

CONTARDO CALLIGARIS

Aproveitar a vida
e suas dores

CONTARDO CALLIGARIS

Aproveitar a vida
e suas dores

PAIDÓS

TRECHO ANTECIPADO PARA DIVULGAÇÃO. VENDA PROIBIDA.

Copyright © Contardo Calligaris, 2025
Copyright © Editora Planeta do Brasil, 2025
Todos os direitos reservados.

Preparação: Wélida Muniz
Revisão: Valquíria Matioli e Ana Laura Valério
Projeto gráfico: Fabio Oliveira
Diagramação: Fabio Oliveira e Gisele Baptista de Oliveira
Capa: Renata Spolidoro
Foto de capa: Ana Paula Paiva/Valor/Agência O Globo

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

Calligaris, Contardo
Aproveitar a vida e suas dores / Contardo Calligaris. -
São Paulo : Planeta do Brasil, 2025.
208 p.

ISBN 978-85-422-3739-9

1. Psicanálise – Crônicas 2. Filosofia 3. Vida I. Título

25-2990 CDD 157

Índice para catálogo sistemático:
1. Psicanálise – Crônicas



Ao escolher este livro, você está apoiando o
manejo responsável das florestas do mundo,
e outras fontes controladas

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

SUMÁRIO

Apresentação.....	9
PARTE UM: diante da sociedade inteira	10
O sentido faz falta?	13
Aproveitar a vida e suas dores	17
Meus pais são bipolares	21
Pentimentos	25
Fugir de casa	29
A arte da fuga	33
Como viver um luto.....	37
Para José Wilker	41
Uma despedida para Otavio	45
Ninguém pode se ausentar... ..	49
Sozinhos ou solitários?	53
A crise de meia-idade.....	57
Nossas noites.....	61
Há guerras que nos impedem de amar	65
A era da facilidade.....	69
Um fim possível do ressentimento	73
Todos os sonhos do mundo	77

PARTE DOIS: uma cultura que pensa..... 80

Fundamentos da moral83

Agir para fazer bonito87

Para que servem as fantasias?91

Modernidade triste?.....95

Qual romance você está lendo?99

Já foi mais fácil ser poeta..... 103

O amor entre pais e filhos 107

A vida como ela é (ou não) 111

Ter mais e ter menos 115

A vida, com ópio e sem ópio..... 119

Excesso ou falta de sentido?123

O que quer um homem?127

A fórmula do amor..... 131

A felicidade é deprimente135

PARTE TRÊS: contra a mediocridade do mundo.....	140
De volta para o passado	143
O devaneio é uma doença	147
Amor letal	151
Palavras de amor.....	155
A favor do tédio	159
Sorria!	163
Não estamos sós.....	167
Riscos de morte e riscos de vida	171
Os clichês de Natal e Ano-Novo	175
A lembrança do silêncio	179
Posfácio.....	185
Obras citadas.....	189
Para saber mais	197

O SENTIDO FAZ FALTA?

É uma queixa frequente: o mundo e a vida fazem pouco sentido – muito menos sentido do que antigamente, completam os saudosistas. Nas famílias, às vezes, essa queixa produz uma espécie de pingue-pongue. Os pais acham que os filhos adolescentes vivem por inércia, sem rumo e projeto: “Eles não estão a fim de nada que preste, não têm uma causa, uma visão de futuro”.

Os filhos, confrontados com essa preocupação dos pais, declaram que, se precisassem mesmo de um sentido para viver, certamente não seria com os pais que eles o aprenderiam: “Mas qual sentido gostariam que eu escolhesse para minha vida, se a vida deles não tem nenhum?”. Nesse diálogo, o sentido parece ser sempre o que falta na vida dos outros que criticamos.

Também existem indivíduos (adolescentes e adultos) que se queixam da falta de sentido na própria vida: “Viver para quê? Todo o mundo vai morrer de qualquer jeito. Que sentido tem?”.

Geralmente, ao procurar responder a essas constatações desconsoladas, amigos, parentes e terapeutas agem como os pais que mencionei antes: querem injetar uma causa, uma visão de futuro na vida de quem lhes parece ter perdido o rumo necessário para viver.

Agora, eu não estou convencido de que, para viver, seja necessário que a vida tenha um sentido.

Quando alguém se queixa de que sua vida é sem sentido, não tento interessá-lo em grandes razões para viver. Prefiro perguntar (para ele e para mim mesmo) de onde surge tamanha necessidade de sentido. É curioso que, para alguns, a existência precise de uma justificação, de uma razão, de uma causa, de uma visão de futuro.

Em regra, essa necessidade de justificar a vida se impõe quando a própria vida não se basta mais. Ou seja, é quando os gestos cotidianos perdem sua graça que surge a obrigação de fundamentar a vida por outra coisa do que ela mesma.

Nota clínica: a depressão não é o mal de quem teria perdido (ou nunca achado) uma grande razão para viver. Depressão é ter perdido (ou nunca encontrado) o encanto do cotidiano. Por consequência, tentar "curar" a depressão de um adolescente propondo-lhe militância política ou fé religiosa é nocivo: se a gente conseguir capturá-lo num grande projeto, esse mesmo projeto o afastará ainda mais da trivialidade do dia a dia, cujo encanto ele perdeu.

Resumindo, quando alguém se queixa de que a vida não tem sentido, o problema não é ajudá-lo a encontrar o tal sentido da vida, mas ajudá-lo a descobrir que a vida se justifica por si só, que ela pode ser seu próprio sentido.

A cultura moderna poderia ser dividida em dois grandes blocos (que não coincidem com as tradicionais divisões de esquerda vs. direita etc.): os que pensam que o sentido da vida não está na própria experiência de viver (mas na espera de um além, num projeto histórico etc.), e os que pensam que a experiência de viver, por mais transitória que seja, é todo o sentido do qual precisamos.

Nota: a psicanálise, inesperadamente, está nesse segundo grupo, por constatar que a gente sofre mais frequente e gravemente pelo excesso do que pela falta de sentido.

Alguém dirá que, com o declínio das utopias políticas e algum avanço (talvez) do pensamento laico, o sentido da vida está em baixa. Em suma, eu estaria chutando um cachorro morto.

Não concordo: talvez a própria crise das utopias e de algumas religiões instituídas esteja reavivando uma espiritualidade que tenta sacralizar o mundo, prometendo, no mínimo, sentidos ocultos.

O esoterismo *new age* nos garante que a vida tem um sentido misterioso, que a gente nem precisa saber qual é. Melhor assim, não é? Acabo de ler um breve (e delicioso) ensaio do filósofo italiano Giorgio Agamben, *La Ragazza Indicibile* [A moça indizível]. Agamben, retomando um ensaio de Jung e Kerényi de 1941 sobre Kore, a moça

sagrada – Perséfone na mitologia clássica –, mostra que os mistérios de Eleusis, que são os grandes ascendentes do esoterismo ocidental, de fato não revelavam nenhum grande sentido escondido das coisas e da vida – a não ser talvez o sentido de uma risada diante do pouco sentido do mundo.

Ele conclui com a ideia de que podemos e talvez devamos “viver a vida como uma iniciação. Mas uma iniciação ao quê? Não a uma doutrina, mas à própria vida e à sua ausência de mistério”.

APROVEITAR A VIDA E SUAS DORES

Com frequência, em conversas e entrevistas, alguém me pergunta o que penso da felicidade, obviamente na esperança de que eu espinafre esse ideal dominante de nossos tempos. Na verdade, não sei se a felicidade é mesmo um ideal dominante.

Claro, o casal e a família felizes são estereótipos triviais: “Com esta margarina ou com este carro sua vida se abrirá num sorriso de panfleto ou de comercial”. Mas ninguém leva isso a sério, nem os que declaram que tudo o que querem é ser felizes.

Se alguém levasse a busca da felicidade a sério, se drogaria, e não com remédios nem substâncias de efeito incerto e insuficiente: só crack ou heroína – tiros certos.

O que resta é a felicidade como tentação, como vontade de cair fora, compreensível quando a vida nos castiga muito. Fora isso, minha aspiração dominante não é a de ser feliz: quero viver o que der e vier, comédias, tangos e também tragédias – quanto mais plenamente possível, sem covardia.

Meu ideal de vida é a variedade e a intensidade das experiências, sejam elas alegres ou penosas.

Há indivíduos que pedem para ser medicados preventivamente, de maneira a evitar a dor de um luto iminente. É o contrário do que eu valorizo; penso como Roland Barthes, que declara em seu *Diário de luto*: “Luto. Impossibilidade – indignidade – de confiar a

uma droga – sob pretexto de depressão – o sofrimento, como se ele fosse uma doença, uma ‘possessão’ – uma alienação (algo que nos torna estrangeiros) – enquanto ele é um bem essencial, íntimo [...]”.

São as fichas nas quais Barthes registrou sua dor entre outubro de 1977 (a morte da mãe) e setembro de 1979 (poucos meses antes de ele mesmo sofrer um atropelamento cujas consequências seriam fatais).

Logo nestes dias, um amigo meu, Paulo V., está perdendo seu pai. Ele me escreve, consternado, que nada sobrarão do pai: uma cadeira vazia, gavetas de roupas e papéis e que mais? A lembrança se perderá com a vida do filho, que não lhe deu netos e de quem também nada sobrarão. A resposta que encontro, para meu amigo, é uma questão: por que uma vida não se bastaria, mesmo que não sobre nada e, a médio prazo, ninguém se lembre?

Barthes se pergunta se ele estaria escrevendo “para combater a dilaceração do esquecimento na medida que ele se anuncia como absoluto. O – em breve – ‘nenhum rastro’, em parte alguma, em ninguém”. Mas suas anotações não são um monumento fúnebre para a mãe.

Para Barthes, escrever é o jeito de abraçar a experiência, de vivê-la plenamente. Ele se revolta contra as distrações e as explicações consolatórias dos amigos; recusa as teorias que lhe prometeriam um bom decurso de seu luto (“Não dizer luto. É psicanalítico demais. Não estou de luto. Estou triste”) e foge,

embora a contragosto, das crenças que apaziguariam a dor (“que barbárie não acreditar nas almas – na imortalidade das almas! Que verdade imbecil é o materialismo!”). Enfim, Barthes chega quase a reear que o luto acabe, como se, além da mãe adorada, ele temesse perder também, aos poucos, sua experiência dessa perda.

Meses depois da morte dos meus pais, havia momentos em que eu lamentava que meus afetos e pensamentos voltassem “ao normal”, como se minha vida fosse mais pobre sem aquela dor. E havia outros em que, de repente, um detalhe me fisgava até às lágrimas. Esses momentos eu acolhia com alegria.

Como Barthes anota, a dor do luto pode deixar de ser o afeto dominante, mas ela sempre volta, com a mesma força: “O luto não se desgasta porque não é contínuo”.

Falando em detalhes que fisgam, as anotações de Barthes reabriram a ferida de quando ele morreu, mais de trinta anos atrás. De que sinto mais falta?

Do timbre de sua voz e de duas coisas que, de certa forma, faziam parte do timbre de sua voz. Sinto falta de seu gosto pela inconsistência das ideias e dos saberes (“proporcionalmente à consistência desse sistema, sinto-me excluído dele”). E sinto falta de sua coragem para falar a partir da singularidade de sua experiência, sem a menor pretensão de erigi-la numa generalidade que valha para os outros.

Em suma, sinto falta dele, mas não é só que eu sinto falta dele, é que ele, ainda hoje, faz falta.

MEUS PAIS SÃO BIPOLARES

O termo bipolar se tornou corriqueiro na boca dos adolescentes. Não é que eles cite diagnósticos psiquiátricos, no estilo “sabe, minha mãe toma remédio porque os médicos dizem que ela é bipolar”. Nada disso; para eles, o termo é a descrição genérica de um estado de espírito dominado por altos e baixos radicais. Além disso, muitos adolescentes pensam que, hoje, ser bipolar é a regra.

Não acho ruim que termos clínicos se vulgarizem e entrem na linguagem comum. Só me preocupa o fato de que, às vezes, psiquiatras e psicólogos adotam essa vulgarização, confundindo a tristeza banal com o transtorno depressivo ou, então, variações do humor banais com o transtorno bipolar.

Com isso, claro, a indústria farmacêutica faz a festa, pois vende antidepressivos a pessoas que estão apenas tristonhas ou morosas e estabilizadores de humor a pessoas que são apenas mais alegres pela manhã do que à noite. Seja como for, talvez os adolescentes tenham razão. Talvez a bipolaridade, além de um transtorno para alguns, seja hoje um traço da personalidade de todos nós. Por quê? Um pequeno desvio para responder.

Existe um grupo de trabalho encarregado de revisar o *Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais*, cuja quinta versão (DSM-5) foi publicada em

2013,* e ele manifesta periodicamente suas decisões e pensamentos no site www.dsm5.org. Foi assim que em 2010, se não me engano, soubemos que o transtorno da personalidade narcisista sumiria da próxima versão do *Manual*. Tanto mais bizarro que, aos olhos de muitos (assim como aos meus), a personalidade narcisista, longe de estar extinta, é a que melhor resume a subjetividade contemporânea. Antes de defini-la, vamos ver quais foram as reações.

As más línguas observaram que sempre somem os transtornos para os quais a indústria farmacêutica não tem remédios para vender (não existe pílula para transtorno narcisista, enquanto existem várias para bipolaridade e depressão). Outros, considerando que o transtorno da personalidade narcisista coincidiria com o espírito de nossa época, acharam normal que ele não fosse mais considerado uma patologia.

Enfim, muitos psicanalistas (sobretudo alunos de Heinz Kohut e de Otto Kernberg, grandes intérpretes do narcisismo) protestaram, e eis que, numa revisão, o transtorno narcisista reapareceu no DSM.

* Em 2022, foi publicada uma atualização do DSM-5, intitulada DSM-5-TR (*Text Revision*), que revisa e atualiza alguns critérios diagnósticos, a linguagem utilizada no manual e inclui novos termos, como o diagnóstico de transtorno de luto prolongado. (N.E.)

Em síntese, o narcisista não é, como sugere a vulgata do mito de Narciso, alguém apaixonado por si mesmo ou por sua imagem no espelho. Ao contrário, o problema do narcisista é que ele depende totalmente dos outros para se definir e para decidir seu próprio valor: ele se orienta na vida só pela esperança de encontrar a aprovação do mundo.

Infelizmente, nunca sabemos por certo o que os outros enxergam em nós. Às vezes, o narcisista se exalta com visões grandiosas de si, ideias infladas do amor e da apreciação dos outros por ele; em outras, ao contrário, ele despenca no desamparo, convencido de que ninguém o ama ou o aprecia.

Ora, a modernidade é isto: um mundo sem castas fixas, onde cada um pode subir ou descer na vida justamente porque seu lugar no mundo depende da consideração (variável e sempre um pouco enigmática) que os outros têm por ele. Ou seja, a modernidade nos predispõe a um transtorno narcisista permanente e, no coração dessa personalidade narcisista (sina de nosso tempo), há uma oscilação bipolar.

O adolescente tem razão: a bipolaridade talvez seja especialmente manifesta nos pais. Como disse, na sociedade moderna, só somos o que os outros reconhecem que sejamos, e os pais não são exceção a essa regra.

Nem lei simbólica, nem legado divino, nem provas genéticas bastam para me transformar em pai ou mãe de meus filhos. Hoje, para eu ser pai ou mãe, é preciso que os filhos me reconheçam como tal, ou

seja, sem o amor e o respeito de meus filhos, eu não serei nem pai nem mãe.

Consequência: todo pai moderno é condenado à bipolaridade, entre a felicidade de ser genitor e uma consternadora queda do alto dessa nuvem. Se ele tenta educar, corre o risco de não ser mais amado e, portanto, de não ser mais pai. Se desiste de educar para ser amado, corre o risco de não ser mais respeitado – ou seja, novamente, de não ser mais pai.

É isto: os pais são bipolares.