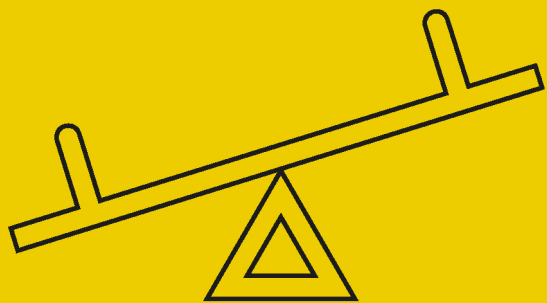


ANA SUY

A gente mira no amor e acerta na solidão



PAIDÓS

TRECHO ANTECIPADO PARA DIVULGAÇÃO. VENDA PROIBIDA.

ANA SUY

A gente
mira no
amor e
acerta na
solidão

PAIDÓS

PROTÓTIPO PRELIMINAR PARA DIVULGAÇÃO. VENDA PROIBIDA.

Copyright © Ana Suy Sesarino Kuss, 2022
Copyright © Editora Planeta do Brasil, 2022, 2025
Todos os direitos reservados.

PREPARAÇÃO: Marina Castro
REVISÃO: Fernanda França e Matheus de Sá
DIAGRAMAÇÃO E PROJETO GRÁFICO: Nine Editorial
CAPA E ILUSTRAÇÃO DE MIOLO (P. 118): Helena Hennemann | Foresti Design

DADOS INTERNACIONAIS DE CATALOGAÇÃO NA PUBLICAÇÃO (CIP)
ANGÉLICA ILACQUA CRB-8/7057

Suy, Ana
Agente mira no amor e acerta na solidão / Ana Suy. --
São Paulo : Planeta do Brasil, 2025.
176 p.

ISBN 978-85-422-3187-8 (Luxo)

1. Amor – Reflexões 2. Amor – Aspectos psicológicos I. Título

25-0485

CDD 158.1

Índice para catálogo sistemático:

I. Amor – Reflexões



Ao escolher este livro, você está apoiando o
manejo responsável das florestas do mundo

2025

Todos os direitos desta edição reservados à
EDITORA PLANETA DO BRASIL LTDA.
Rua Bela Cintra, 986, 4º andar – Consolação
São Paulo – SP – 01415-002
www.planetadelivros.com.br
faleconosco@editoraplaneta.com.br

TRECHO ANTECIPADO PARA DIVULGAÇÃO. VENDA PROIBIDA.

» SUMÁRIO

Com licença!	20
Apresentação.....	23
1 Amor contém solidão	27
2 No início era o amor?	29
3 Quem ainda se interessa pelo amor?	32
4 De onde vem essa ideia de que há a metade da laranja?.....	36
5 Nosso primeiro amor: o Eu.....	40
6 Como habitar um corpo sozinho.....	45
7 Solidão x sentimento de solidão	49
8 Amar não livra ninguém da solidão	54
9 O amor como elaboração de luto pelo que se pensava que era amor	58
10 Por que tanta pressa?	67
11 A caixa de Pandora da linguagem	72
12 O amor precisa de tempo	80
13 Elogio à infelicidade	84
14 Amamos aquilo que nos interroga	88
15 O amor acaba	94

16	Como assim o amor acaba?	100
17	O medo do abandono	105
18	Como fazer dois virarem três? E cinco virarem seis?	112
19	É de números que se trata no amor	117
19.1	Paixão - um - loucura	119
19.2	Amor - três - loucura sã	122
19.3	Solidão - dois - realidade	127
20	O amor é um bem bolado de paixão e solidão	135
21	O perigo do ciúme	140
21.1	O ciúme normal	143
21.2	O ciúme projetado	145
21.3	O ciúme delirante	147
22	O amor amizade	151
23	Um comentário sobre o amor transferencial	155
24	Deixamos por aqui!	163
	Agradecimentos	166
	Músicas citadas nesta obra	167

1

► AMOR CONTÉM SOLIDÃO

*Amor será dar de presente
ao outro a própria solidão?*

Clarice Lispector

PAIDÓS

Todo mundo já se perguntou algo sobre o amor e todo mundo já se perguntou algo sobre a solidão. Amor e solidão são duas experiências que dizem respeito à nossa própria vida, muito antes de colocarmos esses temas em algum campo teórico. Falar de amor e de solidão é falar da vida.

Amor e solidão rimam, embora a língua portuguesa não esteja de acordo, fazendo rimar de modo mais evidente “amor” com “dor” – a música popular que o diga.

É preciso que nos sintamos a sós com a gente mesmo para nos dirigirmos ao outro e amá-lo, e, inevitavelmente, mesmo em uma experiência bem-sucedida de um amor que, por sorte, encontre reciprocidade, não há amor que nos livre da solidão. Sempre amamos sozinhos, pois cada um ama a seu próprio modo, cada um ama com sua história, com seu sintoma, com suas perebas psíquicas, com seus perrengues transgeracionais. No amor a gente sempre comparece com a gente mesmo.

O título deste capítulo, “Amor contém solidão”, é uma brincadeira com o duplo sentido que esse dito comporta. Podemos ler que o amor contém a solidão em seu interior, pois no coração do amor está sempre a solidão, e por isso quem não suporta a solidão também não suporta o amor. Mas também podemos ler que amor contém solidão no sentido de que o amor faz uma contenção à solidão. O amor não nos livra de sermos sós, mas certamente torna a experiência de estar só algo muito interessante. Não fosse assim, não nos dirigiríamos a ele. Se não fosse o amor, não seria a solidão. Se não fosse a solidão, não seria o amor. Amor e solidão se fundem e se dependem.

Neste livro rimamos amor com solidão, e não amor com dor, rima própria da sofrência da vida humana. Penso que estar sozinho não necessariamente é um sofrimento, mas, para além disso, é um grande alívio, um belo convite ao exercício do amor, essa experiência tão interessante que cada um vive sozinho junto a alguns outros ao longo da nossa passagem pelo mundo.

2

► NO INÍCIO ERA O AMOR?

*Se começo pelo amor,
é que o amor é, para todos –
por mais que o neguem –
a grande coisa da vida.*

Charles Baudelaire

Diferentemente dos animais, que nascem prontos para viver, os seres humanos nascem à mercê da morte. Essa é a teoria de Freud, sobre a pulsão,¹ que aponta sempre para uma satisfação a mais. Não sou bióloga e por isso

1. Você encontra mais sobre esse tema nos textos “As pulsões e seus destinos”, publicado originalmente em 1915, e “Além do princípio de prazer”, publicado em 1920. Ambos escritos por Sigmund Freud.

não me atreverei a me aprofundar no funcionamento animal, mas é certo que a natureza se organiza por conta própria. Se o ser humano não mete o dedo estragando o planeta, fazendo a temperatura da Terra aumentar e causando o derretimento das geleiras, além de vários outros desastres ambientais, a natureza simplesmente se vira e continua.

Na vida humana é diferente. Há uma desnaturalização que nos é própria, efeito do fato de sermos seres de linguagem. Falar nos torna radicalmente diferentes dos outros animais. O que gostaria de destacar aqui é que ser recebido na vida com amor é uma questão de vida ou morte para o ser humano. É claro que o amor não garante a vida. Há bebês que são recebidos com amor e por alguma desordem não sobrevivem. Mas é fato que sem acolhimento humano não há chance para nós. O amor de alguém nos funda na vida. É sempre por amor que vivemos, mesmo que seja um amor meio torto, e com frequência o é. Portanto, no início era o amor... e depois também.

Há quem se defenda da experiência amorosa, dizendo que não quer saber do amor, que quer se bastar. Em minha experiência clínica, que tem cerca de quatorze anos, nunca encontrei alguém assim, o que não quer dizer que essas pessoas não existam, mas talvez não se interessem por mim, ou talvez não se interessem por pessoas. A maioria de nós se interessa muito pelo tema do amor, seja estudando, seja amando.

Difícilmente encontramos uma história na literatura, a letra de uma música, um poema que não seja sobre o amor. Histórias de amor nos fascinam! Mas é preciso destacar dois pontos:

1. Nosso fascínio pelas histórias de amor não costuma ser apenas pelas histórias que continuam – às vezes é a vertente sofrida do amor que nos captura.
2. Quando falamos de amor, nem sempre estamos falando de um casal, de um par amoroso no sentido sexual. A amizade, por exemplo, é uma modalidade amorosa que costuma trazer muitas alegrias e salvar muitas vidas. Voltaremos a esse ponto no final deste livro.

Amor é uma experiência grande demais para se reduzir a apenas uma modalidade. Há muitas formas de amar e nenhuma delas é exatamente fácil, uma vez que nenhuma delas nos livra da solidão.

3

› QUEM AINDA SE INTERESSA PELO AMOR?

Ah, meu amor, não tenhas medo da carência: ela é o nosso destino maior. O amor é tão mais fatal do que eu havia pensado, o amor é tão inerente quanto à própria carência, e nós somos garantidos por uma necessidade que se renova continuamente. O amor já está, sempre. Falta apenas o golpe da graça – que se chama paixão.

Clarice Lispector

Quanto mais as mulheres ascendem às suas liberdades, mais as taxas de divórcio aumentam. Não se trata unicamente de pensarmos que as pessoas não sabem mais amar umas às outras, mas também de que talvez agora

possam amar a si mesmas – e, por vezes, em nome desse amor por si, pela própria vida, precisem abrir mão de um casamento.

Freud já havia nos avisado que encontrar a infelicidade no amor é muito mais fácil do que encontrar a felicidade. Assim, seguimos encantados e extremamente interessados pela experiência amorosa, mas muito desengonçados ao vivê-la. Então a gente se defende! Como se o amor fosse uma luta, como se o amor fosse um jogo, como se o amor fosse uma disputa entre nós e nós mesmos.

Uma amiga minha me contava que foi a um encontro com uma pessoa com quem engatou um papo interessante por um aplicativo de relacionamentos. Ela, que, toda elegante, preocupava-se sempre com os bons modos e o bom português dos rapazes, deparou-se nesse encontro com um homem que, imediatamente depois de comer, se pôs a palitar os dentes sem nenhum constrangimento ou pudor. Ela, que em outras circunstâncias certamente descartaria naquele exato momento a possibilidade de estreitar uma relação com um homem assim, tão “ogro”, ali ficou. Achou graça do homem que palitava os dentes, mas, sobretudo, achou graça de si mesma e de sua tranquilidade naquela situação. Como ela poderia não rejeitar de imediato um homem em um cenário assim? Esse espanto era, sobretudo, consigo mesma. Quem era aquela mulher estranha nela? O amor nasce de um mistério.

Quem sou eu para além do que já sei? É a pergunta que nos fazemos na vida, e a pessoa do nosso amor tende a

ser aquela que nos dá alguma pista de que tem alguma resposta. Não tem, é claro, como poderia alguém saber mais sobre nós do que nós mesmos? Mas a sensação de que há ao menos uma pessoa no mundo que nos entende, que nos conhece, que nos antecipa, é uma das primeiras marcas que temos em nosso psiquismo. São as mães, afinal de contas, que são essas primeiras figuras: seres que apostam que nos conhecem, que sabem o que queremos. É preciso dizer que também as mães não sabem. Mas elas costumam ser malucas o suficiente para acreditar (ainda que parcialmente) que sabem. Uma mãe escuta o choro de seu bebê e diz: “É fome!”, “É cólica”, “É manha!”, e, assim, à medida que empresta sua subjetividade para o seu bebê, interpretando-o, vai dando consistência à sua existência – daí sairá o “chão” do narcisismo da criança.

Vale dizer também que, se tudo correr bem, mães são seres bastante decepcionantes. Elas nos barram, nos impedem, demandam de nós mais do que podemos dar. Elas (e os pais também, é claro) colocam suas regras, sustentam seus limites, dizem que na casa delas é assim, nos animam a fazer diferente em nossas próprias casas. Muitos de nós (senão todos) já proferiram o famoso dito: “Quando eu crescer e tiver a minha própria casa, jamais farei isso”. Ótimo. Mesmo que a gente repita aquilo que prometemos jamais repetir, repetimos diferente.

É preciso que uma mãe não seja tão boa assim a ponto de a gente querer ficar perto para sempre. Talvez

seja disso que Winnicott trate com seu famoso conceito de mãe suficientemente boa. Mãe precisa ser boa, mas não demais, que é para a gente poder se separar. Nossa história de amor com uma mãe, se corre bem, termina em separação. É bom para um filho ter sua casa, seu dinheiro, seu corpo, sua vida, mesmo que ele tenha uma relação afetiva amorosa e estável com sua mãe.

No amor no sentido sexual, no entanto, pretendemos não nos separar nunca do outro. Temos a ambiciosa fantasia de ficar juntos para sempre. É claro que essa é uma fantasia amorosa que costuma estar advertida do impossível de encontrar a tampa da panela, a metade da laranja, especialmente nos dias de hoje, em que trabalhamos tanto para desconstruir as idealizações, por vezes delirantes, do amor romântico. Mas saber racionalmente que alma gêmea não existe não nos exime de desejar que ela venha a existir, ou mesmo de agir como se não soubéssemos que ela não existe. A capacidade que temos de não saber aquilo que sabemos é impressionante. A isso nós, psicanalistas, chamamos de recalque, um mecanismo de defesa que nos leva a fingir para nós mesmos que não sabemos de coisas que sabemos. Por isso, com frequência, as coisas mais óbvias são também as mais difíceis de perceber.

4

› DE ONDE VEM ESSA IDEIA DE QUE HÁ A METADE DA LARANJA?

*Por onde andei
Enquanto você me procurava?
E o que eu te dei?
Foi muito pouco ou quase nada
E o que eu deixei?
Algumas roupas penduradas
Será que eu sei
Que você é mesmo tudo aquilo que me faltava?*

Nando Reis

A fantasia popular sobre o amor encontra inspiração na
fábula de Aristófanes, narrada por Platão em seu livro

O *banquete*.² Nela, conta-se que antigamente éramos seres duplicados: tínhamos quatro pernas, quatro braços, duas cabeças e dois sexos. Havia os seres que tinham dois sexos femininos, os que tinham dois sexos masculinos e os que tinham um sexo feminino e um sexo masculino. Assim, éramos seres muito fortes. Preocupado com a possibilidade de que tirássemos o lugar dos deuses, a fim de nos enfraquecer e garantir a soberania deles, Zeus teria nos cortado pela metade, costurando cada parte na região do umbigo e voltando nossa cabeça para ele, de forma que sempre nos lembrássemos do resultado da vaidade. Para além disso, teria nos espalhado pelo planeta, afastando as metades. Desde então, cada um de nós viveria se sentindo com falta de algo, supostamente a outra metade de si mesmo.

Trata-se de uma fantasia amorosa bastante comum, a de que encontrar nosso grande amor nos livraria de nós mesmos. Assim, não conseguimos parar de olhar para o que nos falta, para o nosso próprio umbigo – e, em contrapartida, não podemos olhar para o mundo, hipnotizados por nós mesmos e tentando buscar no outro algo que diga respeito a nós.

Vale destacar que nessa fábula encontramos a possibilidade do amor heterossexual, já que havia seres que tinham um sexo feminino e um masculino, mas também encontramos a possibilidade do amor homossexual

2. PLATÃO. *O banquete, ou do amor*. Rio de Janeiro: Difel, 2003. (Trabalho original do séc. IV a.C.).

feminino e masculino, uma vez que haveria os seres com dois sexos iguais. A fantasia amorosa trata sempre de uma completude fictícia, seja ela qual for.

Com frequência, pensamos que, no amor, encontraríamos a parte que supostamente nos falta, a parte que nos livraria da nossa própria falta, a parte que nos preencheria. No entanto, no amor, o que se experiencia é o contrário. Quando amamos alguém, nossa falta tende a ser duplicada. Ao encontrar um amor, a gente não encontra a parte que nos faltava até então. A gente encontra a metade que fará falta a partir dali. Mira-se no amor, acerta-se na solidão!

Amar é se haver com a insuficiência do outro, que denuncia a insuficiência de cada um. Isso que estou chamando de insuficiência não precisa ser da ordem de um sofrimento, mas pode ser justamente aquilo que nos anima na vida.

Somos seres faltantes e isso não é um problema. Aliás, está mais ao lado da solução poder fazer parceria com essa condição, inclusive porque livra o outro de ocupar um lugar daquele que nos salvará, o que certamente cai como um peso. Ninguém salva ninguém no campo do amor, e assumir essa posição pode ser libertador. Inconscientemente, sabemos disso. Por isso é comum que a gente inclua alguma falta nas relações. Quando o outro está perto demais, sua presença excessiva nos angustia. Aí sentimos saudade de sentir saudade. Sentimos falta de sentir falta. “Vamos dar um

tempo? Preciso sentir sua falta”, os amantes costumam dizer, ou pensar. *Será que ele/ela vai sentir minha falta se eu não ligar hoje, se eu não enviar mensagem de bom-dia?* Não queremos ser amados apenas pela presença, mas queremos ser amados especialmente pela nossa falta. *Será que alguém sentiu minha falta?* É a pergunta que nos fazemos quando não vamos a um encontro. E a fantasia que cada um de nós faz a respeito de sua própria morte? De imaginar o sofrimento dos que nos são caros, quem irá ao velório, como elaborarão seus lutos. Nos satisfazemos por imaginar (ou saber) que podemos fazer falta.

Quando nos sentimos desamparados, temos a sensação de não fazer falta para o outro. Nesse buraco da existência humana, onde tudo perde o sentido, nos sentimos excessivamente sós, e o amor titubeia. Em minha clínica várias vezes recebi pessoas muito deprimidas e tristes, que diziam não desistir da vida porque sabiam que isso acabaria com a vida dos pais, do irmão, da namorada, das amigas. Em última instância, aquilo que nos liga à vida é sempre da ordem do amor... mas nunca sem uma dose de solidão.