

Sonhar em tempos de medo

Escrevo este artigo no retorno de umas férias na praia, movida por uma sensação de desassossego que surgiu ao observar as pessoas durante os belos pores do sol. Nos entardeceres desse lugar, há um espetáculo de vermelho intenso no céu, aceso por um enorme sol em seu caminho ao ocaso. Da mesma forma que eu, havia várias pessoas na beira do mar atraídas por essa hora tão especial. Algo que me chamou muito a atenção foi que praticamente todas olhavam o surpreendente presente da natureza a partir de uma *selfie*, através de seus celulares, a fim de enviá-la imediatamente para suas redes. A onipresença de celulares não é nenhuma novidade no mundo globalizado, mas o que me impactou foi o momento em que isso acontecia e o aspecto massivo do fenômeno em comparação com anos anteriores. Parece que a experiência de contemplar em silêncio e recolhimento o pôr do astro-rei não tem, nestes tempos, sentido por si mesma, mas somente quando se coloca ao lado a própria imagem, que será exibida imediatamente para fora. Imaginei que o que estava presenciando era o ocaso da vivência em intimidade da experiência emocional do *ser* humano, o qual parecia estar sendo afogado pela arrogância narcisista da época e pela pressa de externalizar em atos concretos o que não podia recolher nem conter em uma experiência subjetiva.

Eu me questioneei se minha visão não teria um viés geracional, mas acho que não me equivoquei ao pensar que algo não muito bom está acontecendo conosco como espécie, algo que para os jovens nativos da era digital pode passar despercebido.

Vêm se instalando no mundo atual, com velocidade insuspeitada, mudanças tecnológicas e biotecnológicas, a inserção da inteligência artificial, a hegemonia altamente controladora da sociedade de consumo, a intoxicação pelos múltiplos estímulos que a internet oferece, catástrofes climáticas, ameaças virais etc., que põem em risco a saúde física e mental dos seres humanos. Vivemos tempos de desmoronamento de certezas e pautas construídas ao longo de décadas, o que gera confusão, medo e insegurança, algo que vem sendo descrito e anunciado por filósofos, sociólogos e historiadores contemporâneos, como Z. Bauman, Y. Harari e M. Nussbaum.

Parece que não chegamos a digerir nem a compreender o que vivemos. Não contamos com conhecimento suficiente, consciência crítica nem respostas reflexivas, mas talvez somente com refúgios inconscientes e sobre-adaptações perigosas.

Vemos isso em nossos consultórios psicanalíticos, aonde chegam pessoas cada vez mais acometidas por transtornos de ansiedade, ataques de pânico, pesadelos ou insônias noturnas, transtornos psicossomáticos, vidas desorientadas repletas de atuação. Sabemos

que a característica central dessas novas patologias é uma organização deficiente do eu, que padece de um *sofrimento narcísico-identitário* (Roussillon, 2016). Um eu que não consegue se integrar dificilmente poderá conter emoções dolorosas e angustiantes, motivo pelo qual encontrará alívio via descarga em atos e no corpo, afastando-se da internalização psíquica de um processamento associativo que outorgue sentido pessoal às emoções e, por conseguinte, não conseguindo construir uma subjetividade.

Em estados psíquicos primários, quando o sentimento de insegurança e vulnerabilidade governa o sujeito humano, ameaçando-o com a desintegração de si mesmo, tudo o que importa é se acalmar, sujeitando-se existencialmente ao que quer que seja, através de identificações adesivas, obsessões, fanatismos e vícios. Substitui-se uma realidade inquietante por uma fantasia onipotente, um *pensamento mágico* (Ogden, 2010), blindando a curiosidade em relação à experiência vivida, fechando a possibilidade de aprender com ela, pegando o caminho fácil de apenas dar nome, classificar, fixar, repetir um pretenso saber inquestionável.

Podemos dizer que hoje em dia a capacidade de pensar emoções está em xeque. Um pensamento que W. Bion chamou de *pensamento onírico*, entendido como um processo inconsciente que gera significados tanto de dia como de noite para tornar compreensíveis experiências emocionais difíceis. Nessa perspectiva, o trabalho do sonho consiste em reunir unidades dispersas da experiência para poder registrá-las e gerar assim a possibilidade de conectá-las entre si, elemento fundante da capacidade de pensar, do crescimento psíquico e da experiência de ser. Um pensamento criativo, capaz de integrar e conectar estados mentais diversos através da imaginação, da associação livre e da representação. Anzieu (1985/2003), com grande talento para explicar com imagens suas ideias, diz que “a

ilusória pele do sonho esconde um eu-pele irritado e em carne viva” (p. 233), devido às múltiplas rupturas que acontecem durante o dia, o que tenta consertar envolvendo-o em um “berço de imagens”.

Hoje mais do que nunca, o sonhar, que foi a inspiração conceitual inaugural da psicanálise, retoma vigência teórica e urgência gravitante na clínica e na vida cotidiana do mundo atual. Se a filosofia hoje focaliza seu interesse no medo, nós como psicanalistas deveríamos difundir nossa forma de compreendê-lo e afinar o modo de captá-lo e processá-lo.

Na época vitoriana, os sonhos inspiraram Freud a explorar desejos sexuais reprimidos que causavam estragos na saúde mental das pessoas, e sua técnica de interpretação buscava a emancipação do jugo da repressão. Posteriormente, nos anos 1920, foram também os sonhos, dessa vez os produzidos pelo trauma da guerra, que impulsionaram o desenvolvimento de sua teoria para compreender estados mentais traumatizados, pertencentes a um registro diferente daquele do desejo reprimido e da busca do prazer: estados de fixação repetitiva e angústia automática que não podiam se converter em sinal psíquico. Hoje, a psicanálise contemporânea se centra nesse déficit de “sinal”, retornando à capacidade de sonhar como modelo teórico e recurso psíquico para resgatar a mente do dano de um narcisismo negativo, como propõe Green (1983/1999) quando se refere aos estados que descreve como *a noite psíquica, o dormir sem sonho, o sonho branco*. Ou seja, estados mentais nos quais a enorme magnitude de angústia gerou um potente movimento evitativo, que se mostra automutilador do pensamento ao perfurar ou quebrar o percurso associativo do pensamento, produzindo uma renegação massiva da própria realidade psíquica, uma fratura na capacidade de simbolização.

A renegação da própria realidade psíquica acarreta déficits egoicos e identitários, dando passagem ao medo e à angústia. Rous-

* Sociedad Peruana de Psicoanálisis.



sillon (2016) aponta que os fantasmas sabem a quem aparecer, pois tomam o corpo de outro que não é tão “outro”, alguém com perda de identidade.

Contamos com a valiosa herança emancipadora do pensamento freudiano, já não para nos liberar da submissão do desejo sexual, mas para nos resgatar do não desejo, do *não sonho* (Cassorla, 2013), do não pensamento, da não interioridade. Como bem disse M. Horenstein (2020), nosso ofício sobreviverá por seu *anacronismo fértil*, pois contamos com um dispositivo para produzir pensamento crítico.

No entanto, precisamos estar atentos para não perder a especificidade do espírito psicanalítico, uma vez que também o exercício da clínica está ameaçado pela pressão de concretude e adaptação exercida por estes tempos. Levine (2010) exorta a manter a especificidade da psicanálise, no mesmo nível da necessidade de atualização dela, para poder tratar os novos pacientes com funcionamentos pré-verbais, que trazem palavras vazias, somatizações, *enactments*.

É específico de nossa técnica proporcionar um encontro peculiarmente íntimo com os pacientes, um tipo de *estrutura enquadrante* (Green, 1979/1993) que, em virtude da constância de uma escuta aberta e uma atitude silente por parte do analista, constitui-se em uma *matriz* que mobiliza turbulências emotivas muito pessoais no paciente e sentimentos intersubjetivos entre paciente e analista. Isso propicia o acesso a estados mentais pouco, mal ou nunca antes representados simbolicamente, que serão “sonhados” conjuntamente nas sessões – *sonho-a-dois* (Cassorla, 2013) – para combater o medo.

Referências

- Anzieu, D. (2003). *El yo-piel* (S. Vidarrazaga Zimmermann, trad.). Biblioteca Nueva. (Trabalho original publicado em 1985)
- Cassorla, R. (2013). La simbolización y el trabajo del sueño del analista. *Revista de Psicoanálisis de Madrid*, 69, 75-109.
- Green, A. (1993). El silencio del psicoanalista. In A. Green, *La nueva clínica psicoanalítica y la teoría de Freud* (J. L. Etcheverry, trad., pp. 127-156). Amorrortu. (Trabalho original publicado em 1979).
- Green, A. (1999). *Narcisismo de vida y narcisismo de muerte* (J. L. Etcheverry, trad.). Amorrortu. (Trabalho original publicado em 1983)
- Horenstein, M. (2020, 30 de outubro). *Fronteras del tiempo: el futuro en psicoanálisis/el futuro del psicoanálisis* [Apresentação de trabalho]. 33º Congresso Latino-Americano de Psicanálise, Montevideú, Uruguai.
- Levine, H. (2010). Creating analysts, creating analytic patients. *The International Journal of Psychoanalysis*, 91(6), 1385-1404.
- Ogden, T. (2010). On three forms of thinking: magical thinking, dream thinking and transformative thinking. *The Psychoanalytic Quarterly*, 79, 317-347.
- Roussillon, R. (2016, 15 de setembro). *Núcleos melancólicos en el sufrimiento de la identidad narcisista* [Apresentação de trabalho]. 31º Congresso Latino-Americano de Psicanálise, Cartagena, Colômbia.

Tradução do espanhol: Schirlei Schuster