

Envelhecer

A solidão de existir?

Adriana Rotelli Resende Rapeli,¹ Itapira

Resumo: O presente texto analisa a solidão e o envelhecimento sob uma lente psicanalítica e literária, explora casos clínicos e utiliza obras literárias como ferramentas de compreensão. Essa análise revela como diferentes perspectivas sobre o envelhecimento e a solidão são retratadas em obras literárias e experiências clínicas. Destaca-se o poder das narrativas pessoais como uma forma de conectar-se com os outros e encontrar compreensão mútua, mesmo diante do processo de envelhecimento.

Palavras-chave: solidão, envelhecimento, psicanálise, literatura

*Se uma pessoa perfeita do planeta Marte descesse e soubesse que as
pessoas da Terra se cansavam e envelheciam, teria pena e espanto.
Sem entender jamais o que havia de bom em ser gente, em sentir-se
cansada, em diariamente falir; só os iniciados compreenderiam essa
nuance de vício e esse refinamento de vida.*
(Clarice Lispector)

*Quanto vive o homem, por fim?
Vive mil dias ou um só?
Uma semana ou vários séculos?
Por quanto tempo morre o homem?
Que quer dizer “Para sempre?”.*
(Pablo Neruda)

A solidão de existir: ecos da literatura e da clínica psicanalítica

Quando é que envelhecemos? E o que seria envelhecer? Em nosso entendimento psicanalítico, estaríamos condenados à dor e à delícia da eternidade do inconsciente?

1 Psiquiatra. Membro associado da Sociedade Brasileira de Psicanálise de São Paulo (SBPSP) e da Sociedade Brasileira de Psicanálise do Rio de Janeiro (SBPRJ).

Trago dois exemplos opostos da literatura, vindos de clássicos contos: por um lado, o velho sovina de Charles Dickens, Scrooge, personagem de *Um conto de Natal* (1843/2020). Por outro, Benjamin Button, o personagem de Scott Fitzgerald, de 1922, que nasce velho e ganha a juventude no decorrer do tempo. O primeiro tenta preservar o dinheiro como se o presente não existisse e o guarda para um suposto futuro em que dependeria apenas de si mesmo e de seus recursos mantidos em rígida segurança. Fantasmas que lhe assombram, um alerta para o risco de sua avareza lhe destinar a um futuro de sofrimentos. A morte, como alerta para o fato de estar vivo, ainda que como aparições fantasmagóricas, permitem-lhe a vivência de um Natal com seu próprio nascimento como uma pessoa que então pode ser solidária, não mais na sua onipotência solitária. Já Benjamin Button começa a vida resgatado do abandono (traumaticamente ele é um velho) e termina a vida acolhido pela riqueza dos laços que criou em torno de si.

Esse paradoxo da angústia que traz morte e vida, portanto, pode não estar diretamente relacionado à cronologia. Não é a passagem do tempo que nos faria amadurecer. E nem sempre é possível suportar a solidão de uma existência vivida como dor aguda. Foi Freud quem nos trouxe o entendimento de angústias existirem desde o nascimento. E de que continuamos necessitando de evolução mental para nos conectarmos com o nosso mundo interno e externo, vivermos – e criarmos – o tempo. A criação do mundo mental que se dará pelo encontro de duas mentes, única real moeda de troca na psicanálise.

Pontuo aqui dois exemplos clínicos distintos: um analisando com mais de 60 anos e uma analisanda com metade dessa idade. Ela, ainda irá completar 30 anos, com aparência mais jovem que sua idade marca, sofre angústias tão intensas que seu viver é tormentoso. A existência que, antes de ser usufruída em sua falência diária é evitada, numa insistência em não existir, em não ser percebida. A vivência culpada a transforma em condenada à quase insuportável cobrança de perfeição, que é eternidade do não crescimento. Já passou quase metade da sua vida, não calcula quanto tempo, em que seus dias e noites são terrivelmente semelhantes em sofrimento e tenta se anestesiá-la com psicofármacos, álcool e uma rotina que é preservada como armadura contra o risco de falência mental se experimentar novidades. Como a busca da impossível fusão com o mundo (os pais, Deus) sofre mais ainda em datas como as de aniversário/Ano Novo que, como ponteiros agudos no relógio de uma consciência superegoica, pontuam o que sente

como fracassos. Acusa-se do tempo perdido de modo quase insuportável. Mesmo diariamente a transição de dormir/acordar lembra as mudanças que lhe assustam, tenta inutilmente se esquivar de vivências que não controla, aquelas em que se avizinha de profundidade vertiginosa. Viver é fatal.

Com mais do dobro da idade dela, o homem mais velho traz uma noção do tempo que, ainda que amadurecida, lhe entristece, outras horas lhe irrita e se inflama com a condição crônica que pode ter estagnado projetos profissionais e seu casamento. Insiste em se expor a situações que dependam de grande envolvimento afetivo. Sofre pela dificuldade de encontrar parceiras que acompanhem sua intensidade emocional. Porém, tem um histórico de, com alguma resiliência, conseguir suportar angústias que, afinal, podem resultar em criatividade. A sua busca por melhor entendimento de si tem permitido que façamos, juntos, insights e associações.

Observo que, diferente do estreito túnel de angústia que compartilho no contato com a analisanda mais jovem, as reflexões que tenho com o analisando mais velho se repetem com alguns outros. A liberdade com lembranças evocadas, referências de músicas, livros e filmes, personagens que se juntam na sala de análise e me mostram essa ligação – Eros – que desencadeia pensamentos. Tudo isso auxilia na elaboração de angústias que podem se integrar à minha história de vida e à deles. Algo em mim rejuvenesce. Sinto-me mais viva e fértil ao recriar minha própria capacidade de pensar. Pois aquilo que resiste em “envelhecer” é o que é eterno em nós, imutável. Se não podemos envelhecer, é porque não podemos ser, estar, viver, morrer.

Além e aquém das teorias que, ao me remeter a elas, também as reintegro com minhas heranças emocionais e psicanalíticas, figuras maternas e paternas que transcendem minha experiência pessoal. E me permitem recriá-las no trabalho psicanalítico. A profissão que escolhemos é a que nunca deixamos de psicanalisar, pois esse é o nosso modo de viver. A nossa tarefa é a de, junto aos nossos analisandos, viver algo integrado e integrador, parceiros que podemos nos tornar da aventura de criação e desenvolvimento de nossa mente.

Sobre o sentimento de solidão: ecos psicanalíticos

Esses dois casos me mostram quão diferente pode ser experimentada a vivência de si. Em uma, a solidão é buscada como fuga de ameaças paranoídes, o mundo visto como uma multidão ameaçadora, com cobranças

inatingíveis; há melancolia de um tempo perdido. Em outro há a possibilidade de viver a individualidade, de questionamentos sobre si e de busca de contato com o outro. A solidão pode ser, de alguma maneira, ganhar ressignificações.

As experiências de solidão tão distintas e presentes em ambos os casos me levaram à Klein, no artigo “Sobre o sentimento de solidão” (1963/1991). No trabalho ela entende a solidão como parte da condição humana, do desenvolvimento mental a nos acompanhar nas angústias paranoides e nas depressivas. Aborda os fatores que amenizam a solidão, mas também a necessidade de sua aceitação.

Curiosamente, se há a morte desde o início sentida como ameaça à nossa existência, Klein fala da intensa vida que nos sobressalta. Ansiedades paranoides e depressivas nunca inteiramente superadas estão na base de um certo grau de solidão desde nossa condição primitiva, do bebê que sofre a fragilidade de modo intenso e por isso anseia um estado perfeito de satisfação. O anseio por ser compreendido pela mãe, de ser entendido perfeitamente sem palavras, acompanha-nos vida afora, alicerçado nessa relação íntima da mãe e seu bebê.

Ao lado da necessidade de compreensão que contribui para o sentimento de solidão, há também influência de outros fatores. Um ego não coeso, fragmentado, ameaçado pela morte que poderia vir de fora, experimenta solidão nessa insegurança paranoide, ainda mais prejudicado se sujeito à ação de um superego que, mal ajustado, é rígido e cruelmente severo. Estar sozinho, mal acompanhado por si mesmo, ameaçado pelo terror que vem desse espaço dentro/fora ainda indefinido.

Klein (1963/1991) vê nesse ego não somente as angústias paranoides, mas sua tendência à integração, cuja dor é sentida pela angústia de estar só, pelo medo de danificar os bons objetos ou pelo luto por danos causados ao longo de nosso desenvolvimento. Junto ao medo da morte, a solidão é sentida na mesma vida que pulsa e é intensamente sentida por estarmos sempre nos criando e constantemente necessitamos ser compreendidos.

A condição de estarmos sós e com medo de morrer, portanto, pode ocorrer agora e na hora de nossa morte, pois é o sentimento básico que temos desde que nascemos. Talvez o primeiro e o mais importante sentimento porque dele dependerá o que faremos com isso. Nascemos indefesos e incapazes. E a dependência de cuidados, como lidar na falta deles, de que modo suportaremos o medo de morrer, como organizaremos as defesas e

desenvolveremos a capacidade de tolerar as frustrações? Tudo o que nos constitui humanos entre humanos, filhos de Deus e não deuses. Nem nossos pais, de quem dependemos absolutamente no início da vida, não poderão, por melhores que sejam, dar-nos cuidados absolutos, pois não são divinos.

Assim, nossa mente se desenvolverá nesse delicado caminho da intimidade das relações, da particularidade do cuidado que recebemos. A individualidade dependerá da marca pessoal de uma mãe que nos apresenta o mundo através de seu olhar. Continuaremos a depender de olhares profundos, de entendimentos calados e de reciprocidades estéticas e, quem sabe, de conversas verdadeiras, leituras, filmes, músicas... Vida afora precisamos de gente que nos entenda, porque continuaremos a ter em nós um bebê nascendo que nada sabe do mundo e se assusta com o medo da vida e morte. E se guardamos algo dessa relação que nos constitui humanos, se preservamos “fundo, no fundo de você, de mim” (Veloso, 1989), isso será a mais preciosa condição humana: a nossa necessidade de amar e sermos amados.

Outros ecos psicanalíticos

O texto de Klein (1963/1991) me embala no ritmo vital de idas e vindas, ameaças e conquistas, perdas e ganhos. Há a ideia recorrente de uma solidão que nunca será eliminada, pois tanto as angústias paranoides quanto a ânsia de integração persistem em nós. Se a projeção nos deixa sozinhos com nossa desgraça, rodeados por um mundo hostil, a integração nos deixa num mundo menos idealizado e onipotente, há também a possibilidade de desenvolvimento da internalização dos bons objetos internos, menos rígidos e exigentes. Há maior tolerância das falências humanas, de si mesmo e do outro. Sem tanta idealização, o ódio e a agressividade são menos perigosos. A solidão pode ser mitigada, o mundo pode ser um lugar mais possível, recuperamos a condição inicial de desamparo, a de não saber de onde viemos nem para onde vamos. Porque somente sendo este ser em solidão, mas acompanhado, seremos capazes de viver o impacto do belo, comunhão que é a matriz da experiência estética e do próprio conhecimento. A condição de bebê que vê um mundo cintilante de significados pelos olhos de mistério de sua mãe (Meltzer & Williams, 1994).

Se a necessidade de relações íntimas nos inaugura como humanos, talvez vivamos isso de modo mais intenso na velhice. Eizirick (n.d.) nos lembra que sobreviver às perdas inevitáveis de um tempo que passa, perdas e

mudanças físicas e mentais, há na velhice o trabalho psíquico com a inevitabilidade da morte. Eizirik (2013), em outra obra, fala de momentos intensos em que a pessoa sente que existe, em que o tempo fica suspenso e a vida ganha relevância plena. “O choque da beleza, do amor, de certos silêncios, de grandes dores, de escolhas determinantes, a tomada de consciência ou o insight numa análise são exemplos desses segundos de eternidade”. (Eizirik, 2013, p. 169)

Editado postumamente em 1963, o artigo de Klein (1963/1991) foi publicado como uma decisão da comissão editorial, que explicou que talvez não o tenha considerado pronto, parecendo incompleto, com uma linha de pensamento não totalmente definida. E que haveria não explicitamente, “uma premonição da morte próxima” (Klein, 1963/1991, p. 340). Não sei se Klein o escreveu sob a vivência da morte, talvez mais da vida que continuamente transcorre como obra inacabada. Essa seria a melhor das condições do envelhecer, a experiência de viver como um processo ainda em desenvolvimento.

A solidão inventada de Paul Auster

Envelhecer então está entrelaçado à capacidade de solidão para além da idade cronológica. Os exemplos clínicos que aqui trouxe me ajudaram a pensar esse tempo, com diferenças na forma em que é vivido. Por um lado, a analisanda jovem parece viver uma eternidade desesperançosa. Cindida de sua vitalidade, busca o alívio des-esperado dos pesadelos de culpas por erros/acertos ainda não integrados, o terror de cada dia, a consciência sofrida como danação de existir. A solidão aqui é encarceramento, condenação. O pensamento equacionado ao mundo concreto, sem abstrações, um mundo sem sonhos. No analisando mais velho, por outro lado, a solidão pode ser vivida como a noção de erros e com busca de acertos, o tempo que se sabe não eterno, um sentimento mais próximo de uma angústia de viver. E, ainda que com sofrimento de culpas passadas e medo das escolhas futuras no tempo de existir que sabe ser finito, nele a capacidade simbólica que pode ser recuperada nos rende a possibilidade de associações criativas, lembranças, insights, reinvenções, releituras. O existir na solidão como essa consciência – diálogo interno, que inventa o tempo como história e o mundo como histórias, as versões possíveis de nosso viver.

A ideia da solidão como um sentimento que vivemos como condenação de existir ou de conquista da individualidade me remete a outro texto,

A invenção da solidão, do escritor Paul Auster (1999). Após a morte do pai, ele narra a busca pelo entendimento daquele homem opaco, arredio, que parecia nem ocupar um espaço. Quando o pai morre, já teria desaparecido há tempos. Silêncios transgeracionais criaram buracos negros. Entrevê a falência da palavra em abarcar a sua experiência que então acontecia nele:

Comecei a sentir que a história que tento contar é de algum modo incompatível com a linguagem, que o grau de sua resistência à linguagem dá a medida exata do quanto me aproximei de dizer algo importante, e que quando chegar o momento de eu dizer a única coisa verdadeiramente importante (supondo que ela exista) não serei capaz de dizê-la... houve uma ferida, e agora me dou conta que é muito profunda. Em vez de me curar, como pensei que fosse acontecer, o ato de escrever manteve a ferida aberta. (Auster, 1999, p. 41)

Na segunda parte do livro, é ele como pai que tenta entender que os filhos serão sempre invisíveis, pois a vida só pertence à pessoa que vive. Auster como filho que busca entender o pai e seus mistérios, sente então que é salvo pelo seu próprio filho (Auster, 1999). Uma associação preciosa para mim foi a que ele fez com a história de Pinocchio,² o boneco de madeira que se humaniza, em seu desenvolvimento ele se perde, mas depois é ele quem salva o pai. Talvez como nós, que podemos envelhecer com nossos analisandos, salvar-nos com eles e mantermos viva a própria psicanálise.

E a possibilidade de vivermos a solidão, como compreendeu Klein (1963/1991), estaria ligada à vivência de bons objetos que nos habitam. Assim Auster a descreve:

O que ele experimentou, talvez, durante aqueles poucos momentos na véspera de Natal ..., foi isto: a súbita consciência de quem mesmo sozinho, na mais profunda solidão do seu quarto, ele não estava sozinho, ou, para ser mais exato, que no momento em que começou a falar sobre essa solidão ele tornou mais do que ele mesmo. A memória, portanto, não apenas como a ressurreição do passado particular de alguém, mas como uma imersão no passado dos outros, ou vale dizer: história – da qual a pessoa tanto participa como é testemunha, é uma parte e se mantém à parte”. (Auster, 1999, p. 156)

Da ferida aberta da morte (em vida), da opacidade da figura do pai à sua própria experiência como pai, Auster vive o seu renascimento num Natal/Páscoa. Sua escrita lhe ajuda a ser ele próprio na medida em que, ao pensar sobre a solidão, já não estava mais só. Ganhava memória, seu espaço interno, mundo povoado, tempo vivido e esperança. Perdoava sua humanidade de não ser o autor de sua própria história onipotentemente - ele era também testemunha do que não é capaz de controlar e entender enquanto vive. Por isso era importante escrever. Então, ao escrever e tentar compreender a história familiar, é o próprio autor que urge em se criar.

Finalizando: parcerias possíveis para a solidão

Assim como é necessária a relação com nossos objetos internos para a escrita, a leitura nos proporciona a nossa vivência interna mais enriquecida. Entendo que a relação intersubjetiva não é a mesma que a leitura de um texto nos traz, mas ler pode nos remeter a uma boa relação interna. E, assim como as interações com os outros, a leitura nos proporciona mais modos de contar a nossa própria história. A literatura pode nos ajudar a criar nossa vida mental.

Porém, é no encontro com o outro, como a psicanálise nos propõe, que alcançamos dimensões intra e intersubjetivas. Ogden, na esteira de Freud, Klein, Bion, Winnicott e outros autores, lembra-nos dessa dinâmica de criação mútua de analista e analisando, a inter-relação entre sujeito e objeto em que é gerado o terceiro analítico, o fruto da relação dialeticamente cria o eu e o outro, a matriz de uma condição mental criativa: “ O terceiro analítico não é apenas uma forma de experiência de que participam analista e analisando, é, ao mesmo tempo, uma forma de vivenciar a eu-dade (uma forma de subjetividade), na qual (por meio da qual) analista e analisando se tornam outros do que foram até aquele momento “(Ogden, 1996, p. 4). Como Auster parece entender: ele participa e é testemunha do que vive. Ao entendermos o presente, ganhamos a noção do passado.

Recorro ao trabalho do escritor que, ainda que com a imperfeição da palavra, pode de algum modo suportar a humildade da escrita em traduzir nossos sentimentos e memória (Rapeli, 2007). Mas a possibilidade da palavra é a que inventa a solidão da existência. Solidão que nos habita mesmo quanto mais entendemos de nós e da vida:

Tudo, portanto, está presente ao mesmo tempo em seu pensamento, como se cada elemento refletisse a luz de todos os demais e ao mesmo tempo emitisse seu inextinguível fulgor próprio e singular. ...simultaneidade bruta e premente ... e a caneta nunca será capaz de se mover depressa o bastante para pôr no papel todas as palavras descobertas no espaço da memória. Algumas coisas se perderam para sempre, outras talvez serão de novo lembradas, e outras ainda foram perdidas, encontradas e perdidas outra vez. Não há como ter certeza de nada disto”. (Auster, 1999, p. 156)

Talvez possamos contar nossa história pelo fim, pela morte, como Benjamin Button (Fitzgerald, 2022) e não esperar pelo fim da vida para que um Natal aconteça, como com Scrooge (Dickens, 2020). E é a criação das histórias, na arte e na clínica psicanalítica, que pode nos tirar da solidão, “a solidão emparedada de ouvir somente seus próprios pensamentos pode ser libertada pelas histórias, porque ali há vida, há outros...” (Auster, 1999, p. 167). Não somente pela experiência concreta do envelhecimento, mas a de partilharmos com os outros a possibilidade de continuarmos a pensar, a sentir, a viver.

Envejecimiento: ¿la soledad de existir?

Resumen: Este artículo analiza la soledad y el envejecimiento a través de una lente psicoanalítica y literaria, explorando casos clínicos y utilizando obras literarias como herramientas de comprensión. Este análisis revela cómo las diferentes perspectivas sobre el envejecimiento y la soledad son retratadas en obras literarias y experiencias clínicas. Destaca el poder de las narrativas personales como una forma de conectarse con los demás y encontrar el entendimiento mutuo, incluso frente al proceso de envejecimiento.

Palabras clave: soledad, envejecimiento, psicoanálisis, literatura

Aging: the loneliness of existing?

Abstract: The text analyzes loneliness and aging from a psychoanalytic and literary lens, exploring clinical cases and literary works as tools for understanding. This analysis reveals how different perspectives on aging and loneliness are portrayed in literary works and clinical experiences. The power of personal narratives stands out as a way of connecting with others and finding mutual understanding, even in the face of the aging process.

Keywords: loneliness, aging, psychoanalysis, literature

Vieillessement : la solitude d'exister?

Résumé : Le texte analyse la solitude et le vieillissement d'un point de vue psychanalytique et littéraire, explorant des cas cliniques et des œuvres littéraires comme outils de compréhension. Cette analyse révèle comment différentes perspectives sur le vieillissement et la solitude sont dépeintes dans les œuvres littéraires et les expériences cliniques. Le pouvoir des récits personnels se distingue comme un moyen de se connecter avec les autres et de trouver une compréhension mutuelle, même face au processus de vieillissement.

Mots-clés : solitude, vieillissement, psychanalyse, littérature

Referências

- Auster, P. (1999). *A invenção da solidão*. Companhia das Letras.
- Dickens, C. (2020) *Um conto de Natal*. Lafonte. (Trabalho original publicado em 1843)
- Eizirik, C. L. (2013). A velhice. Em C. L. Eizirik, & A. M. Bassols, *O ciclo da vida humana: uma perspectiva psicodinâmica* (pp. 169-189). Artmed.
- Eizirik, C. L. (n.d.). Intimidade, ciclo vital e relação analítica. *Psychoanalysis.today*.
- Fitzgerald, F. S. (2022). *O curioso caso de Benjamin Button*. Oxigênio e Antofágica. (Trabalho original publicado em 1922)
- Klein, M. (1991). Sobre o sentimento de solidão. In M. Klein, *Inveja e gratidão e outros trabalhos: 1946-1963*. Imago. (Trabalho original publicado em 1963)
- Meltzer, D. & Williams, M. H. (1994). *A apreensão do belo*. Imago.
- Ogden, T. (1996). *Os sujeitos da Psicanálise*. Casa do Psicólogo.
- Rapeli, A. R. R. (2007). Psicanálise e literatura: aos pés da letra. *Trieb*, 6(1), 491-501.
- Veloso, C. (1989). A luz de Tieta. *Velô* [Álbum]. Philips.

Adriana Rotelli Resende Rapeli
adrianarapeli@gmail.com

Recebido em: 11/8/2024

Aceito em: 30/9/2024