

# Ensaio sobre amor e solidão

Ana Cláudia Zuanella<sup>1</sup>

Resumo: A autora busca entender a solidão em relação ao amor de forma que não se associe solidão a algo negativo. Por meio de uma diferenciação entre amor e paixão, atrelado à diferença entre ideal do ego e ego ideal, o artigo tece um caminho que passa pelo narcisismo primário e o reconhecimento do outro para apresentar como a solidão pode ser benéfica para o amor. A autora se utiliza teoricamente da metapsicologia freudiana, e de alguns autores pós-freudianos como Rosenfeld e Green.

Palavras-chave: narcisismo, ego ideal, amor, solidão

Aparentemente amor não combina com solidão. Na medida em que acreditamos que o amor nos completa, uma vez sentido e retribuído, não seríamos mais solitários. Essa equação posiciona a solidão ao lado oposto do amor. A plenitude prazerosa do amor eliminaria o vazio doloroso da solidão, levando-nos a pensar que, se um é bom, o outro é ruim.

Esta me parece uma perspectiva muito linear e fechada. Ao amadurecermos, abandonamos a visão maniqueísta do mundo, e o dualismo bom e mau mostra-se bem menos demarcado.

1 Membro efetivo e didata da Sociedade Psicanalítica do Recife (SPRPE), mestre em Psicologia Clínica na área de pesquisa de Psicologia Fundamental e Psicanálise pela Universidade Católica de Pernambuco.

Minha proposta nessa reflexão é pensar numa inversão do sinal de negativo que qualifica a solidão para o de positivo e assim podermos montar a equação em relação ao amor de outra maneira. Um não subtrai o outro, mas soma-se a ele. A solidão e amor não são antagônicos. Onde há amor, também haverá solidão e esta não impede que haja amor, muito pelo contrário, ela o facilita. É o que pretendo discutir neste artigo, fazendo-me valer majoritariamente da metapsicologia freudiana, especialmente em relação ao conceito do narcisismo.

Desde nosso nascimento precisamos de outra pessoa para manter-nos vivos, não apenas física, mas também psiquicamente. É fundamental a existência do outro para sobrevivermos e nos constituirmos enquanto seres desejantes. Isso nos marcará para sempre: a presença necessária do outro.

A necessidade inicial puramente biológica abre as portas para outro tipo de premência, a do desejo. A urgência pela sobrevivência soma-se à insistência pela completude e realização. Na esfera do amor isso se mostra fortemente presente. Acabamos sendo levados a acreditar que numa relação amorosa, especialmente banhada no caldo de cultura do romantismo, existe a chance de termos o que nos completará “para sempre”, assim seremos novamente plenos e totalmente satisfeitos, como acreditávamos ser no início de nossas vidas.

Paradoxalmente nessa fase inicial, justamente quando o outro ocupa o lugar fundamental para nossa sobrevivência, nós sequer o reconhecemos. É uma época que acreditamos ser completos e sem faltas, tal qual o andrógino antes de ser partido ao meio pelos deuses invejosos. Ainda não entendemos que nossos anseios são sanados por um terceiro e que estamos longe de bastarmos a nós mesmos.

A realidade mostra o quanto estamos enganados, mesmo assim, não perdemos a esperança de retornar a esse estado inicial tão duramente abandonado e, como no mito, o buscamos, desde então, por meio do reencontro com uma parte que se encaixe em nossa metade faltante. Aí está um dos fatores para o interesse pelo outro, o desejo de que este elimine nossas brechas.

Pensamos que esse é o motor privilegiado naquilo que se converte nos encontros apaixonados, em que o encantamento pelo outro se traduz

em êxtase diante da visão de si num espelho que reflete um ser perfeito, posto que completo. Os apaixonados não só têm a convicção de que o outro pode sanar suas faltas, como também a de que eles próprios têm aquilo que falta ao outro, numa captura narcísica inconsciente que insiste em alimentar o quanto são especiais.

Usei a referência à paixão propositalmente, pois dela diferencio o amor e acredito que a solidão que aqui trato esteja relacionada muito proximamente ao segundo, o amor, e mais afastada do primeiro, a paixão.

Em *Elogio ao amor*, o filósofo francês Alain Badiou frisa que o amor é um encontro, mas também uma separação que pode ser percebida na simples diferença entre duas pessoas, com suas subjetividades infinitas, “todo amor propõe uma nova experiência de verdade sobre o que é ser dois, e não um” (2013, p. 27), escreve o filósofo. E como já diz a música, acrescentamos, “bom encontro (mesmo) é de dois” (Harper, 2009).

Para haver um encontro de dois, de um e outro, é preciso que ambos tenham se constituído em suas subjetividades, aceitando suas limitações. Já que no princípio de nossas vidas não temos ideia de sermos incompletos, tal estado não permite a experiência de limitações. Nessa mônada narcísica também não cabe o outro, é um espaço habitado apenas por um. Não se pode dizer que é um momento de solidão, uma vez que isso pressuporia ter havido a experiência da troca e esta não aconteceu de maneira perceptível. É um momento de autossuficiência. A solidão virá com a saída dessa fase.

Ao dar-se conta da necessidade do outro para existir e subsistir chega o impacto da solidão. Passa-se a perceber que há outros e que estes nem sempre estão por perto. Vem a angústia do desamparo. Estar só significa ficar a mercê das pulsões sem a possibilidade de um objeto para descarga. A solidão, nas fantasias mais persecutórias, pode levar a aniquilação.

Dependendo do insuficiente investimento narcísico primário, o sentimento de solidão pode ser um perseguidor implacável ao longo da vida. Pessoas que em termos de relações amorosas podem ou não reconhecer o outro e nunca terem uma relação genuína com terceiros, ou se ligarem fusalmente ao objeto, tais quais os apaixonados, a ponto de não reconhecerem a diferença entre eles, como uma forma de retorno ao narcisismo primário, pondo o objeto no lugar do Ego Ideal.

No entanto, a solidão, ao nos trazer face a face com nós mesmos, traz uma grande chance de nos conhecermos e nos reconhecemos, até mesmo, e especialmente, nas nossas faltas. Ela advém desse momento de desilusão narcísica e significa um maior amadurecimento em direção à solidificação do ego que já consegue começar a saber que precisa do outro sem sentir-se diminuído por isso.

Algo semelhante ao que Bernardo Tanis traz ao dizer que a solidão pode se manifestar “como fundamento de singularidade. Não como apologia do estar só, mas como capacidade de se voltar para o outro a partir dela” (2003, p. 192).

Acredito que esse é o ponto que pretendo chegar nesta reflexão. Faz-se necessário um percurso desde o narcisismo primário até as relações com objetos externos para a saudável constituição do sujeito, que passa fatalmente pelo sentimento de solidão. Saber-se só é saber-se incompleto. É saber que se precisa do outro.

Negar a necessidade do outro leva ao fechamento narcísico patológico. Aprisionados nesse movimento de retorno ao estado paradisíaco inicial, algumas pessoas podem apresentar problemas no que tange ao investimento verdadeiro no objeto. São pessoas com dificuldades narcísicas que, como pontua Hornstein (2009), parecem encurraladas por uma autonomia que se transforma em solidão devastadora e numa reação negativa frente à aproximação do outro o qual isola com pulsão mortífera.

Rosenfeld (1971) foi um importante autor que se dedicou a estudar o narcisismo no seu aspecto destrutivo. De acordo com ele, no narcisismo da maior parte das pessoas, os aspectos libidinais e destrutivos coexistem, mas a violência do impulso destrutivo varia. Nos estados narcísicos em que o aspecto agressivo predomina, a destrutividade ganha força assim que a idealização do *self* é ameaçada pelo contato com o objeto que é percebido como separado. O sujeito se sente humilhado e desafiado pela revelação de que é o objeto externo que, na verdade, contém as qualidades valiosas que ele tinha atribuído a si próprio. Nisso surge um impulso de destruição do objeto e de si mesmo.

Esse conceito se coaduna com o do narcisismo negativo de Green (1988), que envolve a preponderância da satisfação narcísica sobre a

satisfação objetual. Nesses casos, o sujeito julga a primeira, a narcísica, mais desejável do que a segunda, já que esta última implica uma satisfação submetida à dependência ao objeto e às variações aleatórias do mesmo.

Da recusa do outro enquanto indivíduo pode decorrer o movimento narcísico negativo, desobjetalizando as relações, ou seja, tirando do objeto as qualidades que o fariam atrativos para o investimento libidinal, desqualificando-o. Retrai-se para um narcisismo secundário que se torna patológico à medida que não há a volta para os investimentos objetais.

Esses dois tipos de dificuldade narcísica ilustram como é fundamental aceitar a falta para poder haver uma boa relação com o objeto e este ser percebido como tal, reconhecido em sua individualidade e em sua capacidade de trazer satisfação para o sujeito, em vez de significar uma ameaça à integridade do indivíduo.

Freud observa que o “desenvolvimento do ego consiste num afastamento do narcisismo primário” (1914/1974, p.117), explicando que esse afastamento é ocasionado pelo deslocamento da libido em direção a um ideal do ego imposto de fora, então, a satisfação é provocada pela realização desse ideal.

Entendemos que essa saída por meio do ideal do ego, em vez do ego ideal, acontece no amor, diferentemente da paixão. O amor envolve realizações que remetem à idealização, porém são intermediadas pela realidade, numa escolha de um ideal factível no que tange ao objeto amoroso, com idealizações sim, mas também com o reconhecimento das limitações do outro e de si, sem almejar a perfeição. Nesse sentido entendo a frase de Lacan “amar é dar o que não se tem”, ou seja, é dar o seu reconhecimento de ser faltante, para um outro, que também é sabido encontrar-se em igual estado de incompletude.

Ana Lila Lejarraga (2003) é uma autora que nos ajuda a compreender a dinâmica do amor. Segundo ela, no amor, sob o regime do ideal do ego, há um investimento privilegiado no objeto amado, o que significa que o objeto ocupa um lugar especial como fonte de prazer, no entanto, ele não é a única fonte de prazer do sujeito. O amor aponta para o conhecimento do outro, percebendo sua existência como sujeito autônomo, ele atenua a aspiração narcísica, aceitando sua impossibilidade radical e abrindo espaço

para outras formas de satisfação. O estado amoroso pressupõe a mediação e o recalque, a atenuação de um prazer absoluto e mortífero.

Podemos entender a partir dessa dinâmica que o amor demanda um desenvolvimento egoico e envolve a intermediação da realidade e pressupõe a saída do eu absoluto para um eu solitário, o qual parte em busca de objetos para se relacionar.

Amar é reconhecer a falta que a descoberta da solidão evoca, é mostrar-se incompleto e oferecer-se assim ao outro sem esperar deste a solução miraculosa para sua fenda narcísica. A solidão no sentido positivo significa não *necessitar* do outro na sua vida, mas ter escolhas, sendo uma delas, *querer* estar com o outro. Suportar a solidão é não precisar fugir dela a qualquer custo.

Em outras palavras, é preciso o sujeito reconhecer-se como solitário e castrado, para assim buscar na outra pessoa um ser em si e não um artifício para escamotear a dor da desilusão. Algo da ordem do que escreve Victor Manoel Andrade “uma substituição do ilusório sentimento de onipotência pelo real sentimento e potência, que respeita o direito dos objetos” (2014, p. 231).

A solidão pode ser um momento de verdade constitutiva ou de desamparo ansiogênico dependendo de como lidamos com nossa castração. Aí a presença do outro poderá vir como uma necessidade que revolta ou um prazer que tranquiliza. Saber ser só exige maturidade psíquica, amar também.

## Ensayos sobre amor y soledad

Resumen: La autora busca entender la soledad en relación al amor de forma que no se asocie soledad a algo negativo. Por medio de una diferenciación entre amor y pasión, vinculado a la diferencia entre ideal del ego y ego ideal, el artículo teje un camino que pasa por el narcisismo primario y el reconocimiento del otro para presentar cómo la soledad puede ser benéfica para el amor. La autora se utiliza teóricamente de la metapsicología freudiana, y de algunos autores post freudianos como Rosenfeld y Green.

Palabras clave: narcisismo, ego ideal, amor, soledad

## Essays on love and solitude

Abstract: The author seeks to understand loneliness related to love in a way that does not link it to a negative meaning. By a differentiation between love and passion, towards a difference between ego ideal and ideal ego, this article passes through primary narcissism and otherness to show how loneliness can be constructive to love. The author uses Freudian metapsychology and some post Freudian authors like Rosenfeld and Green.

Keywords: narcissism, ideal ego, love, solitude

## Referências

- Andrade, V. M. (2014). *O narcisismo e o mal-estar na civilização*. Rio de Janeiro: Imago.
- Badiou, A. e Truong, J. (2013). *Elogio ao amor*. São Paulo: Martins Fontes, 2013.
- Freud, S. (1974). Sobre o narcisismo: uma introdução. In S. Freud, *Edição standard brasileira das obras psicológicas completas de Sigmund Freud* (Vol. 14, pp. 85-122). Rio de Janeiro: Imago. (Trabalho original publicado em 1914)
- Green, A. (1988). *Narcisismo de vida, narcisismo de morte*. São Paulo: Escuta.
- Harper, B. (2009). *Good Luck/Boa sorte*. Multishow Ao Vivo: Vanessa da Mata.
- Hornstein (2009). *Narcisismo, autoestima, identidade, alteridade*. São Paulo: Via Lettera.
- Lejarraga, A.L. (2002). Freud e Winnicott: do apaixonamento à capacidade de amar. *Pusional Revista de Psicanálise*, 15(164/165), 42-49, São Paulo.
- Rosenfeld, H. (1971). A clinical approach to the psychoanalytical theory of the life and death instinct: an investigation into the aggressive aspects of narcissism. *International Journal of Psycho-Analysis*, 52(4), 169-178.
- Tanis, B. (2003). *Circuitos da solidão*. São Paulo: FAPESP, Casa do Psicólogo.

Ana Cláudia Zuanella  
anazuanella@uol.com.br

