

**PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE SÃO PAULO  
PUC - SP**

**Karin Sapocznik Szapiro**

**A capacidade de ficar só como uma conquista:  
uma abordagem Winnicottiana**

**MESTRADO EM PSICOLOGIA CLÍNICA  
São Paulo  
2010**

**PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE SÃO PAULO**  
**PUC - SP**

**Karin Sapocznik Szapiro**

**A capacidade de ficar só como uma conquista:  
uma abordagem Winnicottiana**

**MESTRADO EM PSICOLOGIA CLÍNICA**

Dissertação apresentada à Banca Examinadora do Programa de Estudos Pós-Graduados em Psicologia Clínica da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, como exigência parcial para a obtenção do título de Mestre em Psicologia Clínica, sob a orientação do Prof. Dr. Alfredo Naffah Neto.

São Paulo  
2010

BANCA EXAMINADORA

---

---

---

*“Aos meus filhos Victoria e Alan,  
meus tesouros, minha alegria de viver.”*

## AGRADECIMENTOS

Ao Alfredo, meu orientador, pelo apoio e direção, firmeza e olhar generoso.

Aos professores e colegas de PUC, pelas inquietações e conhecimentos compartilhados, pelas contribuições e amizade.

Ao meu marido Alexandre, pelo companheirismo e apoio amoroso nos momentos mais importantes.

Ao Chaps (*in memorian*), meu amado pai, que permanece tão presente na “minh’alma”, por tudo o que vivemos juntos.

À minha mãe Flora, que me inspira a trilhar os caminhos do feminino.

Aos meus avós Boris e Beilla (*in memorian*), pelo sabor remanescente de uma infância cheia de doçura e alegrias.

Ao Alberto, “único” irmão, que insistiu que eu nascesse, treze anos depois.

Ao meu filho Alan, que me traz a felicidade de viver a aventura e as delícias de ser mãe de um menino tão querido. Freud tinha toda razão.

A Victoria, minha amada filha, que me encanta diariamente com sua alegria, liberdade, beleza e feminilidade.

Aos meus sogros Renée e Yehuda, pelo carinho.

A Claudia Meirelles Reis, minha analista e companheira de tantas horas, por compartilhar e acolher de maneira tão especial minhas loucuras, devaneios, alegrias e tristezas, ajudando-me, aos poucos, a me tornar a analista que sou.

A Andrea, pela amizade frutífera, querida e alegre.

A Juliana, cúmplice e companheira.

A Anja, por quem o afeto ultrapassa fronteiras.

A Eli, pelo importante apoio e carinho.

A Camila, por compartilhar comigo os caminhos da fraternidade.

Ao Leonardo, por tudo, imprescindível.

Aos casais Monica e Bento, André e Dani, Andrea e Valter, Sergio e Simone, Mau e Lari, Renata e Edu, Paulo e Adri e outros queridos, pela amizade.

A Marlene Rozemberg, minha supervisora, pelo apoio e amizade.

Aos professores e colegas de Formação em Psicanálise do Instituto Sedes Sapientiae que me possibilitaram o ingresso nesta profissão.

Ao CNPq, pelo incentivo financeiro.

Aos amigos da área psi e afins, Camila Flaborea, Andrea Nosek Lengyel, Marina Costa, Leonardo Luiz, Maria Silvia Logattim, Alexandre Socha, Luzia Jusciliane, Dorli Kamkhagi, Carisa Almeida, Vera Canhoni, Ângela Harary, Francesca Ricci, Glaucia Duarte, Eduardo Leal, Renata Hamer Len, Cristina Dib, Daniela Escobari, Flavia Jubran, Maria Lacombe, Monique Carvalho, Gisele Kochen, Paula Miura, Rodrigo Mello, Silvia Fichmann, Sonia Mansano, Stella Heymann, Silvia Milnitsky, Mauricio Goldstein, Tânia Maia e tantos outros queridos não mencionados.

Aos meus pacientes, que se permitem viver novas experiências e descobertas ao meu lado.

## *AUSÊNCIA*

*Por muito tempo achei que a ausência é falta  
E lastimava, ignorante, a falta.  
Hoje não a lastimo.  
Não há falta na ausência.  
A ausência é um estar em mim.  
E sinto-a, branca, tão pegada,  
aconchegada nos meus braços,  
que rio e danço e invento exclamações alegres  
porque a ausência, essa ausência assimilada,  
ninguém a rouba mais de mim!*

Carlos Drummond de Andrade

## RESUMO

“A Capacidade de Ficar Só”, conceito apresentado por Winnicott em 1957 à Sociedade Britânica de Psicanálise, representa um dos sinais mais importantes do amadurecimento do sujeito. Trata-se da conquista de uma solidão saudável, fonte de criatividade pessoal que possibilita manter contato com o que há de mais verdadeiro e secreto no ser humano, trazendo um sentimento de identidade e uma volta às origens. Ficar só é tomar consciência de que se é um ser único e pressupõe uma condição emocional constituída com base na confiança na comunicação consigo mesmo e com o outro.

A “Capacidade de Ficar Só” não tem relação com a experiência de ficar só como acontecimento real e não diz respeito ao sentimento de confinamento, angústia ou sofrimento. Ao contrário, essa solidão é vivenciada com deleite e tranqüilidade, pois o “ficar só” proporciona um vazio preñado de possibilidades, que precisa ser sustentado para o sujeito “vir a ser”.

Para que a Capacidade de Ficar Só seja experimentada, é imprescindível a experiência de dependência máxima na origem do ser humano na qual é fundamental a presença da mãe suficientemente boa. Portanto, é preciso estar na companhia de alguém para que a capacidade de ficar só seja conquistada, o que envolve um paradoxo por natureza.

Exemplos literários e da vida real ajudarão a detalhar os pressupostos necessários à conquista da Capacidade de Ficar Só e um caso clínico ilustrará como esta capacidade pode ser conquistada mais tarde, na vida adulta, com a ajuda de um analista confiável.

Quando uma boa relação está suficientemente bem estabelecida, cria-se a possibilidade para que o sujeito possa se sentir confiante quanto ao presente e ao futuro. Com o auxílio do ambiente suficientemente bom, das repetidas gratificações instintivas satisfatórias e da conquista da capacidade de ficar só, o sujeito poderá construir a crença em um ambiente benigno e acolhedor para viver criativamente e exercer sua potencialidade máxima.

Palavras chave: Winnicott, Capacidade de Ficar Só, mãe suficientemente boa, objetos transicionais, objetos internos, *holding*, viver criativamente.



## **ABSTRACT**

Winnicott presented the concept he called "The Capacity to be Alone" to the British Psychoanalytical Society in 1957. This concept represents one of the most important signs of maturity in the human being and refers to an emotional condition that enables one to achieve a sense of identity and uniqueness and makes it possible to communicate with oneself and with others.

The Capacity to Be Alone has no relation with solitary confinement or with the feeling of loneliness or anguish. On the contrary, it is an emotional state experienced with delight and serenity and provides the sense of identity that brings out the self-confidence needed to live life creatively.

Being alone as an infant and a small child is experienced and achieved in the mother's presence, and this leads us to the conclusion that there is a paradox at the basis of this capacity: someone else - usually the "good enough mother" - is absolutely necessary and the quality of this presence is of extreme importance.

If a good relationship between mother and baby is achieved, the baby experiences an intense, vividly felt internal state that is accompanied by a nearby, reliable "other". Over time, the presence of the real mother naturally becomes less and less necessary.

Examples from literature and from real life will be provided in order to illustrate the requirements to achieve this capacity, and a clinical case will be studied in depth to show the acquisition of the capacity to be alone by an adult patient in the presence of his analyst.

When the capacity to be alone is well-established, individuals are able to discover their own personal lives and feel confident about both their present and their future, living life with creativity.

Key Words: Winnicott, Capacity to be Alone, good enough mother, internal objects, holding, transitional objects, live creatively.

## SUMÁRIO

### INTRODUÇÃO

|                                                        |    |
|--------------------------------------------------------|----|
| 1. A relação analítica: uma viagem a Ítaca.....        | 11 |
| 2. Problema de pesquisa: a capacidade de ficar só..... | 15 |
| 3. O desenvolvimento do trabalho.....                  | 20 |

|                                                         |    |
|---------------------------------------------------------|----|
| 1. A RELAÇÃO ANALÍTICA NA PERSPECTIVA WINNICOTTIANA.... | 23 |
|---------------------------------------------------------|----|

|                                                         |    |
|---------------------------------------------------------|----|
| 2. O CAMINHO RUMO À CAPACIDADE DE FICAR SÓ.....         | 30 |
| 2.1. O estado fusional e a solidão essencial.....       | 31 |
| 2.2. Dos fenômenos transicionais ao viver criativo..... | 33 |
| 2.3. Do complexo de Édipo à maturidade sexual.....      | 40 |

|                                                                        |    |
|------------------------------------------------------------------------|----|
| 3. O “FICAR SÓ” NA CULTURA: EXEMPLOS VIVOS.....                        | 43 |
| 3.1. Arnaldo Antunes, o poeta urbano.....                              | 44 |
| 3.2. José Saramago, o escritor português.....                          | 46 |
| 3.3. Na sala de cirurgia: Angelita Habr Gama e Sérgio de Oliveira..... | 48 |
| 3.4. Outros exemplos do cotidiano.....                                 | 50 |

|                                             |    |
|---------------------------------------------|----|
| 4. A CAPACIDADE DE FICAR SÓ NA CLÍNICA..... | 52 |
|---------------------------------------------|----|

|                                                           |    |
|-----------------------------------------------------------|----|
| 5. EXEMPLOS LITERÁRIOS.....                               | 59 |
| 5.1. Cartas a um jovem poeta, de Rainier Maria Rilke..... | 61 |
| 5.2. A legião estrangeira, de Clarice Lispector.....      | 68 |

CONCLUSÕES.....77

REFERÊNCIAS.....84

## INTRODUÇÃO

*Nos períodos difíceis de minha vida, rabiscar frases – ainda que nunca venham a ser lidas por ninguém – me traz o mesmo reconforto que a reza para quem tem fé: através da linguagem ultrapasso meu caso particular, comungo com toda a humanidade.*

*Toda dor dilacera, mas o que a torna intolerável é que quem a sente tem a impressão de estar separado do resto do mundo; partilhada, ela ao menos deixa de ser um exílio. Não é por deleite, por exibicionismo, por provocação, que muitas vezes os escritores relatam experiências terríveis ou desoladoras: por intermédio das palavras, eles as universalizam e permitem que os leitores conheçam, em seus sofrimentos individuais, os consolos da fraternidade.*

*Em minha opinião, essa é uma das funções essenciais da literatura, e o que a torna insubstituível: superar a solidão que é comum a todos nós e que, no entanto, faz com que nos tornemos estranhos uns aos outros.*

(BEAUVOIR, 1972, p.132)

### 1. A relação analítica: uma viagem a Ítaca

A psicanálise é uma experiência única, pois possibilita o encontro e o caminhar de duas pessoas – analista e analisando – que, juntas, percorrem um caminho analítico.

O processo analítico nos mostra que somos únicos e somos muitos; amplia as nossas possibilidades, ao mesmo tempo que nos aponta os nossos limites; faz-nos conhecer a nossa verdadeira essência, permitindo-nos pensar o que antes era

impensável; aproxima-nos do “indizível”; proporciona-nos infinitas descobertas e delineia novos contornos às eventuais descobertas que façamos.

A relação de confiança e cumplicidade que se constrói entre o analisando e o analista é imprescindível. O espaço analítico torna-se o lugar para revelar o que há de mais profundo em nós, o espaço no qual podemos mergulhar em nosso mundo interior, diminuindo pouco a pouco as nossas defesas. Esse mergulho - delicado e intenso - pode ser representado pela figura do divã, metáfora do corpo materno.

No artigo “O outro e a experiência do *self*”, André Green lembra que, para o analista, a psicanálise é a transferência da privacidade do analisando para ele, e que “ser analista é se transformar em objeto de transferência para outra pessoa, é aceitar transferir parte de sua vida privada para que o outro reencontre - ou apenas encontre – a sua própria vida privada. Trata-se de uma intimidade a dois, em que o outro é indispensável ao *self* para que este possa se tornar ele mesmo” (Green, apud Khan, 1984, p.1).

Sabemos por onde começa uma relação analítica, mas é impossível prever os destinos da análise de um sujeito. No ensaio “Sobre o início do tratamento”, Freud (1913) compara o percurso psicanalítico a um jogo de xadrez, cujo desenrolar fica sujeito às mais inusitadas variáveis. Como escreveu o poeta espanhol Antonio Machado, “caminante, no hay camino. Se hace camino al andar” (Machado, 1999).

No complexo caminho da análise é preciso lidar com as resistências e os preconceitos e, para tal, muitas vezes se faz necessário destruir cidades inteiras para dar lugar aos nossos próprios monumentos, aquilo em que nós verdadeiramente acreditamos, o nosso *self*, a expressão de nós mesmos. Contudo, é importante ter em mente que o caminho a percorrer nem sempre é fácil; ao contrário, habitualmente ele é árduo, com alguns momentos de plenitude.

A experiência analítica pode ser comparada à viagem a Ítaca descrita pelo poeta grego Konstantinos Kaváfis em 1911: cada dupla paciente-analista terá sua própria história e aventura. No interior do campo construído, cada sessão será única

com um destino próprio.

Se partires um dia rumo a Ítaca,  
faz votos de que o caminho seja longo,  
repleto de aventuras, repleto de saber.  
Nem Lestrigões nem os Ciclopes  
nem o colérico Posídon te intimidem;  
Tem todo o tempo Ítaca na mente.  
Estás predestinado a ali chegar.  
Mas não apresses a viagem nunca.  
Melhor muitos anos lebares de jornada  
e fundeaes na ilha velho enfim,  
rico de quanto ganhaste no caminho,  
sem esperar riquezas que Ítaca te desse.  
Uma bela viagem deu-te Ítaca.  
Sem ela não te ponhas a caminho.  
Mais do que isso não lhe cumpre dar-te.  
Tu te tornaste sábio,  
um homem de experiência,  
e agora sabes o que significam Ítacas.

(KAVÁFIS, 2006, p.146)

A viagem pode ser árdua e seu destino incerto, mas se o viajante estiver com os olhos e o coração abertos, cada sessão e cada novo saber poderão ser desfrutados, ainda que existam ciclopes e lestrigões durante todo o percurso cheio de aventuras, deixando-nos por diversas vezes exauridos.

À medida que o processo analítico avança e o viajante se vê diante dos gigantes que representam os percalços e as dificuldades naturais dessa empreitada, ele se percebe mais humano e humilde em relação à sua própria existência.

A diferença existente entre a viagem a Ítaca e o mergulho analítico é que, no processo analítico, nunca se está sozinho, conta-se com a presença do analista e a qualidade dessa presença é o que torna possível uma transformação.

É possível afirmar que a natureza da relação psicanalítica marcada pelo encontro genuíno entre o analista e o analisando abre as portas para sermos mais verdadeiros, principalmente para conosco mesmos.

Em alguns pontos altos desse processo é possível sentir-se mais próximo de ser compreendido. São momentos raros – e de valor inestimável -, que duram frações de segundos e provocam *insights* valiosos, sendo que muitos deles remetem aos primeiros instantes da vida, quando mãe e bebê encontram-se fusionados.

Para ilustrar esses breves momentos, transcrevo um trecho do livro *Aprendendo a viver*, de Clarice Lispector:

Como explicar? Olhávamo-nos nos olhos e não dizíamos nada, e eu era a outra pessoa e a outra pessoa era eu. É tão difícil falar, é tão difícil dizer coisas que não podem ser ditas, é tão silencioso. Como traduzir o profundo silêncio do encontro entre duas almas? É difícilimo contar: nós estávamos nos olhando fixamente, e assim ficamos por uns instantes. Éramos um só ser. Esses momentos são o meu segredo. Houve o que se chama de comunhão perfeita. Eu chamo isso de: estado agudo de felicidade. Estou terrivelmente lúcida e parece que estou atingindo um plano mais alto de humanidade.

(LISPECTOR, 2004, p.154)

O encontro analítico traz, em sua natureza, uma dimensão estética que transforma, ao mesmo tempo que reveste de mistério e segredo. Como descrever as emoções e sensações que nos atravessam ao contemplarmos uma bela pintura, ao ouvirmos uma música que nos toca, ao sentirmos o cheiro da pessoa amada ou ao

vivenciarmos uma sessão analítica? Como colocar em palavras o prazer sentido quando a boca do bebê encontra o bico do seio de sua mãe, ou a angústia do bebê faminto?

Na psicanálise, as palavras pretendem transmitir a captação de uma realidade ultrassensorial, para além do significado concreto, do cotidiano, mas nem sempre dão conta de representar as emoções em todas as suas dimensões.

São muitos os encontros que emocionam e que só poderiam ser descritos na linguagem dos poetas, aqueles que detêm o dom e a verdadeira delicadeza das palavras para relatar momentos quase “sagrados”, que promovem o desenvolvimento psíquico cujos fatos primordiais e núcleo de significados são as emoções.

## **2. O problema de pesquisa: a capacidade de ficar só**

A presente dissertação tem como tema a inestimável conquista, fruto da longa viagem a Ítaca, que é a capacidade de ficar só.

Trata-se da conquista de uma solidão saudável, fonte de criatividade pessoal, que possibilita manter contato com o que há de mais verdadeiro e secreto em nós mesmos, ao mesmo tempo que traz um sentimento de identidade, uma volta às origens. Ficar só é tomar consciência de que se é um ser único e que o outro também o é, o que torna a relação que se mantém consigo mesmo e com o outro preciosa; significa que o indivíduo possui dentro de si uma condição emocional constituída com base na confiança na comunicação consigo mesmo e com o outro.

A capacidade de ficar só é um dos sinais mais importantes do amadurecimento do indivíduo, pois representa a possibilidade de ficar consigo mesmo em um estado tranquilo e necessário, e, embora pareça simples, diz respeito a um fenômeno altamente sofisticado que pode ser adquirido desde o início da vida



ou posteriormente.

Winnicott afirma que “muitas pessoas se tornam capazes de apreciar a solidão antes mesmo de sair da infância e podem valorizar a solidão como a sua posse mais preciosa” (Winnicott, 1958, p. 32).

Ainda que muitos tipos de experiência possam levar a essa conquista, há um tipo de experiência básico sem o qual a capacidade de ficar só não surge: é ficar só, como lactente ou criança pequena, na presença da mãe.

É importante lembrar que essa capacidade não tem relação necessariamente com a experiência de ficar só como acontecimento real, já que uma pessoa pode ficar em um confinamento solitário e, ainda assim, não ser capaz de ficar só, pois a experiência de ficar “sozinho” pode representar um enorme sofrimento; tampouco diz respeito à solidão que angustia ou ao embotamento, à persecutoriedade ou à reclusão; igualmente não tem relação com o desejo ou o medo de ficar só. Ao contrário, essa solidão deve ser vivenciada com deleite, satisfação e tranquilidade por aquele que a experimenta.

Uma vez enunciado o assunto de que trata o presente estudo, eis a pergunta a que me proponho responder: “Qual a importância da capacidade de ficar só no processo de amadurecimento, e quais os pressupostos necessários à sua conquista?”

O leitor pode indagar se essa questão não envolve um paradoxo. Respondo que sim. Em toda a obra de Winnicott, observa-se que a condição humana envolve um paradoxo pela própria natureza: o estado originário, fundante do ser, diz respeito ao fato de o sentimento de solidão envolver ao máximo a condição de dependência, portanto a presença do outro.

Para a solidão ser experimentada e vivida, é imprescindível a experiência da dependência máxima na origem do ser humano, que só é possível através da dedicação materna, ou seja, da mãe suficientemente boa, que cria um ambiente

propício para o desenvolvimento do seu bebê.

Um dos pilares para propiciar esta conquista é a presença silenciosa da mãe, pois o seu silêncio reservado possibilita ao bebê experimentar saudavelmente a própria solidão. O silêncio oferecido ao bebê, é também por si só, fruto de uma conquista da própria mãe no passado, portanto uma herança transmitida e consolidada ao longo do tempo, que agora pode ser oferecida generosamente para a sua cria.

Penso na mãe que segura seu bebê sem lhe impor nada, que pode aguardar calmamente a hora da próxima mamada, em um embalo doce e suave. Penso na figura do analista que pacientemente deixa vir os *insights* de seus analisandos, no tempo em que for preciso.

A possibilidade de aceitar a alteridade e a singularidade que vêm do paciente pode representar uma deflexão na posição que o psicanalista ocupa, quando o *listening cure* se torna mais importante que o *talking cure*, quando a arte de ouvir torna-se mais importante do que o falar, mesmo quando o que se ouve é o silêncio. É possível pensar no analista mudo, mas jamais imaginá-lo surdo.

É digna de apreço a qualidade da presença da mãe - ou do analista - como viabilizadora da conquista da capacidade de ficar só.

Na experiência de ficar só, seja como lactente ou criança pequena na presença da mãe, fica implícito um tipo muito especial de relação: aquela entre o lactente ou a criança pequena que está só, e sua mãe que está confiante e confiavelmente presente.

O bebê, ainda que esteja imaturo, nos estágios mais precoces de desenvolvimento, pode alcançar a capacidade de ficar só, pois ele pode se apoiar no ego mais consistente da própria mãe. À medida que o tempo vai passando, o sujeito passa a introjetar o ego da mãe, tornando-se capaz de ficar só sem a presença real desta ou sem um símbolo que a represente, ou seja, o objeto transicional.

Para esse tipo de relação, Winnicott (1958) se utiliza da expressão “ligada ao ego”, quando há duas pessoas, uma das quais está de qualquer modo só; talvez ambas estejam sós e, ainda assim, a presença de uma é importante para a outra, como na poesia de nome “Casamento” de Adélia Prado (1991):

Há mulheres que dizem:  
Meu marido, se quiser pescar, pesque,  
mas que limpe os peixes.  
Eu não. A qualquer hora da noite me levanto,  
ajudo a escamar, abrir, retalhar e salgar.  
É tão bom, só a gente sozinhos na cozinha,  
de vez em quando os cotovelos se esbarram,  
ele fala coisas como “este foi difícil”  
“prateou no ar dando rabanadas”  
e faz o gesto com a mão.  
O silêncio de quando nos vimos a primeira vez  
atravessa a cozinha como um rio profundo.  
Por fim, os peixes na travessa,  
vamos dormir.  
Coisas prateadas espocam:  
Somos noivo e noiva.

(PRADO, 1991, p. 252)

Este estado de comunhão silenciosa retoma o enigma da história construída entre duas pessoas, no qual o acesso entre o eu e o outro pode parecer familiar e estrangeiro ao mesmo tempo, quando se reconhece que, para haver amor e intimidade, é preciso proximidade e distância, reconhecimento e autorização (Cintra, 2007, p. 42).

Em A descoberta do mundo, Clarice Lispector escreveu: “O que nos salva da solidão é a solidão de cada um dos outros. Às vezes, quando duas pessoas estão juntas, apesar de falarem, o que elas comunicam silenciosamente uma à outra, é o

sentimento de solidão” (Lispector, 1999b, p. 270).

Na experiência clínica, é possível reconhecer a capacidade de ficar só por uma fase de silêncio ou uma sessão silenciosa, na qual o silêncio que emana do paciente pode ser vivido como algo suave e sem angústia, sem nenhuma relação com uma possível resistência.

Essa experiência só se torna viável quando o paciente confia que o analista pode lhe oferecer o tempo e o espaço que forem necessários, sem pressa ou ansiedade, e que será acolhido de forma tranquila.

O “ficar só na clínica” também pode ser identificado quando o paciente conversa consigo mesmo, faz conjecturas, se entretém com seus pensamentos e *insights*, sente-se absorto e associa livremente. É como se bastasse a presença do analista para que o analisando pudesse entrar em contato consigo mesmo. É comum observar o paciente deitar-se no divã e “iniciar” a sessão sem recorrer necessariamente ao analista.

Ficar só na presença do analista pode significar uma primeira experiência, um primeiro passo na conquista do amadurecimento. Essa aquisição, por parte do analisando, só pode ocorrer mediante uma profunda confiança e entrega na relação de transferência e, para tanto, a presença sensível do analista capaz de silenciar é fundamental.

Ao longo de sua obra, Winnicott demonstra a importância da capacidade de ficar só, pois é nesse espaço conquistado - ou seja, por meio da solidão saudável - que é possível alcançar o que ele chama de “não forma” (*formlessness*), que representa uma volta ao silêncio originário, área de não comunicação que propicia a origem do gesto criativo. Se a volta às origens fundamenta o caráter único de toda a criação, a criatividade exprime a nossa identidade, a verdadeira natureza do nosso eu. O “ficar só” proporciona um vazio preñado de possibilidades, que precisa ser sustentado para o sujeito “vir a ser”.

Do silêncio das nossas entranhas nasce o sentido em contato com outro ser que nos acolhe e hospeda. Sendo assim, o sentido nasce para ambos, para o estrangeiro e o anfitrião e, na medida em que o sentido ocorre em dupla direção, verifica-se um intercâmbio constante entre os sujeitos que podem vivenciar concomitantemente a experiência paradoxal da solidão.

Citando mais uma vez Simone de Beauvoir, “superar a solidão que é comum a todos nós e que, no entanto, faz com que nos tornemos estranhos uns aos outros” (Beauvoir, 1982, p. 132), eu me arriscaria a pensar nas relações afetivas como experiências de cumplicidade nas quais a solidão humana é compartilhada.

### **3. O desenvolvimento do trabalho**

É através da arte que se faz possível a aproximação da experiência estética da clínica para pensar na capacidade de ficar só e de seu reflexo no que diz respeito ao gesto criativo. Por este motivo, para desenvolver esta pesquisa e aproximar o leitor de sua essência, utilizo-me de casos clínicos, da poesia e da literatura, especialmente de Clarice Lispector e de Rainier Maria Rilke, e de exemplos da vida cotidiana.

No capítulo 1, atendo-me ao encontro analítico que propiciará o ambiente favorável ao desenvolvimento da capacidade de ficar só dentro da perspectiva winnicottiana.

No capítulo 2, apresento o caminho teórico para alcançar a capacidade de ficar só. Abordo desde o nascimento e o estado de dependência absoluta do bebê até conceitos como a formação do *self*, os objetos transicionais, o espaço potencial e o viver criativo.

No capítulo 3, faço uma reflexão sobre o lugar que ocupa o “ficar só” na era atual, marcada pela valorização do excesso, do barulho e do movimento. Apresento

relatos de personalidades conhecidas, como Arnaldo Antunes e José Saramago, para ilustrar como a solidão saudável se faz fundamental no processo de criação, além de outros exemplos do cotidiano.

No capítulo 4, apresento e discuto um caso clínico em profundidade, abordo a maneira como a capacidade de ficar só é alcançada na vivência transferencial, trazendo a possibilidade ao paciente de viver criativamente e de se apropriar de si mesmo, além da capacidade de sonhar.

No capítulo 5, dois exemplos literários serão trazidos para ilustrar o tema desta pesquisa e enfatizar a importância da solidão para a criação literária.

O primeiro exemplo literário trata-se do livro *Cartas a um jovem poeta*, uma coletânea de cartas escritas pelo renomado poeta Rainer Maria Rilke, nascido em Praga em 1875. Nessas cartas, Rilke (2001) se dispõe a desvelar os caminhos do processo de criação literária ao jovem Franz Kappus, que na ocasião se perguntava sobre sua vocação para poeta.

Nessa correspondência, Rainer Maria Rilke passeia pelos caminhos do mundo interior, referindo-se à experiência literária em si com o cuidado de não oferecer uma “receita literária formal”. Rilke ajuda o jovem Franz, enfatizando a importância da busca da formação humana como base para toda a criação artística. Assim, ele alerta ao aspirante a poeta que essa busca pode vir a ser uma experiência amedrontadora, pois “algo permanece sempre oculto e o escritor precisa saber que há um núcleo impermeável às palavras”, e termina enfatizando que “esse pequeno vislumbre – a arte verdadeira – só pode ser percebido na coragem da solidão” (Rilke, 2001, p. 9).

Ao longo das cartas, Rilke faz uma ode à solidão, que para ele representa um território sagrado onde se busca o humano desprovido de disfarces, em um roteiro em direção à própria essência – “é precisamente nas coisas mais profundas e importantes que estamos indizivelmente sós” (Rilke, 2001, p. 31) e observa-se a valorização da capacidade de ficar só como a possibilidade para o alcance do gesto espontâneo, além da delicadeza desse processo, através do ritmo suave e

silencioso das cartas escritas.

A seguir, apresento um conto de Clarice Lispector chamado *A legião estrangeira* (1999) sobre a pequena Ofélia, uma menina que ficou presa às amarras, à impossibilidade de tornar-se ela própria, em um embotamento sufocante, enclausurante, fechada no seu próprio mundo, sem ter a possibilidade de expressar seus desejos e suas emoções.

No desenrolar da história, a relação que se estabelece entre Ofélia e a personagem narradora possibilita, pouco a pouco, que a menina se sinta amparada na presença da escritora, que por sua vez lhe propicia um ambiente suficientemente bom. A partir dessa vivência compartilhada, Ofélia vai podendo usufruir de forma tranquila o seu espaço delicado e silencioso, descobrindo e desenvolvendo a capacidade de ficar só, que culmina no seu devir (ainda que o final do conto seja marcado por alguma tragicidade e ironia do destino).

Nas Conclusões, aponto os aspectos mais relevantes que ilustram o caminho para a conquista da capacidade de ficar só, possibilitando ao sujeito caminhar com as próprias pernas a ponto de não mais precisar da presença real da mãe e do analista para dar continuidade à sua própria vida.

Winnicott (1958) afirma que, quando uma boa relação está suficientemente bem estabelecida, cria-se a possibilidade para que o sujeito possa se sentir confiante quanto ao presente e ao futuro. Portanto, a relação com os bons objetos internos possibilita a autossuficiência para viver, de forma a se tornar capaz de ficar bem mesmo na ausência das pessoas amadas ou de estímulos externos.

Com o auxílio do ambiente suficientemente bom, das repetidas gratificações instintivas satisfatórias e da conquista da capacidade de ficar só, o sujeito poderá construir a crença em um ambiente benigno e acolhedor para viver criativamente e exercer sua potencialidade máxima.

## **1. A RELAÇÃO ANALÍTICA NA PERSPECTIVA WINNICOTTIANA**

No processo analítico, a afetividade que circula entre o analista e o analisando está implícita durante todo o tempo e a qualidade do vínculo que se estabelece é fundamental para que se crie o terreno fértil para o surgimento da capacidade de ficar só.

Para melhor compreender a abordagem da relação analítica a partir da perspectiva winnicottiana, é necessário contextualizar o cenário em que sua teoria foi desenvolvida.

Em 1923, o então pediatra adentrou o mundo da psicanálise iniciando, por razões pessoais, sua primeira análise com James Strachey, discípulo de Freud, com quem permaneceu por 10 anos. Entre 1935 e 1941, foi supervisionado por Melanie Klein e, mais tarde, foi analisado por Joan Riviere, discípula de Klein.

A teoria de Winnicott se desenvolveu a partir de sua experiência no atendimento a crianças, e sob forte influência freudiana e kleiniana. No entanto, foi necessário viver um afastamento para fazer aflorar suas próprias ideias, mantendo permanentemente um olhar crítico em relação a vários conceitos postulados por seus antecessores.

Em se tratando da ideia de transferência, Winnicott respeitava a essência de seu conceito clássico, mas com um novo enfoque: dava especial importância à teoria da regressão e à concepção de natureza humana, que diz respeito à capacidade de o sujeito viver experiências.

Winnicott enfatiza a teoria do amadurecimento pessoal possibilitada pelo ambiente facilitador - cuja importância é fundamental - e que se reflete diretamente na maneira pela qual ele lida com os seus pacientes na clínica.



Segundo esse teórico, para que o sujeito possa se apropriar de si mesmo com todas as suas potencialidades, é necessário que experimente os seus estados do ser. Caso isso não seja possível, os estados não experienciados permanecem não-integrados.

O valor da experiência na obra de Winnicott pode ser confirmado em uma carta de 1952, enviada a Money-Kyrle, na qual afirma:

[...] a experiência é um tráfegar constante na ilusão, uma repetida procura da interação entre a criatividade e aquilo que o mundo tem a oferecer. A experiência é uma conquista da maturidade do ego, para a qual o ambiente fornece um ingrediente indispensável. Não é, de modo algum, alcançada sempre.

(WINNICOTT, 1952a, p. 53)

A experiência em si e o “sentimento de real” estão mutuamente imbricados, pois o indivíduo só sente que algo é real para si quando já viveu a experiência desse “algo”. Consequentemente, esse “real” nada tem a ver com a realidade externa, mas sim com aquilo que é passível de apropriação pelo sujeito.

O encontro analítico favorável é aquele em que se estabelece uma relação de confiança e cumplicidade tal que o analisando se sente confortável e capaz de viver as suas próprias experiências. Esse ambiente facilitador também pode ser descrito como a mãe suficientemente boa, pois na fase inicial da vida de um bebê a mãe possibilita que ele comece a existir, a ter boas experiências e a construir o ego.

*A mãe suficientemente boa* é o modelo do analista na clínica winnicottiana, onde a sustentação do processo analítico caracteriza seu modelo teórico-clínico. O analista procura estabelecer um ambiente suficientemente bom para que o analisando possa, no seu próprio tempo, elaborar seus impasses e experimentar os estados não integrados, tendo condições a partir das suas experiências emocionais,

de se apropriar do que é seu, abrindo caminhos para o seu devir.

Aos olhos de Winnicott, o bebê recém-nascido encontra-se em um estado não integrado, pois o seu estado natural de imaturidade implica a falta da reunião de si mesmo, a falta de integração no tempo e no espaço e a falta de inteireza (*wholeness*). Tal estado, que nada tem de patológico, é resolvido à medida que esse bebê vai sendo bem cuidado e a integração começa a se tornar um fato.

Durante os estágios iniciais de vida, o bebê encontra-se, na maior parte do tempo, em estados não integrados, em uma situação de dependência absoluta. Esse estágio é temporário, mas, enquanto dura, requer o envolvimento integral da mãe, cuja devoção somente é possível porque ela se encontra no estado de “preocupação materna primária”, com a sensibilidade aumentada e o retraimento necessário para poder se dedicar ao seu bebê.

Esse estado é perfeitamente inteligível quando se pensa em bebês que – por força da necessidade de alimentação - dependem absolutamente da mãe para sobreviver e posteriormente realizar sua tendência inata à integração. Os cuidados maternos, imprescindíveis nessa fase, determinam intrinsecamente a constituição do bebê, ou seja, ele é afetado diretamente pela qualidade do cuidado que recebe, o que permite afirmar que a constituição do eu, concomitante à constituição da realidade intrapsíquica e da realidade externa, só é possível na relação com o outro.

Na situação clínica, a presença sensível do analista é fundamental para que o paciente seja delicadamente cuidado e amparado – de acordo com as suas fragilidades e necessidades – e, assim, possa se constituir no ritmo e tempo próprio.

É de vital importância que a mãe favoreça o bebê a habitar - durante o tempo que se fizer necessário - um mundo subjetivo, criado a partir de si mesmo, chamado “ilusão de onipotência”, quando não há diferenciação entre o eu e a alteridade; o objeto se torna subjetivo, sob o controle mágico do bebê.

Imaginem um bebê que nunca tivesse sido amamentado. A fome surge e o bebê está pronto para imaginar algo; a partir da necessidade, ele está pronto para criar uma fonte de satisfação, mas não existe experiência prévia para mostrar ao bebê o que há para esperar. Se, nesse momento, a mãe coloca o seio no lugar onde o bebê está pronto para esperar algo, e se lhe for concedido tempo bastante para que ele sinta o que o cerca, com a boca e as mãos e, talvez, com um senso de olfato, o bebê “cria” justamente o que existe para ser encontrado. Finalmente, o bebê forma a ilusão de que esse seio real é exatamente a coisa que foi criada pela necessidade, pela voracidade e pelos primeiros impulsos de amor primitivo. A visão, o olfato e o paladar ficam registrados em algum lugar e, após algum tempo, o bebê poderá estar criando algo semelhante ao próprio seio que a mãe tem para oferecer. Milhares de vezes, antes de desmamar, pode ser propiciada ao bebê essa peculiar introdução da realidade externa por uma única mulher, a mãe. Milhares de vezes existiu o sentimento de que o que foi querido foi criado e foi encontrado por estar lá. A partir daí se desenvolve a crença de que o mundo pode conter o que é querido e necessitado, resultando na esperança do bebê de que existe uma relação viva entre a realidade interior e a exterior, entre a capacidade criadora, inata e primária e o mundo em geral, que é compartilhado por todos.

(WINNICOTT apud DIAS, 2003, p. 171)

Propiciar ao bebê que ele se sinta capaz de criar aquilo que encontra é um cuidado muito delicado e importante. A experiência de onipotência é a base para a integração do *self*, sobre a qual poderão ocorrer as futuras experiências de desilusão gradualmente proporcionadas pela mãe segundo o ritmo do bebê, aí se incluindo o desmame. Quando corre tudo bem nesse processo gradativo de desilusão - representado pelo desmame -, o palco está pronto para a frustração e a aquisição do sentido de realidade.

O preparo necessário para que a mãe possa cuidar do seu bebê não requer conhecimento intelectual ou aprendizagem adquirida formalmente. Aquilo que a orienta é a sua capacidade de identificação com o bebê, uma vez que ela própria já foi bebê um dia e teve a experiência de ter sido cuidada, protegida e amada. Essa mãe, além de guardar lembranças e memórias corporais dos cuidados, que lhe garantiram acolhimento e segurança, conta com o instinto e a criatividade próprios.

A teoria winnicottiana afirma que todas as conquistas, capacidades e tudo aquilo de que o sujeito se apropria partem de uma não capacidade anterior, isto é, de uma ausência. Assim sendo, as possibilidades de integração são produzidas somente a partir de um estado de não integração inicial.

Se trouxermos essa base teórica para a clínica, é possível resgatar os estados não integrados por meio do encontro analítico - no qual aspectos do paciente vão sendo incorporados ao seu mundo psíquico e emocional.

A mãe ajuda o bebê a se apropriar de seus instintos e até mesmo a enfrentar dificuldades reais da vida e é capaz de reconhecer e atender à dependência do seu filho. O cuidado com o seu bebê pressupõe espontaneidade e pessoalidade, além da crença de que ele se encontra em um processo de amadurecimento. Portanto, a mãe compreende que sua função é facilitar o processo, que não pertence a ela e sim ao bebê. Ela é suficientemente boa, pois o atende de acordo com suas necessidades e não as dela própria.

O bebê necessita de uma mãe real, com preocupação e cuidados efetivos, mas que continue sendo ela mesma, humana e falível, “falível porque humana, mas confiável por ser falível”. Entretanto, o “sentimentalismo” não tem qualquer utilidade para os pais - e, aliás, é prejudicial para a própria criança, que se encontra impossibilitada, em um “ambiente sentimental”, de admitir a intensidade de seu próprio ódio.

No processo normal de aquisição de independência, o bebê precisa “destruir” seus objetos subjetivos, adquirindo a capacidade de uso dos objetos

“objetivos” no espaço de realidade compartilhada, e não mais sob seu controle onipotente. Sendo assim, para que o bebê possa destruir o objeto subjetivo, se faz imprescindível a capacidade de sobrevivência da mãe, sem retaliação. Da mesma maneira, o analisando só poderá tolerar o ódio que sente por seu analista se tiver a segurança de que o mesmo poderá suportar o seu ódio e sobreviver aos seus ataques, sem necessidade de retaliação.

Comparando a dependência do lactente e da criança com a dependência na transferência analítica, Winnicott prevê a regressão ao estado característico da relação primordial entre a mãe e o bebê como uma condição *sine qua non* para a instauração do processo psicanalítico, principalmente nos casos de pacientes mais graves ou severamente traumatizados.

O bom funcionamento do laço entre o bebê e sua mãe é fundamental para que a criança possa organizar o seu ego de maneira saudável e estável. Se isso não ocorrer, se a mãe for incapaz, ausente ou demasiadamente intrusiva - isto é, se o ambiente em que o bebê vive for falho ou excessivo frente às suas necessidades -, é possível que a criança seja condenada à depressão e, até mesmo, ao desenvolvimento do falso *self* patológico.

Na fase de *holding*, o lactente se torna capaz de experimentar a ansiedade associada à desintegração pois se sente seguro e protegido. Isso significa que, no desenvolvimento normal, ele retém a capacidade de reexperimentar estados não integrados, o que depende exclusivamente da continuidade de um cuidado materno consistente.

Na clínica, Winnicott se deparou com algumas dificuldades decorrentes desse estado de dependência do paciente quando, por exemplo, o analista precisa se afastar temporariamente por motivo de férias. A interrupção da análise pode provocar reações imprevisíveis por parte do paciente, cujo ego ainda se encontra vulnerável por estar no estágio de dependência absoluta. Por esse motivo, ele tomava uma série de cuidados quando ia se ausentar, como no caso de Margareth Little (1992), que ficava internada nessas ocasiões e, a pedido de Winnicott, era

assistida por amigos e pessoas mais próximas.

A ausência do analista, ainda que temporária, pode significar, para o paciente, a quebra da continuidade de sua própria existência, pois representa o mesmo que o ambiente em falta para o bebê, quando este fica à mercê dos seus impulsos vitais (fome, dor) durante tempo excessivo sem ser atendido, com uma ameaça iminente de colapso.

No curso normal do desenvolvimento do bebê, a adaptação da mãe suficientemente boa modifica-se conforme as suas necessidades e o seu amadurecimento. Os cuidados maternos ou ambientais vão sendo incorporados pelo bebê como aspectos próprios, ao mesmo tempo em que o ambiente facilitador vai se transformando em algo externo a ele.

É esperada a passagem da fase de dependência absoluta - na qual o lactente ainda não possui meios de perceber o cuidado materno - para uma fase de dependência relativa, quando já começa a perceber os cuidados externos, relacionando-os aos seus impulsos pessoais, caminhando rumo à independência.

A relação transferencial entre analisando e analista, tão delicada e complexa, vai se modificando à medida que a análise evolui. Aos poucos, espera-se que o analisando vá se descolando da figura do analista, conquistando o seu próprio espaço. Essa conquista do analisando é adquirida pelo acúmulo de recordações do cuidado e de um desenvolvimento consistente de confiança no meio e, por consequência, em si próprio.

Conforme a teoria do amadurecimento pessoal winnicottiana, ao longo do progresso da análise - e graças aos cuidados proporcionados pela presença do analista sensível, e portanto suficientemente bom -, o lactente/analizando torna-se uma pessoa com individualidade própria, alcançando por fim a maturidade emocional que lhe possibilitará seguir seu caminho na vida adulta.

## 2. O CAMINHO RUMO À CAPACIDADE DE FICAR SÓ

*“ (...) amor será dar de presente um ao outro a própria solidão?*

*Pois é a coisa mais última que se pode dar de si.”*

(LISPECTOR, 1999b, p. 418)

Um dos principais pilares para a conquista da capacidade de ficar só é a capacidade de ficar só da própria mãe.

Para que o bebê vivencie saudavelmente a própria solidão, é necessário que sua mãe seja dotada da capacidade emocional de se manter presente silenciosa e reservadamente quando necessário. O silêncio que a mãe generosamente oferece à sua cria é fruto de sua própria conquista, é o silêncio como presença, uma herança recebida e solidificada ao longo do tempo, transmitida de geração para geração.

Somente aqueles que usufruem genuinamente o silêncio e a solidão - e apreciam o valor da própria vida – é que têm condições de oferecer a capacidade de ficar só.

Winnicott lembra que uma das funções maternas mais preciosas é prover oportunidades para o bebê estar só, enquanto ela se mantém presente de maneira confiável. É uma situação de natureza paradoxal, pois é a presença materna que permite ao bebê estar só e, ao mesmo tempo, a desfrutar deste estado de solidão em que se encontra.

Existe um tipo de comunicação silenciosa que representa um aspecto saudável do diálogo entre mãe e o bebê, na medida em que se conecta com o núcleo do *self* verdadeiro. Esse tipo de “não comunicação” permeada pelo silêncio costuma ser significativa, pois muitas vezes, as palavras são inúteis uma vez que provocam mais barulho do que entendimentos.

É preciso estar só para entrar em comunhão com o próprio mundo interior e exterior, em um estado de silêncio e pura harmonia.

Por esta razão, tenho que concordar com Clarice Lispector: a própria solidão é, sim, a coisa mais última que se pode dar de si, um presente que se oferece a quem se ama, um tesouro valioso escondido dentro do mar sem fim de nossas entranhas.

## **2.1. O estado fusional e a solidão essencial**

“A capacidade para ficar só”, conceito apresentado por Winnicott pela primeira vez à Sociedade Psicanalítica Britânica em 1957, foi objeto de publicação no *International Journal of Psycho-Analysis* em 1958.

Esse conceito está imbricado em toda teoria desenvolvida por esse autor. Assim sendo, torna-se necessário - para responder quais são os caminhos para se conquistar tal capacidade - fazer um percurso por sua obra, desde o nascimento até o processo normal de desenvolvimento humano.

Ao nascer, o bebê depende exclusivamente de sua mãe para existir. Uma vez que se encontra em um estado máximo de dependência, ainda não pode ser visto como uma unidade. Daí vem a frase emblemática de Winnicott: “*this thing such as a baby does not exist*”, ou seja, “esta coisa de bebê não existe” e, como veremos, ele realmente dependerá da mãe e das condições criadas por ela para “vir a ser”.

Seus primeiros dias devem ser revestidos de conforto e prazer, pois se constituem na sua “chegada” ao mundo e representam um momento vital para um desenvolvimento emocional saudável, quando a mãe e seu bebê encontram-se em um estado fusional, isto é, quando o bebê, ao ver sua mãe, vê a si mesmo e, por sua vez, a mãe, ao ver seu bebê, rememora inconscientemente os seus próprios primeiros momentos de vida, o que a torna capaz de se identificar com as suas



necessidades.

A constituição do eu só é possível na relação com o outro. O “si mesmo” só pode emergir de dentro da unidade mãe-bebê. A esse primeiro momento de vida - no qual o bebê se transforma no seio, ou na própria mãe, pois o objeto é o sujeito - Winnicott (1971) denomina elemento feminino puro, cuja característica no contexto da relação de objeto é a identidade, concedendo à criança a base para ser e, mais tarde, a base para o sentimento do eu (*self*).

O estudo do elemento feminino, puro, destilado e não contaminado, nos conduz ao SER, e constitui a única base para a autodescoberta e para o sentimento de existir (e, depois, à capacidade de desenvolver um interior, de ser um continente, de ter a capacidade de utilizar os mecanismos de projeção e introjeção e relacionar-se com o mundo em termos da introjeção e da projeção).

(WINNICOTT, 1971, p. 117)

Ainda que nesse estado primitivo seja imprescindível a existência da mãe, ou seja, de um outro ser humano, esse outro não é percebido pelo bebê como um objeto no sentido clássico, pois ele não tem maturidade para perceber que existe o fator externo, portanto a mãe e o ambiente são considerados parte sua.

Apesar desta unidade fusionada, existe uma pequena fenda, um pequeno deslocamento, pois “mesmo no contato mais íntimo possível, haverá uma ausência de contato, de modo que cada indivíduo manterá, essencialmente, um isolamento absoluto, permanentemente e para sempre” (Winnicott apud Dias, 2003, p. 132).

Segundo Winnicott, desde o nascimento cada ser humano tem algo próprio, singular, inalienavelmente seu e não há a possibilidade de nenhum gesto criativo que não parta desse estado de solidão, desse núcleo isolado do *self*, dessa área no si mesmo que é ausência de comunicação e área de silêncio.

A solidão essencial diz respeito a uma parte nossa destinada a permanecer para sempre incomunicável, que concerne ao “foro íntimo” e permanece vida afora como o fundo oculto e indizível, intocável e eternamente solitário.

Winnicott enfatiza a necessidade que temos “de reconhecer esse aspecto de normalidade: o eu central que não se comunica, para sempre imune ao princípio de realidade, para sempre silencioso. Aí a comunicação é não verbal; é como a música das esferas, absolutamente pessoal. Pertence ao estar vivo. E, normalmente, é daí que se origina a comunicação” (Winnicott, 1990, p. 153).

Presente desde os primórdios da existência, inscrita no seio da própria origem, e com a qual “não há nenhuma comunicação com o mundo não-eu, em nenhum sentido” (Winnicott, 1990, p. 154), a solidão essencial é um isolamento fundamental, pois dela emergirá a ilusão básica de contato que culmina no espaço potencial a ser preenchido pelos fenômenos e objetos transicionais, que são, simultaneamente, parte do bebê e parte do ambiente.

Do ponto de vista do desenvolvimento, a solidão essencial representa a primeira distância real entre a mãe e o bebê, uma distância que simultaneamente separa e une, que será preservada pela vida toda, não importa quão bem relacionado com a realidade externa ele se torne, porém não deve ser confundida com a capacidade de ficar só, que diz respeito a um estágio mais maduro.

## **2.2. Dos fenômenos transicionais ao viver criativo**

Chamo a atenção para o paradoxo envolvido no uso que o bebê dá àquilo que chamei de objeto transicional. Minha contribuição é solicitar que o paradoxo seja aceito, tolerado e respeitado, e não seja resolvido. Pela fuga para o funcionamento em nível puramente intelectual, é possível solucioná-lo, mas o preço disso é a perda do valor do próprio paradoxo.

Esse paradoxo, uma vez aceito e tolerado, possui valor para todo indivíduo humano que não esteja apenas vivo e a viver neste mundo, mas que também seja capaz de ser infinitamente enriquecido pela exploração do vínculo cultural com o passado e o futuro.

(WINNICOTT, 1971, p. 11)

Os fenômenos transicionais estudados a partir da observação de como os bebês se separavam de suas mães e desenvolviam um sentido de *self*, têm como origem as primeiras experiências de ilusão do bebê na base de toda experiência. Essa área intermediária de experiência é mantida por toda a vida e tem importância fundamental na constituição do indivíduo.

Após o nascimento, nos primeiros momentos de vida, quando o bebê não está sendo amamentado ou dormindo, é comum observá-lo sugar seu próprio punho, dedos ou polegares em busca da satisfação dos instintos da zona erógena oral.

Aos poucos, ele vai incluindo objetos no seu padrão pessoal, podendo entremear o dedo na ponta de um cobertor ou em um lençol e, com o passar dos dias, passa a brincar com objetos como bonecas, ursos ou paninhos, sendo comum a escolha de um objeto especial de apego, que passa a representar o seio materno, o chamado objeto transicional.

Os fenômenos transicionais têm início entre os quatro e os doze meses de idade, podendo persistir até os 12 anos de idade - na infância propriamente dita -, e a criança pode recorrer ao seu objeto na hora de dormir, em momentos de solidão ou em situações de humor depressivo.

A mãe naturalmente reconhece o valor e significado do objeto transicional e, por isso, muitas vezes leva-o em viagens e, até mesmo, permite que ele fique sujo, pois sabe que se lavá-lo poderá provocar um rompimento na sua experiência.

Vários aspectos importantes podem ser incluídos nesse estudo, como a natureza e a localização do objeto, a capacidade do bebê de criar, imaginar e produzir um objeto e, finalmente, o início do primeiro vínculo afetivo com um objeto externo.

Os “objetos transicionais” e os “fenômenos transicionais” representam “a área intermediária de experiência, entre o polegar e o ursinho, entre o erotismo oral e a verdadeira relação de objeto, entre a atividade criativa primária e a projeção do que já foi introjetado” (Winnicott, 1971, p. 19).

Esse conjunto de fenômenos simboliza a primeira experiência de posse e reconhecimento que o bebê tem de algum objeto como “não-eu”: ele passa do estágio do “eu”, marcado pela fusão ambiente-indivíduo, para a fase em que é capaz de diferenciar o “eu” e o “não eu”.

O “eu” como identidade separada do “não eu” é resultado da superação da identificação primária que ocorre dentro da unidade fusional inicial, o que pressupõe que o âmbito em que se dá o amadurecimento não é um espaço intrapsíquico, mas inter-humano, um espaço entre a mãe e o bebê.

Essa passagem tem especial importância quando se pensa nas diversas aquisições que um ser humano pode ter ao longo de sua vida, uma vez que representa a travessia do indivíduo da subjetividade para a objetividade, e constitui-se em uma evidência visível do caminho rumo à experimentação da espécie humana.

A partir de sua experiência com o objeto transicional, o bebê passa a estabelecer a distinção entre realidade e fantasia, entre objetos internos e externos, entre criatividade e percepção, o que lhe possibilitará aceitar as diferenças e as similaridades que marcarão a sua trajetória de vida.

Segundo Winnicott (1971), o objeto transicional não é um objeto interno, tampouco um objeto externo: o bebê só poderá se utilizar de um objeto transicional

quando o seu objeto interno estiver vivo e for suficientemente bom.

É necessário um ambiente com gratificações instintivas satisfatórias amplamente vivenciadas e repetidas, para que um bom objeto interno seja introjetado, ou seja, o objeto interno depende da existência de qualidades de um bom objeto externo.

Essa delicada equação significa que o objeto transicional pode representar o objeto “externo” e, ao mesmo tempo, ser o representante de um objeto “interno”. Contudo, ele jamais está sob controle mágico como o objeto interno, pois o paninho ou o ursinho não são fruto de sua imaginação ou fantasia, nem fora do controle como a mãe real.

Quanto ao destino do objeto transicional, é esperado, no decorrer dos anos, que ele seja gradualmente descatexizado e relegado “ao limbo”; ele será semi esquecido no fundo de uma gaveta, disponível para alguma eventualidade regressiva - como uma doença, uma separação temporária da mãe ou o nascimento de um irmão.

Naturalmente, ele perderá o sentido e os fenômenos transicionais se tornarão difusos, espalhando-se por todo o território que fica no intermédio entre a realidade psíquica interna e o mundo externo, ou seja, por todo o campo da cultura.

Existe uma ligação direta da utilização dos objetos transicionais para o brincar, que é uma experiência criativa, uma experiência na continuidade espaço-tempo.

A brincadeira, que é universal e caracteriza a saúde, facilita o crescimento e os relacionamentos; é uma forma de comunicação, e sua maior importância reside no interjogo entre a realidade psíquica pessoal e a experiência de controle de objetos reais.

A participação da figura materna é imprescindível para que a aquisição

desse processo aconteça: algumas vezes, a mãe deve estar disponível para ser o que o bebê tem a capacidade de encontrar; outras vezes, ela deve ser ela própria e aguardar ser encontrada pelo bebê. Somente assim o bebê terá a experiência do controle mágico, chamado de onipotência nos processos intrapsíquicos.

A confiança na mãe é fundamental para criar um *playground* intermediário, no qual a ideia da magia se origina e o bebê experimenta a onipotência. Este *playground* representa o espaço potencial entre a mãe e o bebê.

Quando observamos uma criança brincando - ainda que esteja na companhia de outra criança ou até mesmo sob a supervisão da própria mãe -, podemos desenvolver a percepção de sua capacidade de ficar só.

Ao brincar, a criança habita uma área que não pode ser abandonada e deve estar livre de intrusões. Somente a partir de um estado de relaxamento e de um estado não integrado, a verdadeira criatividade pode emergir pois o brincar implica um estado de alheamento e concentração.

Essa experiência em companhia da mãe - que lhe transmite todo amor e segurança -, disponível mesmo quando é esquecida durante a brincadeira em si, é fundamental para a criança:

É somente quando só (isto é, na presença de alguém) que a criança pode descobrir sua vida pessoal própria. A alternativa patológica é a vida falsa fundamentada em reações a estímulos externos. Quando só e somente quando só, é que a criança se torna capaz de fazer o equivalente ao que no adulto chamamos relaxar. A criança tem a capacidade de se tornar não-integrada, de devanear, de estar num estado em que não há orientação, de ser capaz de existir por um momento sem ser nem alguém que reage às contingências externas nem uma pessoa ativa com uma direção de interesse ou movimento. A cena está armada para uma experiência do id.

Com o passar do tempo surge uma sensação ou impulso. Nesse estado a sensação ou o impulso será sentida como real e será verdadeiramente uma experiência pessoal.

(WINNICOTT, 1958, p. 35)

A capacidade de ficar só torna-se possível se o indivíduo tiver em sua trajetória psíquica uma experiência satisfatória com o objeto transicional. Isso significa que a relação entre o indivíduo e o seu objeto interno - consequência da confiança estabelecida em suas relações internas - é que o faz acreditar na autossuficiência e permite-lhe “descansar contente mesmo na ausência de objetos ou estímulos externos” (Winnicott, 1958, p. 36) .

Presume-se que o grau de maturidade do ego bem como a integração do indivíduo em uma unidade sejam alcançados, pois “a capacidade de estar só” pressupõe que o indivíduo possa acreditar em um ambiente benigno, no qual os objetos internos existentes no seu mundo psíquico estejam disponíveis para projeção quando for necessário, ao mesmo tempo que a ansiedade persecutória se encontra ausente.

É preciso recordar que o bebê, ainda que esteja imaturo, nos estágios mais precoces de desenvolvimento, pode alcançar a capacidade de ficar só, pois ele pode se apoiar no ego mais consistente da própria mãe. À medida que o tempo vai passando, o indivíduo passa a introjetar o ego da mãe, tornando-se capaz de ficar só sem a presença real desta ou sem um símbolo que a represente, ou seja, o objeto transicional.

É somente no brincar que o indivíduo - criança ou adulto - pode ser criativo e utilizar a sua personalidade integral, e somente sendo criativo ele descobrirá o seu verdadeiro *self*. O viver criativo pressupõe que o indivíduo sinta que a vida merece ser vivida e possa apreciar o valor do viver, e somente a partir do brincar, é possível construir a totalidade da existência experiencial do homem.

A criatividade - como proposição universal - relaciona-se ao estar vivo, e o impulso criativo é algo que pode ser considerado naturalmente necessário - tanto ao artista na produção de uma obra quanto a qualquer pessoa que se incline de maneira saudável a viver a vida, da qual são exemplos o professor que se inspira ao dar aula ou a cozinheira que prepara o almoço com satisfação.

Winnicott (1971) postula a importância de um espaço único, genuíno e absolutamente solitário para cada indivíduo. Nesse espaço, e com o auxílio dos recursos internos conquistados, esse indivíduo poderá experimentar brincar, ousar e, em última instância, apropriar-se de sua vida. É nesse delicado processo de quando o bebê se descola da mãe e aos poucos interage com o meio externo é que se instala a capacidade de ficar só na presença de alguém.

Portanto, a capacidade de ficar só junto com a condição de fazer uso do espaço transicional - e portanto dessa área de experiência - são fundamentais no desenvolvimento humano, e estão relacionadas à habilidade de “viver criativamente” e de “sentir-se real”.

Somente a partir da vivência do ser, propiciada pela figura materna no início da vida do sujeito, é possível criar um terreno fértil para que o indivíduo esteja apto a viver criativamente com toda a sua potencialidade e munido de objetos bons, alcançando a capacidade de estar só.

Ainda que o ambiente auxiliar do ego se torne introjetado e construído dentro do próprio indivíduo, de modo que este possa conquistar a capacidade de ficar realmente sozinho, sempre haverá a “presença de alguém”. Alguém que, em última instância, equivale inconscientemente à figura da mãe, que esteve absolutamente presente e dedicada em seus primeiros dias de vida.

Finalmente, existe uma relação direta entre os fenômenos transicionais, o brincar, o brincar compartilhado e a experiência cultural e, para que este caminho aconteça de forma natural e bem sucedida, a capacidade de ficar só se faz imprescindível.



### **2.3. Do complexo de Édipo à maturidade sexual**

Winnicott (1958) afirma que a capacidade de ficar só depende também da capacidade de elaborar as emoções provocadas pela exclusão da cena primária.

Opondo-se à visão kleiniana, Winnicott acredita que só faz sentido falar de relações triangulares ou de Complexo de Édipo, quando se refere à pessoa inteira. Isso significa que se a criança atingiu verdadeiramente a capacidade de vivenciar as ansiedades da situação edípica, ela alcançou a identidade unitária.

Não posso ver nenhum valor na utilização do termo “complexo de Édipo” quando um ou mais de um dos três que formam o triângulo edípico é um objeto parcial. No complexo de Édipo, ao menos do meu ponto de vista, cada um dos componentes do triângulo é uma pessoa inteira, não apenas para o observador, mas especialmente para a criança.

(WINNICOTT apud DIAS, 2003, p. 272)

A cena primária é um dos maiores desafios que a criança enfrenta durante a infância e as dificuldades pertinentes ao estágio edípico não são resultados de falhas ambientais, mas dificuldades próprias da vida e das relações interpessoais, não podendo ser prevenidas ou evitadas.

Se a criança teve um bom início de vida, e sua personalidade está estruturada, ela não perde suas conquistas anteriores. No entanto, a dolorosa percepção de ter sido deixada do lado de fora do quarto dos pais – excluída do casal parental - é uma dor a ser superada. Nesse caso, a masturbação permite que a criança vivencie as suas fantasias conscientes e inconscientes e representa a possibilidade dela superar sua raiva e frustração.

Tornar-se capaz de ficar só na situação de exclusão é um passo importante para o encontro da maturidade emocional e a masturbação solitária parece ser uma saída criativa para dar vazão aos impulsos sexuais.

Aliás, pela vida afora, é preciso suportar o sentimento de exclusão de uma parte da vida psíquica do outro, deixá-lo estar com o seu mundo de objetos internos que são desconhecidos e devem continuar a sê-lo. E sentir-se livre para excluir o outro, sem alimentar aquela culpa doentia que exige tudo dividir e participar.

(CINTRA, 2007, p. 41)

Mais tarde, à medida que o indivíduo caminha rumo ao amadurecimento emocional, aumenta a possibilidade dele se relacionar com outro indivíduo e de encontrar um companheiro com quem possa compartilhar seus desejos sexuais e sua intimidade, o que o leva à maturidade sexual.

Outra metáfora para ilustrar a capacidade de ficar só diz respeito ao encontro entre dois amantes que estavam a priori “sós” e, a partir do qual, forma-se um par fusionado onde há trocas de fantasias e cumplicidade nos momentos das relações sexuais. Depois do coito satisfatório, pode-se afirmar que “cada parceiro está só e contente de estar só” (Winnicott, 1958, p. 33). Ficar contente de estar só junto com outra pessoa que também está só é uma experiência de solidão compartilhada e demonstra a capacidade de sentir afeto pelo outro, além da possibilidade de viver no mundo adulto.

Essa alegria de compartilhar a solidão “a dois” pode ser ilustrada no romance “A insustentável leveza do ser”, de Milan Kundera:

Ao acordar, viu que Tereza segurava firmemente sua mão! Olhou para ela e custou a compreender o que estava acontecendo. Evocou as horas que tinham se passado e acreditou respirar o perfume de uma felicidade desconhecida. Desde então, ambos se alegravam de antemão com o sono compartilhado. Eu diria mesmo que, para eles, o objetivo do ato sexual não era o prazer, mas o sono que lhe sucedia. [...] Nos braços dele, mesmo no auge da agitação, sempre se acalmava.

[...]

Tomas dizia consigo mesmo: deitar-se com uma mulher e dormir com ela, eis duas paixões não apenas diferentes, mas quase contraditórias. O amor não se manifesta pelo desejo de fazer amor (esse desejo se aplica a uma multidão inumerável de mulheres), mas pelo desejo do sono compartilhado (esse desejo diz respeito a uma só mulher).

[...]

O sono compartilhado era o corpo de delito do amor.

(KUNDERA, 1999, p. 21-22)

### 3. O “FICAR SÓ” NA CULTURA: EXEMPLOS VIVOS

Entre duas notas de música existe uma nota,  
entre dois fatos existe um fato,  
entre dois grãos de areia, por mais juntos que estejam,  
existe um intervalo de espaço,  
existe um sentir que é entre o sentir  
- nos interstícios da matéria primordial  
está a linha de mistério e fogo  
que é a respiração do mundo,  
e a respiração contínua do mundo  
é aquilo que ouvimos  
e chamamos de silêncio.

(LISPECTOR, 1979, p. 94)

A importância da capacidade de ficar só deve ser objeto de reflexão nos tempos atuais em que as pessoas encontram-se cada vez mais com dificuldade de ficar consigo mesmas. De um lado, há um notável avanço no mundo contemporâneo, de outro, há um terrível retrocesso no que diz respeito às relações humanas, aos vínculos e, principalmente, à percepção de si mesmo.

Diante do novo cenário, onde há uma excessiva valorização do coletivo, a capacidade de ficar só se traduz como a possibilidade de se ter uma vida interior, uma subjetividade, bem como a percepção da diferença e singularidade se comparadas à vida dos demais; além de propiciar o meio do homem encontrar o tempo e o espaço necessários para construir os sentidos da própria vida.

É preciso lembrar Winnicott (1971) quando ele aponta a importância de um espaço único, genuíno e solitário que propicia a área de experiência e possibilita ao indivíduo “ousar brincar”, “viver criativamente” e, em última instância, sentir-se “real”.

Sendo assim, a experiência cultural, a música, as artes, as descobertas e os grandes feitos humanos são, em última instância, resultado da criatividade propiciada pela solidão saudável.

[...] a experiência cultural inscreve-se no histórico das experiências humanas que, ao longo do desenvolvimento emocional, possibilitam a transição da realidade íntima e pessoal, interna, onírica e imaginativa, para a realidade externa, compartilhada, histórica e social – relativamente objetiva.

(GODOY, 2007, p. 99)

Em “A interpretação dos sonhos”, Freud (1900) afirma que os sonhos são como as estrelas que, embora sempre presentes, só são vistas quando a noite cai. A capacidade de ficar só simboliza o escuro necessário para que, no meio da multidão indiferenciada, se revelem as estrelas e se construam os próprios sonhos.

Os exemplos a seguir têm como objetivo ilustrar como a capacidade de ficar só é importante na atividade de criação, assim como é imprescindível nas mais diversas tarefas, desde aquelas relativamente simples que permeiam o cotidiano até nas exigências que envolvem maior complexidade e risco. São exemplos vivos, reais, que habitam o mundo em que vivemos.

### **3.1. Arnaldo Antunes, o poeta urbano**

Por ocasião de uma entrevista (Perdigão, 2005) sobre o silêncio realizada em 2004, Arnaldo Antunes - poeta, compositor e cantor - afirmou que o silêncio pode ser algo múltiplo, pois não existe apenas um silêncio, mas vários; desde o silêncio carregado de significados, o silêncio vazio de sentido, a ausência de som, o nada, uma página em branco, o intervalo, a impossibilidade do silêncio absoluto uma vez

que o pulsar do coração humano pode ser escutado, o silêncio “grávido de sons” e tantos outros. O silêncio é “um pouco a matéria-prima da música tanto quanto os sons”. Se houvesse apenas som não haveria articulação, pois esta vem do intervalo existente entre um som e outro. É no silêncio que a música ecoa, reverbera.

Em sua canção “Aquele silêncio que ninguém ouviu”, Antunes se refere ao silêncio como a primeira coisa que existiu - pois não havia ninguém no universo - e se lembra das coisas que têm som, mas que a gente não ouve, como o fio de cabelo crescendo, a planta que se desenvolve no chão, a explosão da semente sob a terra e o diamante nascendo do carvão, entre tantos outros sons inaudíveis. Ele afirma que o silêncio é a origem de tudo e, portanto, antes de haver universo só poderia haver silêncio, que é a ausência, o princípio de onde vai surgir algo.

Para Antunes, estamos lidando o tempo todo com matéria e vazio, com som e silêncio, com o contraponto entre a luz e o escuro. As gradações dos contrastes entre a matéria e a ausência de matéria são importantes para a própria dinâmica da vida; caso contrário, haveria apenas um universo estagnado.

Ele declara que vivemos num mundo muito barulhento, numa época de excesso de informação, o que cria o desejo de recorrer a estados de silêncio, seja de ver um canto escuro, uma parede branca, como um recurso de limpeza da mente; uma necessidade de reclusão que traz um pouco esses estados de silêncio, um refúgio da saturação. Existem momentos em que é preciso compensar os sentidos excitados causados pelo barulho de fora, para se fazer esvaziar através do silêncio, que aparece como algo para sossegar, renovar e reparar, como o sono para acordar no dia seguinte ou a comida para saciar a fome.

Na entrevista, quando perguntado sobre o papel do silêncio no encontro amoroso, ele afirma: “Pra mim, o encontro é muito silencioso, do ponto de vista físico, sexual, porque é um momento de toque, e a coisa tátil predomina. O verbal briga um pouco com isso. Dá para namorar ouvindo música, que é muito bom, mas não vejo espaço para conversa durante o ato amoroso, pensando mais na relação sexual de homem com mulher, no meu caso, ou qualquer relação física. É o toque.

Tem gente que se excita em ficar dizendo coisas durante a relação. Pra mim sempre foi um momento de ficar sentindo outras coisas mais do que passar pela verbalização, pensando o silêncio não como ausência de tudo, mas como ausência de fala. Agora, têm muitas formas de amor. Claro que conversar pode ser uma forma de relacionamento amoroso, mas ficar em silêncio com a outra pessoa, eu acho muito importante também...”

Indagado qual a “forma” do silêncio, ele responde que o silêncio é ausência de forma e de cor, é como uma cama onde deitar, um chão por onde pisar, um espaço vazio a preencher, uma página branca para ser rabiscada, uma piscina para mergulhar... O silêncio é como matéria-prima para produzir (sons).

Nas poéticas palavras de Arnaldo Antunes, a capacidade de ficar só revela-se permear em todos os campos de sua vida. É preciso haver o espaço da solidão silenciosa para que a criatividade aflore, como a matéria prima da criação pessoal, quando se faz possível entrar em contato com o que há de mais verdadeiro em nós mesmos. É a piscina, a cama, o chão, o papel em branco, enfim, o espaço para que o belo possa emergir.

Ao mesmo tempo, o lugar da solidão é retratado de maneira aconchegante: é a possibilidade de descanso, o refúgio da intimidade, é a tomada de consciência de que se é um ser único e que o outro também o é, a possibilidade de valorizar a si mesmo e de valorizar o outro; conduz ao verdadeiro encontro de nossa essência e ao encontro com a essência do outro.

### **3.2. José Saramago, o escritor português**

Na soma de todas as suas vidas e de seus renascimentos, em todas as reviravoltas de uma trajetória rara, Saramago conseguiu driblar o fim a que parecia destinado nos papéis de escritor fracassado, de

viúvo sessentão, de velho obsoleto de opiniões antiquadas e, finalmente, do escritor tocado pela fúnebre Academia Sueca...

(Almir de Freitas, Revista Bravo, novembro de 2008.)

Autor de Ensaio sobre a cegueira e As intermitências da morte - Saramago revela, em entrevista concedida à Revista Bravo em novembro de 2008, um momento de grande criatividade aos 87 anos.

A reportagem percorre sua obra e a história cheia de insucessos e polêmicas; relembra que Saramago estreou na literatura de forma desastrosa aos 25 anos, e menciona o lançamento de uma série de livros sem nenhuma expressão literária, tendo sido alvo de duras críticas por parte de seus rivais. Somente após os 60 anos de idade, o autor obteve destaque, a partir do lançamento de Memorial do convento em 1982.

Viúvo aos 66 anos, Saramago conheceu a jornalista espanhola Maria Del Pilar Del Rio Sanchez - então com 38 anos -, com quem se casou dois anos depois. Em 1992, ela tem a ideia de mudar para Lanzarote, uma pequena ilha vulcânica de 860km<sup>2</sup> do arquipélago das Canárias, a pouco mais de 100 km da Costa Africana. Diz o artigo: “Na ocasião, Saramago subestimou-se. Viver em Lanzarote nesta altura da vida?” Mas acabou se convencendo: tinha setenta anos quando promoveu mais esta reviravolta.”

Na entrevista, Saramago declara seu amor a Pilar, pois tê-la conhecido foi crucial em sua vida e coincidiu com os dez anos que antecederam o Nobel. “Se eu tivesse morrido antes de conhecer você, Pilar, eu teria morrido muito mais velho.”

O que à primeira vista parecia um movimento de reclusão e de aposentadoria, demonstra ser exatamente o contrário: sua ida a Lanzarote, em companhia de sua esposa, possibilitou que Saramago se aprimorasse e se tornasse cada vez mais produtivo e criativo, devolvendo-lhe a vitalidade e permitindo-lhe escrever as suas principais obras, entre as quais aquela que lhe valeu o Nobel.



Guardadas as devidas proporções, é na solidão da montanha do deserto que Moisés tem a experiência paradigmática de encontrar Deus e receber as tábuas da lei; é através da experiência de isolamento no deserto é que ele encontra a purificação e o “divino”. O deserto personifica o lugar privilegiado do qual Moisés volta engrandecido, amadurecido e pronto para cumprir sua missão.

Seja em Lanzarote, no deserto ou dentro de si mesmo, a capacidade de ficar só pode ser simbolizada como um afastamento da massa indiferenciada, para que se crie o espaço fértil possibilitando aflorar a obra-prima, o potencial criativo. Esse afastamento tem um caráter simbólico, não é necessariamente físico e concreto e pode se dar no meio da multidão.

### **3.3. Na sala de cirurgia: Angelita Habr Gama e Sérgio de Oliveira**

Angelita Habr Gama, a primeira mulher a se tornar membro honorário da Associação Européia de Cirurgia, é uma cirurgiã paraense considerada referência nacional em doenças de intestino, cólon e reto.

Em entrevista ao jornal O Estado de S.Paulo, em 4 de abril de 2006, Angelita relatou algumas situações inusitadas pelas quais passou durante sua carreira, pelo fato de ser mulher, como, por exemplo, no começo de sua vida na Faculdade de Medicina da USP, quando se viu obrigada a cortar a barra e as mangas dos aventais para trabalhar porque eram “feitos para homens”.

Ao relembrar os tempos de estudante na faculdade, citou uma frase que me marcou a primeira vez em que a li: “Na faculdade, fazia colchas de crochê para comprar livros. Era uma delícia. Com o crochê, treinava habilidade manual para cirurgia e ouvia novelas de rádio com minha mãe.”

Foram-se os tempos das novelas e das colchas de crochê. Hoje, Angelita, uma senhora de aproximadamente setenta anos, continua a fazer cirurgias nos

principais hospitais de São Paulo.

Na mesma São Paulo, todos os dias, às sete da manhã, o cirurgião cardíaco, Sérgio de Oliveira, prepara-se para mais uma cirurgia.

Como se estivesse regendo uma orquestra, faz movimentos rápidos e firmes – maneja a tesoura, por exemplo, como se fosse um caubói antes de levar o revólver ao coldre. Até a mais experiente das bordadeiras invejaria sua habilidade com pinças e linhas de espessura do tamanho de um fio de cabelo.

(Veja São Paulo, 17 de outubro de 2007, in: “Os médicos que os médicos indicam”).

Eleito em 2002 pela Sociedade Brasileira de Cardiologia como um dos médicos de maior destaque em sua área do século XX, com mais de 37.000 cirurgias realizadas, o doutor de 72 anos tem uma peculiaridade: opera os corações doentes ouvindo música clássica, com o rádio ligado na programação erudita da Cultura FM.

Afinal, o que esses dois médicos têm em comum, além da excelência e competência nas áreas em que atuam?

Na mesa de cirurgia, junto aos seus pacientes, ambos levam em suas mãos o talento e coragem para salvar vidas humanas. Para tanto, nesses delicados momentos, eles ficam sós e somente sós, ladeados por suas respectivas equipes.

Nestes dois casos ilustrados, a capacidade de ficar só diz respeito à possibilidade de exercer a confiança em si mesmo para a execução de uma tarefa delicada como uma cirurgia, representa a possibilidade de ficar consigo mesmo em um estado tranquilo e necessário, mesmo que o que esteja em jogo seja uma atividade de alto risco. A capacidade de ficar só independe do fato de haver pessoas

ao redor, pois diz respeito a uma condição emocional.

### **3.4. Outros exemplos do cotidiano**

No dia 3 de maio de 2009, foi publicada uma matéria chamada “Uma visão moderna dos gênios” no *The New York Times*, escrita pelo jornalista David Brooks, na qual ele questiona a visão da genialidade na perspectiva da era atual.

Ao olhos do jornalista, na medida em que vivemos em uma era científica baseada em pesquisas modernas, faz-se necessário desmontar a idéia do “pensamento mágico”, que coloca a genialidade como um produto de uma centelha divina, um *gift*, que em inglês significa, ao mesmo tempo, dom, talento e presente.

O autor apresenta uma visão distinta do que se acreditava em épocas mais românticas, quando modelos de grandeza, como Dante, Mozart e Einstein, cujos talentos superavam a compreensão normal, eram reverenciados como sobrenaturais. Segundo o autor, Mozart, por exemplo, considerado na época detentor de um dom espiritual inato, seria hoje visto como um bom músico em tenra idade, porém não teria um destaque maior que as melhores crianças instrumentistas da atualidade.

O jornalista afirma que uma das habilidades de Mozart era a mesma que possui o conhecido campeão de golfe americano Tiger Woods – a capacidade de concentrar-se por longos períodos, além da determinação pessoal em melhorar suas capacidades; ou seja, ele aborda uma visão muito mais democrática de sucesso, no qual os indivíduos que mais se destacam são aqueles que passam horas (muitas horas) praticando os seus talentos, fato que pode se dar em todas as áreas, daí seu caráter democrático.

Ao utilizar-me desse artigo para este trabalho, não tenho a pretensão de colocar em pauta a questão da genialidade em si e a discussão proposta pelo

jornalista, mas sim chamar atenção para o lugar da concentração e do trabalho focado como uma possibilidade trazida pela capacidade de ficar só, adquirida desde a infância, e as inúmeras possibilidades que esta capacidade traz.

São inesgotáveis os exemplos da capacidade de ficar só no dia a dia. Podemos incluir o momento em que uma cozinheira faz um bolo amorosamente, uma dona de casa que cuida de suas plantas, uma menina que faz crochê ouvindo rádio na companhia de sua mãe, um professor que prepara as aulas para seus alunos, um pintor escolhendo as cores da sua tela ou alguém que curte desfrutar de sua própria companhia ao caminhar pela orla da praia.

Recentemente, ao encontrar um colega filósofo nos corredores da Universidade, ele me contou que, por razões particulares, ele havia sempre se sentido diferente dos demais, o que o fez sofrer muito durante sua vida. Além disso, ele não se sentia capaz de compartilhar seu sofrimento com ninguém, pois acreditava que ninguém seria capaz de compreendê-lo e, mesmo que isso fosse possível, ninguém poderia fazer nada por ele: “Foi na solidão que se formou aquele que sou hoje. As caminhadas pelo deserto me fizeram forte e aprendi a buscar as coisas que, para mim, faziam sentido, como os livros que alegram a minha solidão...”

#### **4. A CAPACIDADE DE FICAR SÓ NA CLÍNICA**

Nos dias atuais, a experiência psicanalítica passa a ter frequentemente como objetivo não mais a interpretação dos sonhos trazidos pelos pacientes, mas ajudá-los a adquirir a capacidade de construir seus próprios sonhos. Para tanto, é preciso que o paciente revele-se a si mesmo e se torne capaz de ficar só consigo mesmo e com seus próprios medos, desejos e devaneios...

A seguir, apresento o caso de Paulo, um rapaz de 37 anos que foi meu analisando por quatro anos:

A sensação que eu tinha ao atendê-lo, no início do tratamento, é que ele estava sempre pronto para uma guerra. Articulado, racional e competente, encontrava-se constantemente tenso e agressivo. Qualquer pergunta a respeito de seus familiares aguardava uma resposta ríspida e, sistematicamente, desviava a atenção para outros assuntos, principalmente de trabalho, o qual ele parecia desempenhar com desenvoltura.

Muitas vezes, chegava ao consultório dizendo que teria de sair antes do horário, alegando que tinha reunião; e eu notava que, quando algum assunto mais delicado começava a despontar e a tensão aumentava, Paulo dizia que precisava sair, levantava-se e ia embora.

Era comum ocupar seus momentos livres com muitos afazeres, desde atividades esportivas, trabalhos que levava para os finais de semana, compromissos com diversas pessoas. Sempre em movimento, apenas parava à noite para dormir já exausto.

Algumas vezes, Paulo chegava ao consultório contando que havia se metido em uma briga e os motivos eram sempre pequenos se comparados à sua reação exagerada. Certa vez, me contou que havia discutido com o manobrista de um restaurante e a proporção que a briga e a discussão haviam tomado era tremenda

se comparada com o motivo que a havia provocado. De modo geral, era difícil uma solução pacífica; sempre havia muito barulho, gritaria, palavrões, socos e pontapés.

Ao me contar tais episódios, uma tensão tomava conta do ambiente e não havia espaço para mais nada. Era comum ele se exaltar, falar alto e gesticular nervosamente, e as nossas sessões terminavam depois que Paulo despejava todas aquelas emoções ferozes sobre mim. Como era de se esperar, essas reações violentas e defensivas também prevaleciam na relação transferencial pois qualquer intervenção que eu fizesse, ainda que delicada, provocava-lhe uma resposta desproporcional.

Paulo era um paciente do tipo *borderline*, com um *self* adaptado ao mundo em que vivia; aparentava características de uma pessoa normal, ou, quando muito, neurótica, mas isso se dava às custas de um equilíbrio bastante precário que, quando rompido, fazia eclodir um funcionamento tipicamente psicótico, apresentando reações violentas e agressivas.

Embora pontual e assíduo em nossas sessões, era raro Paulo abrir espaço para reflexão, apenas raiva e agressividade saíam pelos poros. Dono de uma inteligência ímpar, era frequente notar que os seus momentos de transbordamento chegavam a lhe causar algum constrangimento. No entanto, ainda não tinha condições de entrar em contato com estas emoções.

Creio ter sido fundamental para o andamento do tratamento eu ter tido o cuidado de jamais responder agressivamente aos seus atos destrutivos. Uma postura firme, sem recuar ou vacilar, representou uma maneira de mostrar a minha presença e sustentar os seus ataques, sem grandes interpretações nem retaliações.

Ao longo de vários meses, Paulo percebeu que eu podia “aguentar o tranco”. É como se eu reafirmasse o tempo todo, como um bom ego auxiliar, que eu podia resistir intacta aos seus ataques violentos e aos seus impulsos destrutivos e continuar a ser sua analista.

Como mencionado anteriormente, no processo normal de aquisição de independência, o bebê precisa “destruir” seus objetos subjetivos, adquirindo a capacidade de uso desses objetos no espaço de realidade compartilhada, e não mais sob seu controle onipotente. Sendo assim, a possibilidade de que o bebê destrua o objeto subjetivo necessita da capacidade de sobrevivência da mãe, sem retaliação. Da mesma maneira, o analisando só poderá tolerar o ódio que sente pelo analista caso perceba de que este pode suportar o seu ódio e sobreviver aos seus ataques, sem necessidade de retaliação.

Somente dessa maneira foi possível instalar o chamado “círculo benigno”, que forma-se por meio das inúmeras e repetidas vezes em que o bebê se percebe atacando vorazmente o corpo materno, passa por um sentimento de culpa (não consciente) pelas consequências de sua destrutividade e realiza atos reparatórios. É o acolhimento materno – tanto da destrutividade, quanto dos atos reparatórios do bebê – que gera nele a confiança na sua capacidade construtiva e permite-lhe ir se apropriando, cada vez mais, de seus impulsos destrutivos de forma produtiva.

Um dia, eu lhe disse calmamente e com muita franqueza, olhando nos seus olhos, que era muito difícil fazê-lo me ouvir, que ele parecia vestir uma armadura por onde nada penetrava. Fez-se um silêncio e Paulo me fitou por alguns minutos.

Naquele instante, eu tive certeza que Paulo me ouvira pela primeira vez. Algo nele havia mudado e, após algum período de análise, a transferência negativa cedeu lugar a uma positiva e esses impulsos agressivos aos poucos se acalmaram. O tom de nossa conversa começou a ficar diferente e um ambiente de confiança foi se estabelecendo até ele aceitar deitar-se no divã.

Essa alteração de lugar parece ter sido reveladora, pois ao deitar-se, Paulo chorou convulsivamente, como um bebê desamparado. Ao suspender a visibilidade na relação analista-analisando, o processo analítico passou a se dar num plano inteiramente invisível e essa invisibilidade favoreceu o “abandonar-se ao curso de seus pensamentos inconscientes”.

Pela suspensão da visão ordinária pode-se criar, na relação analítica, um vazio prenhe de virtualidades, auxiliando analista e analisando a vir a habitar esse plano invisível, onde pulsam afetos e pululam sentidos, sem o controle paralisante da visão.

(NAFFAH NETO, 2003, p. 120)

Lentamente a hostilidade, as frases desmedidas, os tons agressivos e gestos brutos se esvaneceram e Paulo passou a me contar sobre as dificuldades que tivera na infância junto de sua família.

Por ocasião de seu nascimento, seu pai descobriu que sofria de uma doença grave com poucas chances de sobrevivência. Com ressentimento e culpa, Paulo revelou que sempre havia se sentido abandonado, ficando à mercê de cuidados alheios, sem ter sido amamentado e tampouco sem a presença de sua mãe.

*Lembro-me de meu pai passando mal, com convulsões e meus pais voando para o hospital [...] minha mãe passava dias e dias sem aparecer [...] havia um clima grave no ar [...] quando minha mãe entrava pela porta, depois de semanas sem nos ver, ela estava exausta, deprimida e com olheiras [...] sempre esperávamos pelo pior e os anos se passaram desta maneira...*

Ficou evidente a necessidade do paciente de se proteger do ambiente familiar caótico e imprevisível de sua infância, o que acabou por provocar uma retração em sua personalidade e a formação do chamado falso *self* cindido, que passou a funcionar como um escudo protetor do seu *self* verdadeiro.

Por conta do destino, Paulo não pôde ser cuidado de maneira adequada nos momentos iniciais de sua vida, quando o *holding* ou ato de sustentar e segurar bem o bebê se faz fundamental para que não ocorra uma tensão extrema e a criança se sinta partindo em pedaços e/ou caindo em um poço sem fundo, sensação esta que Winnicott descreve como as “agonias impensáveis”. O segurar, que começa de modo simples, se complexifica e se amplifica para um segurar a situação no tempo.



Quando se diz que algo falha, é o segurar total que falha, e a criança tem o sentimento de estar caindo para fora do mundo.

Assim, nos momentos primordiais de sua vida, Paulo teve a experiência de viver as sensações de agonias impensáveis e, por esta razão, no contato comigo, por vezes mostrava-se bastante desconfiado. A meu ver, suas explosões descontroladas representavam sua incapacidade de conter e dar forma aos seus impulsos agressivos e destrutivos.

Durante todo o atendimento, eu buscava lhe oferecer um *setting* calmo e constante de modo que ele comesse a se sentir cada vez mais seguro e confiante na minha presença. O segurar firme, tranquilo, envolvendo presença afetiva – através do manejo (*handling*) – é a única forma de gerar a confiabilidade fundamental para que o bebê adquira coesão psicossomática e a psique venha a se alojar no corpo, assumindo corporeidade.

Certa vez, depois de um feriado prolongado, Paulo comentou que ao se aproximar do consultório, percebera o cheiro da minha sala enquanto caminhava no corredor do prédio. Perguntei-lhe se aquele cheiro o agradava, e ele respondeu que sim, que ao perceber o cheiro, havia ficado contente. Penso que esta foi uma demonstração delicada de afeto e confirmou sua familiaridade e a sensação de acolhimento vivida ali comigo. Os cheiros são da ordem do primitivo e remetem às primeiras experiências de vida, o cheiro da mãe é rapidamente reconhecido pelo seu bebê.

Cada vez mais habituado e confortável no divã, tornou-se comum ele deitar-se, falar algumas frases iniciais, respirar fundo e ficar calado. Podíamos ficar em silêncio durante um longo tempo, um em companhia do outro. Às vezes, seu estado de relaxamento era tamanho que ele chegava a dormir e o fazia tão profundamente como um bebê entregue nos braços de sua mãe.

Esse estado regredido durou meses. Ele se deitava, cobria-se com uma manta e dormia durante a sessão. Não havia nenhum aspecto de resistência em seu

sono. Ao contrário, era um sono reparador, como um enunciado satisfatório para aflorar um novo despertar. Assim, eu não o perturbava, ficava lá, sentada ao seu lado, oferecendo-lhe pura presença, sem jamais ser intrusiva. Esse processo foi fundamental para a sua recuperação. Era uma maneira de eu acolhê-lo e sustentá-lo enquanto ele se desenvolvia em seus aspectos psíquicos.

Paulo estava experimentando comigo a chamada regressão a um estado de dependência, que se constitui em um processo fundamental, pois pacientes com defesas erigidas contra falhas ambientais traumáticas precoces têm nesse processo a chance de reverter esse estado de coisas. Era como se Paulo pudesse voltar atrás no tempo e reviver experiências em que era possível consertar as falhas e fazer as reparações do passado e, assim, dar espaço para novas possibilidades e descobertas.

A sequência necessária de acontecimentos para essa regressão e retorno foi apontada por Winnicott num de seus textos:

1. A provisão de um ambiente que gere confiança.
2. A regressão do paciente à dependência, levando-se em consideração os riscos envolvidos.
3. O paciente experimentando um novo sentido de *self*, e o *self* até então escondido rendendo-se ao ego total.
4. Um descongelamento da situação de falha original.
5. Da nova posição de força egóica, o ódio relacionado à falha ambiental precoce sendo sentido no presente e expresso.
6. Retorno da regressão à dependência a um progresso regular em direção à independência.
7. Necessidades e desejos instintivos tornados realizáveis com vigor

e vitalidade genuínos.

Tudo isso repetido muitas vezes.

(WINNICOTT, 1954c, p. 384)

Frequentemente, Paulo indagava quando iria sair daquele estado impresso pelo silêncio e sono profundo. Eu respondia que para uma borboleta criar asas e voar, era preciso dar-lhe o tempo necessário para o ovo virar lagarta, a lagarta habitar o casulo até estar pronta para transformar-se em borboleta.

Acolhê-lo era uma maneira de lhe proporcionar condições de viver uma nova experiência de vida e assim retomar as falhas ambientais precoces, e oferecer-lhe a possibilidade de um recomeço em um ambiente suficientemente bom. Paulo podia ficar só na minha companhia e o silêncio entre nós era vivido como uma experiência de presença e não de queda ou agonia impensável.

A comunicação silenciosa era uma experiência intercorpórea que proporcionava aconchego, e a possibilidade de um silêncio acolhedor era uma prova de extrema confiança e cumplicidade que havia se estabelecido. Foram momentos de presença e vivacidade, onde nenhuma palavra precisava ser dita pois tudo estava lá – no não dito.

Esses momentos de quietude representaram uma experiência fundante, pois foi no silêncio do consultório que Paulo pôde ser acompanhado por mim, deixando que suas asas surgissem. Foi aos poucos que pôde reviver seus medos, angústias, tristezas e aflições. Foi com paciência e delicadeza que pôde deixar-se invadir por sua solidão, sem sentir-se ameaçado. Foi em minha presença que Paulo pôde se apresentar a si mesmo.

Do esvaziamento de rancor e ódio, surgiu um vazio grávido de sonhos e esperanças e Paulo, pouco a pouco, criou asas e voou...

## 5. NA CORAGEM DA SOLIDÃO - A CRIAÇÃO LITERÁRIA

Mas quantas vezes a insônia é um dom. De repente acordar no meio da noite e ter essa coisa rara: solidão. Quase nenhum ruído. Só o das ondas do mar batendo na praia. E tomo café com gosto, toda sozinha no mundo. Ninguém me interrompe o nada. É um nada a um tempo vazio e rico. E o telefone mudo, sem aquele toque súbito que sobressalta. Depois vai amanhecendo. As nuvens se clareando sob o sol às vezes pálido como uma lua, às vezes de fogo puro. Vou ao terraço e sou talvez a primeira do dia a ver a espuma branca do mar. O mar é meu, o sol é meu, a terra é minha. E sinto-me feliz por nada, por tudo.

(LISPECTOR, 1999b, p. 69)

A criação literária é o exemplo paradigmático da capacidade de ficar só. Para escrever um texto literário, é preciso recolher-se e fazer uma busca dentro de si mesmo, um movimento delicado para alcançar um estado emocional especial, com a sensibilidade aguçada, de modo a se haver com as próprias crenças e para que as ideias e as sensações sejam comunicadas.

A arte da escrita implica mergulhar em um estado de solidão e penetrar em um mundo onírico, repleto de devaneios e loucuras; transitar em territórios sem contornos, onde habitam medos, fantasias e angústias. Os livros, contos e crônicas de modo geral representam o mergulho no individual, no ser particular, diferente de todos os outros, carregado de afeto, com suas mazelas e contradições, medos, gestos de amor e grandeza.

Cada obra é o desbravar de um território desconhecido onde a palavra é um revelar-se e a ideia está impregnada de seu autor. Escrever é registrar-se pessoalmente, é documentar-se, pois enquanto as palavras faladas desaparecem no vazio, as escritas eternizam-se. Enquanto os pensamentos fluem desordenadamente, são esquecidos e modificados a todo instante, a palavra escrita

é perene e fotografa um pensamento, transcende seu momento de criação, sua época e seu autor.

Escrever literatura é deliberadamente trazer à tona o próprio eu e a criação literária representa transformar o território sagrado da intimidade em público e publicável, expôr-se e desdobrar-se no tempo e no espaço, desprover-se de disfarces e deixar-se perder alhures, correndo o risco de submeter a própria intimidade a leituras por vezes descuidadas, a críticas ou admiração ou, em último caso, ao esquecimento.

Creio que não necessariamente o escritor preocupa-se em se fazer compreender por seu leitor, mas o que realmente busca é compreender a si mesmo de maneira a dar algum sentido ou ordem ao que está solto, espalhado e não simbolizado. A literatura pode exercer a função de elaborar as questões mais profundas do escritor que escreve para comunicar o que até então era incomunicável para si próprio, como o regurgitar de uma sensação angustiante ou excessivamente incômoda que precisa urgentemente ser expurgada.

Escrever acontece, antes de tudo, por força da vocação, no sentido de *vocare*, de chamamento; nasce de um impulso irrefreável, objeto de desejo penetrando na linguagem e reproduzindo-se através do tempo.

Eu disse uma vez que escrever é uma maldição. Não me lembro por que exatamente eu o disse e com sinceridade. Hoje repito: é uma maldição, mas uma maldição que salva.

(LISPECTOR, 1999b, p.134)

Em se tratando da arte literária, é perfeitamente possível escrever sobre a solidão e seus meandros. O que não é possível, no entanto, é escrever e criar sem a capacidade de ficar só, essa solidão saudável, base primordial deste trabalho.

Para abordar o tema da criação literária e da capacidade de ficar só, este capítulo traz Cartas a um jovem poeta do escritor Rainier Maria Rilke, e um conto de Clarice Lispector, A legião estrangeira.

### **5.1. Cartas a um jovem poeta, de Rainier Maria Rilke**

Paris, fevereiro de 1903.

Rainer Maria Rilke (1875-1926), considerado um dos maiores poetas de língua alemã do século XX, recebe uma carta de um jovem chamado Franz Kappus, pedindo conselhos ao já famoso escritor, pois aspira tornar-se poeta. Tal solicitação dá início a uma troca de correspondências na qual Rilke responde aos questionamentos do rapaz.

Cartas a um jovem poeta é uma coletânea de dez cartas escritas por Rilke entre 1903 e 1908 e sua primeira publicação, em 1929, é posterior à sua morte. É uma obra que traz revelações profundas sobre a arte da escrita poética, uma demonstração de amor na qual o escritor apresenta de modo generoso o segredo do ofício da criação literária. Nas cartas estão contidas apreciações sobre o mundo literário e descrições dos mistérios e da contemplação do amor, da ternura, da coragem, da necessidade de escrever, da beleza, dos mistérios da arte da escrita e da solidão.

O prefácio, cujo título é “Ética da solidão”, escrito pelo jornalista e poeta Nei Duclós, esclarece ao leitor, de maneira delicada, o teor da obra e inicia com as seguintes palavras:

A criação literária, para Rilke, é uma experiência assustadora: algo terrível permanece sempre oculto e o escritor precisa saber que há um núcleo impermeável às palavras. Transformado, pela vocação, em aprendiz de feiticeiro, o autor submete-se à escassez da

revelação - como o relâmpago cruzando o céu de um anjo. Esse pequeno vislumbre - o Belo, a arte verdadeira - só pode ser percebido na coragem da solidão.

(DUCLÓS apud RILKE, 2006, p. 9)

Esta colocação por si só é digna de apreço, pois nela são condensadas muitas ideias importantes. A começar pela concepção de que a criação literária é uma experiência assustadora, pois algo terrível permanece sempre oculto. É possível pensar no inconsciente e seus instintos, o “algo terrível” como representante do conteúdo não presente no campo efetivo da consciência, que acaba sendo revelado no processo do exercício literário propriamente dito ou em todo processo criativo.

Escrever pode ser o mesmo que abrir a Caixa de Pandora, aquela que provoca imensa curiosidade, mas que ao mesmo tempo é melhor não ser revelada, sob pena de vir a mostrar algo terrível que possa fugir de controle. É preciso recordar que a palavra escrita é perene em oposição à fala; portanto a releitura de algo em um momento adiante de sua criação, pode trazer um teor revelador e surpreendente, passível de inúmeras interpretações e que permanecia até então oculto.

O “núcleo impermeável às palavras” faz lembrar a existência da solidão essencial do ser humano. Ainda que o escritor ou poeta faça um legítimo esforço ao voltar-se para si mesmo e à sua intimidade na busca da mais pura criação, haverá uma ausência de contato, própria do humano, uma parte nossa que é destinada a permanecer para sempre incomunicável, aquilo que se pode chamar de “foro íntimo”, do qual emana toda a criatividade do indivíduo.

É preciso lembrar que Winnicott acredita que, desde o nascimento, cada ser humano tem algo próprio, singular, inalienavelmente seu, e não há a possibilidade de nenhum gesto criativo que não parta desse estado de solidão, desse núcleo isolado do *self*, dessa área no si mesmo que é ausência de comunicação.

Antes de o bebê constituir um self unificado, ele já se define por um estilo próprio de estar no mundo e, recordando suas palavras, “mesmo no contato mais íntimo possível, haverá uma ausência de contato, de modo que cada indivíduo manterá, essencialmente, um isolamento absoluto, permanentemente e para sempre” (Winnicott, 1988, p. 178).

A “escassez da revelação” assim como o umbigo dos sonhos de Freud, aquele ponto obscuro cujo núcleo é não interpretável e impermeável, como um relâmpago cruzando o céu de um anjo, pode ser exatamente onde mora o Belo. E “esse pequeno vislumbre - o Belo, a arte verdadeira- só pode ser percebido na coragem da solidão” e as palavras comunicam por si próprias.

Ao longo das correspondências, o escritor dá especial importância à busca da formação humana, base de toda a criação artística e faz uma ode à solidão, reverencia este território sagrado, onde se busca o humano desprovido de disfarces, em um roteiro em direção à própria essência – “é precisamente nas coisas mais profundas e importantes que estamos indizivelmente sós” (Rilke, 2001, p. 37).

Deixe a seus julgamentos sua própria e silenciosa evolução sem a perturbar; como qualquer progresso, ela deve vir do âmago do seu ser e não pode ser reprimida ou acelerada por coisa alguma. Tudo está em levar a termo e, depois, dar à luz. Deixar amadurecer inteiramente, no âmago de si, nas trevas do indizível e do inconsciente, do inacessível a seu próprio intelecto, cada impressão e cada germe de sentimento, e aguardar com profunda humildade e paciência a hora do parto de uma nova claridade: só isso é viver artisticamente na compreensão e na criação.

(RILKE, 2001, p. 37)

Ao ler Cartas a um jovem poeta, foi possível fazer um paralelo entre o ambiente suficientemente bom para o desenvolvimento de um bebê e o acolhimento proporcionado por Rilke para que o jovem Kappus despertasse para sua vocação.



Rilke passeia pelos caminhos do mundo interior e, curiosamente, pouco fala sobre a literatura em si ou traz uma “receita literária” formal com soluções prontas e sim o estimula de modo generoso a fazer uma viagem em seu próprio interior, provocando um processo de busca de si mesmo.

Em momento algum, ele foi intrusivo de forma a dar-lhe direções ou instruções. Ao contrário, pacientemente pede ao jovem que observe a si próprio, no seu tempo e em sua solidão.

Penso na mãe que acolhe seu bebê pacientemente pelo tempo que for necessário, não lhe impondo nada e sim aguardando calmamente, num embalo doce e suave. Penso na figura do analista que aguarda os *insights* de seus analisandos.

Entre uma carta e outra, houve intervalos de meses, como um tempo de digestão semelhante ao intervalo entre uma sessão e outra de análise. São nestes intervalos que o jovem Franz elabora as palavras de Rilke e arrisca seus primeiros versos e poesias, trilhando aos poucos seu caminho na literatura, tendo assim condições de se tornar um escritor a partir de si mesmo, de sua própria experiência e do ambiente acolhedor e de confiança que foi se formando. Franz experimenta sua capacidade de ficar só na presença silenciosa de seu mentor.

Rilke provavelmente pôde oferecer um terreno fértil para o processo de criação de Franz porque ele mesmo já havia passado por essa viagem em busca de si; caso contrário, não teria se tornado um escritor do seu porte. Experiente como era, ele devia intuir que o tempo de espera e reserva eram muito importantes, assim como uma mãe suficientemente boa que pode deixar seu filho brincar tranquilamente sob sua cuidadosa proteção, porém sem fazer interferências.

Relembrando Winnicott, ao se referir aos primeiros momentos de vida de um bebê, é somente após a primeira mamada teórica, representada pela soma das experiências iniciais de muitas mamadas, que o bebê passa a ter material com o que sonhar. Somente aos poucos o bebê se torna capaz de alucinar o mamilo na hora

que a mãe está pronta para oferecê-lo e as memórias são construídas a partir de inúmeras impressões sensoriais, associadas à atividade de amamentação e ao encontro do objeto.

Com o passar do tempo, à medida que o bebê vai adquirindo confiança de que o objeto do desejo pode ser encontrado, ele gradualmente passa a tolerar a ausência do objeto, passando a ter a concepção da realidade externa. Através da magia do desejo, é possível dizer que o bebê tem a ilusão de possuir uma força criativa mágica e a onipotência existe como um fato, pela sensível adaptação da mãe. O reconhecimento gradual que o bebê faz da ausência de um controle mágico sobre a realidade externa tem como base a onipotência inicial transformada em fato pela técnica adaptativa da mãe.

É a experiência instintual e as repetidas e tranquilas experiências de cuidado corporal através do *holding* que se possibilita ao bebê a chamada “personalização satisfatória”. É por meio da provisão ambiental que se faz possível a experiência de integração e, somente através desse processo, é que se pode observar a formação de um indivíduo saudável, que se sente integrado, vivendo dentro do seu corpo e sendo capaz de sentir que o mundo é real. A partir de então, se dá a experiência de possuir um contorno, um corpo que tem uma circunscrição própria e limites.

A mãe é quem proporcionará ao bebê a primeira experiência feita com um objeto externo ao seu *self*; e as necessidades que são inicialmente corporais, gradualmente passam a ser necessidades do ego. Haverá uma relação entre o ego da mãe e do bebê, a partir da qual este reconhecerá uma pessoa na figura da mãe. Esse reconhecimento será uma experiência positiva.

Pensando na experiência da dupla Rilke-Kappus, criou-se um ritmo ao longo do tempo em que Kappus foi paulatinamente se transformando em um verdadeiro escritor, apoiado pelo olhar generoso de seu mestre que ofereceu um tipo de boa “maternagem”, propiciando uma atmosfera acolhedora para que Franz pudesse trazer à tona o que havia de melhor em si mesmo, tornando-se capaz de ficar “só” em presença. Assim como uma mãe suficientemente boa que possibilita ao seu filho

começar a existir, a ter boas experiências, a ousar e experimentar, para construir seu próprio ego e enfrentar as dificuldades reais da vida.

Caso esse processo não seja bem sucedido, ou melhor, se o ambiente em que o bebê está sendo acolhido estiver em excesso ou em falta frente às suas necessidades, ultrapassando um nível de suportabilidade, o bebê ficará à mercê do desejo do outro, de uma forma imposta, agressiva, criando o falso *self* numa maneira de se proteger das intrusões ambientais que lhe são impostas.

Se voltarmos novamente para a metáfora desta dupla, poderíamos pensar que se o mestre Rilke se pusesse a dirigir a escrita ou o estilo de Kappus de maneira invasiva, dizendo-lhe como e por onde deveriam ser os caminhos da escrita, não seria possível a ele transformar-se em um verdadeiro escritor. Neste caso, provavelmente Kappus seria uma cópia do mestre, uma mimetização de um modelo, não seria autêntico, trabalharia a partir de um falso *self*, não podendo exercer a literatura livremente, impossibilitado de aflorar sua própria capacidade de criação artística.

Naffah afirma em Winnicott: uma psicanálise da experiência humana em seu devir próprio:

a criatividade do bebê deve ser exercida desde o absoluto início para se desenvolver e continuar ao longo do tempo a conquistar a zona de espaço potencial. Ou seja, se a vida do bebê não encontra este espaço, ou se ele de alguma forma é bruscamente interrompido, essa qualidade de próprio e singular que define o bebê, que iria mais adiante formar um *self* unificado e criador, define e se esconde; e para protegê-la, produz um falso *self*.

(NAFFAH NETO, 2005, p. 450)

Se Winnicott nos fala que a análise se dá na intersecção de duas áreas do brincar, a do analista e do analisando, é possível apontar uma outra metáfora, a da solidão compartilhada. Rilke e Kappus estavam juntos, porém cada um mantinha delicadamente seu espaço preservado, mergulhados em sua própria solidão e silêncio, em uma relação em que o respeito à alteridade foi permanentemente preservado.

Na verdade, a capacidade para estar só na presença de alguém retoma o enigma do relacionamento entre as pessoas e a história de como cada um constrói o seu caminho de acesso até o outro, seu “próximo” (seu “nebenmensch”), tão familiar e tão estrangeiro...

Quanta proximidade e quanta distância é preciso haver entre eu e outro para que exista amor e intimidade, reconhecimento e autorização entre as partes, ainda que esteja sempre rondando o risco de ficar excessivamente dependente e dominado pelo outro? Ou ainda, como construir um mundo interno que torne possível reconhecer os outros sem se sentir por eles ameaçado, desautorizado, submetido, violentado, invadido ou ignorado?

(CINTRA, 2007, p. 42)

Creio ser este o enigma existente vida afora nas relações humanas. A delicada e tênue linha entre intimidade e distância, amizade e respeito, amor e dependência, a proximidade que não ultrapassa limites, a distância que não impede o acesso entre duas pessoas, o respeito ao diferente, ao outro, ao mesmo tempo tão familiar e estrangeiro.

Rilke e Kappus construíram uma história de comunhão silenciosa na qual a delicada linha de reconhecimento e autorização, proximidade e distância, se manteve presente e o amor e respeito prevaleceram.

Por fim, a arte da criação literária, este exercício de introspecção que faz uma ponte entre a intimidade do autor e o mundo exterior, remete aos instantes iniciais da vida de um ser humano em que sozinhos, na presença da mãe, tornamo-

nos capazes de sonhar e criar, confiantes.

## **5.2. A legião estrangeira, de Clarice Lispector**

A legião estrangeira, de Clarice Lispector, é um conto narrado em primeira pessoa a partir do olhar e perspectiva de uma escritora, vizinha de andar de uma menina de oito anos de nome Ofélia. Trata-se de uma relação de amor de natureza perturbadora e ao mesmo tempo delicada, que proporciona o desabrochar e renascimento da menina que vivia na pele de um pequeno adulto, impossibilitada de ser ela mesma.

Narrada a partir do olhar franco e espontâneo da escritora ao revelar todas as sensações e impressões provocadas por Ofélia e sua família, a trama, desde o início, é curiosa e traz uma leveza em sua essência:

“sentimentos são água de um instante. Em breve - como a mesma água já é outra quando o sol a deixa muito leve, e já é outra quando se enerva tentando morder uma pedra, e outra ainda no pé que mergulha – em breve já não tínhamos no rosto apenas aura e iluminação...Daí a pouco a mesma água era outra, e olhávamos contrafeitos, enredados na falta de habilidade de sermos bons. E, a água já outra, pouco a pouco tínhamos no rosto a responsabilidade de uma aspiração, o coração pesado de um amor que já não era mais livre...”

(LISPECTOR, 1999a, p. 86)

É esse o tom de A legião estrangeira, como a delicadeza da água que se esparrama, evapora, se amolda e se transforma, assim como os sentimentos. É assim o tom da escritora, que confessa ao leitor seu “delicado abismo da desordem”,

revelando a todo instante, e com verdadeira espontaneidade, seus predicados e imperfeições, sua vergonha e impaciência, sua timidez, sensibilidade e falibilidade, seu amor e temor, suas emoções e desejos. Contrariando Ofélia, que vivia trancafiada num mundo pretensiosamente perfeito, que em nenhum aspecto trazia algo de autêntico e verdadeiro.

Quando a escritora se depara com um pintinho na véspera do Natal, lembra-se de Ofélia e sua família que havia conhecido há tempos atrás e que, por sua vez, havia desaparecido sem deixar rastros, apenas uma imagem esverdeada pela distância. Em suas lembranças, ao fitar o pinto, os seguintes pensamentos vêm-lhe à mente:

Mas se me viesse de noite uma mulher. Se ela segurasse no colo o filho. E dissesse: cure meu filho. Eu diria: como é que se faz? Ela responderia: cure meu filho. Eu diria: também não sei. Ela responderia: cure meu filho. Então – então porque não sei fazer nada e porque não me lembro de nada e porque é de noite, porque estou sozinha na noite de outra pessoa, porque este silêncio é muito grande para mim, porque tenho duas mãos para sacrificar a melhor delas e porque não tenho escolha. Então estendi a mão e peguei o pinto. Foi nesse instante que revi Ofélia. E nesse instante lembrei-me de que fora a testemunha de uma menina...

( LISPECTOR, 1999a, p. 88)

Vidas paralelas que inicialmente se entrecruzavam apenas no espaço limitado do elevador ou *hall* do prédio onde moravam, sem aparentemente nenhuma perspectiva de vínculo futuro. Enquanto a escritora vivia com seu marido e filhos, Ofélia morava com seus pais, personagens que compunham uma família um tanto misteriosa com uma mãe sempre reservada, com medo de ter a intimidade invadida, e o pai agressivo.

Menina inteligente que se sentava “com jeito” e tinha opinião formada sobre

tudo. O que chamava mais a atenção é que Ofélia parecia uma adulta, uma menina-adulta, ou uma adulta-menina. Na verdade, em nada se parecia com uma menina de sua idade. Chegava a ser impertinente, dava conselhos para a educação de seus filhos, com direito a instruções e advertências: “Meninos quando se dá a mão querem subir na cabeça” ou “Banana não se mistura com leite. Mata.” Para tudo tinha resposta e a última palavra era sempre dela.

Ofélia, uma menina tão pequena, parece ter ficado presa às amarras, às impossibilidades de tornar-se ela própria, em um embotamento sufocante, enclausurante, fechada no seu próprio casulo, sem ter a possibilidade de sentir aflorar dentro de si seus desejos e emoções.

A escritora recorda de sua família rígida, à moda antiga, com ares de arrogância e frieza, e um modo de viver bastante desconfiado, e descreve Ofélia como uma menina morena e belíssima, com longos cachos duros e falante, que por conta própria passa a frequentar sua casa diariamente. “Mas essa, a boca, falava. Deu para aparecer em casa. Tocava a campainha, eu abria a portinhola, não via nada, ouvia uma voz decidida: - Sou eu, Ofélia Maria dos Santos Aguiar” (Lispector, 1999a, p. 91).

Desanimada, a escritora lhe abria a porta, chegando a confessar que muitas vezes queria livrar-se da garota com seus oito anos “altivos e bem vividos” que lhe davam o direito à intromissão e ao olhar de advertência. Suas frases invariavelmente começavam por “na minha opinião” e emendavam num “portanto” com uma concatenação infalivelmente perturbadora.

Apesar de sua família tentar impedir, em vão, a ida de Ofélia à sua casa, o que provocava à escritora um certo alívio, ela sempre voltava. “Mas voltava, sim. Eu era atraente demais para aquela criança. Tinha defeitos demais para seus conselhos, era terreno para o desenvolvimento de sua severidade, já me tornara o domínio daquela minha escrava: ela voltava, sim, levantava os babados, sentava-se” (Lispector, 1999a, p. 93).

Ofélia parecia querer permanecer sempre junto dela, como se reconhecesse a suavidade e espontaneidade daquele ambiente um tanto mais acolhedor que sua própria casa. Em suas visitas diárias, ela parecia querer experimentar um pouco daquele espaço mais livre e solto, provavelmente muito diferente daquilo a que estava acostumada.

Em seus relatos, a escritora conta que ficava muitas vezes calada junto à sua máquina de escrever, sem se manifestar, deixando a menina muito à vontade.

Certa vez, por ocasião da Páscoa, a feira estava repleta de pintos e a escritora trouxe um para seus filhos pequenos brincarem. O pinto se transformou na alegria de todos, especialmente das crianças que depois de brincarem, deixaram o pinto na cozinha. Surpreendentemente, ao visitá-la naquele dia, Ofélia, ao contrário das outras crianças, assustou-se com a presença do pinto.

“Que é isso, disse.”

“Isso o quê?”

“Isso! disse inflexível.”

“Isso?”

“É o pinto.”

“Pinto? Disse desconfiadíssima.”

“Comprei um pinto, respondi resignada.”

“Pinto! Repetiu como se eu a tivesse insultado.”

“Pinto.”

A escritora percebeu que Ofélia ficou cheia de dúvidas e espanto, com perguntas estampadas em um movimento em que abandonava “a menina inteligente” para transformar-se em criança. Nos seus olhos, “o pinto faiscara e submergira sem antes nunca ter existido”, “vacilando como um ouro” e no escuro de seus olhos, sua tendência à rapina, à cobiça e à inveja pestanejavam.



Somente depois que o tremor da cobiça passou é que Ofélia ficou exposta sem qualquer cobertura ou proteção ao melhor do mundo: um pinto.

E a partir daí, criou-se uma situação reveladora de consciência:

Sem me verem, seus olhos quentes me fitavam numa abstração intensa que se punha em íntimo contato com minha intimidade. Alguma coisa acontecia que eu não conseguia entender a olho nu. E de novo o desejo voltou. Dessa vez os olhos se angustiaram como se nada pudessem fazer com o resto do corpo que se desprendia independente. E mais se alargavam, espantados com o esforço físico da decomposição que dentro dela se fazia. A boca delicada ficou um pouco infantil, de um roxo pisado. Olhou para o teto – as olheiras davam-lhe um ar de martírio supremo. Sem me mexer, eu a olhava. Eu sabia de grande incidência de mortalidade infantil. Nela a grande pergunta me envolvia: vale a pena? Não sei, disse-lhe minha quietude cada vez maior, mas é assim. Ali, diante de meu silêncio, ela estava se dando ao processo, e se me perguntava a grande pergunta, tinha que ficar sem resposta. Tinha que se dar – por nada. Teria que ser. E por nada. Ela se agarrava em si, não querendo. Mas eu esperava. Eu sabia que nós somos aquilo que tem que acontecer. Eu só podia servir-lhe a ela de silêncio. E, deslumbrada de desentendimento, ouvia bater dentro de mim um coração que não era o meu. Diante de meus olhos fascinados, ali diante de mim, como um ectoplasma, ela estava se transformando em criança.

Não sem dor. Em silêncio eu via a dor de sua alegria difícil. A lenta cólica de um caracol. Ela passou devagar a língua pelos lábios finos. (Me ajuda, disse seu corpo na bipartição penosa. Estou ajudando, respondeu minha imobilidade.) A agonia lenta. Ela estava engrossando toda, a deformar-se com lentidão. Por momentos os olhos tornaram-se puros cílios, numa avidez de ovo. E a boca de uma fome trêmula. Quase sorria então, como se estendida numa mesa de operação dissesse que não estava doendo tanto. Ela não me perdia de vista: havia marcas de pés que ela não via, por ali alguém já tinha andado, e ela adivinhava que eu tinha andado muito. Mais e mais se deformava, quase idêntica a si mesma. Arrisco?

Deixo eu sentir?, perguntava-se nela. Sim, respondeu-se por mim.

E o meu primeiro sim embriagou-me. Sim, repetiu meu silêncio para o dela, sim. Como na hora de meu filho nascer eu lhe dissera: sim. Eu tinha a ousadia de dizer sim a Ofélia, eu que sabia que também se morre em criança sem ninguém perceber. Sim, repeti embriagada, porque o perigo maior não existe: quando se vai, se vai junto, você mesma sempre estará; isso, isso você levará consigo para o que for ser.

A agonia de seu nascimento. Até então eu nunca vira a coragem. A coragem de ser o outro que se é, a de nascer do próprio parto, e de largar no chão o corpo antigo. E sem lhe terem respondido se valia a pena. “Eu”, tentava dizer seu corpo molhado pelas águas. Suas núpcias consigo mesma.

( LISPECTOR, 1999, p. 95-96)

Essa experiência de nascimento da menina Ofélia, descrita de maneira tão bela por Clarice Lispector através de sua personagem, representa a libertação e coragem de ser quem se é e por isso se mostra tão reveladora. Ser quem se é tem um preço, pois requer o abandono de um corpo antigo, representa a morte concomitante ao nascimento e traz em si a natureza violenta do parto, com suas dores e penúrias para se chegar à experiência de libertação para poder viver o próprio “Eu”.

Essa “aventura” repleta de memórias e desejos, presente e passado, encarna a primeira vez em que Ofélia conseguiu ficar realmente só, sem sentir-se isolada ou fechada em si mesma, sentindo-se capaz de viver e experimentar sensações. Essa “alegria difícil” que veio de forma lenta como a cólica de um caracol só foi possível por meio do silêncio anuente da escritora, um silêncio imbuído da possibilidade de uma intimidade que a deixou à vontade para ocupar-se com suas próprias coisas e seu mundo de objetos internos.

Há momentos na vida, assim como este de Ofélia, em que as palavras são inúteis pois provocam mais barulho do que entendimentos, em que se vive uma

experiência de profunda incomunicabilidade, na qual se abandonam as grandes certezas e verdades e é preciso estar só para entrar em comunhão com o próprio mundo interior e exterior, em um estado de silêncio e pura harmonia.

Como o pintinho do conto de Clarice, “o pinto cheio de graça, coisa breve e amarela” nas mãos de um adulto em que se podia confiar, foi possível a Ofélia viver o desamparo, entrar em contato com o seu lado mais frágil, delicado e ingênuo, sem medo de quebrar ou viver as agonias impensáveis, pois Ofélia sentia por dentro que a escritora era amável e confiável porque era falível e humana. Humana porque falível e falível porque humana e, mais importante de tudo, sabia amar. “Mas era amar o nosso amor, querer que o pinto fosse feliz somente porque o amávamos. Eu sabia também que só mãe resolve o nascimento, e o nosso era amor de quem se compraz em amar: eu me revolia na graça de me ser dado amar, sinos, sinos repicavam porque sei adorar” (Lispector, 1999a, p. 88).

Foi através de um ambiente humano e acolhedor que se criou a possibilidade para Ofélia viver este momento e restaurar a capacidade para estar só e entrar em contato consigo mesma, sem cair na tentação de virar “uma só coisa” com outra pessoa e livre de sentimentalismos.

Junto da presença firme da escritora, Ofélia pôde deixar aflorar livremente todos os seus sentimentos mais primitivos e vivê-los genuinamente, sem o temor de ser repreendida, reprimida ou ameaçada por qualquer tipo de retaliação.

Ficamos nos defrontando, dessemelhantes, corpo separado de corpo...Eu estava seca e inerte na cadeira para que a menina se fizesse por dentro de outro ser, firme para que ela lutasse dentro de mim; cada vez mais forte à medida que Ofélia precisasse que eu resistisse ao sofrimento de seu ódio. Não posso viver isso por você – disse-lhe minha frieza.

(LISPECTOR, 1999a, p. 97)

A partir dessa experiência libertadora de consciência, a pequena menina colocou o pintinho no chão e, como uma criança, começou a correr atrás dele e a brincar livremente, podendo ser ela mesma, manifestando seu *self* verdadeiro, como na experiência de análise quando um sujeito se encontra amparado pela presença do outro, num ambiente propício para ser o que se é.

Com sensibilidade e intuição, suavidade e paciência, a escritora percebeu que era preciso estar por perto e, ao mesmo tempo, “ausentemente disponível” e esperar o tempo de Ofélia, quando ela se sentisse pronta para essa experiência de descoberta, ocupando o papel de uma mãe suficientemente boa, capaz de proporcionar uma zona de experiência satisfatória para deixar vir a espontaneidade e criatividade.

É preciso recordar que no início da vida do bebê, quando ele ainda se encontra imaturo, nos estágios mais precoces de desenvolvimento, ele pode alcançar a capacidade de ficar só, pois pode se apoiar no ego mais consistente da própria mãe. À medida que o tempo vai passando, o sujeito passa a introjetar o ego da mãe, tornando-se capaz ele próprio de ficar só sem sua presença real ou um símbolo que a represente. Pensando na pequena Ofélia, é possível imaginar que ela não pôde viver esta experiência enquanto bebê junto de sua mãe, mas teve a possibilidade de fazê-lo, um pouco mais tarde em sua vida, junto da escritora.

A confiança que se estabeleceu entre Ofélia e a escritora foi fundamental para criar um *playground* intermediário, um espaço potencial que possibilitou seu brincar de modo saudável, sentindo-se capaz de ficar só onde a presença da escritora, ainda que imprescindível, podia ser esquecida.

Ao brincar, a criança habita uma área livre de intrusões em um estado de alheamento e concentração, um estado não integrado que permite que a verdadeira criatividade possa emergir.

O mergulho no brincar, algo aparentemente tão corriqueiro, requer um grau razoável de autonomia e desenvolvimento do sentimento de si e do outro e somente se atinge após uma grande amplidão da vivência materna bem elaborada, desidealizada e tranquila.

É a interação entre a criatividade primária do bebê e o ambiente acolhedor que produz a experiência que possibilita o devir, o vir a ser, o tornar-se a si mesmo. É somente no brincar que o indivíduo pode ser criativo e desenvolver sua personalidade integral, descobrindo seu verdadeiro *self*, sentindo-se vivo, real, verdadeiro.

Aparentemente, sem ter tido antes a possibilidade de conhecer seu próprio mundo psíquico e sem espaço para se desenvolver, Ofélia havia sido condenada a imitar o outro, como um camaleão que imita a cor alheia. Em um ambiente de formas muito idealizadas, de perfeição e poder, Ofélia sentia-se muito ameaçada com seu mundo interno de objetos ideais.

Sem possibilidade de escolha, Ofélia havia se escorado em um falso *self*, uma menina encarnada em adulta com suas falas e trejeitos arrogantes, uma cópia de seus pais. Uma menina-adulta que não conhecia o que era brincar, nem seus desdobramentos...

Ofélia era estrangeira para si mesma até conhecer a escritora que lhe abriu uma porta tão importante em sua vida: a porta do seu próprio mundo e, pela primeira vez, Ofélia se viu “amando de amor”...

## CONCLUSÕES

*“Na praia do mar de mundos sem fim, crianças brincam.”*

(RABINDRANATH apud WINNICOTT, 1971, p. 133)

Quando Winnicott ouviu pela primeira vez, na sua adolescência, a citação do poeta indiano Rabindranath Tagore, não se sentiu capaz de compreendê-la. Por esta razão, como um mistério a ser desvendado, ela permaneceu em sua mente por um longo tempo.

Ao estudar a teoria freudiana, Winnicott lembra-se de ter arriscado a dar-lhe um primeiro significado: o mar e a praia representavam uma relação infindável entre um homem e uma mulher, e a criança surgida dessa união podia dispor de um breve momento antes de tornar-se adulta.

Anos mais tarde, uma nova interpretação surgiu: o mar passou a representar a mãe, e a praia passou a ser o lugar onde a criança nasce. Os bebês surgem do mar e são vomitados sobre a terra, assim como Jonas foi da baleia. Assim, a praia do mar simbolizava o corpo da mãe e, após a criança nascer, a dupla mãe e bebê começava a se conhecer mutuamente.

Winnicott ainda chegou a fazer uso de um conceito mais apurado do relacionamento entre pais e filhos, e supôs que poderia haver um ponto de vista infantil, diferente daquele da mãe ou do observador.

Como toda linguagem poética cuja possibilidade de interpretação é por natureza inesgotável, proponho fazer uma reflexão e lançar um olhar sob a ótica do tema “a capacidade para ficar só” para a cena idílica descrita pelo poeta: as crianças brincando na praia do mar de mundos sem fim.

É bastante comum observar crianças brincando tranquilamente na praia. Por esta razão, não é difícil imaginar um dia agradável, uma praia bonita, um mar tranquilo e crianças construindo seus castelos de areia. O que aparenta ser simples como esta cena, requer um tanto de cuidado e delicadeza, assim como a capacidade de ficar só que se refere a um fenômeno altamente sofisticado.

A capacidade de ficar só diz respeito à necessidade humana de abandonar momentaneamente o mundo objetivo e recolher-se em solidão, permanecendo em um estado de quietude no mundo subjetivo. Esta solidão só pode vir a ser alcançada na medida em que há a presença silenciosa de um outro. Este outro é a mãe-ambiente representada pelo oceano que oferece seu silêncio como presença.

“Na praia do mar de mundos sem fim...” é um convite à paz e à quietude; e transmite a ideia de uma volta ao silêncio originário, área de não comunicação que propicia a origem do gesto criativo.

A praia contornada pelo mar serve como pano de fundo para o espaço potencial, proporcionando o acolhimento necessário para as crianças brincarem relaxadamente. As crianças, com sua inocência, simbolizam o caráter único da criação, uma volta às origens onde o enigmático oceano revela o infinito e suas infinitas possibilidades.

O idílico cenário do “mar sem fim” remete à necessidade do bebê, nos estados tranquilos da primeira mamada teórica, de ficar no estado não integrado, no relaxamento próprio de quem se sente bem sustentado.

O recolhimento do bebê para o descanso não é defensivo e não significa um isolamento; ao contrário, é o lugar natural de quietude ao qual ele, por sentir-se seguro, entrega-se relaxado e não integrado. Esse estado de relaxamento permite sua entrega à “contemplação” e ao seu envolvimento delicado com os cheiros, ruídos e movimentos do ambiente.

Como um oceano soberano, a mãe suficientemente boa permanece lá, sustentando a situação no tempo, aguardando que seu bebê retome uma busca qualquer: quando ele desperta e faz um gesto de comunicação, lá está ela, oferecendo-lhe sua presença que confirma que o mundo continua intacto e vivo.

O oceano transmite a ideia do infinito e da situação no tempo - a mãe que dá sustentação. Estendendo-se para os cuidados em geral, incluindo a atmosfera de calma e regularidade do ambiente que a mãe é capaz de manter, o *holding* amplia-se para um “sustentar a situação no tempo”, que é uma disponibilidade tranquila que permanece e se estende demoradamente no tempo e não exige que nada aconteça; apenas aguarda os movimentos do bebê e o acompanha em suas inúmeras idas e vindas.

Esse segurar, que se refere ao manuseio do bebê e a todos os cuidados físicos relativos ao seu bem-estar, vai aos poucos se ampliando à medida que o bebê cresce e que o seu mundo vai se tornando mais complexo.

Em função desses cuidados, e da mãe manter a regularidade, a simplicidade e a previsibilidade do ambiente, o bebê vai sendo temporalizado e adquire um sentido subjetivo de futuro. É a repetição monótona e regular dessa experiência, como o movimento de vai e vem constante das ondas do mar, que vai criando no bebê a capacidade de confiar, ou seja, o acúmulo dessas experiências torna-se um padrão e forma a base para as expectativas do bebê e para a capacidade de “acreditar em...”.

A capacidade que a mãe tem de ir ao encontro das necessidades, em constante processo de mutação e amadurecimento deste bebê, permite que sua trajetória de vida seja relativamente contínua; permite-lhe, também, vivenciar situações de não-integração ou relaxadas, a partir da confiança que deposita na realidade do fato de o segurarem bem, juntamente com fases reiteradas da integração, que faz parte da tendência inata ao crescimento. O bebê passa, então, com muita facilidade, da integração ao conforto descontraído



da não-integração, e o acúmulo dessas experiências torna-se um padrão e forma a base para as expectativas do bebê. Ele passa a acreditar na confiabilidade dos processos internos que levam à integração em uma unidade.

(WINNICOTT, 1968, p. 86)

A possibilidade em “confiar em” é a matriz da capacidade da criança e do adulto sadio de retirar-se momentaneamente do mundo para descanso, assim como a base para a capacidade de ficar só a ser conquistada na presença de alguém.

Somente a partir desse estado, é possível ser capaz “de devanear, de estar num estado em que não há orientação, de existir por um momento sem ser nem alguém que reage às contingências externas, nem uma pessoa ativa com uma direção de interesse ou movimento” (Winnicott, 1958, p. 36). Essa é a condição para que um impulso qualquer possa ser sentido como real e tornar-se, verdadeiramente, uma experiência pessoal.

Uma das características do brincar e das atividades pertinentes ao espaço potencial é o estado de alheamento – que só pode ocorrer se houver a incorporação do sentimento de segurança, de que existe alguém cuidando da permanência das coisas lá fora -, que é matriz da concentração na criança maior e no adulto.

As crianças que brincam na praia do mar sem fim estão naturalmente sob supervisão de seus pais ou adultos responsáveis que se encontram fora de cena, mantendo-se em reserva, mas “estarão lá, se assim for preciso”, portanto elas encontram-se simbolicamente protegidas das pragmaticidades objetivas e encontram-se no espaço potencial da arte e da cultura.

Após ter vivido tempo suficiente num mundo subjetivo, elas irão habitar no espaço potencial, cuja área será preenchida inicialmente pelos fenômenos transicionais e, aos poucos, sucessivamente, pelo brincar, pelas atividades culturais e artísticas.

A areia da praia traz em sua maleabilidade o terreno fértil e sem forma (*formlessness*) que convida a brincar, um espaço onde a criatividade será exercida em toda a sua potencialidade. As pás e baldinhos coloridos comumente utilizados pelas crianças representam os bons objetos e seus recursos; e os castelos de areia são o resultado da criatividade e a maneira como cada criança se apresentará ao mundo, com seu verdadeiro *self*.

As boas experiências nos momentos primordiais da vida fazem com que o sujeito sinta-se apto a viver a vida com confiança no presente e no futuro, pois terá seus bons objetos internos bem estabelecidos dentro de si.

A delicadeza do cenário da poesia do indiano Rabindranath Tagore faz lembrar que se algo imprevisível ocorrer durante este processo, ou seja, se o ambiente não for favorável ou suficientemente bom, e se por ventura ocorrer uma onda gigantesca, um tsunami ou um temporal de grandes proporções, as consequências podem ser catastróficas e o processo de desenvolvimento pode ficar comprometido.

Portanto, é muito importante que as primeiras experiências de habitação sejam positivas, para que o indivíduo chegue ao mundo externo tendo consigo a matriz que lhe permitirá criar um nicho interior próprio onde ele se sinta em casa onde quer que esteja.

A relação satisfatória do indivíduo com seus bons objetos internos lhe possibilitará a autossuficiência para viver, de maneira a sentir-se tranquilo mesmo na ausência das pessoas amadas ou de estímulos externos. As boas experiências nos momentos primordiais da vida, juntamente com a ultrapassagem bem sucedida das questões edípicas, fazem com que o sujeito sinta-se apto a viver a vida de modo confiante.

Uma vez tendo bebido do leite de um seio bom, o indivíduo poderá introjetar os bons objetos internos e senti-los dentro de si. Com o passar do tempo, ele será

capaz de dispensar a presença da mãe real pois ela permanecerá viva dentro dele.

Quando sabemos que alguém está por perto, ausentemente disponível, alguém com quem podemos entrar em contato a qualquer momento, seja na realidade exterior, seja na realidade virtual de nosso mundo interior, e quando este último parece ser formado por seres bem vivos, vozes do passado e do presente que se encontram em relativa harmonia, formando um espaço de convivência que se parece mais a um cosmos do que a um caos – é justamente aí e então -, ou seja a partir deste mundo interno relativamente ordenado e vital, que adquirimos a capacidade para estar só, na presença de alguém.

(CINTRA, 2007, p. 42)

Com o auxílio do ambiente suficientemente bom, das repetidas gratificações satisfatórias e da conquista da capacidade de ficar só, o sujeito poderá construir a crença em um ambiente benigno e acolhedor para viver criativamente e exercer sua potencialidade.

O viver criativo somente é possível quando a ilusão de onipotência marca os primeiros dias de vida do bebê, juntamente com o *holding* e o ambiente propício para a conquista da capacidade de ficar só do indivíduo e a constituição de seu verdadeiro *self*.

O sentimento de ser faz com que o sujeito habite o seu próprio espaço interior, torna-o dono de seus próprios contornos, capaz de “fazer” e transitar livremente pelas mais diversas experiências culturais, além de se relacionar de forma saudável e produtiva com a alteridade, o diferente.

As positivas experiências do sujeito rumo ao amadurecimento e à independência - propiciadas pelo ambiente suficientemente bom – fornecem-lhe a capacidade de ficar só de modo tranquilo. É somente através da capacidade de ficar

só que o sujeito pode dar vazão aos seus impulsos criativos, podendo sentir-se real.

Ficar só na presença de alguém significa atrever-se num mundo sem grandes certezas ou verdades, sem sentir-se isolado ou fechado em si mesmo, mas ocupando-se de si numa intimidade prazerosa, reconhecendo os próprios limites, sendo capaz de sonhar e construir os próprios castelos.

Ser capaz de ficar só na presença de alguém representa o alcance de um grau razoável de maturidade.

Quando há saúde, é esse o lugar em que vivemos.

## REFERÊNCIAS

- ABRAM, J. *A Linguagem de Winnicott: dicionário das palavras e expressões*. Rio de Janeiro: Revinter, 2000.
- BEAUVOIR, S. *Balanço final*. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1982.
- CINTRA, E.M.U. Trate-me como um cachorro ou Assim que for possível. In: *Revista Cadernos de Psicanálise – Sociedade de Psicanálise da Cidade do Rio de Janeiro*, Rio de Janeiro, v. 23, n. 26, p. 35-51, 2007.
- DIAS, E. O. *A teoria do amadurecimento de D.W.Winnicott*. Rio de Janeiro: Imago, 2003.
- DINOUART, A. *A arte de calar*. São Paulo: Martins Fontes, 2001.
- FIGUEIREDO, L. C. M. & COELHO Junior, N. E. *Ética e técnica em psicanálise*. 2ª ed. São Paulo: Escuta, 2000.
- FREUD, S. (1912). A dinâmica da transferência. In: *Edição Standard Brasileira das Obras psicológicas completas de Sigmund Freud*. Rio de Janeiro: Imago, 1996.
- \_\_\_\_\_. (1913). Sobre o início do tratamento. In: *Edição Standard Brasileira das Obras psicológicas completas de Sigmund Freud*. Rio de Janeiro: Imago, 1996.
- \_\_\_\_\_. (1915). As pulsões e seus destinos. In: *Edição Standard Brasileira das Obras psicológicas completas de Sigmund Freud*. Rio de Janeiro: Imago, 1996.
- \_\_\_\_\_. (1920). Além do princípio do prazer. In: *Edição Standard Brasileira das Obras psicológicas completas de Sigmund Freud*. Rio de Janeiro: Imago, 1996.
- \_\_\_\_\_. (1930). O mal estar na civilização. In: *Edição Standard Brasileira das Obras psicológicas completas de Sigmund Freud*. Rio de Janeiro: Imago, 1996.
- GODOY, L. B. Uma veste para os nossos sonhos: o lugar da cultura no pensamento de Winnicott. In: FERREIRA, A. M. *Espaço potencial Winnicott: diversidade e interlocução*. São Paulo: Landy, 2007. pp.98-117.
- GREEN, A. O outro e a experiência do self. In: Khan, Masud. *Teoria, Técnica e Casos Clínicos em psicanálise*. Rio de Janeiro: Francisco Alves, 2ª. ed. 1984.
- HINSHELWOOD, R. D. *Dicionário do pensamento kleiniano*. Porto Alegre: Artes Médicas, 1992.
- KATZ, C. S. *O coração distante: ensaio sobre a solidão positiva*. Rio de Janeiro: Revan, 1996.

KAVÁFIS, K. (1911). *Poemas*. Rio de Janeiro: José Olympio, 2006.

KEHL, M.R. *O tempo e o cão: a atualidade das depressões*. São Paulo: Boitempo, 2009.

KHAN, Masud. *Psicanálise: teoria, técnica e casos clínicos em psicanálise*. Rio de Janeiro: Editora Francisco Alves, 2ª. Edição, 1984, p.1.

KLEIN, M. (1963) Sobre o sentimento de solidão In: *Inveja e gratidão e outros trabalhos*. Rio de Janeiro: Imago, 1991. pp 340-354.

KUNDERA, M. *A insustentável leveza do ser*. São Paulo: Companhia das Letras, 1999.

KUPERMANN, D. *Presença sensível: cuidado e criação na clínica psicanalítica*. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2009.

LAGACHE, D. *A transferência*. São Paulo: Martins Fontes, 1990.

LAPLANCHE, J; PONTALIS, J. B. *Vocabulário da psicanálise*. 4ª ed. São Paulo: Martins Fontes, 2001.

LISPECTOR, C. *A paixão segundo GH*. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1979.

\_\_\_\_\_. *Aprendendo a viver*. Rio de Janeiro: Rocco, 1998.

\_\_\_\_\_. *A legião estrangeira*. Rio de Janeiro: Rocco, 1999a.

\_\_\_\_\_. *A descoberta do mundo*. Rio de Janeiro: Rocco, 1999b.

LITTLE, M. I. *Ansiedades psicóticas e prevenção: registro pessoal de uma análise com Winnicott*. Rio de Janeiro: Imago, 1992.

MACHADO, A. *Antologia poética*. Editora Cotovia, 1999. (consulta feita por internet)

NAFFAH NETO, A. Dez mandamentos para uma psicanálise trágica. In: *Percurso Revista de Psicanálise*, São Paulo, v. 15, n. 28, 2002.

\_\_\_\_\_. O divã psicanalítico e o corpo materno – algumas considerações sobre o *holding* em processos de regressão psicanalítica. *Trieb*, São Paulo, v. II, n. I, p. 109 -126, março de 2003.

\_\_\_\_\_. Winnicott: uma psicanálise da experiência humana em seu devir próprio. *Natureza Humana*, São Paulo, v. 7, n. 2, p. 433-454, julho-dezembro de 2005.

\_\_\_\_\_. A problemática do falso *self* em pacientes de tipo *borderline* – Revisitando Winnicott. In: *Revista Brasileira de Psicanálise*, São Paulo, v. 41, n. 4: “Metáforas”, p. 77-88, 2007a.

NAFFAH NETO, A. A noção de experiência no pensamento de Winnicott, como conceito diferencial na história da psicanálise, *Natureza Humana*, São Paulo, v. 9, n. 2, p. 223-241, julho-dezembro de 2007b.

\_\_\_\_\_.A função do falso *self* na produção de uma diva: o caso Maria Callas, *Natureza Humana*, São Paulo, v. 9, n. 1, p. 09-28, janeiro-junho 2007c.

\_\_\_\_\_.O caso Margaret Little: Winnicott e as bordas da psicanálise, *Jornal de Psicanálise*, São Paulo, v.41, n. 75, p. 107-120, dezembro 2008.

NEWMAN, A. *As ideias de D.W.Winnicott: um guia*. Rio de Janeiro: Imago, 2003.

OGDEN, T. *Os sujeitos da psicanálise*. São Paulo, Casa do Psicólogo, 1996.

PERDIGÃO, A. B. *Sobre o silêncio*. São José dos Campos: Pulso, 2005.

PRADO, A. *Poesia Reunida*, Ed. Siciliano - São Paulo, 1991,

QUINODOZ, J. M. *A solidão domesticada: a angústia de separação em psicanálise*. Porto Alegre: Artes Médicas, 1993.

RILKE, R. M. *Cartas a um jovem poeta*. Rio de Janeiro: Globo, 2001.

ROUDINESCO, E. *Dicionário de psicanálise*. Rio de Janeiro: Zahar, 1998.

SAFRA, G. *Desvelando a memória do humano: o brincar, o narrar, o corpo, o sagrado, o silêncio*. São Paulo: Edições Sobornost, 2006.

\_\_\_\_\_. *Silêncio e "solitude"* Dialogando com Winnicott sobre a comunicação silenciosa e o sentido de si. Palestra proferida em 20 de Março de 2009. São Paulo: Edições Sobornost, 2009.

TANIS, B. *Circuitos da solidão: entre a clínica e a cultura*. São Paulo: Casa do Psicólogo / FAPESP, 2003.

WINNICOTT, D. W. (1939). Desilusão precoce. In: *Explorações psicanalíticas: D.W.Winnicott / Clare Winnicott, Ray Shepherd & Madeleine Davis*. Porto Alegre: Artes Médicas, 1994. p. 17-19.

\_\_\_\_\_. (1945). Desenvolvimento emocional primitivo. In: *Da pediatria à psicanálise: obras escolhidas*. Rio de Janeiro: Imago, 2000.p.218-232.

\_\_\_\_\_. (1950). A agressividade em relação ao desenvolvimento emocional. In: *Da pediatria à psicanálise: obras escolhidas*. Rio de Janeiro: Imago, 2000. p.288-304. São Paulo: Artes Médicas, 1983. p. 225-233.

\_\_\_\_\_. (1951). Objetos transicionais e fenômenos transicionais. In: *Da pediatria à psicanálise: obras escolhidas*. Rio de Janeiro: Imago, 2000. p.316-331.

WINNICOTT, D. W. (1952a). Carta a Money-Kyrle. In: *O gesto espontâneo*. 2<sup>a</sup>.ed. São Paulo: Martins Fontes, 2005. p. 53.

\_\_\_\_\_. (1952b). Psicose e cuidados maternos. In: *Da pediatria à psicanálise: obras escolhidas*. Rio de Janeiro: Imago, 2000. p. 305-315.

\_\_\_\_\_. (1954a). Retraimento e regressão. In: *Da pediatria à psicanálise: obras escolhidas*. Rio de Janeiro: Imago, 2000. p.347-354.

\_\_\_\_\_. (1954b). A posição depressiva no desenvolvimento emocional normal. In: *Da pediatria à psicanálise: obras escolhidas*. Rio de Janeiro: Imago, 2000. p. 355-373.

\_\_\_\_\_. (1954c). Aspectos Clínicos e Metapsicológicos da Regressão no Contexto Analítico. In: *Da pediatria à psicanálise: obras escolhidas*. Rio de Janeiro: Imago, 2000. p. 374-391.

\_\_\_\_\_. (1956). A preocupação materna primária. In: *Da pediatria à psicanálise: obras escolhidas*. Rio de Janeiro: Imago, 2000. p.399-405.

\_\_\_\_\_. (1958). A capacidade para estar só. In: *O ambiente e os processos de maturação*. São Paulo: Artes Médicas, 1983. p. 31-37.

\_\_\_\_\_. (1959a). Nada no centro. In: *Explorações psicanalíticas: D.W.Winnicott / Clare Winnicott, Ray Shepherd & Madeleine Davis*. Porto Alegre: Artes Médicas, 1994. p. 41-43.

\_\_\_\_\_. (1959b). O destino do objeto transicional. In: *Explorações psicanalíticas: D.W.Winnicott / Clare Winnicott, Ray Shepherd & Madeleine Davis*. Porto Alegre: Artes Médicas, 1994. p. 44-48.

\_\_\_\_\_. (1960). Teoria do relacionamento paterno-infantil. In: *O ambiente e os processos de maturação*. São Paulo: Artes Médicas, 1983. p. 38-54.

\_\_\_\_\_. (1962). A integração do ego no desenvolvimento da criança. In: *O ambiente e os processos de maturação*. São Paulo: Artes Médicas, 1983. p. 55-61.

\_\_\_\_\_. (1963a). Duas notas sobre o uso do silêncio. In: *Explorações psicanalíticas: D.W.Winnicott / Clare Winnicott, Ray Shepherd & Madeleine Davis*. Porto Alegre: Artes Médicas, 1994. p. 66-69.

\_\_\_\_\_. (1963b). O desenvolvimento da capacidade de se preocupar. In: *O ambiente e os processos de maturação*. São Paulo: Artes Médicas, 1983. p. 70-78.

\_\_\_\_\_. (1963c). Da dependência à independência no desenvolvimento do indivíduo. In: *O ambiente e os processos de maturação*. São Paulo: Artes Médicas, 1983. p. 79-87.



WINNICOTT, D. W. (1963d). Dependência no cuidado do lactente, no cuidado da criança e na situação psicanalítica. In: *O ambiente e os processos de maturação*.

\_\_\_\_\_. (1964). A importância do setting no encontro com a regressão na psicanálise. In: *Explorações psicanalíticas*: D.W.Winnicott / Clare Winnicott, Ray Shepherd & Madeleine Davis. Porto Alegre: Artes Médicas, 1994. p. 77-81.

\_\_\_\_\_. (1968). O brincar e a cultura. In: *Explorações psicanalíticas*: D.W.Winnicott / Clare Winnicott, Ray Shepherd & Madeleine Davis. Porto Alegre: Artes Médicas, 1994. p. 160-162.

\_\_\_\_\_. (1971). *O brincar e a realidade*. Rio de Janeiro: Imago, 1971.

\_\_\_\_\_. (1982). *A criança e o seu mundo*. 6<sup>a</sup>. ed. Rio de Janeiro: Livros Técnicos e Científicos, 1982.

\_\_\_\_\_. (1990). Parte IV Da Teoria do Instinto à Teoria do Ego. In: *Natureza humana*. Rio de Janeiro: Imago, 1990. p. 119-173.

\_\_\_\_\_. (1999). *Tudo começa em casa*. 3<sup>a</sup>.ed. São Paulo: Martins Fontes, 1999.

\_\_\_\_\_. (2001). *Holding e interpretação*. 2<sup>a</sup>.ed. São Paulo: Martins Fontes, 2001.

\_\_\_\_\_. (2005). *A família e o desenvolvimento individual*. São Paulo: Martins Fontes, 2005.