

# Solitude: Virando a solidão pelo avesso\*

Luci Helena Baraldo Mansur\*\*

*Apesar de tudo existe  
Uma fonte de água pura.  
Quem beber daquela água  
Não terá mais amargura.*

Paulinho da Viola

A sociedade humana se faz marcada por uma elaborada linguagem de signos e símbolos, cuja abertura permite a própria possibilidade de evolução cultural da espécie. Nesse sentido, sempre voltado para as questões da antropologia contemporânea, DaMatta (1999) discrimina, com sua lucidez habitual, que a idéia de cultura traz duas dimensões fundamentais. Primeiramente, a cultura significa nossa capacidade de simbolizar: “essa capacidade de apropriação e definição simbólica e arbitrária dos sentimentos e das necessidades que nos movem é o que tipifica a idéia de cultura como signo da humanidade”. Num segundo nível, prossegue o autor:

A idéia de cultura diz respeito a estilos de vida. A modos de viver e de pertencer a uma dada coletividade. Aos estilos de classificar, atuar, construir e refletir o mundo. Ela aponta para conjuntos de idéias destinadas a explicar a perda, o sofrimento, a bonança e, sobretudo, a nossa quase sempre incomfortável consciência de quem somos. Da nossa finitude e na nossa quase total incapacidade para sairmos de nossos idiomas, momentos históricos, preconceitos sociais e valores morais. Nesse sentido, cultura é valor e ideologia: ela denuncia o nosso privilégio de negar e de refazer o mundo (DaMatta, 1999).

Essa possibilidade-privilégio de negação e reinvenção do mundo em que vivemos, também é enfatizada nos brilhantes estudos antropológicos realizados por Velho:

A cultura não é, em nenhum momento, uma entidade acabada, mas sim uma linguagem permanentemente acionada e modificada por pessoas que não só desempenham “papéis” específicos, mas que têm experiências existenciais particulares. A *estrutura social*, por sua vez não é homogênea em

si mesma, mas deve ser uma forma de representar a ação social de atores *diferentes e desigualmente* situados no processo social (Velho, 1985, p. 21).

Velho (1985, p. 22) considera que “em qualquer sociedade ou cultura, existe uma permanente margem de manobra ou áreas de significado ‘aberto’, em que possam surgir comportamentos divergentes e contraditórios”. Essa possibilidade mais do que “funcional”, representa “a permanente possibilidade de destruição de um ‘estilo de vida’, de uma ‘ordem social’, ou de um ‘equilíbrio cultural’”. Esta margem pode se estreitar ou se ampliar muito rapidamente ou permanecer estável por gerações”. Portanto, as chamadas “áreas de significado aberto” variam segundo as épocas, e as da atualidade não são necessariamente as mesmas de décadas passadas.

Essas idéias, desenvolvidas pela sociologia e antropologia contemporâneas, vêm reforçar minha reflexão acerca da pluralidade da experiência de solidão e, principalmente, o reconhecimento de sua potência positiva e criativa que pode ser interpretada como espaço de abertura de sentidos e renovação dos estilos de viver em sociedade. Inserida no dinâmico processo de tensão e transformação culturais, patologizada e negativada segundo alguns registros do pensamento, a solidão tem sido, sistematicamente, tratada e curada, visando ser reconduzida à normalidade da convivência grupal e social. No entanto, sua faceta benéfica encontra registro por meio da observação, atenta e livre de preconceitos, daqueles que também podem enxergá-la com bons olhos, ampliando seu espectro de significados. Constatando essa polissemia do sentimento de solidão, Dolto revirou-o pelo avesso, em centenas de páginas, escritas com a sabedoria de quem o conheceu intimamente:

Pediatra e psicanalista, uma vida inteira à escuta dos outros, distantes ou próximos, à escuta dos meus e de mim mesma, admirada com o que temos para entender e fazer, e ainda mais com aquilo que nem mesmo suspeitamos e que um dia advém, inexplicável, sempre fui acompanhada pela solidão,

\* Texto baseado em tese de doutorado “Solidão-solitude: passagens femininas do estado civil ao território da alma”, defendida no Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo, em 2006, com o apoio do CNPq.

\*\* Psicóloga. Mestre e doutora em Psicologia pela Universidade de São Paulo. Membro do Instituto de Psicanálise da Sociedade Brasileira de Psicanálise de São Paulo. Autora de *Sem filhos: A mulher singular no plural*. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2003.

de perto ou de longe. Assim como são acompanhados por ela todos os que, sozinhos, tentam *ver e escutar*, quando alguns só fazem olhar e ouvir (Dolto, 2001, p. xvii).

Delimitando uma fronteira, às vezes tênue, existente entre a experiência da solidão criadora e o isolamento nocivo e mortífero, Dolto (2001, p.xvii) buscou discriminar seus efeitos na constituição da subjetividade de todos nós: “*Amiga inestimável, inimiga mortal* – solidão que regenera, solidão que destrói – impele-nos a alcançar e a ultrapassar nossos limites”, em busca de uma vida simbólica suficiente para suportar nossas fragilidades.

Seria bom para a educação das crianças se aprendêssemos com a psicologia a respeitar sua necessidade de solidão. Aliás, ninguém sabe nada sobre essa necessidade. Talvez venha do fato de a criança se identificar com alguém que era assim. Não se sabe. Na escola não se permite estar só. O recreio foi feito para brincar. Brincar? É correr com outro; ao passo que, para aquela criança talvez seja descansar, refletir, ouvir ruídos, olhar folhas a rodopiar... observar uma formiga... O adulto se angustia ao ver uma criança solitária. Ora, há solidões regeneradoras tanto para o adulto, com certeza, quanto para a criança (Dolto, 2001, p. 122).

No *Ensaio sobre a solidão positiva*, considerado o mais pessoal de seus textos, Katz (1996, pp. 26-42) analisa a ideologia vigente e o aprisionamento cultural contemporâneo pelos meios de comunicação de massa, “que não suportam a solidão, pois esta se coloca como o maior obstáculo à sua propagação e existência”. Abrindo portas para novos significados e falando em favor d’*O coração distante*, afirma que “a solidão não é uma doença, nem mesmo lhe é própria, mas uma conquista de muitos e poderia sê-la junto com outros”. Ao fazer uma genealogia filosófica da solidão, percorre diversas sendas, até encontrar sua aparição positiva na vida excepcional de Santa Teresa de Ávila (1515-1582), quando “a solidão não será mais determinada negativamente pelo saber unificador da Igreja, como afastamento da comunhão dos que constroem solidários a organização e hierarquia do caminho de Deus, mas pela afirmação dos que pertencem à experiência singular da religiosidade” (Katz, 1996, p.107).

Com esse exemplo de solidão conquistada por uma mulher, “feito de encontros de forças e desejos, rupturas e transgressões, numa procura incessante para não se perder inteiramente na dispersão inumana ou no encontro excessivo com a crença que vem de fora, imposta pela continuidade institucional”, Katz (1996, p. 107) retorna ao mundo da modernidade e à permanência de certas normas quanto aos modos de viver e estar com os outros. Lembra-nos que a psicanálise, desde as origens, também viu na solidão uma espécie de patologia humana - geralmente considerada como a expressão de um estado de angústia e nostalgia a ser supera-

do por quem a padece. No entanto, quando a solidão é liberada das grades da negatividade, apresenta-se também como uma possibilidade de emergência da singularidade humana.

Fazendo seu próprio trajeto entre a clínica e a cultura, Tanis (2003, p. 29) percorre o que denominou “circuitos da solidão”, assinalando as diversas modalidades de seu surgimento histórico no espaço social, bem como as diferentes estratégias utilizadas para seu enfrentamento – “o lugar que ocupou e o valor que obteve como experiência subjetiva foram objeto, e ainda são, de mudanças significativas”. Revisando as propostas teóricas psicanalíticas acerca da solidão; considerando seus múltiplos focos investigativos e as abordagens estruturais, dinâmicas e afetivas, o autor reconhece a presença da solidão nos principais processos psíquicos: na angústia de separação, nas manifestações do narcisismo, nos processos identificatórios e defensivos, na capacidade de simbolização e sublimação.

Desencadeada quando uma relação afetiva é ameaçada de interrupção ou é realmente interrompida, seja pela perda do amor da pessoa amada ou pela perda concreta de uma pessoa significativa, “a angústia de separação traduz a emoção dolorosa - mais ou menos consciente – que acompanha a percepção do caráter efêmero das relações humanas, da existência do outro e de nossa própria existência”, avalia Quiñodoz (1993, p. 24) em seu trabalho sobre *A solidão domesticada*. Por outro lado, segundo seu ponto de vista, trata-se também de “uma emoção estruturante para o ego, porque sentir a dor de nossa solidão nos faz tomar consciência de que existimos como seres únicos em relação aos outros, e que os outros são diferentes de nós”.

Fenômeno universal e cotidiano, indicador da natureza complexa das ligações interpessoais, a dor da separação pode ser reconhecida na linguagem emocionada e espontânea dos momentos de despedida e de reencontro, revelando a importância das relações afetivas e a falta que uma pessoa querida nos faz. O cancionero popular encontra-se repleto de referências poéticas, que traduzem os sentimentos desencadeados quando uma relação afetiva é ameaçada de interrupção ou é interrompida. Por sua vez, a palavra “saudade”, derivada do latim *solitatem* (soledade-solidão), comunica “a lembrança nostálgica e, ao mesmo tempo, suave, de pessoas ou coisas distantes ou extintas, acompanhadas do desejo de voltar a vê-las ou possuí-las” (Ferreira, 1999, p. 1822).

Tristeza, pesar, abandono, frustração ou desespero: o modo como cada um reage à separação varia segundo o montante de angústia experimentado, podendo limitar-se a um sofrimento relativamente bem tolerado ou configurar manifestações muito intensas e patológicas, que originam doenças psíquicas, alterações somáticas funcionais ou lesões orgânicas psicossomáticas, assim como muitos dos acidentes da vida diária. Portanto, a capacidade de tolerar e elaborar a angústia de separação é variável, e a investigação psicanalítica tem procurado discriminar os processos envolvidos quando o sofrimento mostra-se excessivo, con-

cluindo que as reações à separação ou perda podem ter sua origem e significados inconscientemente determinados.

Como distinguir o que desencadeia apenas dor, daquilo que ocasiona luto e do que provoca demasiada angústia nas situações de separação? Qual a diferença entre o luto tido como normal e o considerado patológico? Freud, em sua longa vida e extensa obra, refletiu sobre a origem e a diversidade das respostas emocionais diante da separação e da perda do objeto amado, e suas principais contribuições encontram-se nas elaborações sobre *Luto e melancolia* (1917/1985) e nas hipóteses apresentadas em *Inibição, sintoma e angústia* (1926/1973).

No trabalho publicado em 1917, Freud, compara as características psicológicas do luto normal e patológico, encontrando em ambos os mesmos traços, exceto um – a diminuição da auto-estima. Além do desânimo profundamente doloroso; da suspensão do interesse pelo mundo externo; da perda da capacidade de amar e da inibição de toda atividade, no estado melancólico agrega-se o rebaixamento do sentimento de amor-próprio, expresso em recriminações e insultos autodirigidos, chegando até à expectativa delirante de punição. Essa reação depressiva em face da perda do objeto decorre de a pessoa estar parcialmente identificada com o objeto e confundida com ele, para se defender do sentimento de tê-lo perdido.

A sombra do objeto caiu sobre o ego, que então pode ser julgado por uma determinada instância, como um objeto - como o objeto abandonado. A perda do objeto se transformou em perda do ego e a pessoa amada em uma bipartição entre a crítica do ego e o ego modificado pela identificação (Freud, 1917/1985, p. 33).

Portanto, as críticas que o melancólico dirige a si próprio, não passam de acusações destinadas ao objeto perdido, que se voltaram contra seu próprio ego. Complicada pelo fenômeno da ambivalência, “na melancolia se tramam, portanto, em torno do objeto, inúmeras batalhas isoladas nas quais ódio e amor combatem entre si: um para desligar a libido do objeto, outro para defender contra o ataque esta posição da libido”. Essas lutas, segundo Freud (1917/1985, p. 39), ocorrem no sistema inconsciente – “é lá que se dão as tentativas de desligamento no luto, mas neste não há qualquer obstáculo a que esses processos prossigam pelo caminho normal que vai até a consciência”. Esse caminho para a consciência está bloqueado no trabalho melancólico, até que ocorra a regressão da libido. Apenas quando “o amor deixou de ser eliminado por sua fuga para o ego”, é que o processo “se representa para a consciência como um conflito entre uma parte do ego e a instância crítica”.

Embora sintomaticamente oposta, o conteúdo da reação maníaca não difere da melancólica, uma vez que ambas as afecções enfrentam um mesmo “complexo”, sendo que esse complexo domina o ego na melancolia, e é inver-

samente submetido pelo ego, na mania. Perante as perdas, as defesas maníacas transformam sentimentos de desapontamento, impotência, raiva e solidão em estados que parecem ser de alegria ou triunfo. A realidade externa é substituída por fantasias inconscientes; a onipotência assume o lugar do desamparo; a imortalidade substitui a voragem do tempo e a finitude da vida; o triunfo substitui o desespero; o desprezo toma o lugar do amor.

Em suas pesquisas sobre o tema, Quinodoz (1993) e Bowlby (1984) percorrem a literatura psicanalítica referente à angústia de separação e, a partir da primeira teoria freudiana acerca da origem da angústia, vista como uma transformação direta da libido não satisfeita, retomam *Inibição, sintoma e angústia*. Reconsiderando seu ponto de vista anterior, nesse trabalho Freud passa a atribuir um especial valor à angústia causada pela falta ou afastamento de quem se ama ou deseja.

O temor à separação torna-se então o protótipo da angústia – a separação e a perda passam a ser elementos essenciais para a compreensão do processo que ele estudara durante toda a vida. A angústia seria a reação diante do perigo de perder o objeto de amor; a dor do luto ocorreria como reação à perda real do objeto; por sua vez os mecanismos de defesa surgiriam para proteger o ego das exigências pulsionais que ameaçassem sobrecarregá-lo na ausência do objeto.

Os teóricos subseqüentes, adeptos da psicologia do ego ou das relações de objeto, não adotaram plenamente as hipóteses freudianas de 1926 – algumas foram aceitas, outras foram rejeitadas ou simplesmente ignoradas. Um razoável espaço foi ocupado pela angústia de separação e perda de objeto nos trabalhos kleinianos que, à luz das noções sobre os impulsos destrutivos, o complexo de Édipo precoce, a posição esquizoparanóide e depressiva, a identificação projetiva e a inveja, concedeu ao luto um papel central na psicopatologia e no desenvolvimento normal.

Segundo a hipótese formulada por Klein, “sempre que a mãe não está presente, a criança sente que a perdeu, seja porque a danificou, seja porque ela se transformou em perseguidor. A sensação de tê-la perdido equivale ao medo de que ela tenha morrido” (1959/1975, p. 141). No clássico ensaio sobre *O sentimento de solidão* (1959/1975), Klein avalia que este sentimento está baseado nas ansiedades esquizoparanóides, e que poderia ser atenuado com a aquisição da posição depressiva e com uma maior integração da vida psíquica.

Embora o sentimento de solidão possa diminuir ou aumentar pelas influências externas, ele nunca será completamente eliminado, porque a tendência para a integração, assim como o pensar experimentado nesse processo, brotam de fontes internas que continuam operantes pela vida afora (Klein, 1959/1975, p.156).

Desta forma, sendo impossível alcançar uma integração completa e duradoura dos impulsos amorosos e destrutivos, o sentimento de solidão persistiria, surgindo sem-

pre que houvesse uma perda da confiança no objeto bom internalizado. Atualmente, no âmbito da teoria das relações objetais<sup>1</sup>, Quinodoz considera que o conceito de separação assume dois significados, que devem ser diferenciados do ponto de vista teórico e clínico.

Na primeira acepção do termo, “separar-se” significa que uma pessoa deixa a outra com a qual estabeleceu uma relação de confiança. Pode-se dizer que o indivíduo envolvido sabe *quem* investiu, *quem* lhe falta, *quem* ele próprio é, e *o que* a pessoa temporariamente ausente lhe faz sentir: sentimento de solidão, tristeza, ira, dor, mas às vezes, também de alívio e de liberdade, um não excluindo o outro (Quinodoz, 1993, p. 43).

O processo de separação, em seu sentido literal, ocorre conscientemente e com sentimentos contraditórios, diz respeito à ausência de alguém significativo afetivamente e que é visto como um ser diferenciado, autônomo e digno de confiança.

A separação se inscreve no contexto de uma relação em que a outra pessoa é percebida como livre para ir e vir, livre para escolher seus relacionamentos ou renunciar a eles, e onde a separação espaço-temporal não significa obrigatoriamente ruptura dos vínculos afetivos com o objeto ou perda do amor do objeto, porque o objeto considerado confiável não vai tirar proveito disso para abandonar o sujeito. (Quinodoz, 1993, p. 43).

Mesmo nas situações de perda definitiva a integridade do ego não é ameaçada pela perda do objeto – trata-se da separação real entre duas pessoas, diferenciadas uma da outra. Neste caso, estão envolvidos dois processos: separação interpessoal (uma pessoa deixa a outra) e diferenciação intrapsíquica (entre ego e objeto).

Nas relações interpessoais, portanto, não há necessidade da presença constante do objeto, mesmo que essa presença traga satisfação, e a ausência, insatisfação. O caráter provisório da separação implica a esperança do retorno, mesmo que toda separação desperte o temor sempre possível de uma perda real definitiva ou de perda de amor. Em outros termos, a ausência da pessoa investida toca o indivíduo em seus afetos, sem causar dano à estrutura psíquica de seu ego. Em tais condições, no caso de perda – isto é, de separação definitiva – existe dor psíquica ligada ao trabalho de luto, mas a perda do objeto não provoca a perda do ego (Quinodoz, 1993, p. 43-44).

A dor da separação traduz uma emoção dolorosa suportável, assentada na percepção de que o outro é uma pessoa distinta e separada. Na segunda acepção do termo “se-

parar-se”, sinais de angústia excessiva indicam que o ego se sente ameaçado ante o risco de separação de alguém significativo, com quem se encontra confundido.

A ausência da pessoa importante reaviva a angústia sentida pelo ego do indivíduo afetado, obrigado a perceber que ele não é esse objeto, que esse objeto é diferente de seu ego e que ele não confia nas intenções do objeto. A ausência do outro desencadeia a dolorosa percepção de presença do outro como não-eu. Quando “separar-se” de uma pessoa, significa inconscientemente uma ameaça para a integridade do próprio ego, é porque perdura uma relação muito particular de apego entre ego e objeto caracterizada, entre outras coisas, pela persistência de partes do ego, insuficientemente diferenciadas das partes do objeto (Quinodoz, 1993, p. 44).

Portanto, os processos de separação e diferenciação encontram-se estreitamente ligados, e para que o primeiro ocorra é preciso que o segundo já tenha sido adquirido.

A angústia aparece porque a separação é vivenciada não apenas como perda do objeto, mas também como perda de parte do próprio ego que, por assim dizer, vai junto com o objeto, a fim de continuar fundido com ele. Assim, “separar-se” assume dois significados muito diferentes, conforme o nível que a separação é vivenciada pela pessoa: uma deixa a outra, com as conseqüentes reações afetivas específicas, ou pode ser vivenciada como perda de parte do ego causada pelo sentimento de ter perdido o objeto (Quinodoz, 1993, p. 44).

Por sua vez os processos de diferenciação e separação estão correlacionados ao trabalho de luto, visto que aceitar separar-se do outro supõe a elaboração da perda em dois níveis – o da relação entre duas pessoas e o da renúncia à fusão do ego com o objeto do qual se separa. Nesse sentido, prossegue Quinodoz (1993, pp. 45-48), passando por um processo que se assemelha ao da criação artística, “o ego está em constante evolução, fazendo-se e refazendo-se sem cessar” – jamais terminamos de nos encontrar e de conhecer o outro, vivenciando uma espécie de “mistério que contribui para o encanto dinâmico da vida”. Seguindo essa linha de raciocínio, o autor permite-nos considerar que o trabalho de criação é longo e doloroso porque também “implica em um trabalho de luto para descobrirmos a nossa própria originalidade, isto é, os aspectos de si-próprio constitutivos da identidade que permaneceram confundidos com nossos primeiros objetos, dos quais nunca terminamos de nos diferenciar”.

Diante da precariedade humana e dos mistérios presentes e aceitos, Winnicott avaliou a angústia de separação segundo sua própria ótica, dedicando-se ao estudo da

1 Após a Segunda Guerra Mundial, com a ampliação da clínica das relações de objeto, as contribuições de Melanie Klein continuaram presentes, mas a análise das relações objetais se estendeu ao estudo de todas as formas de ambiente familiar e social, deixando de abordar exclusivamente a realidade psíquica.

solidão em seus últimos anos de vida. Embora tenha herdado os instrumentos conceituais freudianos e kleinianos, a criatividade, a autenticidade e a autonomia nunca deixaram de habitar o centro de sua existência, de suas teorias e de seu vocabulário. Suas hipóteses têm incentivado a liberdade de expressão de psicanalistas que consideram importante julgar com independência, permitindo o reconhecimento de certos fenômenos existenciais ambíguos e paradoxais. Buscando compreender, além do que causa sofrimento e adoece as pessoas, aquilo que pode enriquecê-las na experiência cultural conjunta, conseguiu ver na vulnerabilidade humana um potencial para as relações interpessoais.

Não importando as diferenças quanto às fontes de observação ou modelo teórico dentro do qual diversos psicanalistas fizeram suas análises, há um grande acordo quanto ao princípio básico de que a autoconfiança decorre da capacidade de confiar nos outros, que é adquirida no início da vida, a partir do apoio inicial ofertado pela figura da mãe ou seu substituto permanente. Para Winnicott, no princípio da vida e antecedendo as primeiras relações de objeto, haveria uma “solidão essencial” que, paradoxalmente, só poderia existir nas singulares condições de dependência máxima dos cuidados maternos, na qual não existiria a consciência da existência do ambiente e da disponibilidade amorosa nele contida.

Com exceção do próprio início, não haverá jamais uma reprodução exata desta solidão. Apesar disso, pela vida afora do indivíduo continua a haver uma solidão fundamental, inerente e inalterável, ao lado da qual permanece a inconsciência sobre as condições indispensáveis a este estado de solidão (Winnicott, 1990, p. 154).

No artigo sobre a *Ansiedade associada à insegurança* (1952), Winnicott (1978) defende a idéia de que a ansiedade mais primitiva experimentada por um ser humano se relaciona “ao modo inseguro de sustentar o bebê”, reiterando o valor da função materna em proporcionar sentimentos de segurança e de apoio - vivos e contínuos.

*Antes das relações objetais, o estado de coisas é o seguinte: a unidade não é o indivíduo; a unidade é uma organização ambiente-indivíduo. O centro de gravidade do ser não começa no indivíduo; está na organização total. Através de um cuidado suficientemente bom da criança, da técnica, do holding e do manejo geral, a casca é gradualmente conquistada e o cerne (que o tempo todo nos pareceu ser um bebê humano) pode começar a ser um indivíduo (Winnicott, 1978, p. 208). (grifos meus).*

Sem maternagem não haveria o que chamamos de bebê: um ser imaturo, à beira de angústias primitivas terríveis, dependendo totalmente dos cuidados maternos, para só depois alcançar a percepção de que sua mãe existe como al-

guém separado e diferente dele. Winnicott (1983, p. 174) avaliou que no desenvolvimento normal, “o bebê (teoricamente) se inicia (psicologicamente) sem vida e adquire esta simplesmente por estar, de fato, vivo”. Embora haja existência biológica, somente após o encontro com a mãe é que se inicia a constituição da subjetividade. Perturbações nos estágios primitivos do desenvolvimento da criança, como a angústia de separação excessiva, indicariam interferências na relação inicial com a mãe, nos primeiros meses de vida.

Em outros termos, a ansiedade de separação ocorre porque esta se deu em um momento em que a criança não estava pronta para alcançá-la como uma aquisição do *self*. Não existe, portanto, dentro do processo maturacional, a ansiedade de separação como algo inerente a ele. A separação com ansiedade é sempre indício, por exemplo, de que a criança ainda não podia desenhar o desaparecimento da mãe como parte de sua criatividade (Safra, 2005, p. 159).

Conforme as hipóteses winnicottianas (1975a, p. 101), quando as condições fossem favoráveis, o ambiente propiciaria a chamada área de ilusão, permitindo a continuidade narcísica do bebê e “a esperança de que existe uma relação viva entre a realidade interior e a realidade exterior, entre a capacidade criadora, inata e primária, e o mundo em geral, que é compartilhado por todos”. Por sua vez, a capacidade de estar só seria o resultado da oportunidade, oferecida ao bebê, para desenvolver confiança na existência de um ambiente benigno, mediante os cuidados maternos. Clinicamente representada por um certo tipo de silêncio e quietude que ocorre na sessão de análise, seria uma conquista e não um estado relacionado ao retraimento e às defesas que envolvem expectativas persecutórias. Seria algo muito especial e positivo, ou seja, a possibilidade que algumas pessoas têm de apreciar a solidão antes mesmo de sair da infância, considerando-a sua possessão mais valiosa.

Ainda que a capacidade de ficar só seja comumente avaliada como um indício de maturidade emocional, atingida após o estágio de desenvolvimento em que as relações edípicas são elaboradas (suportando-se a exclusão da cena primária), a “habilidade inicial para ficar realmente só”, tem como seu fundamento uma vivência paradoxal, ocorrida na primeira infância, de estar a sós na presença da mãe. Para Winnicott, “a imaturidade do ego é naturalmente compensada pelo apoio do ego fornecido pela mãe. Com o tempo o indivíduo introjeta essa mãe, suporte do ego, tornando-se capaz de estar só, sem precisar recorrer com frequência à mãe ou ao símbolo materno” (1983, p. 34), em uma seqüência:

“Eu estou só” é uma decorrência do “eu sou”, dependente da percepção da criança da existência contínua de uma mãe disponível, cuja confiabilidade torna possível para a criança estar só e ter prazer em estar só, por períodos limitados. Nesse sentido, estou tentando justificar o paradoxo de

que a capacidade de ficar só se baseia na vivência de estar só na presença de alguém, e que sem uma quantidade suficiente dessa experiência, a capacidade de ficar só não se desenvolve (Winnicott, 1983, p. 35).

Apenas quando foi possível experimentar a sensação relaxada de estar só, na presença da mãe e depois sem ela, é que a criança poderá descobrir suas necessidades e desejos reais, independentemente do que possam vir a esperar dela ou tentar lhe impor no futuro. Portanto, a criação de si mesmo, da própria existência, seria a obra fundamental do ser humano, implícita no conceito de *self* - como contínuo vir-a-ser. Nessa fase em que mãe-bebê são um, ou seja, quando ainda não há diferenciação entre “eu” e “não-eu”, Winnicott formulou a chamada relação de objeto (subjetivo) do elemento feminino puro, que estabelece “a experiência de ser”, considerada a mais simples de todas as experiências. Quando já ocorreu uma organização suficiente, surge a relação de objeto (objetivo) do elemento masculino puro, em que o bebê atribui à mãe a qualidade de ser “não-eu”, buscando nela, que existe separada dele, a sua gratificação pulsional.

Considerando a existência de elementos femininos e masculinos puros em todos os indivíduos, além do reconhecimento da bissexualidade postulada por Freud, encontramos outra contribuição winnicottiana original (1975b, pp.112-120), ligada ao sentimento de *ser* que antecede o “fazer” do brincar. O elemento masculino, que “faz”, relaciona-se com o aspecto pulsional (ativo ou passivo) da relação de objeto, que já pressupõe a separação entre mãe-bebê. A característica essencial do elemento feminino puro, no contexto da relação de objeto subjetivo é a identificação com o objeto, “única base para a autodescoberta e para o sentimento de existir (e, depois, para a capacidade de desenvolver um interior, de ser um continente)”. Prosseguindo, pode-se concluir que:

... não é a satisfação instintual que faz um bebê começar a ser, sentir que a vida é real e digna de ser vivida. Na verdade, as gratificações instintivas começam como funções parciais e tornam-se *seduções*, a menos que estejam baseadas na capacidade bem estabelecida, na pessoa individualmente, para a experiência total, e para a experiência na área dos fenômenos transicionais. É o eu (*self*) que tem que preceder o uso do instinto pelo eu (*self*); o cavaleiro deve dirigir o cavalo, e não se deixar levar (Winnicott, 1975b, p. 137).

Portanto, não é a busca de prazer que leva um bebê a existir e sentir que a vida vale a pena. Nessa fase inicial, ocorreria um tipo muito específico de relacionamento entre mãe-filho, chamado de relacionamento do ego; distinto do relacionamento do id, que permite comparar o significado corrente das palavras “gostar” - relativo ao primeiro (ego), e “amar” - relativo ao segundo (id). Atribuindo grande va-

lor ao que ocorre entre duas pessoas e que não está subordinado às realizações pulsionais, Winnicott considerou que esse fenômeno é a substância da amizade, assim como a provável matriz da transferência. O clímax do relacionamento do ego conduz a um novo conceito, aproximado da experiência de êxtase – o orgasmo do ego.

O relacionamento e o orgasmo do ego, uma experiência intensa e satisfatória que pode ser vivida em um concerto ou em uma amizade, é muito diferente da excitação sexual proveniente do relacionamento do id, com seu clímax físico. Sem desmerecer a importância e o alcance do conceito de sublimação, Winnicott sugere ousadamente substituí-lo pela noção de relacionamento do ego, comparando o que ocorre em uma sala de concertos com uma relação sexual: nas duas experiências, independentemente do simbolismo inconsciente, a quantidade de excitação corporal difere de maneira evidente e muito significativa.

No conjunto dessas formulações sobre o desenvolvimento e funcionamento emocional, tão importante quanto a memória, o esquecimento também é visto como uma aquisição – não como parte da repressão ou da destruição do objeto. “Esquecer o outro é a possibilidade de se organizar, de existir sem a presença imediata do outro”. A separação pode trazer pesar, mas ocorrerá sem desespero - uma vez que “é tão importante encontrar quanto se desvencilhar”. Portanto, esclarece Safra (2005, p. 158-160), “quando a separação é alcançada como parte do processo maturacional ela pode trazer um pesar, mas não traz ansiedade. Esta é decorrente do fato de que não foi possível alcançar a separação subordinada à ação criativa da criança”.

Sob o efeito da magia instaurada pela terceira área existencial, que reúne com fios de ilusão tempo-espço e mãe-bebê, não ocorre a experiência de separação, constata Winnicott (1990, p. 127): “Entre o subjetivo e aquilo que é objetivamente percebido, existe uma terra de ninguém, que na infância é natural e que é por nós esperada e aceita”. Em uma seqüência que se origina nos estágios iniciais e se estende ao longo da vida adulta, as formulações encontradas nos textos sobre “a capacidade para estar a sós” (1958) e sobre “a localização da experiência cultural” (1967), situada no espaço potencial existente entre o indivíduo e o ambiente (que, paradoxalmente, tanto une quanto separa a mãe e o bebê), revelam-se recursos valiosos para a compreensão de um modo de vida satisfatório, apesar de todas as dificuldades inerentes aos relacionamentos interpessoais.

Relacionada à atividade lúdica, ao senso de humor e a toda forma de manifestação cultural acumulada em milhares de anos, a terceira área da existência foi vista por Winnicott (1996, p. 29) como um subproduto da saúde – “em outras palavras, havendo saúde, não há separação, pois na área de espaço-tempo entre a criança e a mãe, a criança (e, portanto, o adulto) vive criativamente, fazendo uso do material disponível. Pode ser um pedaço de madeira, ou um dos últimos quartetos de Beethoven!”

Com esse referencial, podemos reavaliar o lugar ocupado pela cultura, que com seu conjunto de símbolos e atividades simbólicas, longe de produzir desassossego, permite a renovação pessoal e o viver criativamente, que não requer nenhum talento específico - além da própria imaginação e do sentimento de ter existência própria.

O impulso criativo, portanto, é algo que pode ser considerado como uma coisa em si, algo naturalmente necessário a um artista na produção de uma obra de arte, mas também algo que se faz presente quando *qualquer* pessoa - bebê, criança, adolescente, adulto ou velho - se inclina de maneira saudável para algo ou realiza deliberadamente alguma coisa (Winnicott, 1975b, p. 100).

Winnicott (1996, p. 28), enfatizou a importância da experiência cultural, visto ser ela que nos conduziria “ao domínio da herança humana, incluindo as artes, os mitos da história, a lenta evolução do pensamento filosófico e os mistérios da matemática, do funcionamento dos grupos e da religião”. Interessado em examinar a sociedade “em termos de saúde” e recusando-se a aceitar dogmas, abordou um tema que ainda não havia sido devidamente apreciado pela psicanálise. Situada no espaço originalmente estabelecido entre a mãe e o bebê, a experiência cultural foi avaliada como uma ampliação dos fenômenos transicionais e da brincadeira, favorecendo a vida adulta criativa (que sempre permite enxergar o mundo com um novo olhar), assim como a transcendência da existência pessoal.

A característica especial desse lugar em que a brincadeira e a experiência cultural têm uma posição, está em que *ele depende, para sua existência, de experiências do viver*, não de tendências herdadas. ... Na experiência do bebê (da criança pequena, do adolescente e do adulto) mais afortunado, a questão da separação não surge no separar-se, porque, no espaço potencial existente entre o bebê e a mãe, aparece o brincar criativo que se origina naturalmente do estado relaxado. É aqui que se desenvolve o uso de símbolos que representam, a um só tempo, os fenômenos do mundo externo e os fenômenos da pessoa individual (Winnicott, 1975b, p. 150, 151).

Assim sendo, compartilhar o que ocorre no universo da música, das ciências, da literatura, da religião, das artes plásticas e cênicas, seria uma boa fonte de alívio para as frustrações daqueles que dependem exclusiva ou excessivamente de satisfação amoroso-sexual; ajudaria a manter o equilíbrio de homens e mulheres quando se separam; também contribuiria para a continuidade das uniões conjugais passado o período da paixão - uma vez que, nessa área, a vinculação com a sexualidade é geralmente mínima.

2 Cecília Meireles (2003, p. 35).

Esse espaço potencial é um fator altamente variável (de indivíduo para indivíduo), ao passo que as outras duas localizações - a realidade pessoal ou psíquica e o mundo real - são relativamente constantes. O espaço potencial entre a mãe e o bebê, entre a criança e a família, entre o indivíduo e a sociedade ou o mundo, depende da experiência que conduz à confiança. Pode ser visto como sagrado para o indivíduo, porque é aí que este experimenta o viver criativo (Winnicott, 1975b, p.142).

A área da experiência cultural pode não representar nada para certas pessoas, ao passo que para outras ela pode ser a parte mais importante de suas vidas. Vivendo intensamente nessa área de experiência intermediária, muitos suportam a perda e a separação de pessoas queridas, as limitações relativas aos seus projetos e os desejos não realizados. Demonstrando encontrar equilíbrio e harmonia na alquimia estética, que consegue transformar pesar em poesia, separação em união, ausência em presença - essas pessoas sentem-se acompanhadas mesmo quando estão sós. Parecem experimentar a positividade da solidão, que lhes permite manter-se “sempre longe e dentro de tudo”<sup>2</sup>.

Portanto, há um modo de estar a sós que favorece desfrutar descobertas, realizações e prazeres advindos de uma fonte muito cristalina - “quem beber daquela água não terá mais amargura” - porque o outro estará sempre presente na produção cultural, substituindo a sustentação inicial materna. Avaliada como uma conquista, a *solitude*, ou seja, a capacidade para ficar só de maneira positiva, em suas complexas injunções psicológicas e sociais, encontra-se diretamente relacionada à qualidade da sustentação emocional e das oportunidades culturais que encontramos, seja no início ou no decorrer da vida, no conjunto formado pelo ambiente familiar e pela sociedade em que vivemos. Inerente a essa concepção encontra-se também a crença na potencialidade humana de renovar sentidos, por meio de gestos devidamente ancorados no espaço da convivência humana - sem idealizações ingênuas ou românticas, pois a vida é inegavelmente difícil, para todo ser humano, desde os seus começos.

## Referências

- Bauman, Z. (1998). *O mal-estar da pós-modernidade*. Rio de Janeiro: Jorge Zahar.
- Bowlby, J. (1984). *Separação: Angústia e raiva*. São Paulo: Martins Fontes.
- DaMatta, R. (1999). A dualidade do conceito de cultura. São Paulo: Encarte para o Prêmio Multicultural Estadão.
- Dolto, F. (2001). *Solidão*. São Paulo: Martins Fontes.
- Ferreira, A. B. de H. (1999). *Novo Aurélio século XXI: O dicionário da língua portuguesa*. Rio de Janeiro: Nova Fronteira.
- Freud, S. (1985). Luto e melancolia (M. Carone, trad.). *Jornal de psicanálise*, 36(44), 27-44. (Trabalho original publicado em 1917).
- Freud, S. (1973). Inibição, sintoma y angustia. In S. Freud, *Obras*

- completas*. (L. López Ballesteros y de Torres, trad., Vol. 3). Madrid: Biblioteca Nueva. (Trabalho original publicado em 1926).
- Hobsbawm, E. (2004). *Era dos extremos: O breve século XX: 1914-1991*. São Paulo: Companhia das Letras.
- Katz, C. (1996). *O coração distante: Ensaio sobre a solidão positiva*. Rio de Janeiro: Revan.
- Klein, M. (1975). *O sentimento de solidão*. Rio de Janeiro: Imago.
- Meireles, C. (2003). *Cânticos*. São Paulo: Moderna.
- Ogden, T. H. (2004). Uma nova leitura das origens da teoria das relações objetais. *Livro Anual de Psicanálise*, 18, 85-98.
- Quinodoz, J.-M. (1993). *A solidão domesticada: A angústia de separação em psicanálise*. Porto Alegre: Artes Médicas.
- Safra, G. (2005). *Revisitando Piggle*. São Paulo: Sobornost.
- Tanis, B. (2003). *Circuitos da solidão: Entre a clínica e a cultura*. São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Velho, G. (Org.) (1985). *Desvio e divergência: Uma crítica da patologia social*. Rio de Janeiro: Zahar.
- Winnicott, D. W. (1975a). *A criança e seu mundo*. Rio de Janeiro: Zahar.
- Winnicott, D. W. (1975b). *O brincar e a realidade*. Rio de Janeiro: Imago.
- Winnicott, D. W. (1978). *Textos selecionados: Da pediatria à psicanálise*. Rio de Janeiro: Francisco Alves.
- Winnicott, D. W. (1983). *O ambiente e os processos de maturação: Estudos sobre a teoria do desenvolvimento emocional*. Porto Alegre: Artes Médicas.
- Winnicott, D. W. (1990). *Natureza humana*. Rio de Janeiro: Imago.
- Winnicott, D. W. (1996). *Tudo começa em casa*. São Paulo: Martins Fontes.

## Resumo

Avaliada como uma conquista, a *solitude*, ou seja, a capacidade para ficar só de maneira positiva, em suas complexas injunções psicológicas e sociais, encontra-se diretamente relacionada à qualidade da sustentação emocional e das oportunidades culturais que nos são oferecidas, seja no início ou no decorrer da vida, no conjunto formado pelo ambiente familiar e pela sociedade em que vivemos.

## Palavras-chave

Cultura. Psicanálise. Solidão. Solitude. Winnicott, D. Woods.

## Summary

### **Solitude: turning the loneliness inside out**

Assessed as a conquest, the *solitude* which is the ability to live alone in a positive way, with all its complex psychological and social injunctions, is straightly related to the quality of emotional support and cultural opportunities offered to us, both at the beginning and in the course of our life, on the whole composed by the family environment and the society where we belong.

## Key words

Culture. Psychoanalysis. Loneliness. Solitude. Winnicott, D. Woods.

Recebido: 20/11/2007

Aceito: 10/12/2007

---

Luci Helena Baraldo Mansur  
Rua Maranhão, 554/66 – Higienópolis  
01240-000 – São Paulo – SP  
Tel.: 11 3666-4763  
lucimansur@uol.com.br