

Le Breton, David. *Marcher la vie. Un art tranquille du bonheur.* París: Éditions Métailié, 2020, 168 pp.

Eugénio Lopes¹

Investigador independente, Portugal

Quando se fala de filosofia, deve-se também falar da pessoa humana. Do mesmo modo, quando se fala de antropologia deve-se igualmente falar do corpo humano, porém, sem se cair em qualquer reducionismo, como se verifica, por exemplo, no materialismo, que defende que a pessoa humana não é nada mais do que o seu corpo, chegando, assim, ao ponto de divinizá-lo. Esta corrente, opõe-se, portanto, a um outro reducionismo, próprio do dualismo, que dissocia ou desconsidera esta componente da pessoa humana em detrimento de uma outra, a mente, como se verifica, por exemplo, no espiritualismo. Ambos os reducionismos comprometem, portanto, a autorrealização de qualquer pessoa humana.

Quando se fala do corpo humano, pode-se, ainda, cometer um outro erro, ou seja, ao abordar-se esta componente pode-se dar um menor enfoque aos membros inferiores em detrimento das suas outras componentes. De facto, com os membros inferiores podemos realizar múltiplas atividades, que são de igual modo importantes para que qualquer pessoa humana possa autorrealizar-se de diferentes modos. Ora, uma dessas atividades é sem dúvida a deslocação, onde um dos seus matizes é o “caminhar”.

Neste sentido, com a edição do livro supracitado, o Antropólogo Francês, David Le Breton, que ao longo de vários anos tem-se também dedicado à investigação de vários temas relacionados com corpo, vem, uma vez mais, mostrar como o caminhar encontra-se estritamente ligado à pessoa humana

¹ lopes_eugenio@hotmail.com

e, neste sentido, de que maneira esta atividade é importante, de diferentes formas, para que nos autorrealizemos de um modo mais profícuo.

Para atingir tal objetivo, o autor dividiu esta sua obra em treze capítulos, que, de uma forma geral, analisam e descrevem o caminhar nas suas três dimensões de tempo: o momento antecipatório da caminhada, a caminhada em si e a recordação da caminhada. Assim, no primeiro capítulo, intitulado “Meter-se a Caminho”, Le Breton define e contextualiza o caminhar, mostrando, de igual modo, a sua importância para a pessoa humana². Já no segundo, intitulado “A Rota Imaginária”, o autor analisa e descreve os fenômenos que antecedem ao caminhar propriamente dito.

Sucessivamente, no terceiro capítulo, intitulado “O Ritmo”, Le Breton investiga e expõe, como o próprio nome indica, as diferentes formas e intensidades que podemos adotar quando caminhamos. Já no quarto, intitulado “*Homo Caminans*”, o autor mostra como o caminhar faz parte da essência da pessoa humana, analisando, assim, a sua função e importância ao longo dos tempos, em particular durante a pré-história.

Posteriormente, no quinto capítulo, intitulado “Trace o Seu Próprio Caminho”, Le Breton analisa e descreve os vários trajetos e vias que podemos usar e seguir na caminhada, bem como as várias etapas que se verificam quando caminhamos. Já no sexto, intitulado “Os Inconvenientes”, o autor identifica e analisa algumas realidades que podem dificultam o caminhar.

Em seguida, no sétimo capítulo, intitulado “O Caminho”, Le Breton identifica, descreve e analisa alguns caminhos que, ao longo da história, se tornaram famosos pelo facto de acolherem vários caminhantes, em particular o “Caminho de Santiago de Compostela”. Já no oitavo, intitulado “As Grandes Fugas”, o autor investiga e descreve sobretudo o mundo afetivo dos caminhantes.

Continuamente, no capítulo nono, intitulado “As Paisagens Estão Vivas”, Le Breton descreve alguns ambientes com os quais nos podemos deparar ao caminhar. Aqui, o autor também analisa como esses ambientes nos podem afetar, interpelar e, desta forma, promover a nossa contemplação face a eles, permitindo-nos, por sua vez, entrar e conhecer o mundo dos valores, em particular no que diz respeito aos valores estéticos. Já no décimo,

² A tradução dos títulos dos capítulos ao português foi feita por mim.

intitulado, “Entre a Solidão e a Companhia”, o autor dissecar e descreve as diferenças existentes entre o caminhar sozinho e o caminhar acompanhados.

Sucessivamente, no capítulo décimo primeiro, intitulado “Caminhada para Jovens Desterrados”, Le Breton mostra a importância do caminhar sobretudo para as pessoas jovens, bem como, sucessivamente, o seu impacto para as gerações vindouras. Já no décimo segundo, intitulado “Caminhar para Curar”, o autor evidencia de que forma o caminhar pode ser um método terapêutico.

Finalmente, no capítulo décimo terceiro, intitulado “A Melancolia do Regresso”, Le Breton descreve os momentos posteriores à caminhada, bem como o impacto que as caminhadas exercem em nós, sobretudo do ponto de vista espiritual, psíquico e corporal.

Dos vários pontos positivos que se podem encontrar nesta obra, gostaria de salientar os seguintes. O primeiro consiste no facto de David Le Breton mostrar que o caminhar não só é uma atividade essencialmente humana, como também uma das mais antigas e uma das mais benéficas, em vários sentidos. Neste sentido, sobretudo fruto da evolução tecnológica, o autor lamenta que, atualmente, as pessoas estejam a abdicar desta atividade dando, assim, primazia a um estilo de vida bastante sedentário.

Em consonância com o que foi dito, penso que também se destaca na obra que Le Breton tenha analisado e relacionado o caminhar com a história e a cultura, em particular no que diz respeito à pré-história, mostrando de igual modo que o caminhar não só é uma atividade essencialmente humana, mas também uma das mais antigas.

Considero de igual modo interessante que o autor tenha mostrado que o caminhar faz referência à pessoa enquanto tal, na sua totalidade e unicidade. Ou seja, o caminhar pressupõe não só o nosso corpo, em particular os nossos membros inferiores, mas também abarca os nossos sentidos externos (visão, audição, olfato, gosto e tato) e internos (memória e imaginação), a nossa inteligência, a nossa vontade e a nossa afetividade. Nesta linha, considero de igual modo importante que Le Breton tenha evidenciado como o caminhar se relaciona e influencia os nossos sentidos externos e internos, a nossa inteligência, a nossa vontade e a nossa afetividade, criando-se, assim, uma espécie de ‘simbioses’ entre estas entidades.

Desta forma, uma outra particularidade, que se evidencia pela positiva nesta obra, consiste no facto de o autor mostrar que os diferentes lugares e ambientes pelos quais caminhamos podem-nos proporcionar experiências únicas, permitindo-nos, deste modo, apreender e contemplar vários valores, em particular estéticos, ‘impressões’ que inclusive podem perdurar durante toda a nossa vida.

Porém, a importância do caminhar alarga-se também a outros âmbitos, segundo Le Breton. Neste sentido, seguindo o seu pensamento, destaca-se o facto de que o caminhar possibilita ao caminhante conhecer de melhor forma, digamos, a sua ‘condição metafísica’, a realidade onde está inserido e a si mesmo (autoconhecimento). De facto, apesar de o autor não o mencionar, os filósofos da escola aristotélica, eram também denominados de “peripatéticos” (περιπατητικός), que deriva da palavra (περίπατος), que significa passeio, caminhada, pois filosofavam caminhando. Assim, tendo em consideração estes pressupostos, segundo o autor, o caminhar não só pode estar na base de muitas conversões, como também é um meio profícuo para que as pessoas possam, ao longo da caminhada, conhecer e consequentemente dar um sentido às suas vidas.

Nesta linha, considero interessante que o autor tenha mostrado e relacionado o caminhar com os jovens, mostrando de que forma esta atividade é particularmente importante para eles, como também, neste sentido, para a sociedade e as gerações vindouras.

O caminhar também se relaciona com a saúde e a medicina, segundo Le Breton. Ou seja, caminhar não só é terapêutico, do ponto de vista espiritual, psíquico e físico, como também pode estar na base de muitas curas. Neste sentido, considero também relevante nesta obra que o autor tenha relacionado o caminhar com a medicina.

Nesta obra, considero igualmente importante que o autor tenha distinguido o “caminhar sozinho” do “caminhar acompanhado”, mostrando, assim, não só as suas diferenças, mas também as vantagens e as desvantagens de um face ao outro.

Nesta obra, destaca-se também pela positiva a forma como Le Breton descreve os fenómenos que se verificam antes, durante e depois das caminhadas, evitando, assim, focar-se apenas no caminhar propriamente dito.

Recorrendo a este método, penso que o autor enriqueceu a sua análise que teceu ao caminhar.

Nesta linha, considero relevante que o autor tenha mostrado que o caminhar faz referência não apenas a uma componente objetiva como também a uma componente subjetiva. De facto, caminhamos por vários motivos, com diferentes intensidades e ritmos, em diferentes lugares e ambientes, sob diversos estados de alma, por diferentes tempos, etc. De igual modo, a ‘impressão’ que a caminhada deixa no caminhante, varia de pessoa para pessoa.

Um outro ponto que considero que se destaca pela positiva na obra consiste no facto de Le Breton ter recorrido, em algumas partes das obras, aos testemunhos de várias pessoas, conhecidas ou inclusive desconhecidas pelos leitores, fundamentando, assim, as suas ideias.

Considero de igual modo interessante nesta obra que Le Breton tenha também analisado e descrito, historicamente falando, alguns caminhos que, cronologicamente, se tornaram famosos pelo facto de acolherem vários caminhantes, localizados em diferentes áreas geográficas e que apresentam algumas diferenças entre si.

Sucessivamente, considero de igual modo importante que o autor tenha relacionado o caminhar com a ética. Ou seja, devido ao facto de o caminhar ser essencialmente importante para a pessoa humana, Le Breton considera que a forte implementação e adoção tecnológica tem vindo a dificultar esta prática, promovendo, assim, por exemplo, o sedentarismo, algo que pode ser avaliado desde o ponto de vista ético.

Finalmente, tendo o autor estabelecido um diálogo entre várias áreas científicas, penso que esta obra sobressai também pelo facto de poder ser do interesse de vários leitores, das mais variadas áreas de investigação, tais como filósofos, sociólogos, educadores, psicólogos, médicos, políticos, etc., podendo, desta forma, dar respostas positivas em tais áreas, possibilitando, assim, o seu avance e desenvolvimento.

Num período onde, muitas das vezes, verifica-se uma má conceção do corpo humano; num período onde reina o sedentarismo, fruto da ‘invasão’ tecnológica, que faz com que não se use e exercite muito os nossos membros inferiores, que são de igual modo importantes para que qualquer pessoa humana possa autorrealizar-se, penso que este livro de David Le Breton prima pelo facto de procurar não só desmistificar alguns erros antropológicos,

como também de reimplementar a prática da caminhada, a fim de ajudar o leitor a autorrealizar-se de uma forma mais profícua. Neste sentido, se me é permitido, gostaria de uma vez mais encorajar o autor a continuar com os seus temas de investigação como tão bem tem habituado os seus leitores até hoje.