

**UNIVERSIDADE ESTADUAL DO PIAUÍ**  
**CAMPUS PROFESSOR ALEXANDRE ALVES DE OLIVEIRA**  
**LICENCIATURA EM LETRAS-INGLÊS**

**WALLACY ALEXANDRE DOURADO DO NASCIMENTO**

***CAN'T HURT ME* (2018) BY DAVID GOGGINS À LUZ DA CRÍTICA**  
**PSICANALÍTICA: “from the weakest piece of shit on the planet into the hardest man**  
**god ever created, or so i tell myself”**

**PARNAÍBA**

**2024**

**WALLACY ALEXANDRE DOURADO DO NASCIMENTO**

***CAN'T HURT ME (2018) BY DAVID GOGGINS À LUZ DA CRÍTICA***

**PSICANALÍTICA: “from the weakest piece of shit on the planet into the hardest man  
god ever created, or so i tell myself”**

Monografia apresentada como trabalho de conclusão do curso de Licenciatura em Letras-Inglês da Universidade Estadual do Piauí, Campus Professor Alexandre Alves de Oliveira, como pré-requisito para a obtenção do título de Licenciado em Letras-Inglês.

Orientadora: Profa. Dra. Renata Cristina da Cunha.

**PARNAÍBA**

**2024**

N244c Nascimento, Wallacy Alexandre Dourado do.

Can't hurt me (2018) by David Goggins à luz da crítica psicanalítica: "from the weakest piece of shit on the planet into the hardest man god ever created, or so i tell myself" / Wallacy Alexandre Dourado do Nascimento. - 2024.  
56f.: il.

Monografia (graduação) - Universidade Estadual do Piauí - UESPI, Curso de Licenciatura Plena em Letras Inglês, Campus Alexandre Alves de Oliveira, Parnaíba - PI, 2025.

"Orientador: Profa. Dra. Renata Cristina da Cunha".

1. Crítica Psicanalítica. 2. Violências Físicas e Psicológicas. 3. Can't hurt me (2018). 4. David Goggins. I. Cunha, Renata Cristina da . II. Título.

CDD 420

**WALLACY ALEXANDRE DOURADO DO NASCIMENTO**

***CAN'T HURT ME (2018) BY DAVID GOGGINS À LUZ DA CRÍTICA***

**PSICANALÍTICA: “from the weakest piece of shit on the planet into the hardest man  
god ever created, or so i tell myself”**

Monografia apresentada como trabalho de conclusão  
do curso de Licenciatura em Letras-Inglês da  
Universidade Estadual do Piauí, Campus Professor  
Alexandre Alves de Oliveira, como pré-requisito  
para a obtenção do título de Licenciado em Letras-  
Inglês.

**COMISSÃO EXAMINADORA**

---

Professora orientadora: **Dr. Renata Cristina da Cunha**  
Universidade Estadual do Piauí - Campus Parnaíba

---

Professor convidado: **Dr. Ruan Nunes Silva**  
Universidade Estadual do Piauí - Campus Parnaíba

---

Professor convidado: **Dr. Leonardo Davi Gomes de Castro Oliveira**  
Universidade Estadual do Piauí - Campus Parnaíba

**APROVADA EM \_\_\_\_\_ DE \_\_\_\_\_ DE 2024**

## **AGRADECIMENTOS**

Eu agradeço a mim, que fiz o trabalho.

Agradeço à professora Renata, que me orientou.

Agradeço à banca examinadora pela colaboração.

NASCIMENTO, Wallacy Alexandre Dourado. **Can't hurt me (2018) by David Goggins à luz da crítica psicanalítica**: “from the weakest piece of shit on the planet into the hardest man god ever created, or so I tell myself”. Monografia. 56 p. 2024 (Graduação em Letras-Inglês) – Universidade Estadual do Piauí – UESPI, campus de Parnaíba, 2024.

## RESUMO

A partir do estudo de obras literárias, a Crítica Literária possibilita ao leitor compreender múltiplos aspectos intrínsecos e extrínsecos à sua realidade. Tendo isso em mente, esta pesquisa problematiza conceitos da Crítica Psicanalítica no livro *Can't Hurt Me* (2018), escrito por David Goggins. Nesse sentido, este estudo visa responder, à luz da crítica psicanalítica, à seguinte questão: quais são os mecanismos de defesa presentes nas experiências de David Goggins ao lidar com traumas físicos e psicológicos e como eles afetam seu modo de pensar, sentir e agir? A fim de responder tal questão, foi estabelecido o seguinte objetivo geral: investigar, à luz da crítica psicanalítica, quais são os mecanismos de defesa presentes nas experiências de David Goggins ao lidar com traumas físicos e psicológicos e como eles afetam seu modo de pensar, sentir e agir. Para atingir o objetivo geral, foram estabelecidos os seguintes objetivos específicos: discutir os pressupostos teóricos da Crítica Psicanalítica, com ênfase na primeira tópica freudiana: consciente e inconsciente, na perspectiva do trauma e dos mecanismos de defesa; apontar a gênese, a natureza e os tipos de violências físicas e psicológicas sofridas por David Goggins nas diferentes etapas de seu desenvolvimento humano: infância, adolescência e vida adulta; descrever os traumas causados pelas violências físicas e psicológicas sofridas por David Goggins e saber como foram superados. Para alcançar esses objetivos, foi realizada uma pesquisa com abordagem qualitativa, de natureza exploratória, do tipo bibliográfica, baseada nos estudos de Tyson (2015), Freud (2003, 1920, 1963), Anna Freud (1943, 1966), Berger (1991), Ferenczi (1988), entre outros. Os achados demonstram que David Goggins teve sua vida profunda e completamente afetada pelas violências sofridas em sua infância, adolescência e vida adulta, com traumas que, ao serem superados, determinaram suas formas de pensar, sentir e agir.

**Palavras-chave:** Crítica Psicanalítica; Primeira tópica freudiana; Violências físicas e psicológicas; *Can't hurt me* (2018); David Goggins.

NASCIMENTO, Wallacy Alexandre Dourado. **Can't hurt me (2018) by David Goggins (2018) à luz da crítica psicanalítica**: “from the weakest piece of shit on the planet into the hardest man god ever created, or so I tell myself”. Monograph. 56 p. 2024 (Graduação em Letras-Inglês) – Universidade Estadual do Piauí – UESPI, campus de Parnaíba, 2024.

## ABSTRACT

Through the study of literary works, Literary Criticism enables the reader to understand multiple aspects that are intrinsic and extrinsic to their reality. With this in mind, this research problematizes concepts of Psychoanalytic Criticism in the book *Can't Hurt Me* (2018), written by David Goggins. Taking this into consideration, this study aims to answer, in the light of psychoanalytic criticism, the following question: what are the defense mechanisms present in David Goggins' experiences when dealing with physical and psychological traumas and how do they affect his way of thinking, feeling and acting? In order to answer this question, the following general objective was established: to investigate, in light of psychoanalytic criticism, what are the defense mechanisms present in David Goggins' experiences when dealing with physical and psychological traumas and how do they affect his way of feeling, thinking and acting. To achieve the general objective, the following specific objectives were established: to discuss the theoretical assumptions of Psychoanalytic Criticism, with an emphasis on the first Freudian topic: conscious and unconscious, from the perspective of trauma and defense mechanisms; to identify the genesis, nature and types of physical and psychological violence suffered by David Goggins in the different stages of his human development: childhood, adolescence and adulthood; to describe the traumas caused by the physical and psychological violence suffered by David Goggins and to find out how they were overcome. To achieve these objectives, a qualitative, exploratory, bibliographical study was conducted, based on the studies of Tyson (2015), Freud (2003, 1920, 1963), Anna Freud (1943, 1966), Berger (1991), Ferenczi (1988), among others. The findings demonstrate that David Goggins' life was profoundly and completely affected by the violence suffered in his childhood, adolescence and adulthood, with traumas that when overcome, determined his ways of thinking, feeling and acting.

**Keywords:** Psychoanalytic Criticism; First Freudian Topic; Physical and Psychological Violence; *Can't hurt me* (2018); David Goggins.

## **LISTA DE ILUSTRAÇÕES**

Figura 1 — David Goggins na skatelandia.....	33
Figura 2 — David Goggins e Wilmoth.....	37
Figura 3 — David Goggins aos 24 anos de idade.....	44

## SUMÁRIO

<b>REFLEXÕES INICIAIS .....</b>	<b>8</b>
 <b>CAPÍTULO 1: A BASE TEÓRICA.....</b>	<b>14</b>
1.1 PSICANÁLISE.....	14
1.1.1 1º TÓPICA:INCONSCIENTE.....	16
1.1.2 TRAUMA.....	17
1.1.3 MECANISMOS DE DEFESA.....	19
1.2 CRÍTICA LITERÁRIA PSICANALÍTICA.....	23
 <b>CAPÍTULO 2: A VIDA DE DAVID GOGGINS.....</b>	<b>28</b>
2.1 QUEM É DAVID GOGGINS?.....	28
2.2 AS VIOLÊNCIAS, OS TRAUMAS E OS MECANISMOS DE DEFESA.....	30
2.3 INFÂNCIA DE DAVID GOGGINS.....	31
2.3.1 ADOLESCÊNCIA DE DAVID GOGGINS.....	37
2.3.2 A VIDA ADULTA DE DAVID GOGGINS.....	44
 <b>REFLEXÕES FINAIS.....</b>	<b>51</b>
 <b>REFERÊNCIAS.....</b>	<b>54</b>

## REFLEXÕES INICIAIS

Antes de iniciar esta introdução, é necessário explicar o subtítulo desta monografia que está em inglês e que optamos por traduzir como: “do pedaço de merda mais fraco do planeta até o homem mais forte que Deus já criou, ou pelo menos é o que eu digo a mim mesmo”. Optamos por esse subtítulo porque essa sentença, proferida por David Goggins na introdução do livro: *Can't Hurt me: Master your mind and defy the odds*<sup>1</sup> (2018), *corpus* deste estudo, explicita como ele se via e se sentia quando era mais jovem, e como se vê e se sente nos dias atuais. Ou seja, ela representa o antes e depois de sua forma de enxergar o mundo e também remete aos muitos eventos traumáticos de sua vida e como ele os superou.

Isso posto, narro, na sequência, o surgimento de meu interesse pela temática desta pesquisa quando cursei o componente curricular de Crítica Literária e conheci a Crítica Psicanalítica. Ao estudar o assunto, pude perceber que o inconsciente e o papel que ele desempenha em nossa vida é um dos focos principais da área. Fiquei intrigado ao descobrir o quanto os acontecimentos da vida de uma pessoa influenciam, de forma inconsciente, os comportamentos e decisões tomadas ao longo da nossa jornada de vida. Nesse momento, minha curiosidade havia aparecido, mas eu ainda precisava de um caminho para trilhar e foi aí que descobri o livro de David Goggins.

*Can't hurt me* (2018) é o nome do livro escrito por David Goggins, em que ele conta sua história e compartilha como conseguiu superar as adversidades para alcançar seus objetivos. David Goggins é alguém que teve uma infância terrível e tinha várias justificativas para desistir, mas com a mentalidade de superar tudo em seu caminho, conseguiu vencê-las. Grande parte de sua estratégia para lidar com a pressão foi usar a mente a seu favor, e esse fator me levou à minha problemática de pesquisa.

Por que esses fatores chamaram a minha atenção? Assim como todo mundo, enfrentei muitos medos ao longo da vida. Esses medos impediram-me de ir atrás do que eu queria, ou até limitaram, muitas vezes, o meu alcance, pois os questionamentos induzidos pela mente sempre apareciam e inundavam minha cabeça com dúvidas, inseguranças e negatividades. E se isso acontecer? E se aquilo acontecer? Essas são algumas das muitas questões que enfrentamos quando tentamos superar os nossos medos e fazer o que devemos fazer. Portanto, devido às nossas experiências de vida anteriores enraizadas em nosso cérebro, somos programados para temer e escolher a opção mais confortável, como dito por Goggins:

---

<sup>1</sup> “Não pode me ferir: Domine sua mente e desafie as estatísticas” (Tradução nossa).

That's just nature. Each specific life comes with its own personalized portion of pain. It's coming for you. You can't stop it. And you know it. In response, most of us are programmed to seek comfort as a way to numb it all out and cushion the blows. We carve out safe spaces<sup>2</sup> (Goggins, 2018, p. 294).

Nessa perspectiva, podemos dizer que essa é a nossa mente inconsciente escolhendo o caminho de menor resistência que nos manterá confortáveis e seguros. Porém, é a mesma mente que irá mantê-lo nesse lugar de conforto, resultando em um estado de inércia, ou seja: longe de seus objetivos.

Devido a esses fatores mencionados, após ler o livro de David Goggins, eu quis entender melhor como ele “dominou” sua mente e tomou controle sobre esses pensamentos autodestrutivos. Percebi que a crítica psicanalítica dispõe de ferramentas necessárias para me ajudar a desvendar as particularidades psicanalíticas que podem ser identificadas nos episódios do livro de David Goggins.

As violências que ele sofreu ao longo de sua vida variam de lugares e formas. Os palcos dessas violências foram inúmeros, de diversas pessoas e com diferentes motivos (raciais, domésticas, institucionais, sociais). Mas podemos afunilar os modos das violências sofridas a duas principais: a violência física e a psicológica.

A violência física é um tipo de violência muito comum em nosso dia a dia. Nós vemos na internet, na TV e até presencialmente. No entanto, compreender o seu conceito e como pode ser caracterizada é uma ferramenta importante para ampliar a nossa perspectiva sobre o assunto. Isso porque “The concept of physical violence is related to explicit violent acts, such as punching and kicking on purpose”<sup>3</sup> (Bonamigo, *et al.*, 2022, p. 10). Portanto, podemos dizer que violência física é qualquer coisa que atinja o corpo de forma direta com a intenção de causar danos.

A violência psicológica acaba sendo a que tem mais presença em nossa vida, pois acompanha todos os outros tipos de violências. Então, podemos dizer que “can be synthesized as any purposeful act that causes emotional damage to the victim and is present whenever any type of violence is exercised”<sup>4</sup> (Bonamigo, *et al.*, 2022, p. 10). Em suma, se existe algum tipo de violência, existe violência psicológica.

---

<sup>2</sup> “Isso é apenas a natureza. Cada vida específica vem com sua porção personalizada de dor. Está vindo até você. E você não pode pará-la. E você sabe disso. Em resposta, a maioria de nós está programado para buscar conforto como forma de anestesiá-lo tudo e amortecer os golpes. Criamos espaços seguros” (Tradução nossa).

<sup>3</sup> “O conceito de violência física está relacionado a atos violentos explícitos, como socos e chutes proposital” (Tradução nossa).

<sup>4</sup> “Pode ser sintetizado como qualquer ato proposital que cause dano emocional à vítima e esteja presente sempre que for exercido qualquer tipo de violência” (Tradução nossa).

Por isso, as violências que sofremos ao longo da vida resultam em traumas. Essas experiências traumáticas podem ter efeitos nas formas como encaramos a vida, ou mesmo na forma como nos comportamos (Freud, 2003). Portanto, nossa mente é afetada negativamente de forma contínua, por pequenas porções dela. Nossa mente inconsciente armazena esses eventos que “marcaram” profundamente nossa mente e eles se apresentam em vários sintomas que podem variar desde pequenas experiências repressivas até atos autodestrutivos totais, que se mostram penetrando nossos atos conscientes (Freud, 1963). A maneira como respondemos a isso pode ser o fator de mudança.

Como explicado, David Goggins é uma pessoa que sofreu grandes adversidades na vida, diversos tipos de violência foram cometidos contra ele. Não só o ambiente social era prejudicial para a sua mente, mas também as suas próprias respostas a esses estímulos externos, como demonstrado no seguinte excerto:

I had a damn good excuse too. Life dealt me a bad hand. I was born broken, grew up with beat downs, was tormented in school, and called nigger more times than I could count. We were once poor, surviving on welfare, living in government-subsidized housing, and my depression was smothering. I lived life at the bottom of the barrel, and my future forecast was bleak as fuck<sup>5</sup> (Goggins, 2018, p. 6).

À luz da Psicanálise, podemos relacionar muitas situações da vida de Goggins com as particularidades desse campo e desvendar muitos padrões psicológicos envolvidos em seu comportamento. A forma como ele respondeu à violência pode ser dividida em diferentes formas e pode ser vista de diferentes maneiras. Como ele melhorou ao longo dos anos e como o fez, também pode ser objeto de estudo, pois de sua experiência podemos tirar insights preciosos sobre o funcionamento da mente, e isso pode nos ajudar a compreender o papel despercebido que o inconsciente desempenha em nossa vida (Tyson, 2015).

Com a ajuda da crítica psicanalítica, podemos perceber como Goggins foi capaz de compreender e superar esses traumas por meio de suas ações. Além disso, o foco em seus primeiros atos autodestrutivos, nos conflitos que enfrentou e nas inúmeras violências que sofreu, pode nos ajudar a compreender as ações que ele tomou para lidar com essa realidade. No entanto, temos que nos atentar que muitas das ações que tomamos devido a essas experiências anteriores são “automáticas” (Tyson, 2015), e estar ciente delas é uma das

---

<sup>5</sup> “Eu também tinha uma desculpa muito boa. A vida não foi generosa comigo. Nasci quebrado, cresci sofrendo espancamentos, fui atormentado na escola e chamado de negro mais vezes do que conseguia contar. Já fomos pobres, sobrevivíamos da assistência social, vivíamos em habitações subsidiadas pelo governo, e a minha depressão era sufocante. Eu vivi a vida no fundo do poço e minha previsão de futuro era sombria pra caralho” (Tradução nossa).

maneiras pelas quais Goggins conseguiu superar muitas de suas dificuldades (Goggins, 2018, p. 6).

Diante desse contexto, esta pesquisa visa responder, à luz da crítica psicanalítica, à seguinte questão: Quais são os mecanismos de defesa presentes nas experiências de David Goggins ao lidar com traumas físicos e psicológicos e como eles afetam seu modo de pensar, sentir e agir? A fim de responder essa pergunta, foi estabelecido o seguinte objetivo geral: investigar, à luz da crítica psicanalítica, quais são os mecanismos de defesa presentes nas experiências de David Goggins ao lidar com traumas físicos e psicológicos e como eles afetam seu modo de sentir e agir. Para tanto, foram estabelecidos os seguintes objetivos específicos: discutir os pressupostos teóricos da Crítica Psicanalítica, com ênfase na primeira tópica freudiana: consciente e inconsciente, na perspectiva do trauma e dos mecanismos de defesa; apontar a gênese, a natureza e os tipos de violências físicas e psicológicas sofridas por David Goggins nas diferentes etapas de seu desenvolvimento humano: infância, adolescência e vida adulta; descrever os traumas causados pelas violências físicas e psicológicas na vida de David Goggins e saber como foram superados.

Para alcançar esses objetivos, foi realizada uma pesquisa com abordagem qualitativa, do tipo bibliográfica, de natureza exploratória, de cunho interpretativista. A abordagem da pesquisa é qualitativa, pois aborda a subjetividade e “may broadly mean that it aims at understanding the meaning of human action”<sup>6</sup> (Schwandt, 2007, p. 248). Em virtude da dimensão subjetiva da pesquisa como um fenômeno social e individual, a perspectiva qualitativa foi imperativa. Ademais, a pesquisa é do tipo bibliográfica porque “consiste essencialmente na busca de documentos bibliográficos, isto é, livros e impressos em geral” (Souza, 2016, p. 80). A natureza do estudo é de caráter exploratório, pois almejamos nos familiarizar com o assunto estudado, assim, aumentando nosso conhecimento a respeito das particularidades propostas (Oliveira, 2011). Além disso, é fundamental registrar que a análise literária empreendida foi de cunho interpretativista, que considera aspectos subjetivos da interpretação de cada indivíduo (Schwandt, 2007).

É basilar registrar que, como uma pesquisa científica, ela deve ter fases definidas para evitar desorganização e ser bem sucedida, por isso optamos pela seguinte sequência organizacional: escolha do tema, seleção do material, formulação do problema, seleção dos textos, localização adicional e especificação do material, e análise do material escolhido (Souza, et al., 2021). De forma sucinta, reduzimos essas etapas em apenas quatro: coleta de informações,

---

<sup>6</sup> “Pode significar amplamente que tem como alvo o entendimento da ação humana” (Tradução nossa).

seleção dos dados coletados, registro do material de interesse e arquivamento das informações relacionadas à pesquisa (Amaral, 2007).

Com a realização desta pesquisa, em âmbito social, podemos falar e produzir materiais com os quais as pessoas possam se identificar e serem ajudadas. Mesmo que apenas de forma literária, as produções científicas que tratam dessas questões mentais podem nos ajudar a entender nós mesmos. Portanto, compreender os comportamentos de um objeto, neste caso, David Goggins, pode ter efeitos benéficos para nós, uma vez que podemos nos ver profundamente nos dilemas enfrentados não apenas por David Goggins, mas por qualquer personagem ou pessoa vista pelas lentes da psicanálise (Tyson, 2015).

As contribuições acadêmicas do desenvolvimento de uma pesquisa com tal temática podem ir além de questões de citação, pois a inspiração também é um fator contribuinte. Assim, propor a análise de um material que normalmente não é analisado no meio acadêmico pode trazer uma visão diferente sobre o assunto. Após uma visita ao repositório de monografias de nosso curso, deparei-me com quatro trabalhos que também utilizam a teoria da psicanálise como lentes teóricas: *MIRROR, MIRROR: Rainha Má e a perda do objeto amado em the fairest of all; a tale of the wicked Queen* (2009) (Andrade, 2022); *O EGO E A PERDA DO OBJETO AMADO: a relação afetiva dos irmãos itachi e sasuke à luz da corrente psicanalítica* (Santos, 2019); *A SÉRIE BLACK MIRROR E A CORRENTE PSICANALÍTICA: quando a personagem Lacie Pount encontra os mecanismos de defesa* (Nascimento, 2019); *WHEN I AM THE OTHER: uma análise psicanalítica de Nina, protagonista da obra cinematográfica Black Swan* (Rocha, 2019). Apesar de trabalhar com uma obra inédita, este estudo será uma continuação do legado dos trabalhos psicanalíticos do curso.

Uma das muitas contribuições pessoais que a pesquisa trouxe para mim foi momentos esclarecedores em que a correlação entre a crítica psicanalítica e a vida de David Goggins possibilita. Compreender as ações que ele realizou para lidar com sua dor física e emocional pode ser uma forma de aprender e estudar aspectos produtivos desse contexto. Além disso, quando olhamos para situações como essa, podemos comparar com aspectos da nossa vida aos quais, às vezes, não damos a devida atenção. Não só a minha perspectiva pessoal foi ampliada, mas o meu olhar para as pessoas e para a sociedade poderá se tornar mais compassivo, uma vez que a compreensão de determinadas ações nos aproximará da realidade que cai sobre todos nós.

Como professor, as muitas lições aprendidas do estudo se entrelaçam às minhas perspectivas sociais. Compreender a si mesmo e compreender seus alunos é um passo importante para ser um bom professor, e a psicanálise é um ótimo primeiro passo. Portanto, as lições aprendidas ao longo desta pesquisa não ficarão isoladas do mundo das ideias, mas

poderão ser aplicadas em sala de aula. Um professor que tenta ver o mundo por meio dos olhos de seus alunos possui grande probabilidade de se dar bem com eles e construir um bom relacionamento que afeta diretamente o processo de aprendizagem.

No que diz respeito à estrutura, este trabalho está dividido em reflexões iniciais, em que são discutidos tópicos como a problemática da pesquisa e justificativa. Após isso, adentramos no primeiro capítulo da monografia, em que discutimos a revisão de literatura da pesquisa. Nessa parte, nós tratamos de conceitos como: Crítica Literária, Psicanálise, inconsciente, trauma e mecanismos de defesa. Em seguida, temos o segundo capítulo, que dispõe dos principais conteúdos que são analisados com a Crítica Psicanalítica. Esses conteúdos são divididos em três corpos principais: a infância de Goggins, a adolescência e a vida adulta. Para concluir o trabalho, tratamos das considerações finais e, logo em seguida, as referências da pesquisa.

## CAPÍTULO 1: A BASE TEÓRICA

Neste capítulo, apresentamos as lentes teóricas que elegemos para analisar o *corpus* desta pesquisa: a narrativa autobiográfica de Goggins, a partir de um diálogo entre a Crítica Literária e a Psicanálise.

### 1. 1 PSICANÁLISE

Quando falamos em Psicanálise, três nomes nos vêm à mente: Freud, Jung e Lacan. Os três são os mais famosos e notórios no que diz respeito à psicanálise e, até hoje, ninguém atingiu o nível de importância que possuem (Augusto, 2013). Porém, nesta pesquisa, nós teremos Freud como base principal. As teorias freudianas sobre o inconsciente e os desenvolvimentos decorrentes de seus estudos serão de primordial importância neste estudo.

Se fosse para definirmos esta teoria, poderíamos dizer que “psychoanalysis is both a theory of the human mind and a therapeutic practice. It was founded by Sigmund Freud between 1885 and 1939 and continues to be developed by psychoanalysts all over the world”<sup>7</sup> (Hartke, *et al.*, 2023, p. 2). Portanto, é uma teoria que vai além do âmbito das ideias, pois também foi aplicada como forma de auxiliar no tratamento de transtornos mentais.

In psychoanalysis nothing occurs but the interchange of words between the patient and the physician. The patient talks, tells of his past experiences and present impressions, complains, confesses his wishes and emotions. The physician listens, tries to direct the thought processes of the patient, reminds him of things, forces his attention into certain channels, gives him explanations and observes the reactions of understanding or denial which he calls forth in the patient<sup>8</sup> (Freud, 1920, p. 3).

Nesse viés, a Psicanálise foi utilizada para tratar pessoas afetadas de alguma forma por problemas psíquicos que as impediram de vivenciar uma vida plena. Problemas como ansiedades, depressões, dificuldades sociais afetaram o curso normal da vida das pessoas e o tratamento teve que ir além da consciência “normal”. Foi então que Freud, tratando de seus pacientes, conseguiu fazer descobertas relacionadas ao inconsciente e ao papel que ele

---

<sup>7</sup> “A Psicanálise é, ao mesmo tempo, uma teoria da mente humana e uma prática terapêutica. foi fundada por Sigmund Freud entre 1885 e 1939 e continua a ser desenvolvida por psicanalistas de todo o mundo” (Tradução nossa).

<sup>8</sup> “Na Psicanálise nada ocorre senão a troca de palavras entre o paciente e o psicanalista. O paciente fala, conta suas experiências passadas e impressões do momento, reclama, confessa seus desejos e emoções. O médico escuta, tenta dirigir os processos de pensamento do paciente, lembra-lhe as coisas, força a sua atenção para determinados canais, dá-lhe explicações e observa as reações de compreensão ou negação que o paciente apresenta” (Tradução nossa).

desempenha em nossa vida (Hartke, *et al.*, 2023). Desse modo, podemos dizer que “It is the task of the analyst to bring into consciousness that which is unconscious, no matter to which psychic institution it belongs” (Freud, 1966, p. 28).

Portanto, com a ajuda da Psicanálise o paciente pode conhecer mais de sua mente inconsciente. Falando de forma mais específica, ele terá acesso a informações que antes só estariam registradas em uma parte inacessível de sua mente. Tal conhecimento pode proporcionar uma melhora no quadro psíquico do indivíduo, uma vez que conhecer essas particularidades abre brechas para o desenvolvimento pessoal. Nesse sentido, podemos dizer que a psicanálise trouxe grandes avanços no tratamento da psique humana. Tais métodos proporcionaram a descoberta de tratamentos para lidar com o inconsciente. Desse modo, agindo como uma ciência inovadora que proporciona uma melhora na qualidade de vida de seus pacientes.

A Psicanálise trabalha com conceitos terapêuticos (Freud, 1920), e esses conceitos são diversos e abordam diferentes particularidades da mente. Dentre eles, podemos listar: id, ego, superego, símbolos, mecanismos de defesa e trauma. Tais conceitos compõem a parte da psicanálise que lida com a mente inconsciente que, apesar de não descoberta por Freud, foi profundamente desenvolvida por ele (Berger, 1991). Tendo essa premissa como ponto inicial, nós abordamos como esses conceitos são definidos na perspectiva freudiana e como são divididos.

Concepts that we can apply to the media that will help us understand how they work and how they affect us. Freud was most interested in helping people, but in the course of his amazing career he wrote on many other subjects, such as folklore, humor, and theatre—pointing the way toward the development of psychoanalytic criticism<sup>9</sup> (Berger, 1991, p. 57).

Desse modo, é notório que esses conceitos podem ser usados para além da prática terapêutica. Tendo sido descobertos no campo da terapia, eles estão intimamente relacionados com nossas vidas e meio social. Nós somos afetados intimamente por sua ação em nossos comportamentos. Assim, considerando essas especificidades, trataremos agora individualmente de cada um deles.

---

<sup>9</sup> “Conceitos que podem ser aplicados à mídia para ajudar a esclarecer como funcionam e como nos afetam. Freud estava mais interessado em ajudar as pessoas, mas ao longo de sua incrível carreira escreveu sobre muitos outros assuntos, como folclore, humor e teatro – apontando o caminho para o desenvolvimento da crítica psicanalítica” (Tradução nossa).

### 1.1.1 1º TÓPICA: INCONSCIENTE

A Psicanálise tem como pilar principal aquilo que chamamos de inconsciente. Ele compõe a maioria da nossa mente e é responsável por muitas de nossas atitudes. Quando nós pensamos em mente, é comum que venha à tona processos facilmente identificáveis como alguma questão de inteligência ou comportamento notoriamente disfuncional. No entanto, ao contrário do senso comum, a Psicanálise desvenda o mundo que geralmente não é facilmente percebido: “The first of these displeasing assertions of psychoanalysis is this, that the psychic processes are in themselves unconscious, and that those which are conscious are merely isolated acts and parts of the total psychic life”<sup>10</sup> (Freud, 1920, p. 7).

Portanto, podemos assumir que “The division of the psychic realm into the conscious and the unconscious is the fundamental premise of psychoanalysis”<sup>11</sup> (Freud, 2003, p. 127). Ela pressupõe que temos uma parte de nossa mente da qual temos consciência e outra da qual não temos. Além disso, diz-se que o pré-consciente é uma parte da mente que, às vezes, tem potencial para se tornar consciente (Freud, 2003). Como já pontuado, temos um lado ainda mais profundo da mente, que é o que chamamos de inconsciente:

There are very powerful psychic processes or notions..., all of which can have a considerable effect on the subject's inner life, just like any other notions, but which themselves remain unconscious even though their effects may in turn become conscious as notions<sup>12</sup> (Freud, 2003, p. 128).

Assim, possuímos uma parte da nossa mente que nos é desconhecida, e só podemos testemunhar a sua existência vendo os seus efeitos nas nossas vidas. E esses efeitos podem aparecer de diversas formas, os quais podemos não perceber, a menos que tomemos consciência de sua existência. A falta de consciência dessas particularidades pode ser a razão pela qual elas se perpetuam em nossa vida, pois quanto menos sabemos sobre essas coisas mais as repetimos automaticamente (Tyson, 2011).

Como vimos, mesmo que essa parte da nossa mente esteja inconsciente, isso não significa que não tenha efeito na nossa consciência. Ela produz, verdadeiramente, sintomas que

---

<sup>10</sup>“A primeira dessas afirmações desagradáveis da psicanálise é a de que os processos psíquicos são em si inconscientes e que aqueles que são conscientes são apenas atos isolados e partes da vida psíquica total” (Tradução nossa).

<sup>11</sup>“A divisão do domínio psíquico em consciente e inconsciente é a premissa fundamental da psicanálise” (Tradução nossa).

<sup>12</sup>“Existem noções ou processos psíquicos muito poderosos..., todos os quais podem ter um efeito considerável na vida interior do sujeito, tal como quaisquer outras noções, mas que permanecem inconscientes, embora os seus efeitos possam, por vezes, tornar-se conscientes como noções” (Tradução nossa).

nos atingem e nos afetam a nível consciente: “we then say of the idea that it is in a state of unconsciously, of being not apprehended by the continuous mind... unconsciously it can also produce effects... that finally penetrate the consciousness”<sup>13</sup> (Freud, 1963, p. 116).

Até aqui, nós pudemos notar que “in psychoanalysis we cannot do without this unconscious psyche”<sup>14</sup> (Freud, 1920, p. 241). Isso se faz factual à medida que testemunhamos vários sintomas e atitudes que representam sua existência. Tais fatos, testemunhados no tratamento de pacientes com diversas particularidades mentais diferenciadas, mostram que apesar de ser confrontado por alguns em relação a sua existência, o inconsciente, de fato, existe:

Let anyone in the world account for these facts in a more correct scientific manner, and we will gladly withdraw completely our assumption of unconscious psychological processes. Until then, however, we shall continue to use this assumption, and when anyone wants to bring forward the objection that the unconscious can have no reality for science and is a mere makeshift, we must simply shrug our shoulders and reject his incomprehensible statement resignedly<sup>15</sup> (Freud, 1920, p. 240).

Podemos ver que Freud estava seguro de suas descobertas e confirmava que, até aquele momento, não se tinha melhores maneiras de explicar o que era presenciado. Parte desses processos que têm raízes inconscientes e são testemunhados no nosso comportamento são considerados “mecanismos de defesa”, que serão abordados após discutirmos, a seguir, um dos potenciais ativadores dessas defesas.

### 1.1.2 TRAUMA

A palavra “trauma” é muito comumente usada em nossas vidas, é original do grego, significando ferida ou uma lesão física (Caruth, 1996). Entretanto, quando falamos em psicanálise o termo trauma é focado não em cicatrizes físicas, mas em cicatrizes mentais. Usamos ela para descrever experiências que têm forte impacto em nós ou mesmo, de forma desleixada, para descrever eventos triviais que nos “traumatizaram”. Se fossemos descrever segundo os princípios psicanalíticos, “We may use the term traumatic to describe those

---

<sup>13</sup>“Dizemos então da ideia de que ela está num estado de “inconsciente”, de não ser apreendida pela mente consciente... inconscientemente também pode produzir efeitos... que finalmente penetram na consciência” (Tradução nossa).

<sup>14</sup>“Na psicanálise não podemos ficar sem a psique inconsciente” (Tradução nossa).

<sup>15</sup>“Deixemos que qualquer pessoa no mundo explique estes factos de uma forma científica mais correta, e retiraremos de bom grado completamente a nossa suposição de processos psicológicos inconscientes. Até então, contudo, continuaremos a utilizar esta suposição, e quando alguém quiser apresentar a objeção de que o inconsciente não pode ter realidade para a ciência e é um mero improvisado, devemos simplesmente ignorar e rejeitar resignadamente a sua afirmação incompreensível” (Tradução nossa).

excitations from outside that are strong enough to break through the protective barrier”<sup>16</sup> (Freud, 2003, p. 93). Além disso, podemos dizer que esse conceito é uma condição que tem potencial de se originar de “severe mechanical shock, train crashes, and other life-threatening accidents”<sup>17</sup> (Freud, 2003, p. 77).

Apesar de várias serem as origens de um trauma, elas não são apenas isoladas a eventos que causam ou têm potencial de causar dano físico. Trauma também é usado para descrever “a painful experience that scars us psychologically”<sup>18</sup> (Tyson, 2015, p. 21). Aqui, devemos direcionar a nossa atenção para o uso específico da palavra cicatriz no lugar de ferida, pois uma ferida faz referência a algo momentâneo, enquanto a palavra cicatriz nos remete a feridas fortes o bastante para deixar uma sequela que perdura de forma visível e é sensível. Entretanto, diferente de uma cicatriz física que é facilmente identificável ou tratável, o trauma que nos referimos aqui faz alusão a cicatrizes mentais que são muito mais complexas que uma mera sequela física.

Vários são os eventos que possuem potencialidade de causar trauma, dentre eles podemos citar também a perda de alguém amado ou um sentimento de culpa avassalador (Tyson, 2015). Um evento traumático pode ser tão forte que pode interferir de forma muito grande em nossa mente e corpo: “An event such as external trauma will doubtless provoke a massive disturbance in the organism's energy system, and mobilize all available defence mechanisms”<sup>19</sup> (Freud, 2003, p. 93). Tamanha pode ser a força de um evento traumático, que ao tratar de pacientes perturbados por traumas, Ferenczi (1988) descreve em uma instância como “insuportável” o ato de levar o paciente de volta ao trauma. Desse modo, podemos dizer que o trauma pode ter consequências que além de fortes, são duradouras na vida do indivíduo, causando diversas ativações das defesas da mente.

Freud pontua que a fixação na experiência traumática pode causar episódios recorrentes de comportamentos disfuncionais e que pessoas podem entrar em “complete deadlock by a traumatic experience that ... they give up all interest in the present and future, and become completely absorbed in their retrospections”<sup>20</sup> (1920, p. 239). Desse modo, podemos argumentar que o trauma não é algo que se limita ao momento específico do evento

---

<sup>16</sup>“Podemos usar o termo traumático para descrever aquelas excitações externas que são fortes o suficiente para romper a barreira protetora” (tradução nossa).

<sup>17</sup>“Choque mecânico grave, colisões ferroviárias e outros acidentes com risco de vida” (Tradução nossa).

<sup>18</sup>“Uma experiência dolorosa que nos deixa cicatrizes psicológicas” (Tradução nossa).

<sup>19</sup>“Um evento como um trauma externo sem dúvida provocará uma perturbação maciça no sistema energético do organismo e mobilizará todos os mecanismos de defesa disponíveis” (Tradução nossa).

<sup>20</sup>“Paralisação completa por uma experiência traumática que ... eles desistem de todo interesse no presente e no futuro, e ficam completamente absorvidos em suas retrospectivas” (Tradução nossa).

traumático, mas pode se estender por longos períodos de tempo, afetando a qualidade de vida dos indivíduos. Tal característica perduradora do trauma também é apontada por Caruth (1996, p. 91): “Trauma is described as the response to an unexpected or overwhelming violent event or events that are not fully grasped as they occur, but return later in repeated flash-backs, nightmares, and other repetitive phenomena”<sup>21</sup>. Portanto, tenhamos em mente que o trauma não é um evento isolado que causou fortes perturbações imediatas, mas um agente contínuo, muitas vezes despercebido, que causa inúmeros danos a quem o sofre.

Os traumas fizeram parte da vida de Goggins e ocasionaram muitos efeitos negativos em sua jornada. Esses traumas, por vezes, causavam terrores psicológicos contínuos quando ele ainda era uma criança. Devido a essas fortes perturbações externas, Goggins inconscientemente criou maneiras de lidar com a dor. Isso é o que veremos em seguida, os conceitos das principais defesas freudianas que são “ativadas” para lidar com essas perturbações à psique. Portanto, é de fundamental importância para a análise a compreensão geral dos conceitos descritos, assim como os conceitos ainda a serem mencionados.

### 1.1.3 MECANISMOS DE DEFESA

Antes de adentrarmos nas defesas, acredito que seja importante falarmos de quem as executa. Nesse viés, nós temos a segunda tópica freudiana — as divisões da mente consciente/inconsciente — que são responsáveis por diferentes funções. Cada uma delas regula de forma diferente o nosso comportamento e impulsos. “He called the predominantly passionate, irrational, unknown, and unconscious part of the psyche the id”<sup>22</sup> (James, 1995, p. 208). A parte responsável por mediar esses impulsos “The ego, or “I,” was his term for the predominantly rational, logical, orderly, conscious part”<sup>23</sup> (James, 1995, p. 208). Por último, temos “The superego almost seems to be outside of the self, making moral judgments, telling us to make

---

<sup>21</sup>“O trauma é descrito como a resposta a um evento ou eventos violentos inesperados ou avassaladores que não são totalmente compreendidos quando ocorrem, mas retornam mais tarde em flashbacks repetidos, pesadelos e outros fenômenos repetitivos” (Tradução nossa).

<sup>22</sup>“Ele chamou a parte predominantemente passionai, irracional, desconhecida e inconsciente da psique de id” (Tradução nossa).

<sup>23</sup>“O ego, ou “eu”, era o seu termo para a parte predominantemente racional, lógica, ordenada e consciente” (Tradução nossa).

sacrifices for good causes even though self-sacrifice may not be quite logical or rational”.<sup>24</sup> (James, 1995, p. 208).

Dentre os processos inconscientes que sofremos temos os chamados mecanismos de defesa. O termo “defesa” na Psicanálise não foi inicialmente algo definido e tido como padrão. Freud utilizava inicialmente tal termo para descrever “the ego 's struggle against painful or unendurable ideas or affects”<sup>25</sup> (Freud, 1966, p. 42). Entretanto, se quisermos refinar mais ainda esse conceito, poderíamos dizer que ele é uma “designation for all the techniques which the ego makes use of in conflicts”<sup>26</sup> (Freud, 1966, p. 43). Essas técnicas estão presentes no comportamento humano em nossas sociedades e na maioria das vezes, elas passam totalmente despercebidas ou são completamente negligenciadas. Isso é comum, uma vez que não temos obrigação de nos ater a conceitos psíquicos de determinada linha de estudo.

Como mencionado, os mecanismos de defesa são “various techniques employed by the ego to control instincts and ward off anxieties”<sup>27</sup> (Berger, 1991, p. 68) e “All of us make use of the various mechanisms at one time or another, though we are seldom conscious of doing so”<sup>28</sup> (Berger, 1991, p. 68). Assim, temos certos padrões de comportamento que praticamos sem sequer percebermos o que fazemos e por que os fazemos, que servem de “coping or adaptive mechanisms”<sup>29</sup> (Vaillant, 1995, p. 7). Os mecanismos de defesa podem ser uma forma de explicar alguns comportamentos que de outra forma não fariam sentido. Comportamentos esses que na maioria das vezes podem ser tidos como benéficos para o indivíduo (Vaillant, 1995). Por conta de serem inconscientes, só podem ser trazidos à luz por meio do conhecimento e reconhecimento dos mesmos:

Finally, the ego is itself the object of analysis, in that the defensive operations in which it is perpetually engaged are carried on unconsciously and can be brought into consciousness only at a considerable expenditure of effort, very much like the unconscious activity of any of the prohibited instinctual impulses<sup>30</sup> (Freud, 1966, p. 30).

---

<sup>24</sup>“O superego quase parece estar fora de nós mesmos, fazendo julgamentos morais, dizendo-nos para fazermos sacrifícios por boas causas, mesmo que o auto-sacrifício possa não ser muito lógico ou racional” (Tradução nossa).

<sup>25</sup>“A luta do ego contra ideias ou afetos dolorosos ou insuportáveis” (Tradução nossa).

<sup>26</sup>“Designação para todas as técnicas que o ego utiliza em conflitos” (Tradução nossa).

<sup>27</sup>“Várias técnicas que o ego emprega para controlar os instintos e afastar ansiedades” (Tradução nossa).

<sup>28</sup>“As várias técnicas que o ego emprega para controlar os instintos e afastar as ansiedades. Todos nós fazemos uso desses mecanismos de tempos em tempos, embora raramente tenhamos consciência de fazê-lo” (Tradução nossa).

<sup>29</sup>“Mecanismos de enfrentamento ou adaptativos” (Tradução nossa).

<sup>30</sup>“Finalmente, o próprio ego é o objeto de análise, na medida em que as operações defensivas nas quais ele está perpetuamente envolvido são realizadas inconscientemente e podem ser trazidas à consciência somente com um considerável dispêndio de esforço, muito parecido com a atividade inconsciente de qualquer um dos impulsos instintivos proibidos” (Tradução nossa).

Dado o exposto, podemos afirmar que as defesas são processos inconscientes aplicados pelo ego que são responsáveis por aspectos adaptativos (Vaillant, 1995). A sua identificação só se mostra possível por meio da análise dos comportamentos apresentados. Trazer esses processos inconscientes à tona se apresenta como uma tarefa desafiadora, uma vez que o ego “while conscientiously registering and passing on certain facts, falsifies and rejects others and prevents them from coming to light”<sup>31</sup> (Freud, 1966, p. 30). Nesse viés, tenhamos em mente que esses processos são extremamente complexos e que durante a análise nos baseamos no material literário em mãos e conduzimos uma análise crítica digerível, que não tem como público alvo analistas ou especialistas em Psicanálise.

Ao analisar a vida de David Goggins, veremos a enorme presença dessas defesas em sua vida e o papel importante que elas desempenham em suas respostas às situações psicológicas prejudiciais em que foi colocado. Ao analisar todas essas situações e violências, poderemos encontrar respostas que estariam, talvez, implícitas em sua forma de agir. “That is, their behavior makes more sense to us when we can relate it to the defenses people use to maintain their equilibrium”<sup>32</sup> (Berger, 1991, p. 68). Assim, esses mecanismos serão uma ferramenta importante para conduzir a análise, a fim de entender como Goggins lidou com as situações e como ele conseguiu lidar com elas.

Este trabalho aponta mecanismos de defesa específicos acionados por David Goggins ao longo de sua vida. Esses mecanismos, como o próprio nome sugere, apresentam-se em situações específicas como uma espécie de resposta de proteção a certos estímulos vivenciados por Goggins. Segundo Berger (1991, p. 68), elencamos no quadro a seguir, respectivamente: o nome dos principais mecanismos à esquerda e seu conceito à direita.

Ambivalence	A simultaneous feeling of love and hate or attraction and repulsion toward the same person or object. Sometimes these feelings alternate in rapid succession in people who wish to be able to gratify contradictory wishes.
Avoidance	Refusal to become involved with subjects that are distressing because they are connected to unconscious sexual or aggressive impulses.

<sup>31</sup>“Ao mesmo tempo que regista e transmite conscientemente certos fatos, falsifica e rejeita outros e impede que venham à tona” (Tradução nossa).

<sup>32</sup>“Ou seja, o seu comportamento pode fazer mais sentido para nós se pudermos relacioná-lo com as defesas que as pessoas usam para manter o seu equilíbrio” (Tradução nossa).

Denial or disapproval	Refusal to accept the reality of something that generates anxiety by blocking it from consciousness or by becoming involved in a wish-fulfilling fantasy.
Fixation	Obsessive preoccupation or attachment to something, generally the result of some traumatic experience.
Identification	The desire to become “like” someone or something in some aspect of thought or behavior.
Projection	An attempt to deny some negative or hostile feeling in oneself by attributing it to someone else. Thus a person who hates someone will “project” that hatred onto another, perceiving that person as being the one who hates.
Rationalization	The offering of logical reasons or excuses for behavior generated by unconscious and irrational determinants. (This term was introduced into psychoanalysis by Ernest Jones.)
Reaction formation	This occurs when a pair of ambivalent attitudes generates problems, so one element is suppressed and kept unconscious by overemphasis on the other (its opposite), although it doesn’t disappear. For example, a person might have ambivalent feelings of love and hatred toward another; the hate may be made unconscious and kept unconscious by an overemphasis on love, so that it appears to be replaced by love.
Regression	The individual’s return to an earlier stage in life development when confronted with a stressful or anxiety provoking situation.
Repression	The barring from consciousness of unconscious instinctual wishes, memories, desires, and the like. This is considered the most basic defense mechanism.

Suppression	The purposeful putting out of the mind and consciousness something that the individual finds painful. This is the second most basic defense mechanism. (Because suppression is voluntary, suppressed material can be recalled to consciousness fairly easily, unlike repressed material, which is very difficult to bring to consciousness.) <sup>33</sup>
-------------	--

Sabendo disso, tratamos, a seguir, da Crítica Literária Psicanalítica.

## 1.2 CRÍTICA LITERÁRIA PSICANALÍTICA

A crítica literária não se limita a uma definição compacta que engloba todas as suas nuances. Desse modo, devemos ter em mente que sua extensão vai além de postulados teóricos fixos que direcionam seu uso. Considerando esses aspectos, podemos argumentar que “O conceito de crítica literária, neste caso, passará a abranger vários vetores distintos, linhas de desenvolvimento que se complementam e reforçam, mas que também entram em tensão e até

<sup>33</sup>“**Ambivalência:** um sentimento simultâneo de amor e ódio ou atração e repulsão pela mesma pessoa ou objeto. Às vezes, esses sentimentos alternam em rápida sucessão em pessoas que desejam ser capazes de gratificar desejos contraditórios” (Tradução nossa).

“**Evitação:** uma recusa em se envolver com assuntos que são angustiantes porque estão conectados a impulsos sexuais ou agressivos inconscientes” (Tradução nossa).

“**Negação ou desmentido:** uma recusa em aceitar a realidade de algo que gera ansiedade, bloqueando-o da consciência ou se envolvendo em uma fantasia de realização de desejo” (Tradução nossa).

“**Fixação:** uma preocupação obsessiva ou apego a algo, geralmente o resultado de alguma experiência traumática” (Tradução nossa).

“**Identificação:** um desejo de se tornar “como” alguém ou algo em algum aspecto de pensamento ou comportamento” (Tradução nossa).

“**Projeção:** uma tentativa de negar alguns sentimentos negativos ou hostis em si mesmo atribuindo-os a outra pessoa. Assim, uma pessoa que odeia alguém irá “projetar” esse ódio na outra pessoa e percebê-la como se ela estivesse a odiando” (Tradução nossa).

“**Formação de reação:** ocorre quando um par de atitudes ambivalentes gera problemas, então um elemento é suprimido e mantido inconsciente pela ênfase exagerada no outro (seu oposto), embora não desapareça. Por exemplo, uma pessoa pode ter sentimentos ambivalentes de amor e ódio por outra. Se o ódio for tornado inconsciente e mantido inconsciente pela ênfase exagerada no amor, de modo que pareça ser substituído pelo amor, temos uma formação de reação” (Tradução nossa).

“**Repressão:** desejos instintivos inconscientes, memórias, desejos e assim por diante são barrados da consciência ou “reprimidos”. Este é considerado o mecanismo de defesa mais básico” (Tradução nossa).

“**Supressão:** é tomada uma decisão de colocar algo fora da mente e da consciência; este é o segundo mecanismo de defesa mais básico. Como o material suprimido é voluntariamente colocado para fora da mente, ele pode ser trazido de volta à consciência, ao contrário do material reprimido, que é muito difícil de trazer à consciência voluntariamente” (Tradução nossa).

“**Racionalização:** criação de razões lógicas e racionais ou desculpas para comportamento que é gerado por determinantes inconscientes e irracionais. O termo foi introduzido na psicanálise por Ernest Jones” (Tradução nossa).

“**Regressão:** o retorno a um estágio anterior no desenvolvimento da vida quando alguém é confrontado com uma situação estressante ou que provoca ansiedade” (Tradução nossa).

mesmo se contradizem” (Durão, 2016, p. 10). Dessa forma, é notório que o conceito dessa modalidade de estudo é algo flexível, que proporciona um estudo crítico dos materiais literários.

A crítica literária trabalha com a interpretação e contextualização da literatura. Além disso, enfoca aspectos como funções sociais, políticas e morais da literatura (Cuddon, 2013). Portanto, devemos considerá-la como uma ferramenta muito útil para construir a nossa criticidade. Mesmo que seu início tenha sido muito limitado, ao longo da história a crítica literária ganhou mais relevância e incorporou uma série de novos campos, possibilitando a diversidade que temos hoje (Cuddon, 2013).

Hoje, a crítica literária é um campo de estudo que trata da explicação de uma obra literária considerando sua produção, seu significado e seus elementos artísticos. Contudo, não se limita aos aspectos estéticos, pois temos teorias críticas que tratam de elementos que envolvem questões sociais (Tyson, 2015). Essas divisões das teorias literárias variam em ramos que tratam de diferentes questões sociais e, também, são utilizadas para conscientizar a sociedade.

A crítica literária atém-se à leitura e à interpretação de uma obra literária. Ela é composta por três pilares: o autor, o leitor e o texto. O crítico literário debruça-se sobre a obra como leitor, analisando-a e retirando dela argumentos para validar a sua crítica, constituída por comentários sobre o texto (Leite e Oliveira, 2022, p. 45).

Nesse sentido, nós temos as teorias literárias, que são os ramos que nos permitem compreender o campo que nós propomos a analisar. Quando fazemos crítica literária, temos que utilizar as lentes teóricas para estudar o assunto que queremos analisar, ou seja, “Simply put, literary criticism is the application of critical theory to a literary text”<sup>34</sup> (Tyson, 2015, p. 23). Assim, ao analisarmos assuntos literários ao longo de uma teoria literária, temos que levar em conta suas particularidades e compreender seu universo de dentro para fora.

Antes de entrarmos em mais conceitos, é importante compreender algumas formas de interpretar uma obra literária. Quando analisamos um texto, podemos ver muitas opções diferentes de interpretação, dentre estas, temos a intenção do texto e algumas possibilidades de interpretação não intencionadas. Quando lemos algo considerando a intenção do autor, chamamos isso de leitura “com a corrente”, e quando lemos algo e encontramos suposições não intencionais, chamamos de leitura “contra a corrente” (Tyson, 2015). Simplificando: “Reading with the grain thus implies seeing what the author intended us to see, while reading against the

---

<sup>34</sup> “Simplificando, a crítica literária é a aplicação da teoria crítica a um texto literário” (Tradução nossa).

grain implies seeing something the author didn't intend, something of which he or she was unaware<sup>35</sup>” (Tyson, 2015, p. 24).

Tendo esses aspectos em mente, não devemos nos limitar a observar coisas presas à perspectiva do autor, pois, além de impraticável, também é ilógico. Nem sempre podemos saber o que o autor queria e, mesmo que soubéssemos, a obra literária pode discordar do seu próprio autor (Tyson, 2015).

Veremos que “Psychoanalytic theory asks us to examine the emotional causes of the characters’ behavior and to view a given story, poem, or play as the unfolding of the characters’ personal psychological dramas”<sup>36</sup> (Tyson, 2011, p. 4). Apesar de ser o foco principal deste trabalho, devemos mencionar também outras teorias da crítica que, tratando-se de crítica literária, merecem ao menos uma menção como: a Teoria Marxista, a Teoria Feminista, a Teoria Queer, a Teoria Afroamericana e a Teoria Pós-Colonial (Tyson, 2011).

Agora que entendemos melhor o contexto que envolve esse campo, podemos entrar no assunto principal: Crítica Psicanalítica. Essa Crítica tem como premissa analisar obras literárias e seus personagens tendo como base a Psicanálise. Contudo, não podemos supor que se limite a analisar personagens e permanecer em âmbitos ficcionais, pois mesmo o nosso cotidiano é repleto de situações que podem ser relacionadas aos conceitos desta área de estudo (Tyson, 2015).

Desse modo, a aplicação da Crítica Psicanalítica “sugere normalmente que se utilizam num certo domínio princípios e meios de investigação” (Noel, 1983, p. 17). Nesse sentido, os meios de investigação ou princípios aqui usados serão aqueles já pré-estabelecidos e que tem origem na psicanálise. Entretanto, o alvo da investigação não será um paciente, mas um material literário.

Portanto, devemos estar atentos a esses fatos que, às vezes, passam despercebidos por nós, como diz Tyson: “Whether we realize it or not, psychoanalytic concepts have become part of our everyday lives, and therefore psychoanalytic thinking should have the advantage of familiarity”<sup>37</sup> (2015, p. 28). Muitas palavras que estão presentes no nosso dia a dia fazem parte

---

<sup>35</sup> “Ler a favor da corrente implica, portanto, ver o que o autor pretendia que víssemos, enquanto ler contra a corrente implica ver algo que o autor não pretendia, algo de que ele ou ela não tinha consciência” (Tradução nossa).

<sup>36</sup> “A teoria psicanalítica nos pede para examinar as causas emocionais do comportamento dos personagens e ver uma determinada história, poema ou peça como o desenrolar dos dramas psicológicos pessoais dos personagens” (Tradução nossa).

<sup>37</sup> “Quer percebamos ou não, os conceitos psicanalíticos tornaram-se parte de nossa vida cotidiana e, portanto, o pensamento psicanalítico deveria ter a vantagem da familiaridade” (Tradução nossa).

da Psicanálise e não pensamos muito nisso. Consequentemente, estudá-la não é apenas uma questão de adquirir conhecimento acadêmico, mas também uma forma de nos compreendermos.

If we take the time to understand some key concepts about human experience offered by psychoanalysis, we can begin to see the ways in which these concepts operate in our daily lives in profound rather than superficial ways, and we'll begin to understand human behaviors that until now may have seemed utterly baffling.<sup>38</sup> (Tyson, 2015, p. 28).

Portanto, a compreensão das especificidades desse campo vai além dos domínios da literatura e entra diretamente no mundo real. Levando em conta essa premissa, vamos nos concentrar na história de uma pessoa da vida real: David Goggins.

No que diz respeito ao estudo da obra literária, vamos olhar para o campo psicológico e que tipo de problemas mentais e emocionais os personagens apresentam. Além disso, veremos os comportamentos que se manifestam e estudaremos as raízes desses males. Assim, podemos perceber que o foco dessa crítica é analisar as características mentais e comportamentais disfuncionais de um objeto (Tyson, 2011). Logo, nosso foco não é analisar questões textuais em si, mas as particularidades que podem ser interpretadas como freudianas, contidas no texto.

Freud tended to regard all criticism of his theories as a symptom of resistance to unwelcome truths; so it is worth remembering that psychoanalysis frequently deserves the scorn with which it is repudiated. In literary studies, for example, psychoanalytic criticism often disregards the textuality of texts, their verbal surface, in favour of the Freudian motifs supposedly encrypted in their depths<sup>39</sup> (Ellmann, 1994, p. 2).

Tendo em mente que o foco da análise será as questões psicanalíticas, podemos também pontuar que “psychoanalytic criticism 'displaces the object of analysis from the text to some person', be it the author, the reader, or the characters, all of whom are viewed as independent personalities rather than as functions of the text itself”<sup>40</sup> (Ellmann, 1994, p. 3). Desse modo, a crítica deste trabalho irá focar principalmente em David Goggins, autor e

---

<sup>38</sup> “Se dedicarmos algum tempo para compreender alguns conceitos-chave sobre a experiência humana oferecidos pela psicanálise, poderemos começar a ver as maneiras pelas quais esses conceitos operam em nossas vidas diárias de maneira profunda e não superficial, e começaremos a compreender os comportamentos humanos que até agora pode ter parecido totalmente desconcertante” (Tradução nossa).

<sup>39</sup> “Freud tendia a considerar todas as críticas às suas teorias como um sintoma de resistência a verdades indesejáveis; por isso vale a pena lembrar que a psicanálise merece frequentemente o desprezo com que é repudiada. Nos estudos literários, por exemplo, a crítica psicanalítica muitas vezes desconsidera a textualidade dos textos, sua superfície verbal, em favor dos conceitos freudianos supostamente criptografados em sua profundidade” (Tradução nossa).

<sup>40</sup> “A crítica psicanalítica 'desloca o objeto de análise do texto para alguma pessoa', seja o autor, o leitor ou os personagens, todos vistos como personalidades independentes e não como funções do próprio texto” (Tradução nossa).

“personagem” principal dos eventos listados, assim como também em alguns comportamentos de sua família, que estão diretamente envolvidos com a sua vida.

Ao analisar a história de David Goggins, temos que considerar que “A text is a mirror of the unconscious mind of the writer”<sup>41</sup> (Ogden e Ogden, 2013, p. 8), especialmente quando é a própria história de vida do autor sendo contada. Nesse cenário, podemos levar em conta, além dos próprios eventos de sua vida, sua forma de contar a história. No entanto, este estudo não busca uma verdade incontestável em relação ao inconsciente de Goggins, pois ao praticar a Crítica Psicanalítica, não podemos cometer o engano que “an author’s psychology can be reduced to a distinct set of psychological concept”<sup>42</sup> (Ogden e Ogden, 2013, p. 18).

Levando em conta todos os autores mencionados, podemos definir como resposta final, que a Crítica Literária Psicanalítica é a investigação de um material literário, tendo como ponto de partida e ferramenta de análise a Psicanálise e seus diversos conceitos.

Nesta seção, pudemos discorrer todos os conceitos que veremos na análise. Além disso, também nos foi possibilitado visitar os campos teóricos da Psicanálise e Crítica Literária Psicanalítica. Assim, é imperativo entendê-los para adentrarmos nas correlações que são feitas na análise. Desse modo, podemos seguir ao próximo capítulo em que adentramos no *corpus* deste estudo.

---

<sup>41</sup>“Um texto é um espelho da mente inconsciente do escritor” (Tradução nossa).

<sup>42</sup>“A psicologia de um autor pode ser reduzida a um conjunto distinto de conceitos psicológicos” (Tradução nossa).

## CAPÍTULO 2: A VIDA DE DAVID GOGGINS

Neste capítulo, tratamos das violências físicas e psicológicas sofridas por David Goggins, bem como dos mecanismos de defesa que foram fundamentais para superar os traumas deixados por elas em sua infância, adolescência e vida adulta. Além disso, apresentamos as formas de pensar, sentir e agir adotadas pelo protagonista para superar esses traumas para se tornar um *seal*<sup>43</sup>. Tenhamos em mente que não tentaremos diagnosticar David Goggins com nenhuma condição psicológica, mas sim estudar eventos que ele mesmo atribui as características de traumático, por meio das lentes da Psicanálise.

Considerando as violências sofridas na sua infância, Goggins afirma que: “When you’re getting beat consistently, hope evaporates. You stifle your emotions, but your trauma off-gasses in unconscious ways” (Goggins, 2018, p. 20). Além disso, sobre o período de sua adolescência abordado no livro, ele conta que eles foram “a perfect incubator for post traumatic stress, and before I left I was delivered a double dose of death trauma” (Goggins, 2018, p. 41). Isto posto, primeiro precisamos responder à pergunta: quem é David Goggins e de que trata o seu livro.

### 2.1 QUEM É DAVID GOGGINS?

Atualmente um aposentado oficial de alta patente da Marinha, Goggins já foi considerado uma das pessoas mais fisicamente aptas do mundo. Isso se evidencia quando nos deparamos com seu currículo:

DAVID GOGGINS is a retired Navy SEAL and the only member of the U.S. Armed Forces ever to complete SEAL training, U.S. Army Ranger School, and Air Force Tactical Air Controller training. Goggins has competed in more than sixty ultramarathons, triathlons, and ultratriathlons, setting new course records and regularly placing in the top five. A former Guinness World Record holder for completing 4,030 pull-ups in seventeen hours, he’s a much-sought-after public speaker who’s shared his story with the staffs of Fortune 500 companies, professional sports teams, and hundreds of thousands of students across the country<sup>44</sup> (Goggins, 2018, p. 303).

<sup>43</sup> United States Navy SEALs, comumente conhecidas como Navy SEALs, derivado da sua capacidade de operar no mar (**SEa**), no ar (**Air**) e em terra (**Land**), são a principal força de operações especiais da Marinha dos Estados Unidos e um componente do *Naval Special Warfare Command* (Wikipédia).

<sup>44</sup> “DAVID GOGGINS é um Navy SEAL aposentado e o único membro das Forças Armadas dos EUA a concluir o treinamento SEAL, a Escola de Rangers do Exército dos EUA e o treinamento de Controlador Aéreo Tático da Força Aérea. Goggins competiu em mais de sessenta ultramaratonas, triatlos e ultratriatlos, estabelecendo novos recordes de percurso e regularmente ficando entre os cinco primeiros. Ex-detentor do Recorde Mundial do Guinness por completar 4.030 flexões em dezessete horas, ele é um orador público muito procurado que

No entanto, apesar de David Goggins ser alguém fora da curva no que se diz respeito a resistência, ele assegura que não tem nada de especial e “That anybody can become a totally different person and achieve what so-called experts like him claim is impossible, but it takes a lot of heart, will, and an armored mind”<sup>45</sup> (Goggins, 2018, p. 7). É notório que, após passar por todas as dificuldades de sua vida, Goggins acredita fielmente que qualquer pessoa tem potencial para alcançar seus objetivos. Ele conhece o lado mais feio da vida e sabe muito bem que todos nós temos nossas dificuldades e desafios. Entretanto, apesar de ser uma afirmação ousada, e também ser contrária a maioria do que os “especialistas da mente” pensam, nas palavras de David Goggins, ele viveu e conhece os limites da mente melhor do que aqueles que apenas a estudaram-na, pois “There’s something to be said for living it instead of studying it” (Goggins, 2018, p.7).<sup>46</sup>

A sentença “defy the odds”<sup>47</sup> define a caminhada de Goggins, que foi repleta de violências e adversidades, com perspectiva de vida apontando para o fracasso iminente. Não é à toa que o livro que trabalharemos nesta análise é chamado *Can't Hurt Me: Mastering your mind and defy the odds* (2018). A obra é best-seller do New York Times e já vendeu mais de 5 milhões de exemplares (Amazon, 2023). Além disso, também possui uma taxa de 97% de curtidas pelos usuários do Google (Google, 2023).

O livro está dividido em onze capítulos que nos contam a história da vida de David Goggins e como ele superou as violências que sofreu e as adversidades que apareceram em seu caminho. A trajetória de Goggins é narrada desde sua infância, até sua vida adulta. Cada etapa da sua vida foi acompanhada de dificuldades das mais diversas origens, variando de racismo, preconceitos, surras, doenças, dificuldades de aprendizado, ansiedades e medos. Todas essas violências causaram traumas, ansiedade, medos, depressão e, ao longo da obra, poderemos ver como ele respondeu a esses estímulos.

Nas análises, focamos em eventos desde sua infância, até David Goggins realizar seu sonho de se tornar um oficial de alta patente da Marinha dos Estados Unidos. O autor conta abertamente sua caminhada, e pontua a importância de contar sua história e compartilhar suas dores, falhas e vitórias.

---

compartilhou sua história com as equipes de empresas da Fortune 500, equipes esportivas profissionais e centenas de milhares de estudantes em todo o país” (Tradução nossa).

<sup>45</sup>“Que qualquer um possa se tornar uma pessoa totalmente diferente e alcançar o que os chamados especialistas como ele afirmam que é impossível, mas é preciso muito coração, vontade e uma mente blindada” (Tradução nossa).

<sup>46</sup>“Há algo a ser dito sobre viver isso em vez de estudar isso”, eu disse, depois me virei para o professor. “O que você disse é verdade para a maioria das pessoas, mas não 100 por cento. Sempre haverá 1 por cento de nós que estão dispostos a trabalhar para desafiar as probabilidades” (Tradução nossa).

<sup>47</sup>“Desafie as probabilidades” (Tradução nossa).

David rejeita o que ele chama de “mentalidade de vítima”, ou seja, cruzar os braços e aceitar de forma passiva todas as desventuras que a existência o proporcionou. Ele acredita que a chave para alcançar aquilo que você almeja está em reconhecer as suas falhas e explorar o enorme potencial que há em cada um de nós:

In every town, in every country, all over the world, millions roam the streets, dead-eyed as zombies, addicted to comfort, embracing a victim’s mentality and unaware of their true potential. I know this because I meet and hear from them all the time, and because just like you, I used to be one of them. <sup>48</sup> (Goggins, 2018, p. 6).

Ao olhar para tais afirmações, você pode acusá-lo de pretensioso, argumentar que cada pessoa responde de forma diferente, e não podemos impor a responsabilidade de mudança única e exclusivamente para o indivíduo. No entanto, este estudo não busca alcançar uma verdade incontestável ou mesmo a fórmula mágica da vida, mas busca uma análise de aspectos da vida de David Goggins, tendo como base teórica os pressupostos psicanalíticos. Portanto, devemos considerar não apenas sua história, mas sua forma particular de pensar e ver o mundo.

## 2.2 AS VIOLÊNCIAS, OS TRAUMAS E OS MECANISMOS DE DEFESA

Esta seção está dividida em 3 fases da evolução humana de David Goggins. Primeiramente, nós temos sua infância, período em que viveu com Trunnins Goggins — seu pai. Após isso, temos a fase da sua adolescência, em que ele e sua mãe já haviam fugido de seu pai. Ao final, teremos a sua vida adulta, especificamente dos seus 24 anos até conseguir se tornar um SEAL. Na sua infância e adolescência abordamos as violências sofridas por Goggins e os potenciais traumas derivados dessas. Outrossim, de forma geral, analisamos situações que ilustram a potencial atuação de mecanismos de defesa freudianos, possivelmente desencadeados por consequência dos traumas. Após isso, na sua vida adulta, analisamos como ele superou suas cicatrizes mentais por meio de sua mentalidade. Tendo em vista que cada momento de sua vida representa diferentes tipos de violência, nós iremos discorrê-las e, em seguida, investigaremos por meio das lentes psicanalíticas.

---

<sup>48</sup>“Não se preocupe, você não está sozinho. Em todas as cidades, em todos os países, em todo o mundo, milhões de pessoas vagueiam pelas ruas, com olhos mortos como zumbis, viciados em conforto, abraçando a mentalidade de vítima e inconscientes do seu verdadeiro potencial. Eu sei disso porque os encontro e ouço deles o tempo todo e porque, assim como você, eu costumava ser um deles” (Tradução nossa).

## 2.3 A INFÂNCIA DE DAVID GOGGINS

Nesta seção, tratamos da infância de David Goggins. Consideramos, principalmente, os anos em que ele passou com seu pai e sua família em Paradise Road. Abordaremos traumas vivenciados por ele e como respondeu a esses traumas. Desse modo, daremos início a análise dessa parte de seus anos formadores que foram responsáveis por moldar grande parte da sua percepção do mundo.

Nos primeiros anos de sua infância, David viveu em uma família rodeada de riquezas, mas o que parecia o céu para quem olhasse de fora, na verdade era o inferno para quem via por dentro. Trunnis Goggins — o pai de David Goggins — era um homem que tinha um comportamento extremamente violento em casa e liderava a família como um ditador. Goggins morava em uma bela vizinhança, onde viviam pessoas de alto padrão econômico: “we’re talking about a living breathing American dream”<sup>49</sup>(Goggins, 2018, p.9).

Para Goggins, seu pai representava experiências de tortura encarnada em um ser, para ele, era como seu pai simbolizar o próprio diabo: “The truth was, the Goggins family had just returned home from another all-nighter in the hood, and if paradise road was hell, that meant i lived with the Devil himself”<sup>50</sup> (Goggins, p. 10, 2018). Como já dito, segundo os estudos de Freud, nós temos determinados processos mentais, majoritariamente inconscientes, que desempenham funções específicas: id, ego, superego. Segundo Tyson (2015) personagens de obras literárias, por vezes, podem receber atribuições como uma representação desses processos inconscientes. Se Trunnis Goggins fosse um personagem ele seria a representação de um indivíduo guiado pelo id, pois ele foi levado por suas paixões (Freud, 2003): dinheiro, alcoolismo, luxúria e violência. Não importava se sua família fosse machucada no processo de busca por prazer, com as mãos atadas, a mãe de David Goggins nada podia fazer. A dependência financeira e os laços familiares, impediam-na de deixar o pai de seus filhos, pois “if she wanted to leave, she’d have to walk with nothing at all”<sup>51</sup> (Goggins, 2018, p.15).

Vítima de vários espancamentos, traições e medidas restritivas de um “regime ditatorial”, a mãe vivia em um constante estado de negação. Estado esse que pode ser tido como o ato de inconscientemente ou conscientemente, afastar-se ou evitar uma memória ou realidade

---

<sup>49</sup>“Estamos falando de um sonho americano vivo e pulsante” (Tradução nossa).

<sup>50</sup>“A verdade é que a família Goggins tinha acabado de voltar para casa, após outra noite na vizinhança, e se a Paradise Road era o inferno, isso significava que eu vivia com o próprio Diabo” (Tradução nossa).

<sup>51</sup>“Ele se ressentia disso, tratava suas prostitutas melhor do que a mãe de seus filhos e, como resultado, prendeu-a. Ela era 100% dependente e, se quisesse ir embora, teria que andar sem nada” (Tradução nossa).

que cause dor (Freud, 1966). Em seu caso, ela constantemente tentava se afastar mentalmente da realidade de sofrimento e opressão a qual estava submetida.

A mãe de Goggins, esforçava-se para tentar manter a postura de mãe para os filhos, mesmo enquanto sofria uma enorme pressão psicológica de Trunnis Goggins. As surras na casa de David Goggins eram constantes, tanto para sua mãe, quanto para ele e seu irmão. Não havia ninguém para salvá-los, não podiam contar nem mesmo com a polícia por conta da influência e poder que Trunnis possuía. A única vez que a mãe de Goggins teve coragem para chamar a polícia “Trunnis told them it was all a whole lot of nothing. Just some necessary domestic discipline” <sup>52</sup> (Goggins, 2018, p. 17).

Podemos ver que mesmo após sofrer inúmeros episódios de violência física, ela reuniu forças para ter coragem de chamar a polícia, a única esperança para salvá-la, mas até os oficiais da lei não a socorreram, devido ao poder e influência de Trunnis Goggins. As traições, as surras, o controle absoluto sobre a vida de todos os integrantes daquela família e o exercício absoluto da sua vontade fazem com que a caracterização atribuída por David Goggins a seu pai, Trunnis Goggins, como um “demônio” seja compreensível. Viver naquela casa e conviver com Trunnis significava não apenas estar sujeito à violência física, mas também sofrer o constante terror psicológico de cometer erros em sua presença. A todo momento, você teria que pisar em ovos e esperar que nenhum fosse quebrado. Portanto, podemos dizer que esse terror psicológico é uma forma de violência psicológica (Bonamigo, *et al.*, 2022). David Goggins, sua mãe e seu irmão estavam sofrendo um estado constante de violência psicológica e sujeitos à violência física.

---

<sup>52</sup>“Trunnis disse a eles que era tudo um monte de nada. Apenas uma disciplina doméstica necessária” (Tradução nossa).

Figura 1 — David Goggins na skatelandia



Fonte: *Can't hurt me. Master your mind and defy the odds* (2018).

Na imagem, podemos ver o local de “trabalho” de Goggins. O abuso psicológico e físico sofrido por David Goggins não se resumia a sua casa, pois Trunnis Goggins obrigava a família toda a trabalhar. Pouco importava o fato de David ser uma criança, se ele tivesse capacidade de produzir, ele teria que trabalhar. A imagem mostra Goggins ao lado de uma garota, provavelmente a filha de um cliente. Os armários atrás deles eram limpos e polidos por ele, assim como também os patins usados na pista. Uma imagem simples, mas que infelizmente esconde em seu contexto violências diversas direcionadas a Goggins, sua mãe e seu irmão.

My dad, who worked the DJ booth, was always watching, and **if any of those skates went missing, it meant my ass** (Goggins, 2018, p. 11).<sup>53</sup>

David Goggins, mesmo quando criança, tinha que pisar em ovos durante a noite toda em que trabalhava. Qualquer erro poderia resultar em uma surra de seu pai. “My dad was the sheriff, and once he stepped into the DJ booth he had us triangulated. He scanned that room like

<sup>53</sup>“Meu pai, que trabalhava na cabine do DJ, estava sempre de olho, e se algum daqueles patins desaparecesse, era o meu fim” (Tradução nossa).

an all-seeing eye, and if you fucked up you'd hear about it"<sup>54</sup> (Goggins, 2018, p. 13). A essa altura, Goggins já havia experienciado inúmeras situações de represália por parte de seu pai. Desse modo, embora não entendido por ele na época, podemos inferir que esses episódios causaram traumas. Não apenas as sequelas físicas deixados pelas surras, mas sequelas mentais, que podemos chamar de traumas (Caruth, 1996).

O medo sentido por Goggins evidenciava traumas do passado (Freud, 2003), seu pai era extremamente rígido e controlava o ambiente. Erros anteriores durante seu trabalho na pista de patins condicionaram Goggins a agir com um medo contínuo durante boa parte da noite, antecipando um potencial trauma (Freud, 2003). Portanto, podemos deduzir que os traumas anteriores dele voltavam de forma “fraca”, porém constante, proporcionando a Goggins noites de terror.

Caso queiramos questionar se as surras de seu pai, podem ter causado traumas, devemos pontuar uma característica marcante do trauma, que se evidencia quando os "catastrophic events seem to repeat themselves for those who have passed through them"<sup>55</sup>(Caruth, 1996). No caso de David, os episódios de violência são os eventos catastróficos e estão vívidos em sua mente, seu contexto é ditado por esses episódios (Goggins, 2018).

Tais situações faziam Goggins adotar “medidas de precaução” (Freud, 1943) que podem ser traduzidos como seus esforços em não falhar aos olhos de seu pai. Em tais situações de medo, nós vamos “either fight it or if that's impossible, try to escape from it”<sup>56</sup> (Freud, 1943, p. 25), mas no caso de Goggins, como uma criança, apenas restava o ato de lidar com a situação da melhor maneira possível. Considerando esses aspectos, podemos assumir que o medo e ansiedade sentido por Goggins na pista de patins (Goggins, 2018) é originado do medo de uma potencial punição, advinda de seu pai, por conta da desobediência ou desvio de seus comandos (Freud, 1943).

Durante eventos traumáticos, em casos de ansiedade extrema, a postura adotada pode ser de total paralisação (Freud, 1943). Goggins, como veremos a seguir, adotou uma postura totalmente passiva diante das violências de seu pai. Talvez de forma consciente, mas com raízes inconscientes, ele evitava chamar atenção:

---

<sup>54</sup> “Meu pai era o xerife, e assim que ele entrava na cabine do DJ ele nos triangulava. Ele examinava a sala como um olho que tudo vê, e se você fizesse merda, você iria ouvir” (Tradução nossa).

<sup>55</sup> “Eventos catastróficos parecem se repetir para aqueles que passaram por eles” (Tradução nossa).

<sup>56</sup> “Ou lutar contra isso ou, se for impossível, tentar escapar” (Tradução nossa).

I'd long since learned that the best way to avoid a beat down was to **make myself as invisible as possible, avert my eyes, float outside my body, and hope to go unnoticed**<sup>57</sup> (Goggins, 2018, p. 18).

Reprimindo qualquer maneira de externalizar todo o sofrimento que sua vida dava, Goggins tentava não chamar atenção, para escapar das surras. A violência física e psicológica em que era submetido fazia com que Goggins, ainda uma criança, não protestasse de forma ativa contra seu agressor. Quando um adulto como Trunnis Goggins exerce seu poder sob uma criança que não tem nem corpo ou personalidade consolidada, não há muito o que possa ser feito pela criança, pois seus sentidos são “dominados” ou “controlados” pelas demandas do adulto, que se encontra em uma posição superior (Ferenczi, 1988). Desse modo, Goggins adotava uma postura passiva, tentando, ao máximo possível, passar despercebido aos olhos de seu pai.

Tal ato pode ser uma estratégia de Goggins para lidar com seus medos de sofrer violência do seu pai. No entanto, as raízes podem ser inconscientes e terem sido originadas como uma resposta ao perigo iminente. Desse modo, David Goggins se vê em estado de paralisação como uma forma de lidar com a ansiedade extrema (Ferenczi, 1988).

Dentre as estratégias utilizadas por Goggins, podemos apontar a completa subordinação dele e de sua família a Trunnis Goggins (Goggins, 2018). Porém, se levarmos em conta raízes mais profundas, as violências sofridas podem ter desencadeado altos níveis de ansiedade que “if reaches a certain maximum, compels them to subordinate themselves like Automata to the will of the aggressor”<sup>58</sup> (Ferenczi, 1988).

Além de tentar ser invisível na frente do pai, ter vários problemas de sono e aprendizado, outro sintoma resultante de seu contexto que pode ser destacado é quando David e seu irmão mais velho desferiram golpes entre si mesmos como uma forma de válvula de escape de toda aquela raiva, tristeza e ansiedade:

My brother and I **took our pain out on each other**. We'd sit or stand across from one another and he would throw punches as hard as he could at me<sup>59</sup> (Goggins, 2018, p. 20).

<sup>57</sup>“Há muito tempo já havia aprendido que a melhor maneira de evitar uma surra era ficar o mais invisível possível, desviar os olhos, flutuar fora do meu corpo e esperar passar despercebido” (Tradução nossa).

<sup>58</sup>“Se atinge um certo máximo, obriga-os a subordinar-se como autômatos à vontade do agressor” (Tradução nossa).

<sup>59</sup>“Meu irmão e eu descontamos nossa dor um no outro. Sentávamos ou ficávamos de frente um do outro e ele me dava socos o mais forte que pudesse” (Tradução nossa).

Os irmãos trocaram o objeto que era alvo de seu ódio e redirecionaram tudo contra eles mesmos, numa tentativa de externalizar o emaranhado de sentimentos ruins que os consumiam. Podemos notar aqui que ocorre o uso de um dos mecanismos de defesa freudianos: deslocamento. Se fossemos apenas definir o termo, caberia dizer brevemente que é “the psychoanalytic term for transferring our anger with one person to another person”<sup>60</sup> (Tyson, 2015, p. 11).

Ele se faz presente à medida que desloca as ações que inicialmente estavam direcionadas a um alvo mais ameaçador (Trunnis Goggins) para um menos ameaçador (o irmão). Essas intenções violentas direcionadas ao pai foram censuradas pela mente de Goggins e substituídas por algo mais realizável que, nesse caso, seria a atividade de violência física: a troca de socos entre os irmãos (Freud, 1899).

No contexto dos sonhos, o deslocamento é tido como a substituição ou deslocamento de impressões indesejadas por ideias menos ameaçadoras (Berger, 1991). Entretanto, para além do mundo dos sonhos, esse mecanismo de defesa também se faz presente quando estamos acordados. Impressões significativas guardadas em nossas memórias são substituídas por ideias menos importantes que mascaram (Freud, 1901), talvez, um potencial evento ou emoção traumática. No caso de David Goggins, o ódio por seu pai, obviamente, não poderia ser traduzido como violência contra ele. Desse modo, podemos dizer que o acionamento do deslocamento nesse contexto, propõe que “Someone has to be punished, even if it's not the guilty party”<sup>61</sup> (Freud, 2003).

É notório que David Goggins estava cansado de sua vida e não tinha motivação para viver uma vida rodeada de medo e dor (Goggins, 2018). Era como se instintivamente ele tivesse uma atração natural em direção a uma alternativa que o livraria dessa realidade cruel: a morte. Esse desdém pela vida demonstrado por Goggins é fruto de torturas mentais e físicas constantes que duraram por vários anos. Apesar de ter passado por muitas dificuldades para executar esse feito, sua mãe conseguiu abandonar Trunnis Goggins e seguir sua vida com Goggins e seu irmão. Mas, ainda assim, as dificuldades na vida de Goggins continuaram, graças as cicatrizes que ficaram em sua memória e também novas situações que surgiram. Ele não só foi vítima de racismo nas escolas e nas ruas, mas também enfrentou extremas dificuldades com problemas financeiros de sua mãe e aprendizagem na escola (Goggins, 2018). Esses momentos, podem ser encontrados na próxima fase de sua vida, a sua adolescência.

---

<sup>60</sup> “O termo psicanalítico para transferir nossa raiva de uma pessoa para outra pessoa” (Tradução nossa).

<sup>61</sup> “Alguém tem que ser punido, mesmo que não seja o culpado” (Tradução nossa).

### 2.3.1 A ADOLESCÊNCIA DE DAVID GOGGINS

Aqui focaremos na adolescência de Goggins, especificamente em situações traumáticas vivenciadas na época em que estava no ensino médio, que gira em torno de seus 15 anos. Já livre de seu pai, esperava-se um futuro melhor, mas os eventos que se seguiram foram longe do que se era imaginado.

Figura 2 - David Goggins e Wilmoth



Fonte: *Can't hurt me. Master your mind and defy the odds* (2018)

Na imagem podemos ver Goggins e Wilmoth — seu padrasto. A imagem mostra Goggins em um de seus poucos momentos felizes em família. Em uma espécie de parque. Goggins e Wilmoth haviam acabado de retornar de um jogo. Algo que seria inimaginável com seu pai biológico, Trunis Goggins. Nessa imagem, assim como na anterior, Goggins não está centralizado, mas com alguém ao seu lado. Talvez, isso mascare um aspecto recorrente da sua vida: a solidão. Tais fatos podem mostrar um recorte feliz da vida de Goggins, mas como iremos

ver a seguir, esses momentos registrados são apenas um frame isolado de um filme repleto de momentos trágicos.

Ao se livrar de seu pai, Goggins e sua mãe enfrentam outras dificuldades: “when the money was good, our lives were defined by trauma. Once we were free of my father, we were swept under by our own ptsd-level dysfunction and poverty” <sup>62</sup>(Goggins, 2018, p. 34). No entanto, sua mãe havia conhecido um outro homem: “Then, when I was in fourth grade, she met Wilmoth, a successful carpenter and general contractor from Indianapolis”<sup>63</sup> (Goggins, 2018, p. 34). A partir daí, Goggins começou a ter uma figura paterna que se aproximava mais do que deveria sempre ter sido e, em suas palavras: “something good was finally happening to us”<sup>64</sup> (Goggins, 2018, p. 34).

Apesar das novidades mostrarem uma melhor perspectiva para o futuro, isso durou pouco: “My mother and I watched from the front porch as he backed out of the carport, smiled, and gave us that crisp single wave of his. Then he drove off. It was the last time we’d ever see him alive”<sup>65</sup> (Goggins, 2018, p. 36). A luz de esperança que havia surgido na vida de David Goggins e sua mãe, Wilmoth, foi assassinado em sua residência. A tristeza consumiu a mãe de Goggins que se recusava a aceitar a realidade. Todavia, outro sentimento diferente da tristeza consumiu Goggins. Com tudo que havia passado, ele se sentia injustiçado:

I thought about my mom. Wilmoth had been her savior. She’d been coming out of her shell, opening up, ready to believe in good things. What would this do to her? Would God ever give her a damn break? It started as a simmer but within seconds my rage overwhelmed me. **I broke free of my grandmother, punched the refrigerator, and left a dent**<sup>66</sup> (Goggins, 2018, p. 37).

Neste trecho, podemos ver notoriamente que David Goggins estava furioso com o fato de, apesar de as coisas estarem indo bem, novamente ser surpreendido com uma tragédia. Seu padrasto, que havia sido uma esperança em seu contexto caótico, acabou sendo assassinado. E

---

<sup>62</sup> “Quando o dinheiro era bom, nossas vidas eram definidas pelo trauma. Assim que nos libertamos do meu pai, fomos varridos pela nossa própria disfunção de nível TEPT e extrema pobreza” (Tradução nossa).

<sup>63</sup> “Então, quando eu estava na quarta série, ela conheceu Wilmoth, um carpinteiro e empreiteiro bem-sucedido de Indianápolis” (Tradução nossa).

<sup>64</sup> “Algo de bom finalmente estava acontecendo conosco” (Tradução nossa).

<sup>65</sup> “Minha mãe e eu assistimos da varanda da frente enquanto ele saía da garagem, sorria e nos dava aquele aceno rápido. Então ele foi embora. Foi a última vez que o vimos vivo” (Tradução nossa).

<sup>66</sup> “Pensei na minha mãe. Wilmoth foi meu salvador. Ela estava saindo de sua concha, se abrindo, pronta para acreditar em coisas boas. O que isso faria com ela? Será que Deus lhe daria a porra de uma folga? Tudo começou como uma fervura, mas em segundos minha raiva me dominou. Me libertei da minha avó, dei um soco na geladeira e deixei um rombo” (Tradução nossa).

junto com isso, veio um sentimento de injustiça resultando em uma fúria e uma explosão violenta de raiva por parte de Goggins. Ele culpava Deus não apenas pela tragédia que havia acabado de acontecer, mas também por todas as desventuras que sua família havia sido submetida em sequência.

A situação descrita pode ser interpretada como mais um trauma vivenciado por Goggins. Um golpe repentino que trouxe perturbações imediatas (Caruth, 1996) em um momento de aparente paz para a família. Tal evento traumático pode ter sido a raiz para o ataque dele. Mesmo não tendo um histórico violento, a perda do padrasto pode ter desencadeado o que chamamos de ataque histérico, que pode ser descrito como uma condição psicológica que pode causar um comportamento irracional ou mesmo “super emocional” (Tyson, 2015).

Apesar de, em princípio, ter sido direcionado para mulheres (Augusto, 2013) podemos atribuir o conceito de histeria a Goggins, uma vez que, assim como as mulheres, ele também é um ser humano. Os sintomas histéricos são uma manifestação que podem ser advindos de traumas psíquicos. Além disso, não são completamente controláveis, pois são decorrentes de processos inconscientes (Augusto, 2013).

No caso de David Goggins, notoriamente, vemos um episódio de explosão de raiva, que pode ser derivado diretamente do trauma. Desse modo, podemos inferir que “for many, if not for most, hysterical symptoms, precipitating causes which can only be described as psychical traumas” <sup>67</sup>(Freud, 2004, p. 8). Portanto, no episódio em questão é claro que temos a morte do padrasto como causa primeira e originadora do surto de raiva.

Entretanto, suponho que devemos considerar também que a revolta de Goggins no dado excerto não é apenas direcionada à morte de Wilmoth, mas as tragédias em sequência que ele e sua família foram submetidos. Ele reconhece conscientemente a injustiça do “mundo” ou de “Deus” para com ele. Então, podemos partir do princípio que não apenas um potencial trauma foi responsável por sua explosão, mas, talvez, o acúmulo deles desde sua infância. O que é possível, uma vez que Freud argumenta que uma sequência de traumas pode acarretar em uma histeria (Freud, 2004).

Todavia, se assumirmos que o trauma teria agido apenas como um gatilho para o surto de raiva, estaríamos cometendo um equívoco. O trauma pode sim agir como o estopim, mas não se limita como tal. O trauma se mantém como uma espécie de parasita e continua a causar danos e promover os dilemas comportamentais (Freud, 2004). Portanto, é evidente que o evento

---

<sup>67</sup>“Para muitos, se não para a maioria, sintomas histéricos, as causas precipitantes só podem ser descritas como traumas psíquicos” (Tradução nossa).

traumático não age como um mensageiro que deixa o recado e logo se retira, mas como uma semente que é plantada e permeia suas raízes a fundo na mente de quem o sofre.

A morte de Wilmoth perturbou profundamente a mente de Goggins. Como já mencionado, o padrasto foi o “algo bom” em meio a um oceano de coisas ruins. Os traumas parecem sempre achar uma forma de serem introduzidos em sua vida. A sua mente a esse ponto “was a broken record that kept skipping into darkness” (Goggins, 2018, p. 38).<sup>68</sup> Ainda que tivesse apenas 14 anos, Goggins já havia presenciado inúmeras atrocidades que o fizeram pensar de forma muito negativa e assumir que “The world was filled with human tragedy and that it would just keep piling up in drifts until it swallowed me”<sup>69</sup> (Goggins, 2018, p. 39).

O trauma psíquico desencadeado pela morte do padrasto fez Goggins entrar em um turbilhão de pensamentos ruins. Eles o levavam novamente ao evento traumático e tal repetição é uma característica notória do trauma (Caruth, 1996). Goggins respondeu de uma forma peculiar a todos esses dilemas mentais. Ao dormir, ele se aconchegava como podia na sua cama, mas acordava na posição fetal:

I couldn't sleep in bed anymore. Neither could my mother. She slept in her arm chair with the television on blast or with a book in her hands. For a little while, **I tried to curl up in bed at night but would always wake in the fetal position on the floor.** Eventually I gave in and bedded down low to the ground. Maybe because I knew if I could find comfort at the bottom place there would be no more falling (Goggins, 2018, p. 39)<sup>70</sup>.

No fragmento em questão, temos um episódio em que Goggins e sua mãe, logo após perderem Wilmoth, enfrentam dificuldades para dormir. Sua mãe dormia na cadeira, provavelmente porque não conseguia relaxar o bastante para ter um sono tranquilo. A TV ligada no volume máximo e o livro em suas mãos, provavelmente, são coisas que serviam como uma distração, para não lembrar do fato que tinha acabado de ocorrer. Quanto a David Goggins, nós temos aqui um episódio de perturbação psicológica, em que ele iria dormir de uma forma e acordava de manhã de outra forma, sendo mais específico: na posição fetal. Além de acordar na posição fetal, Goggins também acordava no chão. Segundo suas palavras, ali era um local

---

<sup>68</sup>“Era um disco quebrado que continuava repetindo de volta a escuridão” (Tradução nossa).

<sup>69</sup>“O mundo estava cheio de tragédias e elas continuariam se acumulando aos montes até me engolirem” (Tradução nossa).

<sup>70</sup>“Eu não conseguia mais dormir na cama. Nem minha mãe. Ela dormia na poltrona com a televisão no máximo ou com um livro nas mãos. Por um tempo, tentei me enrolar na cama à noite, mas sempre acordava na posição fetal no chão. Por fim, desisti e me deitei bem baixo no chão. Talvez porque eu soubesse que se conseguisse encontrar conforto no lugar mais baixo, não haveria mais quedas” (Tradução nossa).

onde ele podia achar conforto já que estava no fundo do poço e mais para baixo ele não poderia cair.

É notório, no trecho, o potencial agir de um dos mecanismos de defesa: regressão <sup>71</sup>. Tal mecanismo manifesta-se quando enfrentamos dificuldades internas (Freud, 1920) e situações estressantes que causam ansiedades (Berger, 1991). Essa defesa pode ser caracterizada pelo “return from a higher to lower stage of development”<sup>72</sup> (Freud, 1920). No caso descrito, ele foi pressionado a se adaptar à situação (Freud, 2003) retornando a uma fase extremamente primitiva do desenvolvimento humano.

Se consideramos que regressão “is a return to older psychic formation”<sup>73</sup> (Freud, 1899), podemos, então, assumir que a ação de Goggins, talvez, não se limite ao simples ato de entrar na posição fetal. O ato pode ter alicerces profundos em seu inconsciente, que dão base para o ato “superficial” de ir para o chão e ficar na posição fetal. Ao acordar no piso, Goggins tentava chegar o mais próximo possível de algo seguro, em que não poderia cair mais, que era o chão. Nesse viés, temos o seu posicionamento na posição fetal, que nos remete a um bebê no útero da mãe. Essa imagem transmite a ideia de um local seguro, com todas as coisas necessárias para sobreviver, sem que seja preciso entrar em atrito com o mundo exterior e seus perigos. Dessa forma, podemos seguir esse viés interpretativo e inferir que, inconscientemente, ele estava tentando se proteger do mundo.

A morte do padrasto não foi o único trauma que Goggins teve que enfrentar em sua adolescência, pois os desafios em sua escola também se faziam presentes. O seu estilo diferenciado de vestimenta e a sua cor chamavam atenção em sua nova escola de uma maneira negativa: “Within seconds, all eyes were upon me. Teachers, students, and administrative staff stared at me like I was some exotic species. I was the first thuggish black kid many of them had seen in real life”<sup>74</sup> (Goggins, 2018, p. 41). Além da escola, Goggins também enfrentava racismo nas ruas. várias foram as ocasiões em que foi chamado de “nigger” ou desrespeitado por ser negro. Porém, há uma instância que se destaca, pois sua vida quase foi terminada ali.

Um caipira notoriamente racista parou seu caminhão e proferiu palavras ofensivas contra Goggins (Goggins, 2018). Até o momento, temos um adulto intimidando um adolescente por sua cor, talvez, uma situação com potencial traumático. Entretanto, o que aconteceu em

---

<sup>71</sup>“Regressão” (Tradução nossa).

<sup>72</sup>“Retorno de um estágio de desenvolvimento superior para um inferior” (Tradução nossa).

<sup>73</sup>“É um retorno à formação psíquica mais antiga” (Tradução nossa).

<sup>74</sup>“Em segundos, todos os olhos estavam sobre mim. Professores, alunos e funcionários administrativos me encaravam como se eu fosse uma espécie exótica. Eu fui o primeiro garoto negro de estilo bandido que muitos deles viram na vida real” (Tradução nossa).

seguida foi muito pior. O racista em questão sacou uma arma, apontou para ele e, logo em seguida, subiu no caminhão e foi embora (Goggins, 2018). Por conta do ocorrido, Goggins evitava a rua em questão. Havia um medo de retornar ao local e sua ansiedade disparava ao encarar a rua:

On that run I came to a familiar intersection. It was the same street where that redneck had pulled a gun on me. **I avoided it and ran on**, covering a half mile in the opposite direction before something told me to turn back. When I arrived at that intersection a second time, I stopped and contemplated it. **I was scared shitless of that street, my heart was leaping from my chest**, which is exactly why I suddenly started charging down its fucking throat (Goggins, 2018, p. 56).<sup>75</sup>

Aqui, talvez, possamos inferir que tal situação demonstra o agir do trauma na vida de Goggins. O evento catastrófico sofrido por Goggins parece se repetir para ele, não uma repetição literal, mas uma repetição dos sentimentos ruins do evento. Essa é uma característica do trauma, ele tende a voltar e “returns to haunt the survivor later on”<sup>76</sup> (Caruth, 1996, p. 4). Tais repetições traumáticas quase que alucinógenas (Ferenczi, 1988), ao ameaçarem reaparecer, mesmo que de forma potencial (como o simples fato de estar de frente a rua), podem levar a episódios de ansiedade (Ferenczi, 1927). Isso tudo pode causar efeitos que reverberam no comportamento do indivíduo e, de certa maneira, ter “shattering effects upon their self-confidence”<sup>77</sup> (Ferenczi, 1927, p. 137) ao ponto de comprometer um comportamento tão simples quanto atravessar uma rua.

O momento vivido por David demonstra uma situação de perigo. Tal situação de perigo oferece as condições propícias para a antecipação do trauma (Freud, 2003). Podemos assumir, então, que encarar ou estar perto da rua evoca a antecipação de uma experiência traumática anterior (Freud, 2003). Logo, postulo que podemos dizer que o fato de estar na rua já evoca o trauma, fazendo ele se comportar como se o evento traumático já estivesse presente (Freud, 2003).

Tal antecipação do trauma é uma tentativa de ter controle sobre o mesmo. Em outras palavras “the ego, having experienced the trauma passively, now actively repeats a reproduction

---

<sup>75</sup>“Naquela corrida, cheguei a um cruzamento familiar. Era a mesma rua onde aquele caipira tinha sacado uma arma para mim. Eu a evitei e continuei correndo, cobrindo meia milha na direção oposta antes que algo me dissesse para voltar. Quando cheguei naquele cruzamento pela segunda vez, parei e contemplei. Eu estava morrendo de medo daquela rua, meu coração estava saltando do meu peito, e é exatamente por isso que de repente comecei a correr pela porra da garganta dela” (Tradução nossa).

<sup>76</sup>“Retorna para assombrar o sobrevivente mais tarde” (Tradução nossa).

<sup>77</sup>“Efeitos devastadores sobre sua autoconfiança” (Tradução nossa).

of it in diluted form, in the hope of being able to keep control of the way it evolves”<sup>78</sup> (Freud, 2003, p. 247). Considerando o controle maior, agora sobre a reaparição dos efeitos traumáticos, poderíamos deduzir que, graças a isso, Goggins foi capaz de ignorar o medo e “charge its fuckng throat”<sup>79</sup>.

Goggins aplicou uma estratégia que se baseava em bater de frente com o que lhe causava desconforto: “From then on, I brainwashed myself into craving discomfort” (Goggins, 2018, p. 56)<sup>80</sup>. Nesse caso, enfrentar seu trauma foi uma maneira de ganhar confiança e continuar encarando seus medos. Ele estava cansado de “desmoronar” ou ficar “helpless”<sup>81</sup> diante dos dilemas de sua vida, por isso ele acreditava que: “facing myself, motivated me to fight through uncomfortable experiences, and, as a result, I became tougher. And being tough and resilient helped me meet my goals”<sup>82</sup> (Goggins, 2018, p. 56).

Apesar de todos os episódios mencionados, Goggins tinha algo que fazia ele seguir em frente e lutar. Seu objetivo era a última faísca de esperança que o faria continuar: “I hadn’t let go of all hope. I had one more dream left. I wanted to join the AirForce”<sup>83</sup> (Goggins, 2018, p. 48). Com esse objetivo em mente, David Goggins foi capaz de passar no teste para entrar na força aérea. Uma de suas motivações principais era sair de sua cidade e se livrar de todo aquele contexto em que estava inserido: “All I knew was that I had to get the fuck out of Brazil, Indiana; that the military was my best chance; and to get there I had to pass the ASVAB. On my third try, I met the minimum standard for the Air Force”<sup>84</sup> (Goggins, 2018, p. 57).

Após passar no teste e terminar seu serviço nas forças aéreas, anos se passaram e David agora tem cerca de 24 anos. Mesmo que tenha se livrado de seu pai, escola, cidade e das violências sofridas, ele havia adquirido muito peso e terminado em um trabalho que estava bem longe daquele de seus sonhos. A seguir, entraremos na seção que trata da vida adulta de Goggins e todas as estratégias mentais que ele desenvolveu para lidar com a sua situação.

---

<sup>78</sup>“O ego, tendo experimentado o trauma passivamente, agora repete ativamente uma reprodução dele em forma diluída, na esperança de ser capaz de manter o controle da maneira como ele evolui” (Tradução nossa).

<sup>79</sup>“correr pela porra do seu caminho” (Tradução nossa).

<sup>80</sup>“A partir daí, fiz uma lavagem cerebral em mim mesmo para desejar desconforto” (Tradução nossa).

<sup>81</sup>“desamparado” (Tradução nossa).

<sup>82</sup>“Enfrentar a mim mesmo me motivou a lutar contra experiências desconfortáveis e, como resultado, me tornei mais forte. E ser forte e resiliente me ajudou a atingir meus objetivos.” (Tradução nossa)

<sup>83</sup>“Eu não tinha desistido de toda a esperança. Eu tinha mais um sonho restante. Eu queria entrar para a Força Aérea” (Tradução nossa).

<sup>84</sup>“Tudo que eu sabia era que precisava dar o fora do Brasil, Indiana; que o exército era minha melhor chance; e para chegar lá tive que passar no ASVAB. Na minha terceira tentativa, atingi a nota mínima para a Força Aérea” (Tradução nossa).

### 2.3.2 A VIDA ADULTA DE DAVID GOGGINS

Nesta seção, consideramos a parte de vida em que ele começou sua jornada para se tornar um SEAL até realizar esse feito. O foco desta seção é como David Goggins utilizou, inconscientemente e conscientemente, sua mente para superar seus desafios, a partir dos pressupostos da Psicanálise.

Figura 3: David Goggins aos 24 anos de idade



Fonte: *Can't hurt me. Master your mind and defy the odds* (2018).

Na imagem podemos ver Goggins em sua vida adulta. Ele está centralizado, dessa vez podemos notar que não há sorriso nenhum em seu rosto. Talvez, isso demonstra o novo momento de sua vida, em que ele está encarando todas as verdades desconfortáveis que evitava. Isso pode ser ainda mais notório quando percebemos que ele está sozinho, sem nenhuma pessoa no momento da foto para escancarar a solidão.

Após vários anos, Goggins se tornou um adulto e chegou em um ponto da sua vida que não se sentia feliz consigo mesmo. Não estava satisfeito com seu corpo, com seu comportamento, com seu trabalho, nem mesmo com seu eu. Goggins trabalhava como um exterminador de insetos. Ele adorava o fato de ser um trabalho noturno em que ele usava uma máscara, impossibilitando qualquer pessoa de vê-lo. Desse modo, propositalmente evitando a própria aparência (Goggins, 2018).

Goggins encontrava-se em um momento de sua vida, em que não tinha orgulho de nada em relação a suas conquistas. Totalmente insatisfeito com o seu eu atual, ele reconhecia que “I had every excuse in the world to be a loser, and used them all”<sup>85</sup> (Goggins, 2018, p. 71). Mas após ver um desfile de navy seals na tv, algo despertou internamente. Ele achou uma motivação para mudar quem ele era e seu objetivo era agora ser um Navy Seal: “The longer I watched the more certain I became that there were answers buried in all that suffering”<sup>86</sup> (Goggins, 2018, p. 72).

Após assistir esse programa, David Goggins ficou com o que tinha visto na tv em sua mente. Entretanto, depois de um dia de trabalho cansativo em que foi atacado por um guaxinim, ele resolve largar seu trabalho na Ecolab para tentar ser um Navy Seal. Todavia, ao tentar correr, não foi capaz de fazer nem metade do que tinha planejado e estava prestes a desistir: “David Goggins, a Navy SEAL? Yeah, right. What a pipe dream”<sup>87</sup> (Goggins, 2018, p. 71).

Quase desistindo, Goggins achou um DVD de *Rocky, o lutador* (1976), nesse DVD, Goggins viu algo que o incentivou a continuar: a persistência de Rocky. *Rocky, o lutador* (1976) era a encarnação do que David Goggins queria se tornar, alguém que não importa quanto a vida bate, sempre vai voltar e resistir à surra. Nesse filme, Rocky ganha a chance de lutar contra Apollo Creed, o maior lutador de todos. Durante a luta, Rocky é massacrado, mas nunca desiste e continua a resistir aos golpes de Apollo (Goggins, 2018). David Goggins queria ser igual Rocky, alguém que resiste e sempre fica de pé novamente. Nas palavras de Goggins, assim como Rocky, ele queria apenas “go the distance”<sup>88</sup>: “All Rocky wants is to be the first to go the distance with Creed. That alone will make him someone he could be proud of for the first time in his life”<sup>89</sup> (Goggins, 2018, p.76). Aqui temos o exato momento que cativa Goggins, o fato de Apollo não acreditar que Rocky, após apanhar tanto, ainda estava disposto a entregar mais:

The referee hits six as Rocky grabs the ropes and rises up. The crowd roars, and Apollo turns to see him still standing. Rocky waves Apollo over. The champ’s shoulders slump in disbelief.  
**The fight isn’t over yet.** (Goggins, 2018, p. 77).<sup>90</sup>

---

<sup>85</sup> “Eu tinha todas as desculpas do mundo para ser um perdedor e usei todas elas” (Tradução nossa).

<sup>86</sup> “Quanto mais eu observava, mais certeza eu tinha de que havia respostas enterradas em todo aquele sofrimento” (Tradução nossa).

<sup>87</sup> “David Goggins, ser um SEAL da Marinha? Okay, certo. Que sonho impossível” (Tradução nossa).

<sup>88</sup> “percorrer a distância” (Tradução nossa).

<sup>89</sup> “Tudo o que Rocky quer é ser o primeiro a ir a distância contra Creed. Só isso já fará dele alguém de quem ele poderá se orgulhar pela primeira vez na vida” (Tradução nossa).

<sup>90</sup> “O árbitro marca seis enquanto Rocky agarra as cordas e se levanta. A multidão grita, e Apollo se vira para vê-lo ainda de pé. Rocky acena para Apollo. Os ombros do campeão caem em descrença. A luta ainda não acabou” (Tradução nossa).

O trecho destacado é uma afirmação de Goggins que não apenas narra a cena, mas se refere a si mesmo. Essa última frase do trecho, em negrito, é separada do corpo principal do parágrafo no livro. Com isso, podemos deduzir que não era uma simples narração do que aconteceu no filme, mas o próprio David Goggins afirmando que a “luta” dele ainda não acabou.

É claro, aqui, o agir de um dos mecanismos de defesa que chamamos de identificação<sup>91</sup>. Esse mecanismo de defesa se caracteriza pela reprodução de comportamentos, ou imitação de certas características (Freud, 1966). Um indivíduo pode fazer uso desse mecanismo “to master his anxiety” ou mesmo como uma forma de lidar “with external objects which arouse its anxiety” (Freud, 1966, p. 110). A efetivação dessa defesa faz com que o indivíduo assuma características do objeto com que se identifica (Freud, 2003).

Nesse caso, o estopim para a ativação do mecanismo pode ter sido a sua quase desistência e palavras de autossabotagem, que despertaram o medo e a ansiedade em Goggins. Sua forma de lidar com essa ansiedade foi assistir a um filme que talvez o provocasse inspiração, resultando no momento de identificação com Rocky. O resultado disso foi a superação dos causadores de ansiedade externa, que seria o próprio contexto limitante em que estava inserido. Tal superação se deu à medida que Goggins achou forças em se ver em Rocky e imitar seu comportamento de resistir à adversidade.

Identificação pode ser usada de diversas formas para lidar com “ameaças” externas. Por exemplo, na imitação de “a dreaded object anxiety is converted into pleasurable security”<sup>92</sup> (Freud, 1966, p. 111). Porém, no caso de Goggins, a identificação dele não é com um objeto temido ou ameaçador, mas com um objeto em que ele vê semelhanças consigo mesmo. Portanto, podemos também afirmar que esse mecanismo busca potenciais aspectos de semelhança no objeto para serem identificados ou “espelhados” (Ellman, 1994). Esse objeto (Rocky) está inserido em um contexto análogo ao de Goggins, em que ele apanha de uma adversidade (Apollo) e resiste de forma sem igual a surra.

Nesse viés, podemos notar que Goggins procura em Rocky o que ele busca em si: uma “armadura mental” para suportar todas as “surras” que a vida o proporciona. Diante do exposto, é correto assumir que Goggins identifica-se não apenas com o personagem Rocky, mas com a capacidade de resistir à agressão, não performada, mas sofrida por Rocky. Tendo todos esses aspectos em mente e sabendo que mesmo nossas normas de conduta social também envolvem

---

<sup>91</sup> “Identificação” (Tradução nossa).

<sup>92</sup> “Um objeto temido, a ansiedade, é convertido em segurança prazerosa” (Tradução nossa).

identificação entre os indivíduos (Freud, 2003) é plausível inferir que a “norma de conduta” que foi assimilada por Goggins é a persistência de Rocky.

Com a mentalidade de apenas “go the distance”<sup>93</sup> David, então, começou a estudar e treinar incessantemente para entrar para o time de SEALs. Ele estava atrás na corrida, pois tinha uma bagagem de aprendizado ruim na escola e um peso que o impossibilitava de se tornar um Seal e performar no Exército. Entretanto, se assumirmos que achar um propósito tornou a vida dele melhor, estaríamos completamente enganados. A ansiedade o dominava durante a noite e mesmo em seus sonhos ele não descansava: “I’d dream of complex asvab questions”. Segundo ele, a mudança drástica no estilo de vida e o esforço mental e físico constante causaram uma depressão (Goggins, 2018).

Goggins está lutando com todas as suas forças para alcançar algo que no seu estado atual era impossível. Mesmo sendo subestimado ao longo dessa jornada, ele depositou tudo no seu objetivo: “I’d been cramming every spare second. If I wasn’t working out, I was at my kitchen table, memorizing formulas and cycling through hundreds of vocabulary words”<sup>94</sup>(Goggins, 2018, p. 81). Para lidar com todas essas dificuldades que emergiram, ele teve que desenvolver estratégias mentais para lidar com seus medos, ansiedades e depressão. Com todos esses obstáculos na sua frente, teve que, em suas palavras: “feed off”<sup>95</sup> sua própria depressão. Desse modo, em sua perspectiva individual, ele estava usando-a ao seu favor, convencendo ele mesmo que tudo aquilo era um sinal de que não estava mais “living an aimless life”<sup>96</sup> (Goggins, 2018, p. 79).

Os esforços de David foram recompensados, pois, após fazer o teste, ele descobriu que havia sido aprovado: “There was still a handful of others taking the test, but this was the happiest moment in my life and I couldn’t stifle it”<sup>97</sup> (Goggins, 2018, p. 81). Após entrar na Marinha, David Goggins passou por uma série de testes que desafiaram sua mente e corpo. Talvez, por ser o trigésimo sexto afrodescendente a entrar ou simplesmente por ser um diferencial nos treinamentos, ele foi considerado um alvo por um dos instrutores a quem chamava de “psycho”:

---

<sup>93</sup> “Percorrer a distância” (Tradução nossa).

<sup>94</sup> “Eu estava estudando cada segundo livre. Se eu não estava malhando, estava na mesa da cozinha, memorizando fórmulas e lendo centenas de palavras do vocabulário.” (Tradução nossa).

<sup>95</sup> “Se alimentar da” (Tradução nossa).

<sup>96</sup> “Vivendo uma vida sem rumo” (Tradução nossa).

<sup>97</sup> “Ainda havia alguns outros fazendo o teste, mas esse foi o momento mais feliz da minha vida e não consegui reprimi-lo” (Tradução nossa).

Oh, but Psycho wasn't done with me. He let me sleep for a solitary minute, then woke me up and led me back onto the beach for some one-on-one time. He saw an opportunity to get in my head, at last, and I was disoriented as I staggered toward the water all alone, but the cold woke me the fuck up. **I decided to savor my extra hour of private surf torture.** When the water was chest high I began humming Adagio in Strings once more. Louder this time. Loud enough for that motherfucker to hear me over the crash of the surf. That song gave me life! (Goggins, 2018, p. 102).<sup>98</sup>

Esse excerto retrata como a mente de Goggins, mais especificamente o inconsciente, tem um papel imprescindível (para ele) na sua mentalidade de não apenas superação das adversidades, mas de seus traumas. Isso porque ele descreve um momento em que Psycho, um dos instrutores do treinamento de Navy SEALs aplica um tratamento especial em um dos recrutas, David Goggins. Após o término do treinamento chamado surf torture, Psycho acabou levando David novamente para o local de treinamento como se estivesse tentando quebrar a sua mente e seu espírito. Entretanto, Goggins viu nesse momento oportunidade para se fortalecer e usar aquela adversidade como meio para esse fim. Então, ele aplica a sua estratégia de alimentação da sua mente, tendo um olhar diferente para a situação. Não um olhar passivo em que nada se pode fazer diante da violência, mas um olhar que busca por desafios e que "aproveita" o dilema a qual está inserido.

Tratemos, inicialmente, da raiz de sua mentalidade de “superação”. Desde sua infância, David Goggins enfrentou inúmeros traumas e violências. Ele era envolto em dor e chegou a afirmar que ele “no longer care if he live or died”<sup>99</sup> (Goggins, 2018, p. 22). Além de ter tais memórias vividas, a bagagem inconsciente dele também influencia sua forma de ver o mundo, uma vez que, mesmo memórias que pensamos ser esquecidas, estão latentes em nosso inconsciente (Freud, 1920). Por conta de todas as adversidades que passou, em um ponto de sua vida, Goggins decidiu usar tudo que passou como uma forma de combustível: “those incidents can be used more efficiently as fuel to become better and grow stronger”<sup>100</sup> (Goggins, 2018, p. 121).

---

<sup>98</sup> “Ah, mas o Psycho ainda não havia terminado comigo. Ele me deixou dormir por um minuto, depois me acordou e me levou de volta à praia para um encontro a sós. Ele viu uma oportunidade de entrar na minha cabeça, finalmente, e eu fiquei desorientado enquanto cambaleava sozinho em direção à água, mas o frio me acordou. Decidi saborear minha hora extra de tortura privada. Quando a água chegou à altura do peito, comecei a cantarolar Adagio in Strings mais uma vez. Mais alto desta vez. Alto o suficiente para aquele filho da puta me ouvir com o barulho das ondas. Essa música me deu vida!” (Tradução nossa).

<sup>99</sup> “Não se importava mais se ele vivesse ou morresse” (Tradução nossa).

<sup>100</sup> “Esses incidentes podem ser usados de forma mais eficiente como combustível, para nos tornarmos melhores e mais fortes” (Tradução nossa).

No fragmento em questão, temos um exemplo claro da tentativa de Goggins de usar a adversidade como combustível. David estava sendo boicotado por um instrutor que o odiava. A forma de reagir a essa violência física e psicológica se dá por meio da resistência. Ele se convence, talvez até de forma irracional, que o desconforto daquele momento contribuiria para aumentar sua força mental (Goggins, 2018). Apesar de o método ser notoriamente questionável, os resultados dele são reais e, melhora do que ninguém, Goggins era capaz de resistir ao “surf torture”<sup>101</sup>.

Podemos nos questionar como assumir uma mentalidade ou um “sistema de pensamentos” dessa forma pode influenciar o desempenho de um indivíduo. Nossa mente inconsciente compõe a maioria dos nossos processos mentais e até mesmo “the films we see, television programs we watch, novels we read, and other art forms we find so necessary to our lives. That is because all of these things feed our unconscious lives, our psyches, in ways that few people understand”<sup>102</sup> (Berger, 1991, p.59). Nesse viés, devemos considerar que “unconscious is no longer a name for what is at that time latent, the unconscious is a special psychic realm with wish-impulses of its own”<sup>103</sup> (Freud, 1920, p. 178). Portanto, devemos considerar que tudo que nós introduzimos em nossas mentes têm o potencial de se fincar em nosso inconsciente e produzir efeitos que penetram na vida consciente, influenciando nosso comportamento (Freud, 1963).

Goggins argumenta que “the “i” ... is not even master in its own home”<sup>104</sup> (Freud, 1920, p. 247) e que, caso não fossemos por vezes obrigados, sempre escolheríamos o conforto e iremos “lie around all day doing nothing”<sup>105</sup> (Eagleton, 2003, p. 131). Esse conforto, segundo sua perspectiva “makes us soft”<sup>106</sup> (Goggins, 2018). Tais processos, que nos direcionam para o prazer, são processos inconscientes (Freud, 2003) e, caso não nos dermos conta que “most of us are programmed to seek comfort”<sup>107</sup> (Goggins, 2018), iremos seguir automaticamente repetindo tais processos (Freud, 2003) e continuar estagnados.

Porém, o olhar de David Goggins para a situação não é necessariamente uma verdade ou um padrão que todos devem se espelhar. A sua forma de enxergar o mundo e entender seu

---

<sup>101</sup> “Tortura do surf” (Tradução nossa).

<sup>102</sup> “Os filmes que vemos, os programas de televisão a que assistimos, os romances que lemos e outras formas de arte que achamos tão necessárias para nossas vidas. Todas essas coisas alimentam nossas vidas inconscientes, nossas psiques, de maneiras que poucas pessoas entendem” (Tradução nossa).

<sup>103</sup> “Inconsciente não é mais um nome para o que está latente naquele momento, o inconsciente é uma dimensão psíquica especial com impulsos de desejo próprios” (Tradução nossa).

<sup>104</sup> “O “eu” ... nem sequer é senhor da sua própria casa” (Tradução nossa).

<sup>105</sup> “Ficar deitado o dia todo sem fazer nada” (Tradução nossa).

<sup>106</sup> “Nos torna sensíveis/molengas” (Tradução nossa).

<sup>107</sup> “A maioria de nós é programada para buscar conforto” (Tradução nossa).

contexto são extremamente particulares. Poderíamos dar uma visão alternativa para a situação e assumir que, talvez, há uma repetição de um evento traumático. Goggins está na água e talvez esteja experienciando um momento de regressão ao útero novamente. Mas, ao invés de adotar uma postura passiva como no seu sono, há uma luta e individualização do sofrimento e potencial racismo a que está sendo submetido. A superação da violência pode ser momentânea e as consequências duradouras, mas, talvez, Goggins não considere isso.

Goggins viu nas adversidades uma forma de superar seus traumas e preparar sua mente para todas as violências que a vida tinha potencial de proporcionar. Sua forma de pensar, sentir e agir foram formadas e transformadas por todos os episódios adversos de sua vida. Nessa linha de raciocínio, ele enfrentou o desconforto e, em suas palavras: “transformed myself from the weakest piece of shit on the planet into the hardest man God ever created, or so I tell myself”<sup>108</sup> (Goggins, 2018, p. 7). Entretanto, não podemos nos enganar e assumir que Goggins fala de motivação ou mesmo “pep talk or self-help hack”<sup>109</sup> (Goggins, 2018, p. 6), mas sim sobre não aceitar passivamente as violências e resistir a elas, caso apareçam. Desse modo, ele conseguiu superar os treinamentos de Navy Seal, passar pela semana do inferno por três vezes (Goggins, 2018), até alcançar seu objetivo e ser considerado oficialmente um oficial de alta patente da Marinha.

---

<sup>108</sup> “Me transformei do pedaço de merda mais fraco do planeta até homem mais durão que Deus já criou, ou pelo menos é o que digo a mim mesmo” (Tradução nossa).

<sup>109</sup> “Conversa motivacional ou truque de autoajuda” (Tradução nossa).

## REFLEXÕES FINAIS

Como podemos perceber, David Goggins, ao longo de sua vida, teve várias situações traumáticas e muitos episódios de sofrimento. Isso tudo levou a necessidade de se envolver em uma mentalidade forte, já que sua vida foi repleta de desafios, não apenas em sua infância, mas em sua fase adulta também. Quando cresceu, conseguiu perceber que todos aqueles episódios traumáticos inconscientemente (e às vezes conscientemente) ajudaram a compor o seu “eu” de hoje. Como mencionado, isso não se confunde com “devemos ser masoquistas evoluir”, mas, segundo Goggins, fazer com que “whatever is in front of you, whether it’s racism, sexism, injuries, divorce, depression, obesity, tragedy, or poverty, becomes fuel for your metamorphosis”<sup>110</sup> (Goggins, 2018, p. 8).

Durante a sua infância e adolescência, pudemos identificar vários episódios traumáticos que causaram sintomas constantes em sua vida. Tais traumas e seus sintomas, nas situações analisadas, resultaram, por vezes, na “ativação” de alguns dos mecanismos de defesa. Sua mente adaptou-se e desenvolveu diversas estratégias para lidar não apenas com as violências físicas e psicológicas sofridas, mas com o resultado decorrente de todas essas violências. Além disso, nas suas palavras, a mentalidade de enfrentar o desconforto, também foi determinante para superar seus traumas. Todos esses fatores ajudaram Goggins a continuar sem desistir de sua vida.

Todas as violências e dificuldades que passou em seu trajeto tiveram um peso tremendo em sua percepção da realidade. Era como se, na mente de Goggins, o mundo sempre colocasse dificuldades na sua frente. Por conta disso, ele desenvolveu meios de resistir por meio de sua mentalidade. Sua identificação com Rocky e suas estratégias de auto “motivação”, através da “alimentação” da sua mente, foram determinantes para alcançar seus objetivos e estão intimamente ligados com a sua vitória. As estratégias executadas, sejam elas executadas inconscientemente por meio das defesas ou conscientemente através da sua mentalidade, foram o que proporcionaram a Goggins a capacidade de seguir em frente em meio a tantos turbilhões psicológicos.

Dado o exposto, podemos ver que o indagamento inicial foi plenamente respondido. Além de pontuar os mecanismos de defesa “acionados”, fomos capazes de investigar como as várias violências e traumas sofridos por David Goggins afetaram não só a forma como ele reagiu às violências subsequentes, mas sua forma de olhar para elas. Podemos responder à pergunta

---

<sup>110</sup> “Tudo o que está na sua frente, seja racismo, sexismo, ferimentos, divórcio, depressão, obesidade, tragédia ou pobreza, se torna combustível para sua metamorfose” (Tradução nossa).

da pesquisa dizendo que David Goggins teve sua vida profunda e completamente afetada pelas violências sofridas em sua infância, adolescência e vida adulta e elas causaram traumas que, ao serem superados, determinaram suas formas de pensar, sentir e agir.

Tudo isso desempenhou um papel determinante no caminho trilhado em sua vida. O objetivo geral estabelecido foi alcançado, pois além de identificarmos os mecanismos de defesa, investigamos os traumas descritos em seu livro e demonstramos o resultado deles no seu modo de pensar, sentir e agir por meio das lentes da Crítica Psicanalítica. O primeiro objetivo específico foi alcançado por meio das discussões no capítulo 1 e 2, dos conceitos psicanalíticos previamente estabelecidos. No que diz respeito ao segundo objetivo, no decorrer do segundo capítulo, várias foram as violências abordadas e discutidas durante as 3 seções que se referiam às suas etapas do desenvolvimento humano. Quanto ao último objetivo específico, ele foi concluído mediante a descrição de como os traumas tiveram início e como eles afetaram a vida de Goggins e, em última instância, a análise da vida adulta de Goggins demonstrou como ele foi capaz de superá-los.

Dentre as dificuldades para a realização da pesquisa, podemos apontar o desafio de entender a linguagem de Freud e Anna Freud. Por vezes, sua forma de falar pode ser desafiadora ao entendimento, principalmente se levarmos em conta a complexidade da Psicanálise. Entretanto, acredito que tenha sido capaz de compartilhar com os leitores de forma simples os conceitos que me propus a debater. Além disso, também foi desafiador, por vezes, não cruzar a linha do determinismo. Apesar de ser fácil e até intuitivo afirmarmos rotineiramente certos dizeres, temos que ser humildes e considerar a possibilidade de estarmos errados ou de não estarmos inquestionavelmente corretos.

Os vários conceitos que puderam ser identificados são apenas uma superfície em meio a tantos episódios de violência e superação em seu livro. A Crítica Psicanalítica tem muito a oferecer no que se refere ao entendimento não só do comportamento de indivíduos, mas também das particularidades da sua mente. Portanto, o uso da Psicanálise para a análise de, não apenas da literatura ficcional, mas também de situações reais, deve ser encorajado. Quanto a sugestões para estudos futuros, podemos sugerir a contínua pesquisa referente à relação do comportamento de personagens e a Psicanálise. Não apenas isso, mas também o estudo do livro por meio de outras críticas, como, por exemplo, a Crítica Feminista ou a Afro-Americana. Os dilemas enfrentados pela mãe de David Goggins e até o contexto racista em que ele está inserido podem ser potenciais objetos de estudo por essas críticas.

No que se refere a David Goggins e como ele encara a mente, por vezes, podemos identificar pontos que coincidem com os pensamentos de Freud. Desse modo, vários são os

conceitos e afirmações que podem ser relacionados nas obras de ambos. Considerando esse aspecto, muitos estudos podem nascer desta perspectiva. O nosso inconsciente desempenha um papel imprescindível em nossas vidas e em nossas ações. Portanto, dar atenção para essas especificidades e fazer uso dessa corrente para analisar a literatura pode ter reflexos positivos não só em quem analisa o trabalho, mas também em quem lê. Desse modo, pontuamos que não há uma conclusão definitiva sobre os achados momentâneos, instigando, assim, o contínuo estudo da Crítica Psicanalítica.

## REFERÊNCIAS

AHMAD. I. **The psychoanalytic criticism**. 2021. 16 p. Ghazi University, Dera khazi khan, 2021.

AMAZON, **Can't hurt me**: Master your mind and defy the odds. Amazon, 2023. Disponível em: <https://www.amazon.com/Cant-Hurt-Me-Master-Your-ebook/dp/B07H453KGH#:~:text=In%20Can't%20Hurt%20Me,and%20reach%20their%20full%20potential>. Acesso em: 11/07/2024.

ANDRADE, L. C. S. A. **“Mirror, mirror”**: Rainha Má e a perda do objeto amado em *The fairest of all: a tale of the Wicked Queen* (2009). Monografia 62p. 2022 (Graduação em Letras - Inglês) - Universidade Estadual do Piauí - UESPI, campus de Parnaíba, 2023.

AUGUSTO, L. **Freud, Jung, Lacan**: sobre o inconsciente. Porto: Porto editorial, 2013.

BENJAMIN, H. O.; THOMAS, H. O. **The analyst's ear and the critic's eye**: rethinking Psychoanalysis and Literature. Abingdon: Routledge, 2013.

BERGER, L. **Media analysis techniques**: Revised Edition. London: SAGE publications, 1991.

BONAMIGO V. G.; TORRES F. B. G.; LOURENÇO R. G.; CUBAS M. R. Physical, sexual and psychological violence according to rodgers' evolutionary conceptual analysis. **Cogitare Enferm**. [Internet]. 2022 [acessado “inserir dia, mês e ano”]; 27. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.5380/ce.v27i0.86833>.

CARUTH. C. **Unclaimed Experience**. London: The John Hopkins university press, 1996.

CUDDON. J. A.; HABIB M. A. R. **A Dictionary of Literary terms**. 5. ed. Nova Jersey: Weley-Blackwell, 2013.

DURÃO, F. **Metodologia de pesquisa em Literatura**. São Paulo: Parábola, 2020.

EAGLETON. T. **Literary Theory**: An Introduction. Minnesota: UMP, 2003.

ELLMAN. M. **Psychoanalytic Literary criticism**. New York: Longman, 1994.

FERENCZI, S.; RICKMAN, J. **Further contibutions to the theory and technique of Psycho-Analysis**. New York: Boni and Liveright Publishers, 1927.

FERENCZI. S. Confusion of tongues between adults and the child. **Contemporary Psychoanalysis**. New York. v. 24, 196 - 206, 1988.

FREUD, A. **The Ego and the Mechanisms of defence**. London: Karnac books, 1966.

FREUD, A. **War and Children**. New York: Ernst Willard, 1943.

FREUD, S. **Beyond the pleasure Principle**. Reino Unido: Clássicos do Pinguim, 2003.

FREUD, S. **General psychological theory: papers on metapsychology**. Nova York: Macmillan Publishing Company, 1963.

FREUD, S. **Psychopathology of everyday life**. London: Penguin classics, 2002.

FREUD, S. **The interpretation of dreams**. Herts: Wordsworth editions, 1997.

FREUD, S.; BREUER J. **Studies on Hysteria**. London: Penguin classics, 2004.

FREUD, S. **A General Introduction to Psychoanalysis**. New York: Boni and liveright, 1920.

GOGGINS, D. **Can't hurt me: master your mind and defy the odds**. Lioncrest publishing, 2018.

GOOGLE. **Can't hurt me: master your mind and defy the odds**. Google, 2023. Disponível em: [https://books.google.com.br/books/about/Can\\_t\\_Hurt\\_Me.html?id=ng84vQEACAAJ&redir\\_esc=y](https://books.google.com.br/books/about/Can_t_Hurt_Me.html?id=ng84vQEACAAJ&redir_esc=y). Acesso em 14 nov. 2013.

HARTKE, R.; GÁBOR, S.; HELLEAU, C. **About psychoanalysis**. International psychoanalytical association. Disponível em: [https://www.ipa.world/IPA/en/Psychoanalytic\\_Treatment/About\\_\\_Psychoanalysis.aspx](https://www.ipa.world/IPA/en/Psychoanalytic_Treatment/About__Psychoanalysis.aspx). Acesso em: 11/07/2024.

INTERNATIONAL psychoanalytical association. 2023. Disponível em: <https://www.ipa.world/ipa/Search?SearchTerms=ABOUT%20PSICANÁLISE>. Acesso em: 11/07/2023.

JAMES H., **The Turn of the Screw**. New York: Norton, 1999.

JOSE, L. J.; NABIL A.; PEDRO P. S. **Palavras da crítica**. Rio de Janeiro, RJ: Edições Makunaima, 2021.

LEITE, K.; OLIVEIRA, R. et al. **Metodologia da pesquisa em estudos literários II**. Manaus: EDUA, 2022.

NASCIMENTO, C. M. B.; SANTOS, J. S.; FROTA M. S. **Metodologia de pesquisa em estudos literários**. Manaus: Edua, 2022.

NASCIMENTO, F. L. **A série Black Mirror e a corrente Psicanalítica:** quando a personagem Lacie Pound encontra os mecanismos de defesa. 58f. 2019. Monografia (Graduação em Letras Inglês) - Universidade Estadual do Piauí, campus Parnaíba, 2019.

NOEL, J. B. **Psicanálise e literatura.** São Paulo: Cultrix, 1983.

OGDEN, B.; OGDEN, T. **The Analyst's Ear and the Critic's Eye:** Rethinking Psychoanalysis and Literature. London: Routledge, 2013.

OLIVEIRA, M. **Metodologia Científica:** um manual para a realização de pesquisas em administração. Universidade Federal de Goiás, Catalão, 2011.

ROCHA, E. C. **When I am the other:** uma análise psicanalítica de Nina, protagonista da obra cinematográfica Black Swan. Monografia 52p. 2019 (Graduação em Letras - Inglês) - Universidade Estadual do Piauí, campus de Parnaíba, 2019.

SANTOS, J. D. S. S. **O ego e a perda do objeto amado:** a relação afetiva dos irmãos Itachi e Sasuke à luz da Corrente Psicanalítica. Monografia 121p. 2019 (Graduação em Letras - Inglês) - Universidade Estadual do Piauí-UESPI, campus de Parnaíba, 2019.

SCHWANDT, T. **The Sage Dictionary of Qualitative Inquiry.** London: Sage Publications, 2007.

SOUZA, R. **Um pouco de método:** nos estudos literários em particular, com extensão às humanidades em geral. São Paulo: É realizações, 2016.

TYSON, L. **Critical Theory Today:** a user-friendly guide. Nova York: Routledge 2015.

TYSON, L. **Using Critical Theory:** How to read and write about literature. Londres: Routledge, 2011.

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO CARLOS. Sistema Integrado de Bibliotecas. **Guia de boas práticas na pesquisa científica.** São Carlos, 2022. Available from: <https://www.sibi.ufscar.br/arquivos/guia-de-boas-praticas-na-pesquisa-cientifica.pdf>. Acessado em: 30 nov 2022.

VAILLANT, G. **Adaptation to Life.** Cambridge: Harvard University press, 1995.