Sozinho *com* & só[1]

Estanislau Alves da Silva Filho,[2] São Paulo
Jansy Berndt de Souza Mello,[3] Brasília
Emir Tomazelli,[4] São Paulo

Resumo: Haveria tipos distintos de solidão? Haveria comunicação entre as noções de solidão, desamparo e separação? Como um entristecimento depressivo poderia servir ao constructo de um mobiliário onírico menos desolado? Psicanaliticamente, objetiva-se uma retomada de elementos relativos ao sofrer solitário, tecendo alusivamente um campo sensorial e de sentidos no qual se aprofunda um sonhar temático desde pontos clínicos e bibliográficos, ensejando reflexos e nuançando quinas, buscando demonstrar algo de uma comunhão saudável e saudosa, necessária e desejável, para a construção de um entristecimento dignificante e viabilizante do viver.
Palavras-chave: solidão, sozinho, psicanálise, Melanie Klein, Wilfred Bion

Façamos uma reflexão bionianamente em espiral pelo tema, em detalhes e desenvolvimentos kleinianos, sumarizando elementos, associando-os abertamente e arrematando com mais aberturas ascendentes. Vale passar por um início teórico mais pró-poético, propondo ensejos e trazendo ingredientes relativos ao jogo [tergiversando sobre tipos de solidão, tipos de sensações solitárias distintas, fazendo-lhes alusões, buscando sensibilizar (há solidão que é mortal, mas há solidão que é necessária e saudável)], passando daí para uma "segunda visão" clínica que caminha em expansão e imersão no conceituar e minuciar, para,

1 N. E. Este artigo faz menção a trechos da canção *Águas de março*, composta por Antônio Carlos Jobim (Tom Jobim), lançada em 1972.

2 Psicanalista. Mestre e doutor em psicologia clínica pelo Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo (IP-USP) e membro do Laboratório Psicanálise, Sociedade e Política (PSOPOL).

3 Psicanalista. Foi membro efetivo e analista didata da Sociedade Brasileira de Psicanálise de São Paulo (SBPSP) e da Sociedade de Psicanálise de Brasília (SPBsb).

4 Psicanalista. Mestre e doutor pela Universidade de São Paulo (USP).

mais finalmente, um reflexo de cunho e de caso ilustrante encaminhar sentires e se traçar um epílogo com tristeza, por onde enfim andar.

É um pouco sozinho – resto de toco – fim do caminho [tipos de solidão por alusão]

É a lama, é a lama. Queira ou não queira. Solidão em presença, daquelas que se sente em meio aos demais; aí me vejo realmente só. E aí eu me afogo em um copo de cerveja: que nela esteja a minha solução! – chegando em casa todo dia embriagado, enfrentando o quarto e dormindo com a solidão. É sempre o mesmo, como sempre. Sete mil vezes. Tenho medo – você tem medo. E nós só morremos, vivemos e nascemos de novo. Ainda assim, atravessados e revirados de dentro para fora, intromisturados. Atenda o telefone, por favor!

Conta-nos a BBC (British Broadcasting Corporation)[5] em notícia que a solidão é a inimiga silenciosa da sua saúde, que estudos vinculam a solidão crônica e o isolamento social a maiores riscos de mortes prematuras e incidência de doenças, ainda que os cientistas desconheçam, segundo eles, os mecanismos causais por trás dessa correlação: doenças cardiovasculares (solidão está associada a um aumento de quase um terço do risco de problemas de coração e derrames cerebrais), imunidade baixa (há estudos que indicam que a solidão enfraquece o sistema imunológico, aumentando inflamações), pressão sanguínea elevada (pessoas solitárias têm maior probabilidade de ter pressão sanguínea alta) e morte prematura (numa investigação que analisou 70 estudos diferentes, com a participação de 3,4 milhões de pessoas, concluiu-se que, ao contrário do que poderia parecer, "adultos de meia-idade têm um risco maior de mortalidade quando sofrem de solidão crônica ou vivem sozinhos do que adultos idosos com as mesmas características"). Não se pode brincar.

Outrossim, freudo-lacanianamente, solidão vira logo jogo de presença da ausência – o Fort-Da, como dizia o psicanalista M. D. Magno

5 BBC. O inimigo silencioso da sua imunidade (reportagem republicada em janeiro de 2026). https://www.bbc.com/portuguese/articles/c93vkklw9ppo.

(2009, p. 9), mais bem sugerindo em "Carta a Berta" que se "parasse de demandar tanto de mais presença" – restando a Winnicott (1983) o desafio de pensar e dizer sobre o que chamou de "A capacidade para estar só (1958)", à diferença daquilo que Klein (1991) elucubrou em "Sobre o sentimento de solidão (1963)", pois o autor britânico a descreveria como uma conquista do amadurecimento (pode ser que uma pessoa se encontre em um confinamento solitário e ainda assim seja completamente incapaz de se sentir só), distinta tanto do "medo de ficar só" quanto do "desejo de ficar só", paradoxalmente só ocorrendo (a capacidade de estar só) justamente quando mais alguém está presente, seja no silêncio de uma sessão analítica, no depois do coito ou no jantar de família. Por sua vez, o sentimento de estar sozinho – e que igualmente é independente da situação objetiva de se estar privado de companhia externa –, kleinianamente mais bem se referirá a uma solidão interior, facilmente se dando mesmo que se esteja entre amigos ou recebendo amor, como resultante de uma ânsia onipresente por um estado interno perfeito e inalcançável, brotada de ansiedades paranoides e depressivas (ansiedades psicóticas presentes em todo indivíduo, mas excessivamente fortes "na doença" – o esquizofrênico, cindido e identificadamente projetado, sente que está irremediavelmente despedaçado e que nunca terá a posse de seu self, em sentimento de que é deixado a sós, sozinho, por assim dizer, com a sua desgraça). Sem se defender – negando a solidão – e nem deixando de usufruí-la, eis uma labuta analítica dessa leva, quer seja, dessa monta.

Poderia ser também, se parados, emocionadamente: "como estranhos tornados pó. Uma vez mais. Cada vez mais frio". "Sinto mal. Faltando ar, em aperto do peito. E da garganta". "Pelos olhares trocados, o silêncio partilhado, partidos um para cada lado". "Ambos se desfazendo. Sob o destino de um só". Devastação e desamparo de um jeito *só*. "Eu preciso de você!".

> O choro ao nascer é o primeiro grito de desamparo. Antes de ser uma experiência singular de abandono, o desamparo é um *estado*, o de um recém-nascido em sua incapacidade de ajudar a si próprio, de responder por seus

> próprios meios a suas necessidades mais primitivas, tanto no plano vital como no plano psíquico. Essa impotência tem como contrapartida expandir desmesuradamente as figuras parentais, dotando-as de onipotência. O sentimento religioso alimenta-se de diferentes fontes; o desamparo é uma delas, quando a vida, de decepções em desesperos, repete o estado de despojamento… O amor de Deus é menos arriscado que o amor dos homens (ou das mulheres). (André, 2015, pp. 47-48)

"Na situação analítica, o grito de desamparo ressoa quando toda separação é vivida como um abandono, uma remissão ao nada [só pedindo] uma coisa (impossível): voltar a encontrar o que nunca existiu [uma presença completa e sem falhas]" (André, 2015, p. 48) – todo o mais é solidão sem fim (mesmo quando desaparecimento). Solidão e solidez sintomáticas. Duras, como luas azuis que não escutam preces, vendo-nos sozinhos e sem sonhos de amores próprios.

Aproveite o silêncio – mesmo assim. Afinal, de outro modo – noutra corrente e para momento diverso –, "ensinar é a arte de aprender em silêncio e solitariamente" e "o começo do amor não passa de duas solidões protegendo-se uma da outra" (como já disse Rilke em seu Livro das Horas). Nós aprendemos um ao outro (não *do* outro – conjugado de esparsos disparatados). Sozinhos *com* o outro. *Sozinhos com*. E isto é bastante, é bom e fortifica a fé nos humanos como seres solidários. A troca que uma prosa em fluxo permite é semelhante a uma psico-diálise. Mente filtra mente. E, se algum grão de veracidade é alcançado após 1000 repassos, damos glória ao senhor, e o solo fica mais nutritivo e com mais desejo de pensamentos – *pensementes* – que vão avivar e arrancar os "lilases da terra morta" de Eliot.[6]

Entretanto e entrementes, haveria o que considerar, ademais da marginalidade dos liames sociais, uma vez que "o costume de

6 "Abril é o mais cruel dos meses, germina / Lilases da terra morta, mistura / Memória e desejo, aviva / Agônicas raízes com a chuva da primavera. / O inverno nos agasalhava, envolvendo / A terra em neve deslembrada, nutrindo / Com secos tubérculos o que ainda restava de vida." (Eliot, 2014, p. 107).

compartilhar camas desapareceu"[7] e, finalmente, "a quitinete se tornou o grande ponto de fuga da civilização" – sendo "o morador apenas o coroamento de um processo de refinamento antropológico de vários milênios" (Sloterdijk, 1999, p. 86) no sentido da construção de uma sociedade onde os indivíduos necessitassem cada vez menos da sociedade (aplausos!) –: entramos no "Século da Solidão", em um mundo sem laço. Quer dizer, "Século da solidão: restabelecer conexões em um mundo fragmentado" é o autoexplicativo título do livro de Noreena Hertz (2021), que se esforça para estudar tal fenômeno moderno (descrito igualmente como um estado interno e como um estado existencial pessoal, social, econômico e político), suas histórias, configurações e origens – além de se empenhar em tecer algumas sugestões resolutivas. Ela curiosamente inicia o tema lamuriosamente contando como, após mais de 5 mil noites de pés entrelaçados, passava, então, por ocasião da pandemia de covid-19, a dormir em quarto separado do marido, também acrescentando que não fora a pandemia nenhum início de desagregação e isolamento humano. Ela não resgatou isso em seu livro, mas, por exemplo: as conotações "modernas" de duas pessoas compartilhando a mesma cama em termos amorosos ou sensuais são mesmo moderníssimas, visto que até meados do século 19 era absolutamente normal dormir na mesma cama com amigos, colegas e até com completos estranhos. Fora assim provavelmente desde a invenção da cama, assumindo-se mesmo que um sono compartilhado, um "sono social", seja entre familiares, seja com quem estivesse em "negociação comercial" (reis poderiam dormir no mesmo leito após acordo; na noite de 9 de setembro de 1776, dois dos chamados "pais fundadores dos Estados Unidos" – Benjamin Franklin (1706-1790) e John Adams (1735-1826) – travaram um acalorado debate enquanto compartilhavam um quarto e a mesma cama em uma pousada em New Brunswick, Nova Jersey (EUA) ou em trânsito, sempre acontecera na história humana. Sinal de confiança e fraternidade? Dizia-se da inigualável intimidade das conversas noturnas no escuro, ou da sensação de aquecimento e segurança (isso era evidente

7 Conferir: Gorvett, Z. Como o costume de compartilhar camas desapareceu (14 janeiro 2024). BBC News Brasil. Recuperado de: https://www.bbc.com/portuguese/articles/cyr348y4y31o. Acessado em 10 jan 2026.

no caso de quem dispunha de muitas camas e cômodos, tamanhos artigos de luxo, e que mesmo assim mantinham o hábito compartilhado; já em condições menos abastadas, podia-se ficar forçado a dormir com roncos e mau cheiro, única "opção", vai ter que dormir junto). A "individualidade" e a "privacidade" bem defendidas em 1850 alçaram voo a partir de 1950, com impulsos tecnológicos e de mercado irreparáveis, estes, sim, mais bem ilustrados por Hertz (2021), e que culminaram no "sucesso" de empresas do tipo "Rent-a-friend" (alugue-um-amigo). Solidão reinou.

[A imagem poético-literária, que não aguardava diagnósticos socio-históricos científicos, dizia Nabokov (desde suas *Lectures on Don Quixote*), de um profundo sentimento de isolamento quixotesco e humano, poderia ser lida em Cervantes, num detalhe quase invisível: um pequeno buraco na meia de Dom Quixote, carregando em si, nessa trivialidade, uma condensação da solidão do cavaleiro, marca de sua condição frágil, pobre, exposta e abandonada. Nabokov considerava que essa pequena pontuação fazia emergir o que chamou de "a triste soledade", que no português ganharia contornos ecoantes de "triste solidão-soledade--saudade", irradiada de uma verdadeira e patética natureza humana, roupa gasta, cotidiana vulnerabilidade e silencioso decaimento.]

Segunda visão – aprofundando pelo vivo traduzir, interpretar e pontuar

Em um de seus comentários desconcertantes, Bion, durante um seminário clínico em 1978,[8] comentou sobre uma paciente que entrou assustada na sala de espera; ele perguntou se o psicanalista tinha portas separadas para pacientes que entram e saem e, ouvindo a afirmativa de que havia duas portas, observou então: "ela pode ficar assustada com a ideia de que quem entra naquela sala não sai lá de dentro" e passou adiante, não comentou mais sobre isso naquele momento. Pouco depois, ele mencionou uma ideia de Freud sobre os recém-nascidos e a

8 Uma versão transcrita parcial (sem alguns detalhes aqui descritos) pode ser conferida na coluna "Seminário Clínico com Bion" na Revista *Ide*, *26*, 1995 (pp. 8-14) ["Supervisão S12"].

estranheza com o mundo que os cerca. Ele diz que o que caracteriza a vida humana são dois afetos básicos: solidão e dependência. Como ele chegou a introduzir esse tema de solidão e dependência, não sei direito, mas estava ligado ainda a essa paciente assustada. Ele observou que, quando ela entrou na sala, ela não enxergava o psicanalista e se via totalmente sozinha *com* a janela, *com* a cadeira, *com* a mesa, *com* o livro na estante e as flores do vaso; e foi um dos momentos em que eu precisei interrompê-lo, porque ele dizia que ela estava totalmente sozinha *com* uma lista de coisas, e eu disse: mas ela não estaria sem tudo, em vez de com tantos objetos ao redor? Ele disse que era uma resposta difícil, ela ligada à questão da solidão e dependência, mas que a resposta eu só obteria mais tarde, chegaria em mim só algum dia. E, porque eu estranhei muito a forma enfática de como ele dizia, em inglês, "she's all alone *with*...", enfatizando *com*... quer dizer, uma companhia inanimada *com* a solidão. Cabe deixar esse ponto em suspenso, porque esses anos todos não consegui avançar muito no sentido que ele ia dar, mas o tema original das emoções básicas da criança serem a solidão e a dependência me interessou para o tema "Solidão" aqui escolhido: são tantas as nossas solidões de criança, de adulto, de presenças e ausências, porque tem até a solidão da saudade. No caso, Bion de certa forma aproximou dois contrastes entre as ideias de Freud e de Melanie Klein. Para Freud, desde o início o bebê teria o narcisismo primário, o amor por si próprio, e tudo se construiria desse ponto em diante. Para Melanie Klein era diferente: desde o início havia a relação objetal, a expectativa de um ser, a expectativa de um outro. E quando eu acho que Bion sintetizou os dois é porque, em Klein, não deixa de ser estar sozinho com objetos; não são seres que vão sendo construídos devagar, "seio bom e o seio mau", até poder o bebê entender a mãe inteira, o ambiente externo; ela vive possuída por coisas e não pessoas. Freud disse também basicamente isso: o bebê está no centro de tudo, sendo onipotente nas suas fantasias, controla os objetos e trata tudo, vivo ou inanimado, como um objeto.

Dando uma conferida no que lembrava ser a referência de Bion à solidão, notei que ele mesmo emprega originalmente o termo desamparo. De modo que, aqui e agora, valeria chegar a uma forma diferente

de abordar a dupla associada aos primeiros momentos da vida psíquica do bebê. É que nosso vocabulário para tratar de fenômenos psíquicos ainda carrega a marca da lógica aristotélica. E não é possível nomear estados emocionais com vocabulário rigorosamente racional. Em quase todos os textos que encontramos sobre a experiência de viver, a palavra solidão aparece e tem um sentido diferente em cada um dos momentos. Numa das camadas, a solidão é o que marca a vida individual de todos os seres humanos; nosso percurso do nascimento à morte é sempre solitário. Há a distinção, em uma segunda camada, entre a solidão e a solitude, a primeira delas sendo tida como mais complexa e menos criativa do que a solitude, que seria um buscar estar consigo mesmo sem aflição. Por isso, a palavra desamparo acaba sendo preferível para descrição do sentimento mais geral de não se conseguir conviver com os próprios fantasmas pulsionais.

Citando um poema [de acervo particular] do Humberto Haydt de Souza Mello:[9]

> Estar em um não é, sozinho,
> fechar-se no si, ilhar-se
> no só, enredar-se no fio
> de uma teia ninguém,
>
> nem digerir, lisar
> o pouco de universo
> que resta, imanente,
> no poço de estar.
> É, presente ao desenrolar
> do muito, assistir
> ao de pouco
> a si já cabe, em troca;

9 Psicanalista que esteve no primeiro grupo (1970) de psicanalistas formados em Brasília com Virgínia Leone Bicudo, tendo posteriormente fundado o Colégio Freudiano de Psicanálise em Brasília.

é ausente ao elenco
do pouco, assumir
o que de muito
caberia, a si, talvez.

Quando reclamamos da apresentação do sentido aristotélico da solidão, é porque é possível estar só e acompanhado, de várias formas diferentes; trazer dentro de si um mundo interno (Klein), acolhedor e integrado, é uma forma de estar acompanhado, mesmo se fisicamente isolado – sendo, justamente, a capacidade de ficar só dependente da existência de um objeto bom na realidade psíquica do indivíduo (Winnicott). É a confiança nas relações internas que oferece autossuficiência para se viver, de modo que ele ou ela consiga, assim, ao menos temporariamente, ser capaz de descansar satisfeito mesmo na ausência de objetos e estímulos externos, podendo por tal mesma via suportar silêncios e esperas para com outrem.

Vivemos o tempo todo sós e acompanhados. E muita parte do que seria estar amparado e protegido não necessariamente torna-se uma experiência consciente.

Contraparte só e dolorosa, clínica e triste

Não obstante, ao enfatizar o pathos, Klein pensará na solidão precisamente enquanto um tipo de dor interna decorrente do ego se ver abandonado pelo bom objeto interno, ficando sozinho e sem recursos diante das lutas violentas entre as pulsões de vida e de morte no início da vida. Ouçamo-la:

> O esquizofrênico, portanto, não pode compreender ou confiar em si mesmo. Esses fatores, aliados à sua desconfiança paranoide dos outros, resultam num estado de desligamento que destrói sua habilidade para estabelecer relações de objeto e obter delas o reasseguramento e o prazer que poderiam contrabalançar a *solidão*, através do fortalecimento do ego. Ele anseia por ser capaz de estabelecer relacionamentos com pessoas, mas não consegue. (Klein, 1991, p. 345)

O pensamento dela navega pela solidão como uma consequência dos mecanismos de cisão e fragmentação, como consequência dos processos de integração e coesão do ego imaturo, dos processos de identificação por projeção e por introjeção – trabalhando a solidão em cada momento do processo evolutivo da criança pequena.

Seguir as coisas explicativas, tal como Klein por vezes o fez mais aristotelicamente, pode dirimir um pouco a percepção do drama que está sendo vivido em cada momento desses – mesmo assim, cabem os destaques dessa ordem:

- Na posição esquizoparanoide, o desespero pela fragmentação leva a um tipo de solidão que é a solidão esquizofrênica; nessa solidão, nenhuma parte do self é segura para representar e ser o eu. O mundo é todo fragmentado, quebrado, despedaçado. É a solidão mais primitiva, momento em que ainda não sabemos sequer sentir o medo que já estamos sentindo e ainda sermos capazes de manter um ponto integrado que permaneça estável e constante. No caso do esquizoide, nada é o mesmo, nada se repete, logo nada tem identidade, e as experiências se sucedem em um tempo que só vai para a frente e não se revê nem recorda onde acabou de estar.

- Posição depressiva: aqui, pelo contrário, o mundo se redobra sobre si e faz nascer a culpa, o erro, a imperfeição, o dano, a maldade intencional, a crueldade que prepara o castigo…; na depressão evolutiva, o passo que se dá nos faz sentir e perceber o peso de saber-se sendo destrutivo, de saber-se mau, de saber-se responsável pela dor do outro. O isolamento construído na e pela culpa de cometer atos irresponsáveis é experimentado como um tipo de solidão que decorre de ainda não sermos completamente capazes de cuidar do objeto bom que cuidou de nós.

- Identificação projetiva: leva ao outro porque é uma forma de comunicação primitiva que não usa signos de linguagem (como uma alfândega da cultura aplicada ao sujeito), porque usa transfusão de

experiência, como se fosse uma transferência direta de "material" psíquico do próprio eu apaixonado, que se enfia emocionalmente dentro do outro eu (objeto), gerando, ou permitindo a criação de uma alteridade do próprio self dentro do self. Uma alteridade da alteridade, em um jogo de espelhos que formulam um labirinto. Borges já falava que: "Os espelhos e a cópula são abomináveis, porque multiplicam o número dos homens". Nesse sentido, a solidão transcende a mera ausência de algo exterior; ela reside na alteridade internalizada do próprio eu, que se torna estranho a si mesmo. Essa é a ruptura interna que intensifica o sentimento subjetivo de solidão.

- Identificação introjetiva: se a introjeção ocorre de uma maneira fragmentada ou contaminada (objetos ambivalentes, internalização de objetos maus), ela pode reforçar a solidão interna ao criar um mundo interno hostil, trazendo para dentro conteúdos que ferem a coesão do self. A solidão introjetiva é equivalente à ingestão de alimentos não nutritivos nem saudáveis para a mente. O exemplo disso é haver clientes que, mesmo sendo magros fisicamente, são obesos psiquicamente. Não porque não saibam se alimentar; pelo contrário, sabem tanto o que devem ingerir para não se alimentar que sabem até mesmo escolher algo que garanta o sentimento de que não está recebendo nada. É aqui que se nota que a solidão do voraz se deriva da necessidade de destruir o valor nutritivo da relação com a verdade e escolher a mentira como principal alimento.

Agora, diga-se de passagem, quando estudamos Klein aprendemos que a inveja odeia o objeto da necessidade. A inveja ao necessário se dá porque o necessário é insuportável, e ele é insuportável porque ele é aquilo que não pode não ser. E a inveja odeia tudo o que ela tenha que admitir como vindo do outro. E, nesse sentido, a solidão criada pela inveja é um isolamento, é um encerramento, é a construção de um casulo que mantém o eu vivo, no entanto, incomunicável, porque, para o eu, o outro necessário é insuportável.

Um re-trato clínico deste teor – ou uma vinheta com tom só

Atendo um cliente que, logo que nos despedimos, ele esquece de mim. Por vezes ocorre de eu ter que trocar hora ou outra de sessão, de modo que preciso me comunicar com ele, ou mesmo quando tenho que avisar-lhe de algum assunto pertinente ao nosso trabalho. Daí então, deixo mensagens ou até tento telefonar para ele, porém nunca nenhuma resposta para as mensagens, nunca nenhum telefonema atendido.

Ele raramente falta a alguma sessão. Mas quando falta, não avisa. Tampouco me explica por que faltou, e nunca comenta alguma mensagem prévia, nem parte delas para começar a falar. Quando abre a boca, fala como se estivesse distraído de si: faz listas das coisas que deveria fazer, faz um rol de todas as interações que teve ao longo dos dias, comenta alguma impertinência noticiada em jornal – mas é tudo um tanto quanto vazio.

Certa feita, intrigado com esse comportamento, inspiradamente perguntei-lhe se ele ia à missa no domingo. Ele ficou um pouco sem graça, mas disse que sim. Em seguida, eu soltei, fazendo uma provocação: "E você se lembra de rezar por mim?".

Ele se mexe, como quem se arruma e, em um golpe, senta-se no divã, olha para mim e sorri, dizendo baixinho: "Não rezo, não!"

Aí, ato seguinte, eu lhe pergunto como poderia ocorrer uma análise sem que o cliente guardasse nenhuma lembrança do analista, principalmente quando o cliente – além de tudo – não rezava para ele nem na missa de domingo?

Ele ficou pensativo, um pouco aturdido com a minha colocação, sorriu e foi embora, esquecendo-se também do olhar trocado comigo no momento exato em que fechou a porta do carro (jamais lembrou, mesmo quando retomado posteriormente).

Semanas se passam e eu volto a ter necessidade de me comunicar com ele para relembrá-lo de que o pagamento estava atrasado e, mais uma vez, nenhuma resposta.

Vem às sessões seguintes normalmente. Comento que lhe havia avisado por mensagem sobre o pagamento, e ele diz: "Ai! Meu Deus! Me

esqueci." Saca o celular para fazer uma "transferência bancária" na hora. Eu já havia notado que ele é pouco hábil para lidar com o aparelho, e segue sendo.

Resmunga e diz: "Não gosto desse treco." Referindo-se ao celular.

Observo-lhe que ele resistia bastante a obedecer regras básicas que envolviam respeito pelo funcionamento das coisas do mundo e pelo transcurso do tempo – afinal, estamos dentro da atualidade e de um tempo de espera – e que também envolviam respeito pelo outro que poderia ter uma expectativa de que, caso ele aceitasse o jugo do relacionamento social cerimonial, ele deveria oferecer uma resposta recíproca.

Ele se senta, como sempre faz quando percebe que estou falando algo importante, passa um tempo olhando para o nada como quem medita, espremendo os lábios um contra o outro, e diz que não sabe o que dizer.

Desculpa-se. Então eu pergunto se ele faz isso de forma intencional. Ele se constrange e responde que 'de forma nenhuma'. No entanto, eu insisto em lhe dizer da minha experiência de ser (ou estar sendo) um analista que tem um paciente que não tem nem memória e nem desejo de falar com o próprio analista e que, por causa disso, eu me sentia tentado a pensar que talvez esse cliente pudesse ser o analista do analista!?

O clima entre nós é sempre cordial, ameno. Raramente ele traz algum problema sobre o que deseja falar. Os inícios são vazios, não há ninguém nele que queira estar comigo; não por nada, mas porque ele mesmo não sabe muito bem o que é, nem o que vem fazer comigo. Curiosamente, no entanto, ele sabe que está em análise e sabe que eu sou seu analista. Mesmo porque o maremoto de emoções que ele desperta, a mim justifica pensar haver um estado transferencial intenso e profundo, muito mais pela minha experiência contratransferencial que pela observação de movimentos nele que indiquem a presença dela.

Até mesmo, recordo-me agora, muito claramente: foi ele mesmo que, após ter me visto em um evento público, quis fazer uma análise comigo bons anos após esse contato, que nem foi direto – tratava-se de uma fala em que apenas coincidentemente ele estava na plateia (de

passagem pelo local, pois trabalhava nas proximidades e fora encontrar um amigo); mas algo que falei chamou sua atenção e ele veio me conhecer. O lapso de tempo entre nosso encontro e a procura por mim como analista é de uns nove anos.

Tem olhos escurecidos, assustados. Tem um sorriso muito simpático e uma risada larga. Cabelos que molduram o rosto em forma quadrada. Sempre com gel.

Tem 60 anos e já passou por algumas internações ao longo de sua vida, em momentos mais colapsantes. Não crê na verdade nem na ideia de se guiar por ela. É muito esquivo ao contato (apesar de ser afetuoso comigo) e se sente muito desajeitado para lidar com coisas como, por exemplo, a sinceridade, caso tenha que usá-la. Mas tenho a impressão de que ele nunca usou nem de verdade e nem de sinceridade para resolver os seus problemas.

Foi militante político enquanto estudante de Direito. E seguiu essa militância no início de sua carreira como advogado. Nessa época, teve um episódio paranoide, que foi o desdobramento desastroso de uma mentira que ele contou sobre um determinado fato acontecido na Secretaria Municipal, na qual ocupava um cargo, e a televisão fez a denúncia dele em público no horário do jornal – além de haver tentado fazer uma entrevista com ele, da qual ele fugiu.

Houve um segundo episódio doloroso quando, em um jogo de futebol, levou uma pancada na cabeça e colapsou (5 dias de "ausência"). E teve também outra situação da qual ele não tem "memórias", quando ainda moço, por volta dos 18 anos, viajou para a Espanha e só voltou a si em Portugal, numa cidade interiorana com fazendeiros lhe oferecendo café e perguntando de onde tinha vindo.

Depois de mais velho, não teve mais nenhum momento da mesma qualidade, mas desenvolveu uma melancolia persistente desde então. Essa melancolia o faz ser uma pessoa com muito pouca energia para estar presente e para estar em relação com o outro. Parece que os afetos ficaram coartados, encarcerados e proibidos de se ligarem a acontecimentos e pessoas.

Eu passo por vários momentos em que sinto que tenho que buscá-lo em algum lugar, e várias vezes peço para ele se levantar e ficar sentado no divã, para que ele volte a se conectar comigo como algo vivo e presente.

Uma última observação: algumas vezes cantamos juntos, e até conseguimos manter uma afinação harmônica aí. Isto é, nem sempre isso é possível em sessão, mas, quando há brechas no "abandono" ao qual ele nos relega, achamos algumas músicas que nos encantam ou que sentimos ter a ver com o momento – pode ser uma música nos aplicativos do celular para ouvirmos.

Chove muito. Lembro-me de que estava na hora de ele chegar. Mando uma mensagem para que ele me avise o horário exato de sua chegada, para que ele possa entrar sem se molhar muito. Como de hábito, ele não lê. Toca a campainha: é ele, embaixo da chuvarada. Abro o portão, e ele, esbaforido, diz que está ensopado. Sobe para minha sala, eu lhe ofereço uma toalha para se enxugar, que eu peguei passando pelo banheiro, e ele aceita a toalha e tira a camisa e a apoia no espaldar da minha cadeira da escrivaninha, e se cobre com a toalha.

Pergunto, rindo: "Você leu minha mensagem?". E ele, como sempre, saca do bolso o celular; levamos uns cinco minutos com ele mexendo e não acertando os aplicativos que deveria abrir. Eu tento interferir no processo, dando sugestões, e ele mexe no aparelho, mas é com tanta distância cognitiva que chega a ser aflitivo para quem está perto, olhando o fenômeno se desenrolar diante dos olhos.

Enfim, tento ajudá-lo e, com algum esforço, chegamos à minha mensagem. Ele ri, quando lê, e se entristece em seguida; diz que precisa melhorar, que precisa aprender a mexer no celular e comenta que irá pedir ajuda para a esposa.

Naquele momento, junto alguns pontos sobre a função da sua esposa em sua vida e lhe pergunto: "É tua esposa que tem a responsabilidade de cuidar do teu celular?". Ele responde que sim. Pergunto se é ela também que se responsabiliza por ele vir às sessões. Ele diz que às vezes é. Pergunto se ele acha que pode ter alguma responsabilidade por mim. Ele diz que acha que sim, mas…

Digo, trocando o passo: eu aposto que os colapsos todos que você passou aconteceram em momentos nos quais você não pôde assumir alguma responsabilidade pelo que estava se dando. Ele diz: "Com certeza, você tem toda razão". Digo-lhe que tenho a impressão de que ele não poderia viver o amor e a bondade pelo outro sem ter que pagar o preço de ter responsabilidade. Ele diz: "É por isso que vivo isolado." E eu acrescento: "E na mais absoluta solidão." Ele concorda, ajeita a toalha no corpo, tira os sapatos e fica em posição de ioga, com as pernas cruzadas e sentado.

Fica tristonho por um certo tempo; nosso encontro termina, ele se veste novamente e calça os sapatos, e vamos embora, deixando que o esquecimento vá apagando as imagens do que vivemos na sessão, e a sessão se encerra, fechando seu cortinado denso e sem transparência.

A tristeza

Não há nada mais profundo e complexo que o conceito de "posição depressiva" na obra de Klein. Ela seria o grande processador humano que dá início ao inesperado caminho obscuro e atraente. Klein, depois que pensou a posição depressiva, poderia ter afirmado: *Senhoras e senhores! Saibam: a vida não é para principiantes.*

A vida é disciplina, é treino, é calma, é observação, é olhar por admirar, é descobrir, é rever, é redescobrir, é perder-se, é arriscar-se, é apostar que, depois do cume, ainda haverá mundo nos esperando do outro lado. E, aí: posição depressiva: a dor serena. A dor possível, a dor necessária para alcançar o belo e a capacidade de sermos um infinito que acaba. Só ela ensina a calma, a espera e a aposta que, um dia, serão traduzidas pela fé no inconsciente.

E só a tristeza permite que um homem possa ver-se em sua verdade, particularmente quando sentado em um banco, com os cotovelos apoiados nos joelhos, o rosto apoiado nas mãos e, no chão, a poça de lágrimas, capaz de refletir o rosto desse hoje para ele mesmo. É do sal das lágrimas do chão, desses pequenos cristais, de onde vem o reflexo e a reflexão de um eu que não nasce do narcisismo. É um outro

eu, é o eu que vem da água salgada para formar o rosto daquele que chora, não porque gosta de sofrer, mas porque precisa da água do mar para tornar-se um ser de outro mundo para si mesmo. O mar é feito de sofrimentos, isto é, de lágrimas – diria a inexistente Mulher, quem sabe Mãe, quem sabe avó.

É da tristeza que viemos. É dela que vivemos. É nela que moramos, é nela que nascemos. Afinal, viemos do oceano; nosso ventre é o mar, não?

Não há solidão que possa ser sentida sem que a perda, o luto e o abandono sejam o eixo central que garante que o que me falta não está em mim – é do outro que o que me falta vem e é dele, próximo de mim, que eu necessito. Nada mais profundo, nada mais simples – e, por isso, o sentimento de solidão.

Solo y en soledad *con*

Resumen: ¿Habría distintos tipos de soledad? ¿Habría comunicación entre las nociones de soledad, desamparo y separación? ¿Cómo un entristecimiento depresivo podría servir a la construcción de un mobiliario onírico menos desolado? Desde una perspectiva psicoanalítica, se propone una retomada de elementos relativos al sufrimiento solitario, tejiendo alusivamente un campo sensorial y de sentidos en el cual se profundiza un soñar temático a partir de puntos clínicos y bibliográficos, propiciando reflexiones y matizando aristas, con el fin de demostrar algo de una comunión saludable y añorada, necesaria y deseable, para la construcción de un entristecimiento dignificante y posibilitador del vivir.

Palabras clave: soledad, solo, psicoanálisis, Melanie Klein, Wilfred Bion

Alone *with* & lonely

Abstract: Are there distinct types of loneliness? Is there communication between the notions of loneliness, helplessness, and separation? And how could depressive sadness contribute to the construction of a less desolate dreamlike furniture? Psychoanalytically, the aim is to revisit elements related to solitary suffering, allusively weaving a sensory and meaningful field

where a thematic dreaming is explored from clinical and bibliographical points, fostering reflections and shading the edges, seeking to demonstrate something of a healthy and nostalgic communion, necessary and desirable, for the construction of a dignified and enabling sadness for living.

Keywords: loneliness, alone, psychoanalysis, Melanie Klein, Wilfred Bion

Referências

André, J. (2015). *Vocabulário básico da psicanálise*. WMF Martins Fontes.

Eliot, T. S. (2014). *Poesia*. Nova Fronteira.

Hertz, N. (2021). *O século da solidão: restabelecer conexões em um mundo fragmentado*. Record.

Klein, M. (1991). *Inveja e gratidão e outros trabalhos (1946-1963)*. Imago.

Magno, M. D. (2009). *Ordem e progresso por dom e regresso: seminário 1983* (3ª ed.). Novamente.

Sloterdijk, P. (1999). *No mesmo barco: ensaio sobre a hiperpolítica*. Estação Liberdade.

Winnicott, D. W. (1983). *O ambiente e os processos de maturação: estudos sobre a teoria do desenvolvimento emocional*. Artmed. (Trabalho original publicado em 1958/1965)

Estanislau Alves da Silva Filho
stani-asf@hotmail.com

Jansy Berndt de Souza Mello
jansy.mello@outlook.com

Emir Tomazelli
dr.tomazelli@gmail.com

DOI: 10.67671/alter.2026.10

© Alter, 2026. Proibida a reprodução total ou parcial sem autorização prévia por escrito da editoria.