecimento de um *deixar-ser-quem-se-é*, e não de um representante de vozes de comando, posto Paulo que já tinha as suas próprias. Então toma as rédeas de si até a medida em que pode, e reconhece, diante da doença no ouvido, não poder mais controlar os limites do corpo. Conhece dolorosamente seu ponto de chegada, que não foi a borda da piscina onde seria realizada a seletiva olímpica, mas o hospital. Paulo, como tantos atletas diante de lesões ou acidentes na busca de ultrapassar o

limite, encontra-o entranhado no corpo. Posto adiante, no futuro do atleta, este limite é aquilo que alimenta o sonho de sempre poder chegar mais longe no desempenho, mas o limite encontrado o destrói. Esta certamente é a (im)possibilidade do *ser atleta*: andar rente ao precipício dos limites do corpo e da própria morte, feliz como o louco das cartas do tarô, aquele que de olhos vendados, parece não saber por onde caminha.

Ainda no caminho dos recursos hermenêuticos, confeccionamos uma analogia: a do atleta como *ser* que forja a si mesmo, imagem que nos veio à tona quando abordamos a questão da corporeidade. Foi isso que quisemos dar a ver com a imagem da forja: a moldagem do corpo do atleta que apreende a execução dos exercícios na carne, no seu fazer habitual e no conhecimento tácito que constrói no cotidiano. Nessa imagem da forja, encontramos a alternativa possível a uma visada mecanicista ou idealista do homem, localizando-o em seu habitar e em seu fazer(-se): o atleta, como qualquer existente humano, não tem um corpo, *é um corpo*, no qual se fazem descompassos, mutações, regiões de silêncio e de desconhecimento e regiões de apropriação de si.

Nessa concepção, temos um fenômeno de corpo enquanto corporeidade, que não pode e nem poderia demarcar uma experiência de divisão de si: não poderíamos falar de um corpo que, na busca do desempenho esportivo, precisasse lutar contra si mesmo. Falamos de um corporar, de um habitar-se enquanto atleta, que pudesse ir em sua própria direção, forjando-se, e que não poderia deixar de fazê-lo diante do projeto existencial *ser atleta*.

Aqui cabe nos determos um pouco mais. A ideia metafísica de um corpo autodeterminado que se contrapõe aos próprios limites acompanha em grande medida a proposta mesma de cisão entre a razão instrumental e as experiências imediatas que se possam ter desse corpo. Marca ainda uma ideia de cisão do próprio corpo, entre sua objetividade material (que pode ser capturado pelos sistemas de representação científicos) e sua realidade sensível: suas “afecções”, padecimentos, paixões, estranhezas e “desobediências”: a mente dá a ordem de execução do gesto, a repetição incessante dos movimentos ensina e permite virtualmente a execução, mas o desempenho não acontece conforme o planejado, escorrega, tropeça: o salto sai na altura errada; o chute erra o ângulo de contato com a bola, mudando drasticamente sua trajetória; a passada da corrida se descompassa; a força empregada na raquete excede ou falta, erra-se o pé de apoio no golpe que seria certo na luta... desobediências!

Esses fenômenos, por excelência irregulares, variados e efêmeros, resistem aos sistemas representacionais estritamente científicos e perdem, em nossa tradição positivista, a

credibilidade enquanto *possíveis, reais*, sendo tomados pelo viés do erro, do desvio, da desatenção, como símbolos e sinônimos de alguma espécie de *falta*.

Com a narrativa dos maus desempenhos de Paulo, quisemos trazê-los à tona para apresentar esses irrepresentáveis, esses inesperados e incontroláveis. Não raro, escutamos atletas relatarem não saber o que aconteceu com o próprio corpo diante de desempenhos ruins (e de bons desempenhos). Algo simplesmente não acontece como deveria acontecer, como já aconteceu antes, como acontece todos os dias no treinamento.

Talvez (e aqui colocamos ênfase no talvez como hipótese para o desenvolvimento de reflexões futuras) seja justamente a partir da cisão que pretende fazer do corpo um espaço de domínio pela razão instrumental que se crie o terreno para essas *operações de exclusão*: do sentir(-se), do perceber(-se) e do transformar(-se). Essas exclusões, bem o sabemos no campo da psicologia, instituem realidades sob as formas do “subterrâneo”: nos sintomas, somatizações, sonhos, destrutividades, paixões, escolhas incompreensíveis... Para colocarmos em termos mais próprios à fenomenologia, os “subterrâneos” se dão a ver nas variadas formas de desarticulação e desapropriação do ser-aí com seu si mesmo mais próprio, como abertura ao poder-ser. Talvez nesse corpo que fica impedido de perceber-se enquanto existência, enquanto fluxo incessante de transformações que se fazem no corporar a cada momento se crie espaço propício para o surgimento do mau desempenho esportivo no formato de sintoma, merecedor de cautelas e controle. E de luta... *contra si mesmo*.

Se pensamos em como estar junto a atletas que sofrem por seus maus desempenhos, concluímos, a partir do que expusemos no desenvolvimento do trabalho, que a fala passível de ajudar a cuidar desse desempenhar não será apenas aquela que argumenta, demonstra, convence e treina o sujeito para estar no comando de si. Pensamos que a possibilidade de um cuidado ao atleta por meio da fala não é e nem poderia ser um cuidado que se utiliza unicamente (ou principalmente) da lógica. Talvez o falar que possa oferecer cuidado tenha que se valer também do escutar a corporeidade naquilo que ela “diz” sobre o que faz e como o faz.

Voltando aos pontos de nossa análise compreensiva, nos valem também do recurso mais óbvio a uma narrativa: *apresentamos cenas em meio a um cenário*, quando apresentamos três falas distintas de três personagens diante da competição esportiva. Paulo, Léo e Ricardo Prado foram os atletas que disseram de si diante da ansiedade trazida pela disputa, e deram a ver formas de colocar-se naquilo que pudemos compreender como uma tonalidade afetiva afinada à competição. Nomeamos tal tonalidade como *nervoso*, e procuramos mostrar como este não se faz necessariamente ao modo da ansiedade competitiva referida nas teorias psicológicas.

O nervoso, tal com o apresentamos aqui, se mostrou como a tonalidade que afina a existência do ser atleta ao mundo competitivo, *a possibilidade na qual ele já está* (GENDLIN, 1978-1979), fazendo-se indissociável dele. Assim compreendido, esse nervoso não clama por tratamento psicológico ou controle, mas por lugar, legitimidade, e por se constituir como um modo possível de ser atleta que não seja tachado - de imediato - como ineficiente, problemático ou perigoso para o desempenho. Tal configuração, só a podemos ter a partir de um tomar-se pela experiência, e é assim que navegamos com Paulo pelo nervoso: desvelando-o em seu modo afinado à competição.

Nos deparamos, por todas as reflexões apresentadas, com concepções presentes na tradição psicológica, e dialogamos com elas:

- Visitamos o nervoso-ansiedade como um problema, e o fizemos pela contraposição, na visada do nervoso como uma tonalidade afetiva que abre a possibilidade do competir no atleta.

- Visitamos o território das ambivalências presentes nas relações e afetos entre os seres, e o fizemos pela aproximação, apresentando os atletas e seus oponentes em uma ambiguidade necessária – quero vencê-lo, mas preciso dele para isso, e por isso, posso perder dele – para a constituição do próprio projeto como *ser atleta*.

- Ao colocar o corpo como corporeidade, marcamos nossas reflexões pela diferença em relação a uma abordagem biologicista.

Quer nos momentos de maior aproximação ou nos de maior distanciamento, procuramos proceder desconstruções, algo que não poderíamos fazer sem um solo do qual partir. Como reflete Casanova (2010, p. 82):

[...] não é apenas desejável para o pensamento estabelecer um diálogo com a tradição, mas antes uma necessidade oriunda do fato de o pensamento partir constantemente da tradição. Esse diálogo, contudo, não pode simplesmente assumir o horizonte hermenêutico de colocação da questão do ser no interior da tradição, mas precisa, ao contrário, ir ao seu encontro em sintonia com um movimento crítico-destrutivo.

E adiante, na mesma página:

Para Heidegger, nós nos movimentamos constantemente em meio a campos de problematização sedimentados, oriundos de possibilidades abertas pelo passado. Sem esses campos, não haveria mesmo a possibilidade de apreender uma questão enquanto questão, porque ela se colocaria fora da esfera de sentido daquilo que pode aparecer para alguém como efetivamente questionável.

Lendo e relendo o trabalho, me dou conta de que “escutei” a narrativa procurando por reflexões alternativas às perguntas que transpassam a psicologia do esporte, na qual estou a

tanto tempo imersa, a saber: Qual seria o impacto da ansiedade no desempenho? Qual a reação mais positiva e produtiva diante dos adversários? Como motivar o atleta para o treinamento? Como controlar o corpo?

Se fizemos questionamentos em outra direção, como p. ex. sobre a possibilidade de pensar o nervoso como uma atmosfera afetiva, sobre a identidade do atleta ser mais fluida e indeterminada do que se possa supor, sobre o papel das superstições no desejo pelo desempenho e sobre as escolhas no processo da carreira esportiva, reconhecemos que tais questionamentos nasceram deste mundo fático sedimentado em que se dá a psicologia do esporte, e mesmo a psicologia em geral. Se tentamos ir “na contramão” do pensamento psicológico corrente, isso se deu como resultado deste momento histórico que é o nosso, onde, a nosso ver, estamos as voltas com dois fenômenos distintos, mas talvez complementares e igualmente intensos, os quais se anunciam constantemente.

Nos parece que, por um lado, há esforços imensos no sentido de alargar o conhecimento sobre o funcionamento mental humano, diagnosticar e tratar suas mazelas, bem como aumentar seus potenciais e capacidades, partindo de uma concepção de mente enquanto organismo/cérebro. Tal movimento tem no transbordamento da ânsia diagnosticadora e na generalização patológica dos processos de sofrimento seu resultado mais nefasto, e na impregnação do vocabulário cotidiano com o discurso neuropsiquiátrico sua expressão mais evidente.

Por outro lado, notamos que tal esforço de circunscrição dos afetos e modos de ser humanos se depara com um perturbador desafio: ver crescer em ritmo desenfreado as populações de deprimidos e demais “doentes mentais”, os quais fazem, cada vez mais, “desafinar o coro dos contentes.”¹⁰² O indizível e o misterioso do humano, no que ganham em explicações perdem em compreensão, comunicação e compartilhamentos possíveis.

O que sustentamos é que esta tese não se produziria em outro momento histórico, em que não estivesse em vista, nos mais variados campos de conhecimento, um horizonte que indica a necessidade de questionar concepções de homem, de saúde, de desempenho e de “tratamento” estabelecidas historicamente. O que se questiona aqui é um modo de dizer acerca do ser-aí humano, que atrelado a determinadas práticas, produzem os sujeitos que supõe encontrar. Nesse sentido é que propomos, com a fenomenologia, um discurso contra-hegemônico, o que significa nos despojarmos de suposições apressadas e correlações diretas sobre alguém a partir daquilo que se supõe saber pela via teórica.

¹⁰² Verso de Torquato Neto, poeta piauiense, citado por Maria Rita Kehl (2009, p.23).

Por partimos dessa constatação de mundo, onde o modo como a ciência entende o homem é parte importante do *problema do homem para si mesmo*, fomos na direção da experiência – contada em formato de narrativa – e da hermenêutica para negociar com essas camadas calcificadas de questionamentos, buscando conquistar um espaço no qual elas pudessem ser *pensadas novamente*. Assim, sustentamos que uma psicologia de orientação fenomenológica existencial, (qualitativa por excelência) voltada ao esporte pode contribuir, essencialmente, em três sentidos:

- Realizando desconstruções e oferecendo alternativas aos métodos positivistas empregados nas pesquisas e teorizações da área, e apontando os pressupostos epistemológicos e limites pertencentes a esta tradição, nem sempre explicitados, uma vez que tomados como verdades *a priori*;

- Desenvolvendo temas fronteirizos à psicologia do esporte mais tradicional, abordando-os de outra forma e com outros objetivos que não os de mensuração, predição e controle de desempenho, ainda que, sendo também e ainda psicologia do esporte, sempre se remeta a esta esfera. Mas assumindo que o psicólogo pode estar junto ao atleta na dimensão do cuidado, do alargamento de horizontes compreensivos e da construção de projetos de si mais apropriados pelo atleta, ao invés de ser convocado, tanto quanto ele, a *render*.

- Abrindo espaço para o *saber de si* que vem do atleta e de sua prática, dando voz a sua experiência e ao seu experimentar-se. Um espaço em que seja possível legitimar esse saber e equipará-lo a outros saberes, atuando na construção mais integrada das esferas do cuidado e do desempenho no fazer da psicologia do esporte.

A fenomenologia com a qual trabalhamos aqui, em sua forma de compreender o ser humano como atirado à existência, sempre com outros, e cuja condição fundamental é estar no mundo em larga medida sem possibilidade de controle, também compreende o ser-aí humano como possuidor de um inevitável e intransferível cuidado de ser, e, portanto, não determinada por “naturalidades” biológicas ou culturais. Assim, observar o *ser atleta* por esta abordagem significa compreendê-lo como projeto existencial a partir de uma escolha singular, nunca totalmente determinada ou concluída, e compreender o desempenho esportivo como determinado por múltiplos fatores e marcado por circunstâncias nas quais nem sempre as habilidades humanas têm prevalência.

Com tal abordagem, não buscamos *verdades novas*, mas com Heidegger, pensar nas *condições de possibilidade de qualquer verdade*, levando a cabo uma dentre outras possíveis: falamos daquilo que os fenômenos relatados produziram como compreensão. Não como concordância ou julgamento, mas como modo de abordagem, construção de sentidos,

desvelamento de possibilidades. Neste fazer compreensivo, buscamos uma “oxigenação” para a psicologia do esporte, que, conforme tentamos mostrar, não precisa ser sempre tão idêntica a si mesma.

Capítulo 6 – O FIM DE UM CAMINHO SEM FIM.

“Cada um de nós oferece sua vida a uma impossibilidade
(...) e no entanto o que verdadeiramente somos
é aquilo que o impossível cria em nós.”

Clarice Lispector
Legião Estrangeira

Diz o ditado popular: “O verdadeiro teste de uma escolha é fazê-la novamente!”

Ao concluir esse trabalho, interrogo-me sobre por que precisei, novamente, pensar os sentidos envolvidos na prática esportiva, pensar a psicologia do esporte e o atleta, e mais uma vez (re)pensá-los pela tangente, mantendo uma distância necessária, porém ousada, do campo de produção acadêmica mais tradicional dessa disciplina. E por que escrever um conto, uma narrativa, que embora marcada por realidades, se fez ficcional?

Conseguimos responder a segunda pergunta antes da primeira: a intenção neste trabalho foi escrever sobre um condensado de experiências a partir das que tive quando fui atleta, e a partir das quais me faço, hoje, psicóloga do esporte. Essas experiências já estavam dadas, em outros momentos e em outros lugares, e me acompanham desde muito tempo. Optei por contá-las, em vez de procurar por semelhanças nas falas de outros atletas as experiências que já conhecia, o que não seria nem legítimo nem ético. Optei por narrá-las por meio de um personagem fictício e não por meio de uma (auto)biografia, porque não poderia depositar em mim mesma experiências que conheci como expectadora de outras histórias, e que conheci como psicóloga, *de ouvir dizer e contar*, pelos atletas que procuraram por meu atendimento.

Paulo pôde ser o depositário dessa mistura, porque como ficção, pôde ser essa colcha de retalhos, esse *patchwork* em que couberam as experiências que fizeram comigo pontos de contato durante a vida, algumas entranhadas na carne, como atleta; algumas de um lugar distante, quando um atleta me contava no consultório a história de um outro atleta, que eu jamais viria a conhecer; algumas vezes a partir de um olhar atento e privilegiado, ao acompanhar meus colegas atletas, e ainda algumas do sofá da minha casa, em que eu torci agitadamente em disputas esportivas.

Precisava, como psicóloga, dar voz a esses acontecimentos, e como pesquisadora, pensar sobre eles, acompanhá-los, oferecendo compreensões possíveis. Curiosamente uma pesquisa que não tem nenhum experimento se serviu a experimentar: experimentar compreensões,

experimentar uma escrita mais criativa, experimentar olhar de fora o que foi vivido por dentro, e olhar por dentro ao que tive acesso “de fora”.

Se não fui ao campo da “realidade” das entrevistas, fui ao campo da memória, no qual pude estar junto com atletas e comigo mesma, nos momentos de tensão, de exaustão e de euforia, nas conquistas e nas derrotas, nas torções de pé (literais e simbólicas), no cansaço, na disputa, nos inícios e nas despedidas. Busquei pelo *ser atleta*, não como uma teoria que pudesse conter um todo, mas em fragmentos que pudessem conter possibilidades, e, com elas, verdades. De histórias particulares quis escrever uma narrativa que pudesse criar correspondências e não identidades metafísicas. Procurei fugir de proposições teóricas justamente para escapar do campo das representações conceituais. Minha expectativa com a leitura dessa tese é que alguém possa pensar: “*eu sei como é sentir isso*”, ou “*eu posso imaginar como seria*”. E para tal não foi preciso me valer de categorias nosológicas. Nervoso não precisa ser transtorno para ser compreendido enquanto tal, e nem ser doença para ser cuidado, seja com gentileza, humor ou atenção respeitosa.

Nesse ponto final do trabalho, podemos apontar alguns limites. Entre muitos possíveis, escolhemos falar especificamente de três:

- Termos falado do rendimento em uma perspectiva outra que não a científica: não conseguimos (e nem quisemos) propor como melhorar o rendimento a partir do “psicológico”;

- Termos abordado como foco principal uma modalidade individual, citando outras poucas modalidades esportivas: a isso se impôs o limite de propormos compreensões específicas para diferentes modalidades e situações de ser atleta, especialmente nas modalidades coletivas, do ponto de vista do ser-atleta-com-outros enquanto companheiros de equipe

- Não termos conseguido incluir, quer na narrativa, quer na compreensão, a dimensão ocupada pelo espectador no desempenhar do atleta.

Falando desses limites, queremos ao mesmo tempo dizer do que não fizemos e abrir a reflexão daquilo que poderíamos ter feito, para que outros possam talvez seguir pelos caminhos que não percorremos. Direcionar um olhar fenomenológico existencial para o esporte, o desempenho esportivo e alternativo à psicologia do esporte mais tradicional se mostrou uma proposta absolutamente aberta a outras e novas construções.

Ainda que tenha trazido, no conto, participações em outras modalidades para além da natação, inclusive uma delas coletiva (basquete), talvez o alcance das compreensões propostas esteja limitado, neste trabalho, a uma *perspectiva individual*. Isso porque não trouxemos reflexões acerca das *coletividades*. Em nosso entendimento, esta é uma ausência significativa

no trabalho, e sem dúvida fica nesse aspecto a mais forte recomendação de sua continuidade. Para escrever sobre o coletivo, as parcerias, os fenômenos grupais envolvidos na prática esportiva, teríamos que ir por outros caminhos que no tempo desta tese não alcançamos.

Também não ter conseguimos abordar a questão do espectador, da importância de sua participação, e especialmente dos sentidos possíveis que o esporte pode ter para aqueles que o assistem, mas o faremos, ainda que de relance neste ponto final do trabalho. Ao buscar a definição da palavra no dicionário¹⁰³, temos que *espectador* é aquele que presencia um fato, que o testemunha.

Tomamos de empréstimo a análise feita por Gadamer (na mesma direção de Nietzsche em “*O nascimento da tragédia*”¹⁰⁴), especialmente no que se refere ao efeito que possui no espectador, que é, por esta análise, incluído na determinação da essência da tragédia:

O espectador não se comporta no distanciamento da consciência que usufruiu da arte da representação, mas sim na comunhão do tomar parte. O genuíno centro de gravidade do fenômeno trágico reside, ao cabo, naquilo que está sendo representado e reconhecido e no qual, obviamente, a participação não pode ser aleatória. Por mais que o espetáculo teatral trágico, que é encenado solenemente no teatro, represente uma situação de exceção na vida de cada um, não é certamente, como uma vivência avulsiva e não produz uma embriaguez de perplexidade, da qual despertamos para o nosso verdadeiro ser, mas a elevação e a comoção que se apossam do espectador aprofundam, na verdade, *sua continuidade consigo mesmo*. (GADAMER, 1997, p.217,218).

O que podemos aproximar entre essa análise e sentido do esporte para o espectador é essa quase equivalência entre o que é vivido pelo jogador e a própria existência de quem o assiste, como continuidade, e não como experiência alheia a si. Por mais que as condições de acontecimento de um jogo ou disputa sejam particulares, tal como uma encenação artística, esses eventos envolvem o espectador em uma trama que é tida como própria, e em que o atleta representa um atributo dele, seja a preferência por um time, uma nacionalidade, uma tradição, um desafio cotidiano, uma disputa, na qual o espectador se vê iminente implicado.

O oponente encarna, de certa forma, o destino trágico, cuja concretização é a derrota. Tal destino requer esse outro, sem o qual sequer a atuação seria possível. O atleta só existe na medida da confrontação com o outro, na disputa com ele e na comparação com o resultado obtido por ele. Nesse sentido, o esporte pressupõe que o espectador esteja familiarizado com o contexto de luta e disputa, com a “saga” do atleta, para que sua linguagem (a competição)

¹⁰³ Dicionário Google: <https://duvidas.dicio.com.br/espectador-ou-expectador/>. Acesso em 30/01/2021.

¹⁰⁴ NIETZSCHE, F. **O nascimento da tragédia, ou Helenismo e pessimismo**. Trad., notas e posfácio J. Guinsburg. São Paulo: Companhia das Letras, 1992.

realmente o alcance. Somente assim, o encontro afetivo com a disputa em questão pode tornar-se um auto encontro, um *re-encontrar-se* a si mesmo, em seus próprios dilemas, conflitos, disputas, vitórias e derrotas. Não à toa, o esporte cria e mobiliza tonalidades afetivas que, sem a referência a uma representação de si e das próprias lutas por parte do espectador, tornar-se-iam absolutamente incompreensíveis. Arte e esporte têm em comum serem a realização daquilo que já são: dão existência àquilo que é representado através deles¹⁰⁵.

Para encerrar, cabe dizer que em vários momentos, durante a confecção desta tese, me senti às voltas com várias experiências marcantes que tive como atleta, mas lembrar e reviver algumas delas foi algo por vezes dolorido, hora pelo peso que possuíram, hora pela saudade que trouxeram.

Uma dessas lembranças foi a do meu primeiro campeonato brasileiro, quando eu tinha 16 anos. Havia feito apenas um índice, que me permitia participar, portanto, de apenas uma prova, os 200 metros nado medley. O campeonato foi em Belém, no estado do Pará, ou seja, uma viagem bastante longa e financeiramente problemática, para nadar apenas uma prova. Minha primeira viagem de avião, primeira vez tão longe da casa dos meus pais, em uma viagem com um técnico homem e outros três atletas homens.

No dia da prova fazia um calor incrível em Belém, e eu nadaria as eliminatórias por volta de 10 horas da manhã. O peso sobre aquela prova talvez tenha sido o maior peso que senti em toda a minha carreira como atleta, pelo contexto em que se deu. Tinha uma boa marca classificatória, se conseguisse repeti-la poderia me classificar para as finais, que seriam no mesmo dia, no período da tarde.

Foi dada a partida, mergulho corretamente, mas um pequeno desvio da posição dos braços e da cabeça resultou em um pequeno desajuste na pressão dos óculos, que se deslocou um pouco, o suficiente para encher de água o olho direito. Mantenho meu propósito de nadar forte, mas enxergo pouco, e o sol estava muito forte. Na primeira virada não vi direito a parede e uma das minhas mãos escorregou ao tocá-la. A regra do nado exige que, na virada do primeiro estilo (borboleta) para o segundo (costas), o nadador encoste as duas mãos na parede simultaneamente, e uma das minhas mãos escorregou. Na natação, é difícil saber com certeza

¹⁰⁵ Escrevo grande parte desta tese em 2020, ano em que justamente o testemunho presencial ao esporte foi suspenso pela necessidade de distanciamento social, e os Jogos Olímpicos de Tóqui adiados para 2021. Diante da pandemia, a humanidade teve que, por um período, parar de ser testemunha presente de suas criações culturais como um todo. A compreensão dos acontecimentos socioculturais relacionados à pandemia do Coronavírus/Covid-19 e seus significados demandará tempo para que se sedimentem, e permanece em aberto, certamente tema para outros trabalhos, inclusive relacionados ao esporte.

se se está desclassificado de uma prova, mas esse tipo de erro quase nunca passa despercebido pelos juízes de virada.

Como continuar a nadar, como continuar fazendo tanto esforço, mesmo sabendo que provavelmente seria em vão? Como não pensar na vergonha e na decepção que sentiria quando, diante da minha equipe, meu técnico e minha família, ao ver o resultado, encontrasse a palavra “desclassificada” ao lado do meu nome? Os braços pesaram mais que o normal. A prova pareceu uma eternidade e a parede da chegada pareceu estar muito, muito longe.

Mas continuei a nadar, pois havia me proposto a isso. Mesmo sabendo que aquele esforço não traria nenhum resultado. Que independente do tempo que fizesse, me sentiria envergonhada em ter sido desclassificada, e culpada pelo gasto que meus pais tiveram em pagar a viagem para mim. Me sentiria triste por todos os treinos extenuantes até aquele campeonato, e que haviam sido “desperdiçados”. Continuei fazendo força, mesmo não sendo prazeroso, mesmo não fazendo muito sentido naquele momento. Continuei porque de alguma forma pensei que “*desclassificações acontecem*”, e que era o que eu deveria fazer. Continuar me esforçando, porque é isso o que se pode fazer frente as dificuldades que a vida apresenta. Esse era o sentido de ser atleta para mim.

Revivi a sensação daquela prova em diversos momentos durante a confecção desta tese porque, no início, não conseguia ver para onde estava indo. Ter mudado de orientadora durante o processo me permitiu “tirar a água dos óculos”, mas ainda assim, ficaram muitas dúvidas. Será que eu conseguiria terminar a tese a tempo, sendo que me restava metade do tempo regular para tal, e teria que começar a tese “do zero”? Conseguiria passar nos exames de qualificação e defesa, tendo feito uma opção tão arriscada, mesmo para os parâmetros da fenomenologia como método, de apresentar uma narrativa como material de análise? Conseguiria escrever um texto compreensível sobre a condição de ser atleta frente ao próprio desempenho que fosse acessível para outros atletas?

No último ano de escrita da tese, nada mais nada menos que uma pandemia tomou a todos como um imenso *tsunami*, encobrendo de incertezas não apenas a vida acadêmica, mas todas as esferas da existência. Sendo trabalhadora do SUS, não pude me afastar do trabalho presencial, das notícias e dos fatos, a cada dia mais trágicos e desoladores. Como prosseguir com a tese à noite se durante o dia nada mais parecia fazer o mesmo sentido de antes? Como negociar com o medo constante da morte, das perdas, e vendo no olhar dos amigos que atuavam na linha de frente a versão mais crua do desespero e da falta de esperança? O sentido desta tese, muitas vezes, se perdeu por completo. Como continuar?

Não sabia. Talvez já estivesse “desclassificada”. Talvez todo o esforço estivesse sendo feito em vão. Talvez não a terminasse a tempo. Talvez não conseguisse, diante de tantas e tamanhas angústias, produzir efetivamente uma tese de doutorado que fizesse jus ao título.

Em muitos momentos pensei em parar, como pensei lá, em Belém, no meu campeonato. Desejei desistir, “sair da piscina”, deixar a pós-graduação, que em tantos momentos me lembrou a solidão de estar sozinha, nadando, sem ouvir a torcida, sem enxergar direito, sem que o treinador pudesse fazer nada para ajudar. Mas, por algum motivo ou por algum sentido, não pude parar, nem aqui... nem lá. Ainda que não mais atleta, ou mesmo para aqueles que nunca tenham sido atletas, talvez não seja dos momentos de sucesso, mas daquilo que o impossível faz em nós, *dos sentidos* que encontramos vida afora, que tecemos a nossa história...

Repete-se aqui a mesma pergunta feita acima: Por que foi preciso pensar novamente essas questões do atleta, e pensá-las mais uma vez pela tangente, mantendo uma distância necessária, porém perigosa, da produção acadêmica mais comum e mais aceita na área?

Talvez porque a fenomenologia continue oferecendo a possibilidade de olhar para o “*como*”, no lugar de para o “*o que*”. Talvez continue oferecendo um espaço propício para o apontamento e a preocupação com as repetições teóricas naturalizadas e legitimadas, com as relações apressadas e pouco rigorosas entre causas e efeitos, com os preceitos e efeitos que passam “desapercebidos” e resultam em modos de produção de subjetividades e “tratamentos”, calcados em um positivismo tanto ambicioso quanto estéril diante das particularidades do humano. Talvez continue oferecendo um espaço de construção de sentido, em território talvez ainda estrangeiro, mas disponível à visita, e, talvez, à habitação ...

Do ponto de vista pessoal, refazer essa escolha se fez possível porque continuo me vendo lançada (ou talvez lançada) à compreensão desses fenômenos pertencentes ao esporte que me atravessaram e constituíram (e constituem). Acredito, e procurei mostrar aqui, que as formas de compreensão propostas pela fenomenologia são *pro-dutivas*, em comparação com outras formas de aproximação que encontrei na primeira metade do percurso desta pesquisa (análise institucional do discurso).

Tal forma de pesquisar, mais “neutra”, que me solicitou a manutenção de uma distância e o “deixar de lado a minha experiência” ao *proceder análises*, se mostrou, felizmente, como um velho conhecido, com o qual já aprendi tanto e que sei reconhecer muito bem: *um mau desempenho!* Porém, um mau desempenho que me abriu a chance, como acontece em uma *virada de jogo* emocionante, de viver a *aventura* que foi realizar esta tese.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AGGERHOLM, K.; JESPERSEN, E.; RONGLAN, L.T. Falling for the Feint – Na Existential Investigation of a Creative Performance in High-Level Football. In: I. Martínková & J. Parry. (Eds.) **Phenomenological Approaches to Sport**. New York: Routledge, 2012, p. 159-174.

ALMEIDA, F.M. Aconselhamento Psicológico numa visão fenomenológico existencial: cuidar de ser. In: H.T.P. MORATO (org.) **Aconselhamento Psicológico Centrado na Pessoa: novos desafios**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1999, p. 45-60.

ANDERSEN, M.B. (ed.) **Doing Sport Psychology**. Champaign, Il: Human Kinetics, 2000.

ANDRADE, C.C.; HOLANDA, A.F. Apontamentos sobre pesquisa qualitativa e pesquisa empírico-fenomenológica. **Estudos de Psicologia**, 27 (2), p. 259-268, 2010.

ATAÍDE, V. de P. **A narrativa de ficção**. Curitiba: Ed. dos Professores, 1972.

BARRETO, J.A. **Psicologia do Esporte para o atleta de alto rendimento**. Rio de Janeiro: Shape, 2003.

BARTHES, R. **Aula**. (Aula Inaugural da Cadeira de Semiologia Literária do Colégio de França). Pronunciada em 7 de janeiro de 1977. Trad. Leyla Perrone-Moisés. São Paulo: Cultrix, 1987.

BAUMAN, Z. **Amor líquido: sobre a fragilidade dos laços humanos**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Editor, 2004.

BAUMLER, G. Sports psychology. In W. G. Bringmann, H. E. Lu"ck, R. Miller, & C. E. Early (Eds.), **A pictorial history of psychology** (pp. 485–489). Carol Stream, IL:Quintessence, 1997.

BENJAMIN, W. O narrador – Considerações sobre a obra de Nikolai Leskov. In: W. Benjamin, **Magia e Técnica, Arte e Política: ensaios sobre literatura e história da cultura**. Trad. Sérgio Paulo Rouanet. 7 ed. São Paulo: Brasiliense, 1994a.

_____. **Rua de Mão Única**. Obras Escolhidas, Volume II. 4ed. São Paulo: Brasiliense, 1994b.

BETTI, M. **Educação Física e Sociedade**. São Paulo: Movimento, 1991.

BIDDLE, S.J.H. (ed.) **European Perspectives on Exercise and Sport Psychology**. Champaign: Human Kinetics Pub, 1995.

BONDÍA, J. L. Notas sobre a experiência e o saber de experiência. Trad. João Wanderley Geraldi. **Revista Brasileira de Educação**, N. 19, pp.20-28, 2002.

BREIVIK, G. Against Chance. A causal theory os winning in sport. In: T. TÄNNSJÖ & C. TAMBURRINI (eds.) **Values in Sport: elitism, nationalism, gender equality and the scientific manufacturing of winners**. New York: Spon Press, 2000, pp. 141-156.

BROWN, T.D.; PAYNE, P.G. Conceptualizing the Phenomenology of Movement in Physical Education: Implications for Pedagogical Inquiry and Development. **Quest**, 61, 418-441, 2009.

BURITI, M.A. História da Psicologia do Esporte. In: Buriti, M.A, (org.) **Psicologia do Esporte**. Campinas: Alínea, 2001, p.11-18.

CASANOVA, M.A. **Compreender Heidegger**. 2ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2010.

_____. Advertência do tradutor. Em DILTHEY, W. **Ideias sobre uma psicologia descritiva e analítica**. Trad. Marco Antonio Casanova, 1ed. Rio de Janeiro: Via Veritas, 2011, p. 9-16.

CHAUÍ, M.S. **Convite à Filosofia**. São Paulo: Ática, 1997.

CHKLÓVSKI, V. A arte como procedimento. In: TOLEDO, D. O. (org.). **Teoria da Literatura: Formalistas Russos** (3ª ed.). Porto Alegre: Editora Globo, 1976, p. 39-56.

COX, R.H. **Sport Psychology. Concepts and Applications**. 6ed. New York: McGraw-Hill, 2007.

CRESQUI, C. História e ficção na construção de narrativas ficcionais: O caso da minissérie Anos rebeldes. Trabalho apresentado no NP de Ficção Seriada. **XXXII Congresso Brasileiro de Ciências da Comunicação (Intercom)**. Sociedade Brasileira de Estudos Interdisciplinares da Comunicação, Curitiba, PR – 4 a 7 de setembro, 2009.

CRITELLI, D.M. **Analítica do Sentido: uma aproximação e interpretação do real de orientação fenomenológica**. São Paulo, Educ. Brasiliense, 1996.

_____. Martin Heidegger e a essência da técnica. **Margem**, São Paulo, n. 16, p. 83-89, Dez., 2002.

_____. **História pessoal e sentido da vida: historiobiografia**. São Paulo: EDUC/Fapesp, 2012.

CHRONI, S.; ABRAHAMSEN, F. History of Sport, Exercise, and Performance Psychology in Europe. In: **Oxford Research Encyclopedia - Psychology**, Online Publication Date: Dec. 2017 DOI: 10.1093/acrefore/9780190236557.013.135. Acesso em 12/03/2018.

DARTIGUES, A. **O que é Fenomenologia?** Rio de Janeiro: Eldorado, 1973.

DALE, G. Existential Phenomenology: Emphasizing the Experience of the Athlete in Sport Psychology Research. **The Sport Psychologist**, v.10, n. 4, p.307-321, 1996.

DaMATTa, R. Antropologia do óbvio. Noras em torno do significado social do futebol brasileiro. **Revista USP. Dossiê futebol**, 22, p.10-17, 1994.

DAVIS, S.F.; HUSS, M. T; BECKER, A. H. Nonnan Triplett and The Dawning of Sport Psychology. **The Sport Psychologist**, v.9, p.366-375. 1995.

DUNNING, E. MALCOLM, D.; WADDING-TON, I. **Sport Histories: Figurational Studies in the Development of Modern Sport**. London: Routledge, 2003.

EITZEN, D.S. Ethical Dilemmas in American Sport: The dark side of competition. In: D.S. EITZEN (ed.) **Sport in Contemporary Society**. Boulder, CO: Paradigm, 2009, p.161-170.

ENRIQUEZ, E. **Psicossociologia – análise social e intervenção**. Petrópolis: Vozes, 1994.

ETTEKAL, A.V.; FERRIS, K.A. BATANOVA, M.; SYER, T. Adolescent athletes' perceptions of the peer-motivational climate in sport: Do they matter for empathic concern? **Research in Human Development**, 13(2), 142-156, 2016.

FIGUEIREDO, L.C. **O silêncio e as falas do corpo**. 1994 (Mimeo)

_____. **Questões ontológicas (e pré-ontológicas) na pesquisa dos processos de singularização**. 1996 (Mimeo).

_____. **Matrizes do pensamento psicológico**. 10 ed, Petrópolis: Vozes, 2003.

FRALEIGH, W. **Rigth Actions in Sport: Ethics for Contestants**. Champaign, Il: Human Kinectics, 1984.

FRASCARELI, L. S. **Interfaces entre Psicologia e Esporte: Sobre o sentido de ser atleta**. Dissertação (Mestrado). 198p. Instituto de Psicologia; Universidade de São Paulo, 2008.

_____. **Derrota e Mau Desempenho Esportivo: Aspectos Psicológicos**. Monografia. 98p. Escola de Educação Física e Esporte; Universidade de São Paulo, 2009.

_____. Os problemas psicológicos do atleta: um olhar fenomenológico para a experiência esportiva. **Revista Brasileira de Psicologia do Esporte**, 3, 115-129, 2010.

GADAMER, H-G. **Verdade e Método I: Traços fundamentais de uma hermenêutica filosófica**. 5 ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 1997.

GAGNEBIN, J.M. **História e Narração em W. Benjamin**. São Paulo: Perspectiva/FAPESP; Campinas/SP: Editora da Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP), 1994.

GARDNER, F.; MOORE, Z. **Clinical Sport Psychology**. Champaign, Ill: Human Kinectics, 2006.

GENDLIN, E.T *Befindlichkeit: Heidegger e a Filosofia da Psicologia*. **Review of Existential Psychology & Psychiatry: Heidegger and Psychology**. v.16, n. 1, 2 e 3, 1978-1979.

GILL, D. **Psychological dynamics of Sport and Exercise**. 3 ed. Champaign, Ill.: Human Kinectics, 2008.

GOUJU, J-L.; VERMERSCH, P. BOUTHIER, D. A Psycho-Phenomenological Approach to Sport Psychology: The Presence of the O/pponents in Hardle Races. **Journal of Applied Sport Psychology**, 19: 2, p.173-186, 2007. DOI: 10.1080/10413200601185172.

GILL, D. **Psychological dynamics of Sport and Exercise**. 3 ed. Champaign, Ill: Human Kinectics, 2008.

GOULD, D.; PICK, S. Sport psychology: The Griffith era, 1920–1940. **The Sport Psychologist**, v. 9, p.391–405, 1995.

GRANITO, V. J. History of Sport, Exercise and Performance Psychology in North America. In: **Oxford Research Encyclopedia - Psychology**, Online Publication Date: May 2017, DOI 10.1093/acrefore/9780190236557.013.133. Acesso em 12/03/2018.

GREEN, C. D. Psychology strikes out: Coleman R. Griffith and the Chicago Cubs. **History of Psychology**, 6, p.267–283, 2003.

HAGGER, M. S. CHATZISARANTIS, N.L.D. Assumptions in research in sport and exercise psychology. **Psychology of Sport and Exercise**, v.10, p.511 - 519, 2009.

HAN, B-C. **Sociedade do cansaço**. Trad. Enio Paulo Giachici. Petrópolis: Vozes, 2015.

HANIN, Y.L. (ed.) **Emotions in Sport**. Champaign, Il: Human Kinetics, 2000.

HEIDEGGER, M. **A Caminho da Linguagem**. Trad. Márcia Sá Cavalcante Schuback. Petrópolis, RJ: Vozes; Bragança Paulista, Sp: Editora Universitária São Francisco, 2003.

_____. **Ser e Tempo**. Trad. de Fausto Castilho. Campinas, SP: Editora da Unicamp; Petrópolis, RJ: Vozes, 2012.

_____. A questão da técnica. In: M. Heidegger. **Ensaio e Conferências**. 8ed. Petrópolis: Vozes; Bragança Paulista: Ed. Universitária São Francisco, 2012a, p.11-38.

_____. Ciência e Pensamento de Sentido. In: M. Heidegger. **Ensaio e Conferências**. 8ed. Petrópolis: Vozes; Bragança Paulista: Ed. Universitária São Francisco, 2012b, p.39-60.

HOGVEEN, B. Skilled Coping and Sport: Promises of Phenomenology. In: I. Martinková; J. Parry. (Eds.) **Phenomenological Approaches to Sport**. New York: Routledge, 2012, p.61-71.

HORN, T.S. **Advances in Sport Psychology**. 3 ed. Champaign: Human Kinetics, 2008.

HUIZINGA, J. **Homo Ludens**. 4 ed. Ed. Perspectiva: São Paulo, 2000.

INWOOD, M. **Dicionário Heidegger**. Trad. Luísa Buarque de Holanda. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Eds., 2002.

JACKSON, S.A.; CSIKSZENTMIHALYI, M. **Flow in sports: the Keys to optimal experiences and performances**. Champaign: Human Kinetics, 1999.

KEHL, M.R. **O tempo e o cão: a atualidade das depressões**. São Paulo: Boitempo, 2009.

KERR, J. **Motivational and emotional in sport: reversal theory**. East Sussex: Psychological Press, 1997.

KORNSPAN, A.S. E.W. Scripture and Yale psychology laboratory: studies related to athletes and physical activity. **The Sport Psychologist**, 21: 2, 152-169, 2007.

KREMER, J.; MORAN, A. Swifter, higher, stronger. The history of Sport Psychology. **The Psychologist**. 21(8), 740-742, 2008.

KROLL, W.; LEWIS, G. America's first sport psychologist. In W. F. Straub (Ed.), **Sport psychology: An analysis of athlete behavior**, pp. 16–19. Ithaca, NY: Movement, 1978 (Original work published 1970).

KUHN, T.S. **A estrutura das revoluções científicas**. 5. ed. São Paulo: Editora Perspectiva S.A., 1997.

LANDERS, D.M. Sport Psychology: The formative Years, 1950-1980. **The Sport Psychologist**, v.9 (4), pp. 406-417, 1995.

LANDERS, D.M. & BOUTCHER, J. Arousal-performance relationships. In: J. Williams (ed.) **Applied Sport Psychology: Personal Growth to peak performance**. 4 ed. Mountain View, CA: Mayfield, 2001, pp. 197-218.

LISPECTOR, C. **A Legião Estrangeira**. Rio de Janeiro: Edautor, 1964.

_____. **A Hora da Estrela**. Rio de Janeiro: Rocco, 1998.

LIMA, D.F. **Treinamento precoce intenso em crianças e adolescentes**. Belo Horizonte: Health, 2000.

MAGILL, R.A. **Aprendizagem Motora**. São Paulo: Edgard Blucher, 2000.

MALDINEY, H. O Existente. Trecho (pp.319-323) retirado do artigo: Maldiney, H. L'Existant; In: **Penser l'homme et la folie**, Ed. Millon, Grenoble, 1991, pp 295-323.

MARTENS, R. VEALEY, R.S. BURTON, D. **Competitive anxiety in Sport**. Champaign: Human Kinectics Books, 1990.

MARTÍNKOVÁ, I.; PARRY, J. An Introduction to the Phenomenological Study os Sport. In: I. Martínková & J. Parry. (Eds.) **Phenomenological Approaches to Sport**. New York: Routledge, 2012, pp.1-17.

MARTINS, J. **Um enfoque fenomenológico do currículo: educação como *poiésis***. São Paulo: Cortez, 1992.

MELO, J.B. “**Afasta de mim esse CALE-SE**”: narrativas de corporalidades travestis e trans para uma ação clínica e política em psicologia. 230f. Tese (Doutorado). Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo. São Paulo, 2019. DOI: <https://doi.org/10.11606/T.47.2019.tde-26112019-111052>

MERLEAU-PONTY, M. **Fenomenologia da Percepção**. 3 ed. São Paulo: Martins Fontes, 2006.

McARDLE, W.D. **Fisiologia do Exercício: energia, nutrição e desempenho humano**. 5ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2008.

McLAUGHLIN, D.W.; TORRES, C.R. Sweet Tension and its Phenomenological Description: Sport, Intersubjectivity and Horizon. In: Martínková, I.; Parry, j. (eds.). **Phenomenological Approaches to Sport**. New York: Routledge, 2012. pp. 86-100.

MOREIRA, V. O Método Fenomenológico de Merleau-Ponty como Ferramenta Crítica na Pesquisa em Psicopatologia. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, 17 (3), pp. 447-456, 2004.

MULLEN, R.; LANE, A.; HANTON, S. Anxiety symptom interpretation in high-anxious, defensive-anxious, low-anxious and repressor sport performers. **Anxiety, Stress and Coping**, 22: 91-100, 2009.

MÜLLER, A. From Phenomenology to Existentialism – Philosophical Approaches Towards Sport. In: I. Martínková & J. Parry. (Eds.) **Phenomenological Approaches to Sport**. New York: Routledge, 2012, pp. 18-32.

NESTI, M. Phenomenology and Sport Psychology: Back To The Things Themselves! **Sport, Ethics and Philosophy**.5 (3); pp.285-296, 2011. DOI:10.1080/17511321.2011.602582.

NUNES, A.P. **Entre aprendizagem significativa e metodologia interventiva: A práxis clínica de um laboratório universitário como aconselhamento psicológico**. 218f. Dissertação (Mestrado). Instituto de Psicologia. Universidade de São Paulo. São Paulo, 2006. DOI: 10.11606/D.47.2006.tde-27072006-122444.

_____. **O estágio de atendimento nos anos iniciais: experiência com plantão psicológico**. 139f. Tese (Doutorado). Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo. São Paulo, 2015. DOI: 10.11606/T.47.2015.tde-29092015-173657.

PIERRO, C. di; CILLO, E.; NASCIMENTO, F. **Léo, uma conquista inspirada em histórias reais**. Barueri, SP: Novo Século Editora, 2019.

POLANYI, M.; PROSCH, H. **Meaning**. Chicago: University of Chicago Press, 1975.

POMPEIA, J.A.; SAPIENZA, B.T. **Os dois nascimentos do homem: escritos sobre terapia e educação na era da técnica**. Rio de Janeiro: Via Veritas, 2011.

RANIERI, L.P.; BARREIRA, C.R.A. Dimensões existenciais e vivências esportivas: as experiências dos atletas com deficiência visual. **Memorandum**, v. 25, pp.176-198, 2013.

RATCLIFFE, M. **Feelings of being: Phenomenology, psychiatry and the sense of reality**. UK, Oxford: Oxford University Press, 2008.

RAVIZZA, K.H. A philosophical construct: A framework for Performance Enhancement. **International Journal of Sport Psychology**, v.33, p.4-18, 2002.

RICOEUR, Paul. **Tempo e Narrativa**. Trad. Constança M. Cesar. Campinas: Papiris, 1994.

RONKAINEN, N.J.; NESTI, M. An existential approach to sport psychology: Theory and applied practice. **International Journal of Sport and Exercise Psychology**, 15: 1, p. 12-24, 2017. DOI: 10.1080/1612197X.2015.1055288.

ROWLEY, A.J.; LANDERS, D.M.; KYLLO, L.B.; ETNIER, J.L. Does the iceberg profile discriminate between successful and less successful athletes? A meta-analysis. **Journal of Sport & Exercise Psychology**, v. 17, p. 185-199, 1995.

RÚBIO, K. A psicologia do esporte: histórico e áreas de atuação e pesquisa. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v.19, n.3, p. 60-69, 1999.

_____. **O Atleta e o Mito do Herói. O imaginário esportivo contemporâneo**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2001.

_____. Aplicando a teoria: tempos de prática em Psicologia do Esporte. In: Rúbio, K. (org.). **Psicologia do Esporte Aplicada**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2003, p. 9-12.

_____. **Medalhistas olímpicos brasileiros: memórias, histórias e imaginário**. São Paulo: Casa do Psicólogo: FAPESP, 2006.

RYBA, T.V.; STAMBULOVA, N.B.; WRISBERG, C.A. The Russian origins of sport Psychology: A translation of an early work of A.C. Puni. **Journal of Applied Sport Psychology**, 17, 157 – 169, 2005.

SAMPAIO, V.F. **Atendimento fenomenológico existencial com casal: uma possibilidade de ação psicológica autoral**. Tese (doutorado). 163p. Universidade de São Paulo, Instituto de Psicologia, 2018.

SAMULSKI, D. **Psicologia do Esporte**. Barueri: Manole, 2002.

SANTOS, B.S. **Introdução a uma ciência pós moderna**. 3ed. Rio de Janeiro: Graal, 2000.

SARAMAGO, L. Entre a Terra e o Céu: a questão do habitar em Heidegger. **O que nos faz pensar**, n. 30, pp. 73-83, 2011.

SERRES, M. **Filosofia Mestiça**. Trad. Maria Ignez Duque Estrada. Rio de Janeiro, RJ: Ed. Nova Fronteira, 1993.

SINGER, R. N. Applied sport psychology in the United States. **Journal of Applied Sport Psychology**, v.1, p. 61–80, 1989.

SPIEGELBERG, H. **Phenomenology in Psychology and Psychiatry. A Historical Introduction**. Evanston: Northwestern University Press, 1972.

STANDAL, O.F.; MOE, V.F. Merleau-Ponty meets Kretchmar: Sweet Tensions of Embodied Learning. In: I. Martínková & J. Parry. (Eds.) **Phenomenological Approaches to Sport**. New York: Routledge, 2012, pp. 72-85.

STREAN, W.B.; ROBERTS, G.C. Future directions in applied sport psychology research. **The Sport Psychologist**, 6(1), 55-65, 1992.

SURDI, A.C.; KUNZ, E. Phenomenology as the grounds to the significant human movement. **Movimento**, v.15, n.2, 2009. <https://seer.ufrgs.br/Movimento/article/view/3054/5770> Acesso em 09/01/21.

SWOAP, R. A. A history of Division 47: Exercise and sport psychology. In D. A. Dewsbury (Ed.), **Unification through division: Histories of the divisions of the APA**, vol. 4, pp. 151–173. Washington, DC: American Psychological Association, 2000.

TAYLOR, J.; WILSON, G. **Applying Sport Psychology: Four Perspectives**. Champaign, Il: Human Kinetics, 2005.

TÄNNSJÖ, T.; TAMBURRINI, C. (eds.) **Values in Sport: elitism, nationalism, gender equality and the scientific manufacturing of winners**. New York: Spon Press, 2000, 246p.

TRIVIÑOS, Augusto. **Introdução à pesquisa em ciências sociais: a pesquisa qualitativa em educação**. São Paulo: Atlas, 1987.

TUBINO, M.J.G. Uma visão paradigmática das perspectivas do esporte para o início do século XXI. In: Moreira, W.W. (org.) **Educação Física e Esporte: perspectivas para o século XXI**. Campinas: Papirus, 1993.

VANNATTA, S. A Phenomenology of Sport: Playing and Passive Synthesis. **Journal of the Philosophy of Sport**, 35:1, 63-72, 2008. DOI: 10.1080/00948705.2008.9714727.

WEINBERG, R.S.; GOULD, D. **Foundations of Sport and Exercise**. 6ed. Champaign, Il: Human Kinetics, 2015.

WILLIAMS, J.M.; STRAUB, W.F. Nueva Psicología del Deporte: pasado, presente, futuro. Champaign, In: Williams, J.M. (org.) **Psicología aplicada al deporte**. Madrid: Biblioteca, 2001.