ESCUTANDO COM O TERCEIRO OUVIDO

A EXPERIÊNCIA INTERIOR DE UM PSICANALISTA

THEODOR REIK

COLEÇÃO HISTÓRIAS DA PSICANÁLISE

ESCUTANDO COM O TERCEIRO OUVIDO

A EXPERIÊNCIA INTERIOR DE UM PSICANALISTA

THEODOR REIK

tradução Sonia Augusto

quina

Para Marija

Que tolera seu marido
e a estranha profissão dele

Sumário

Introdução 11

Parte I : "Eu mesmo sou um estranho aqui" 17

1. Como alguém se interessa por psicologia? 19
2. Como Freud descobriu a psicanálise 27
3. "Não há esconderijo lá embaixo" 39
4. *Eine Kleine Nachtmusik* 53
5. Vinte anos depois 65
6. "Pergunte ao seu coração aquilo que ele conhece..." 77
7. A voz do meu pai 87
8. O amor e o déspota sombrio 97
9. O chamado da vida 111
10. Mudando para outra estação 121

Parte II : A oficina 129

11. A atmosfera 131
12. No princípio é o silêncio 145
13. A abordagem 151
14. Observação consciente e inconsciente 155
15. O terceiro ouvido 169
16. Atenção livremente flutuante 183
17. Quem sou eu? 201
18. *Insight* 215
19. Conjectura 243
20. Compreensão 255
21. Do verdadeiramente surpreendente ao surpreendentemente verdadeiro 265
22. Psicanálise e chiste 279

23. O psicanalista surpreso 289
24. A jovem e a velha senhora 303
25. Camuflagem neurótica 319
26. Direto da boca dos bebês 333
27. Em busca das ideias e emoções perdidas 341
28. O momento psicológico 351
29. Esconde-esconde 365
30. Lembrança e reminiscência 379
31. De inconsciente para inconsciente 393

Parte III : Rua de mão dupla 409
32. Um caso incompreendido 411
33. A questão da evidência 421
34. Funciona nas duas direções 435
35. O caminho sinuoso em direção a si mesmo 451
36. *Intermezzo Capricioso* 461
37. Psicanálise por hábito 465
38. Não há uma estrada real através do inconsciente 477

Parte IV : A linguagem da alma 489
39. Dicção e contradição 491
40. O psicanalês *(Scherzo)* 497
41. As experiências de outras pessoas e as suas 503
42. O mecanismo da antecipação 517
43. O choque do pensamento 531
44. A coragem de não entender 543

Despedida 553

Bibliografia 555
Sobre o autor 557

ESCUTANDO COM O TERCEIRO OUVIDO

Introdução

Outro dia, durante uma sessão de análise, contive meu impulso para não fazer o seguinte comentário: "Quando eu tinha 25 anos, ouvi um sábio dizer (...)" O jovem tinha vindo me consultar sobre duas decisões que precisava tomar: se deveria ou não seguir determinada profissão; se deveria ou não casar com uma moça. Algo dele ou da situação dele me fez lembrar de mim nessa idade. Ele havia acabado de concluir o doutorado em psicologia. Eu também havia concluído meu doutorado nessa mesma idade, eu era aluno de Freud.

Certa noite, encontrei o grande homem em sua caminhada diária ao longo da Ringstrasse, em Viena, e o acompanhei até sua casa. Amigável como sempre, Freud me perguntou sobre meus planos, e eu lhe contei dos meus problemas, semelhantes aos do meu paciente atual. É claro que eu esperava que Freud me desse um conselho ou resolvesse minhas dúvidas.

"Só posso lhe falar da minha experiência pessoal", disse ele. "Ao tomar uma decisão de pouca importância, sempre achei vantajoso considerar todos os prós e contras. Porém, em questões cruciais, como a escolha de uma companheira ou de uma profissão, a decisão deve vir do inconsciente, de algum lugar dentro de nós. Nas decisões importantes de nossa vida pessoal, acho que devemos ser dirigidos pelas necessidades internas profundas de nossa natureza".

Sem me dizer o que fazer, Freud tinha me ajudado a tomar uma decisão. Como o casamento, a escolha de uma profissão é uma questão de destino. Nós devemos acolher nosso destino, aceitando prontamente aquilo que ele nos traz. Naquela noite, há 35 anos, quando decidi me tornar psicanalista, eu me casei com a profissão, para o bem ou o mal.

Se perguntarmos aos homens de meia-idade se alguma vez desejaram mudar de profissão, a maioria responderá com uma negativa. Se o interlocutor demonstrar surpresa e, talvez, um pouco de ceticismo ("O quê, nunca?"), alguns poderiam reconsiderar e dizer "Bom, quase nunca".

Pois eu devo admitir livremente que nestes 35 anos de prática psicanalítica, tive esse desejo mais de uma vez. Em alguns momentos, ser um psicanalista me parecia ser menos uma profissão do que uma calamidade. Esse desânimo tem-

porário é inevitável quando são feitas demandas que só Deus poderia cumprir. Muitas vezes eu dizia a mim mesmo que o que se espera de um analista é que seja um feiticeiro; um feiticeiro que, na opinião de muitas pessoas, poderia se apresentar como o personagem criado por Gilbert e Sullivan:

> *Ah! meu nome é John Wellington Wells;*
> *trabalho com mágicas e feitiços.*[1]

Na minha juventude, quando minha ambição ainda não estava refreada, tive momentos de desânimo que não se relacionavam com os limites da prática psicanalítica, mas com a natureza da própria profissão. Isso pode ser mais bem exemplificado com uma historieta do magnífico ator vienense Josef Kainz, que ficou conhecido como o melhor ator dramático dos palcos alemães. Quase no final de sua brilhante carreira (ele morreu em 1910), o diretor do Burgtheater, em Viena, convidou Kainz para fazer o papel de Próspero em *A Tempestade* de Shakespeare. Kainz pensou algum tempo no convite, e finalmente recusou. "Para fazer o papel de Próspero", disse ele, "é preciso não só ser um grande ator, mas também um grande homem. Mas será que um grande homem se tornaria apenas um ator..."? Nesse mesmo sentido de Kainz, duvido muito que um grande homem iria se dispor a ser apenas um psicanalista. Espero que ninguém venha a argumentar que Freud, que *era* um grande homem, era apenas um psicanalista. Ele criou uma ciência; ele descobriu a psicanálise. Foi um grande pensador e um dos maiores psicólogos de todos os tempos.

Houve momentos em que a importância da minha prática se tornou questionável, e o impacto social da minha profissão, dúbio. Não há dúvida alguma, porém, sobre o valor dos *insights* que a psicologia profunda tem a dar. Trata-se de um método de pesquisa que oferece oportunidades singulares para obter compreensões sobre a dinâmica da vida emocional e mental. A tocha que a psicanálise coloca nas mãos do investigador ilumina os cantos mais escuros e lança um raio de luz nos poços mais profundos. Ele alcança os recessos mais remotos e torna transparente aquilo que se agita e se move nos esconderijos subterrâneos. Nenhum outro método psicológico nos mostra como milhares de

1. Canção da ópera cômica "O feiticeiro" (1877), parceria do libretista W.S. Gilbert (1836-1911) e do compositor Arthur Sullivan (1842-1900). [N.E.]

variedades emocionais seguem as mesmas leis, tão válidas como as da física e da química. Encontrar as leis que governam os processos inconscientes, descobrir o que está oculto por trás da fachada psíquica, essas são as satisfações que um psicanalista pode experimentar.

As páginas que se seguem contam a história da estranha aventura que é o trabalho mais importante de um psicanalista: a história de uma expedição ao último continente obscuro da terra. Quero mostrar como os novos *insights* psicológicos são obtidos ou como o resultado de uma longa e paciente mineração, ou como *flashes* súbitos que emergem das profundezas inconscientes.

A pessoa que procura uma análise não está psicologicamente despreparada para isso. Muito antes de entrar no consultório do psicanalista, ela se deu conta de algumas experiências estranhas, sentiu ansiedades ou inibições, observou sintomas e comportamentos que tornaram sua vida difícil e, algumas vezes, insuportável. Ela tentou descobrir o que perturba seu trabalho, sua interação social ou sua capacidade de amar. Muitas vezes, tentou responder à questão de existirem ou não coisas desconhecidas dentro de si, que seriam responsáveis por seus problemas. Ela mesmo tentou encontrar a saída do labirinto de suas emoções. Foi um tipo de autoanálise abortiva, tentada com *insight* e conhecimento insuficientes, realizada com ferramentas inadequadas. Sem uma autoanálise elementar, ela nunca teria chegado até a porta do analista. Muito antes de consultar um psicanalista, o paciente tornou-se interessado por problemas de ordem psicológica, por necessidade íntima, pois afinal esses eram seus próprios problemas. O mundo ao nosso redor está cheio de perguntas fascinantes. Por que uma pessoa deveria voltar sua atenção para seu interior, por que deveria se interessar pelo que acontece dentro de si? A resposta a essa pergunta, com que nos defrontamos no início de nossa pesquisa, ultrapassa o âmbito do paciente individual. Ela nos ajudará a compreender como a psicanálise foi descoberta.

O exame das próprias dificuldades emocionais, uma tentativa para dominar a agitação interna, marca a origem da nova ciência. Foram a auto-observação e a autoanálise que levaram Freud às convicções fundamentais que apresentou a um mundo descrente. Ele teria sido um dos maiores psicólogos do mundo mesmo se tivesse restringido suas observações apenas a si próprio, mesmo se tivesse publicado apenas as descobertas que fez sobre sua própria pessoa e mesmo se nunca tivesse tratado um único paciente neurótico. Suas compreensões psicológicas teriam sido incompletas, caso ele não tivesse comparado os

resultados da auto-observação e da autoanálise com aqueles revelados pelas análises de outros. Mas os *insights* decisivos foram adquiridos na vivissecção de sua própria pessoa.

Este livro retraça os passos pelos quais Freud atingiu seu objetivo. É uma introdução à psicanálise de um novo ângulo: do ponto de vista da auto-observação e da autoanálise. Busca, desse modo, apresentar o leitor a um terreno novo e estranho, ao iniciar justamente onde outros pesquisadores param.

Na primeira parte deste livro, são apresentados exemplos da auto-observação e da autoanálise psicológicas. Elas aparecem aqui, por assim dizer, como exemplos do que o mundo subterrâneo emocional tem a oferecer quando o psicólogo desce a essa região obscura, equipado com as ferramentas de sua ciência. A parte que se segue dá ao leitor um vislumbre do trabalho do analista durante sua investigação. O processo interior pelo qual ele atinge os resultados é apresentado em suas fases iniciais decisivas, incluindo as recompensas, em termos de compreensão, e os fracassos, em termos de possibilidades e limitações próprias. Centenas de histórias de caso são apresentadas aqui, não em termos científicos áridos, que se recusam a ganhar vida, mas como uma experiência interior do analista. Quero mostrar como um *insight* psicológico ocorre a ele na luta diária e silenciosa com um antagonista invisível. Tal apresentação deve, é claro, se restringir aos aspectos básicos, mas fracassos e erros são discutidos tão francamente quanto os resultados gratificantes.

Meu livro investiga os processos inconscientes do próprio psicanalista; ele mostra o outro lado da moeda. É uma tentativa – até onde eu saiba, a primeira – de descrever o que um investigador dos processos mentais inconscientes de outra pessoa realiza, e o que ele alcança.

Há muitos livros sobre o significado de um sintoma neurótico, a natureza e o conteúdo oculto de um adoecimento psicótico, ou o sentido por trás do conteúdo manifesto de um sonho. Aqui, me interesso pelo que acontece na mente do psicanalista, a mesma cena vista pelo outro lado, de dentro para fora.

Nem tudo neste livro é novo. A novidade é estarem sendo relatadas.

Depois de cinco décadas de desenvolvimento, a psicanálise assumiu um novo aspecto. No início, o analista era um terapeuta de uma nova escola, os métodos da psicanálise eram sentidos em conflito direto com o espírito da ciência médica, naqueles dias rudemente materialista e mecanicista. De fato, o analista estava realmente mais próximo do curandeiro do que do médico daquele

período. Para mim, hoje, o analista é em princípio um psicólogo, e a análise é um método psicológico que pode ser usado para fins psicoterapêuticos, entre outros. O futuro mostrará que o uso da análise no tratamento das neuroses individuais não é a sua aplicação mais importante.

O modo como passamos a conjecturar sobre processos inconscientes, sua natureza, significado oculto e finalidade, é da maior importância educacional do ponto de vista da formação analítica. Parece-me perigoso atribuir o primeiro lugar ao aspecto clínico e terapêutico das análises didáticas em nosso treinamento. O aspecto psicológico deve predominar. Conheço psicanalistas que são especialistas em neurologia com um amplo conhecimento de psiquiatria, mas de forma alguma psicólogos. De fato, acredito, por incrível que pareça, que existem psicanalistas cujo principal interesse não é seu trabalho psicológico. *Porém, ou a psicanálise será psicologia, ou não existirá.*

Norte-americanos são pessoas práticas, e meus colegas estão interessados principalmente nos aspectos práticos da psicanálise. Mas tomo a liberdade de lembrá-los de um dos maiores filhos deste país, Benjamin Franklin. Talvez nem todos eles saibam que Louis Pasteur invocou o espírito de Franklin em seu discurso de posse como professor em Lille, em 7 de dezembro de 1854.

> Sem a teoria, a prática não passa de uma rotina nascida do hábito. Apenas a teoria pode trazer à luz e desenvolver o espírito da invenção. São vocês, em especial, que não devem compartilhar a opinião daquelas mentes estreitas, que rejeitam tudo na ciência que não possua aplicação imediata. Vocês conhecem a fala encantadora de Franklin? Ele havia testemunhado a primeira aplicação de uma descoberta puramente científica, e as pessoas ao redor perguntaram, "Mas para que serve?" Franklin respondeu, "Para que serve um bebê recém-nascido?" Sim, cavalheiros, para que serve um bebê recém-nascido? Ainda assim, talvez, nessa tenra idade, já existissem em vocês sementes dos talentos que os distinguem. Entre suas crianças, frágeis como são, existem incipientes magistrados, cientistas, heróis tão valentes como aqueles que agora estão cobertos de glória junto às muralhas de Sebastopol. Assim, cavalheiros, uma descoberta teórica tem apenas os méritos de sua existência; ela desperta a esperança, e isso é tudo. Mas deixem que seja cultivada, deixem que cresça, e vocês verão aquilo que ela vai se tornar.

Assim falou Louis Pasteur que, não sendo um médico, foi um dos maiores cientistas e benfeitores da humanidade.

Outra razão para me restringir ao aspecto psicológico é pessoal: o pouco com que eu poderia contribuir no que se refere à terapia que seria novo – ou, pelo menos, ainda não afirmado – ainda não foi testado o suficiente por mim para que me aventure a torná-lo público diante de um amplo círculo de leitores bem-informados.

Quero aproveitar esta oportunidade para acrescentar uma segunda declaração pessoal: o fato de só agora, depois de 37 anos de prática e teoria analíticas, eu me aventurar a falar a respeito da técnica, deve-se a duas características peculiares que me impediram de publicar anteriormente. A primeira é uma incapacidade de aprender com os erros das outras pessoas. Toda a sabedoria dos provérbios e todas as exortações e alertas são inúteis para mim. Para aprender com os erros dos outros, eu preciso torná-los meus e, assim, talvez libertar-me deles. Outra característica combina-se a esse tipo de teimosia mental ou insubordinação intelectual: sou quase incapaz de aprender com meus próprios erros a menos que os tenha repetido diversas vezes. Somente no caso de um ou dois pequenos embaraços é que fui capaz de me corrigir da segunda vez que os reconheci como tais.

Além disso, peço que meus leitores levem em conta desde o início uma dificuldade própria da natureza especial de nosso assunto. Nós nos ocupamos de processos que são difíceis de apreender e, em sua maioria, particularmente difíceis de descrever. Caso eu não tenha êxito – e é impossível que eu tenha êxito – em apresentar tais processos de modo a satisfazer demandas estritamente científicas, não vou lamentar isso tanto quanto seria de se esperar. Estou menos preocupado em fornecer aos meus leitores teorias cientificamente incontestáveis do que lhes fornecer uma visão do admirável processo psicológico pelo qual conjecturamos e compreendemos o funcionamento inconsciente de outra mente. Tentarei cobrir o maior número possível de elementos representativos nesse processo singular, até agora inexplorados pelos psicólogos, e oferecer uma ideia da corrente de força mental em ação, que flui livremente, embora sob controle.

Nova York, dezembro de 1947

Theodor Reik

Parte I

“Eu mesmo sou um estranho aqui”

Capítulo 1

Como alguém se interessa por psicologia?

Os psicólogos – isto é, aqueles que, pela nossa percepção, são curiosos em relação aos problemas emocionais – já nascem assim, não são feitos. O interesse psicológico e o dom para a observação psicológica são tão inatos quanto o senso musical ou o talento matemático. Onde não está presente, nada – nem mesmo cursos, palestras e seminários – vai produzi-lo. A comparação com a musicalidade é justificada em mais de um sentido. Os músicos, como os psicólogos, nascem assim, mas a fim de se tornarem o que são, precisam ser treinados e precisam trabalhar muito tempo e com grande empenho. O talento sozinho não é o bastante, mas o trabalho e o empenho apenas, sem talento, de nada valem. A falta de dons psicológicos é especialmente visível quando um psicanalista está pronto para se dedicar ao trabalho criativo, para apresentar novas descobertas psicológicas em um livro ou artigo. Atualmente, encontramos muitos livros e artigos em periódicos psicanalíticos que são bem escritos e apresentam material interessante de natureza médica, sociológica, psicossomática ou fisiológica. Não duvido do valor, mas não existe neles o mínimo traço de psicologia.

Rossini foi assistir à ópera Os Huguenotes pela primeira vez. "O que o senhor achou desta música, maestro?", perguntaram a ele. "Música? Não ouvi música alguma", respondeu o compositor. Do mesmo modo, o leitor de certos livros e revistas psicanalíticos pode ter lido e aprendido muitas coisas, mas não psicologia. Pode ser um preconceito dizer que música é essencial para uma ópera, mas esse é um preconceito que gostaríamos de manter.

O intelectual alemão O. Klemm afirmou que a psicologia tem um longo passado, mas uma curta história. A psicologia é, de fato, uma das ciências mais jovens. O homem ingênuo, vivendo sob o comando de suas necessidades instintivas, não se preocupa com questões psicológicas. Ele volta seu interesse para o mundo externo, e o conhecimento que adquire é dirigido para dominá-lo e

para fazer com que esse mundo sirva aos seus desejos. Ele tenta conquistar um pedaço da realidade material e não almeja nenhum outro tipo de domínio. O reino do psicólogo não é o da a realidade material. Quando surgiram conflitos na mente do homem primitivo, quando seus desejos não se realizaram, ele tentou dominá-los projetando seu poder no mundo externo, no raio e no trovão, na chuva e no fogo. Ele usou magia e feitiços; transformou-se em um feiticeiro e, por fim, renunciou a sua onipotência em favor de seus deuses: ele se tornou uma pessoa religiosa, um adorador de divindades. Ele lançou suas paixões, necessidades, conflitos e frustrações sobre o reino dos poderes da natureza, do mesmo modo como projetamos uma imagem em uma tela. Ele olhou para essas imagens e não percebeu que elas apenas espelhavam processos dentro dele mesmo. Por muitas centenas de milhares de anos, a projeção inconsciente de seus próprios processos psíquicos sobre o mundo externo continuou a ser o modo natural de lidar com eles, de entendê-los. O que obrigou o homem a finalmente descobri-los dentro dele mesmo? A resposta sincera é que não sabemos.

Algo deve ter acontecido para ocasionar essa mudança. Paul Moebius, o psicólogo alemão, afirma ser "natural dirigir o próprio olhar para o mundo externo; não é natural voltá-lo para o próprio interior. Podemos nos comparar com um homem, dentro de uma sala escura, que olha através de uma janelinha para um mundo iluminado: lá fora tudo é facilmente discernível. Quando dá meia-volta, ele tem dificuldade em se sentir à vontade nessa sala escura".[2] A comparação ajuda. Apenas quando não há mais nada lá a ser visto, ou quando acontece na sala algo que o obriga a dar meia-volta, é que a atenção desse homem vai se afastar do mundo iluminado.

A psicologia não começa como auto-observação. Ela termina assim. A auto-observação, como possibilidade e fato, coloca um problema psicológico por si só. Toda pesquisa científica demanda um objeto e um sujeito: um objeto a ser estudado e um sujeito que tenta reconhecer a natureza desse. Os objetos das outras ciências são fatos e conexões entre fatos no mundo externo, enquanto o sujeito é o observador, o pesquisador. Na psicologia introspectiva, o objeto são os próprios processos psíquicos do investigador. Aqui, então, existe uma identidade entre objeto e sujeito que é enigmática. Esse fato é tão extraordinário que

2. MOEBIUS, P. *Die Hoffnungslosigkeit aller Psychologie* [A desesperança de toda psicologia] (1907), p. 12.

a melhor maneira de os psicólogos lidarem com ele foi dispensando-lhe pouca atenção. Se for verdadeira a afirmação de Aristóteles de que a pesquisa começa com o espanto, então devemos admitir que a maioria dos psicólogos não se incomodou com essa emoção supérflua.

Pense na famosa inscrição no templo de Apolo em Delfos: "Conhece-te a ti mesmo." Esta afirmação era aparentemente bastante simples. Não havia nenhum mistério sobre o próprio eu. O que o filho de Zeus queria dizer parecia ser tão claro quanto um manual de psicologia: "Volte sua atenção para sua própria personalidade e conheça a si mesmo."

Hoje, porém, duvidamos seriamente se esse era o significado real do conselho do deus de Delfos. Os oráculos estavam cheios de significados duplos e obscuros. Por trás dessas palavras, "Conhece-te a ti mesmo", esconde-se outra ideia. Elas impõem a mais difícil tarefa imaginável, uma tarefa à qual algo na natureza humana resiste. Para cumpri-la, um homem deve lutar contra adversidades fortes. As palavras de Delfos não marcam o ponto de partida, mas sim o final da pesquisa psicológica. Se conhecer a si mesmo fosse fácil, não seria necessário que fosse colocado como uma demanda.

William James descreveu o fenômeno intrigante da auto-observação com as palavras, "O *eu* observa o *mim*". É óbvio que a precondição para esse fenômeno – a observação dos próprios processos mentais e emocionais – deve ser uma divisão no Eu.[3] Essa divisão torna a psicologia possível. Na verdade, essa divisão torna a psicologia necessária. Se o Eu fosse indiviso, ele não poderia observar a si mesmo e não haveria mesmo tal necessidade.

A auto-observação é o resultado de uma fase posterior da psicologia. Nietzsche apontou que "o *tu* é mais velho do que o *eu*". Toda criança é egoísta, mas no início não está interessada em si mesma. Não há nem mesmo um si mesmo bem definido. A observação primitiva se dirige à pessoa ou às pessoas no ambiente. Não existe um caminho direto da observação dos outros para a auto-observação. O *tu* permanece por muito tempo como o único objeto. O *eu* é um novo objeto de observação, tão novo que muitos psicólogos só recen-

3. Reservamos o termo "Eu", em maiúscula, para a tradução do conceito freudiano *ego*, deixando o termo em minúscula "eu" para demais ocorrências desprovidas de um sentido metapsicológico definido. Optamos também por traduzir *self* por "si mesmo", levando em conta que tal expressão não possui teor conceitual para o presente autor. [N.E.]

temente o descobriram como um objeto digno de atenção. Seus próprios processos psíquicos são um material inadequado para estatísticas, curvas, gráficos, tabelas, testes e agendas.

Onde está a transição da observação dos outros, como vimos nas crianças, para a auto-observação? Deve haver uma fase intermediária que foi negligenciada. Aqui está: a criança percebe, em certa idade, que ela é objeto de observação por parte dos pais ou babás. Dito de outro modo, o *eu* pode observar o *mim* porque *eles, ela ou ele* já observaram o *mim.* A atenção que as pessoas de seu ambiente deram à criança será seguida pela atenção que esta dará a si mesma. Portanto, a auto-observação se origina na percepção consciente de ser observado. O estágio intermediário entre a observação dos outros e a auto-observação é, portanto, a percepção de que se é observado pelos outros.

Quando a personalidade está dividida, como em algumas doenças psicóticas, a auto-observação é mais uma vez transformada em alucinações de ser permanentemente observado pelos outros. Sob outra forma, o fenômeno da despersonalização, no qual a pessoa reclama que não sente, mas apenas se observa, reforça este ponto. Um homem profere um discurso e, subitamente, se dá conta das peculiaridades em sua voz, de alguns gestos que faz, de algumas maneiras pessoais em que se expressa. Essa percepção consciente não é independente do fato de que ele vê ou sente a impressão que a sua fala ou o conteúdo dela têm sobre sua audiência. Há uma boa expressão para esse tipo de reconhecimento: a pessoa se torna autoconsciente. Isso não ocorre apenas na presença dos outros, embora esse seja o caso de modo geral. A ocorrência dessa reação quando a pessoa está sozinha é muito mais rara e de caráter secundário.

Repito, a auto-observação não é um fenômeno primário, ele deve ser rastreado retrospectivamente até o fato de ser observado. Uma parte de si mesmo observa outra parte, e suponho que diferenças no tipo e na intensidade dessa observação podem ser significativas para os futuros interesses psicológicos do indivíduo.

Uma menininha que conheço perguntou para a mãe: "Por que você sempre sorri quando alguma senhora no Central Park sorri para mim?" A criança havia observado que sua mãe sorria para outra mulher que olhava afetuosamente para a bela menininha. Esse caso não mostra tanto a auto-observação, mas a observação dos outros que reagem a si.

Por meio da observação primitiva, a criança aprende cedo na vida a interpretar as reações de seus pais ou babás como expressões de aprovação ou desa-

provação, de prazer ou aborrecimento. O fato de ser observado e, mais tarde, de observar a si mesmo nunca perderá sua conexão com essa sensação de crítica. A psicologia nos ensina repetidamente que a auto-observação leva à autocrítica, e todos tivemos oportunidade de reexaminar essa experiência. A auto-observação, desde seu início, é um resultado da autocrítica. Essa autocrítica dá continuidade à atitude crítica da mãe, pai ou babá. Elas são incorporadas a si, tornam-se introjetadas. A introjeção, ou absorção de outra pessoa em si mesmo, é uma pré-condição indispensável para a possibilidade de auto-observação. Sem ela, uma criança não pode transformar a sensação de ser observada em auto-observação. O processo descreve um círculo: atenção dirigida ao mundo externo e aos outros; percepção consciente de ser observado e, muitas vezes, criticado; incorporação das pessoas observadoras ou críticas em si mesmo; auto-observação.

Sabemos que muitos psicólogos ficaram pensando – alguns sequer se colocaram a questão – sobre a possibilidade de o *eu* observar o *mim*. Vemos agora quem é esse *eu* observador e atento. Ele é o objeto, a mãe, a babá que observou a criança, levado para dentro de si. A divisão, que permite alguém observar a si mesmo, ocorre por meio da introjeção da pessoa cuidadora. Tornamos uma parte de nós mesmos cuidadora da outra parte. O *eu* observador é a sobrevivência da mãe ou pai que observam. Isso nos remete à gênese da crença religiosa na omnisciência de Deus, a crença de que Deus tudo vê. Uma menininha ficou muito indignada quando ouviu isso e disse: "Mas isso é muito indecente da parte de Deus".

Freud certa vez observou que a percepção introspectiva dos próprios impulsos instintuais resulta finalmente na inibição dessas tendências. Gostaríamos de acrescentar que essa auto-observação delas já é o resultado de uma inibição prévia. Se não houvesse traços mnêmicos de que as pessoas no ambiente da criança reagiram com desaprovação ou aborrecimento, com retirada do afeto, a algumas expressões instintuais, nenhuma auto-observação viria a se desenvolver. Vamos voltar ao nosso indivíduo que fala. Quando ele se torna autoconsciente, e se essa sensação atingir determinada intensidade, ele fica constrangido. Ele começa a gaguejar, hesita, comete lapsos de linguagem, fica cada vez mais inseguro. Isso seria o resultado da impressão de que sua fala não estaria sendo recebida com aprovação, mas sim com crítica negativa. Tornar-se autoconsciente significa tornar-se consciente da atitude negativa dos outros, perceber ou prever que os outros sejam críticos em relação a ele.

A psicologia torna necessária a presença de duas pessoas, mesmo que se trate de uma introspecção feita por um pesquisador em um estudo solitário. Sempre existe uma segunda pessoa ali que observa o *mim*. Sabemos que essa pessoa era originalmente o pai (ou a mãe) que agora continua sua existência dentro de nós. Quem se vê, trouxe para si a visão de um supervisor.

A psicanálise deu um nome a esse superintendente invisível de si mesmo, ela o chama de *Supereu*. Pensávamos que éramos os senhores em nossa própria casa até que Freud descobriu esse fator introspectivo e de inspeção, o Supereu – a imagem do pai incorporado, assumido como uma parte de si. O Supereu também é a segunda pessoa presente na auto-observação.

Quero evitar a impressão comum entre muitos analistas de que o Supereu é um fator que apenas critica, pune e proíbe. Se essa parte de nós mesmos, esse ocupante oculto na nossa casa psíquica, é um sobrevivente do pai e da mãe de nossa primeira infância, ele não pode ter apenas essas funções. Aprendemos na prática psicanalítica que o Supereu pode ter compaixão pelo indivíduo, e chamamos essa experiência de autopiedade. Não é nada além da ideia inconsciente de que "se a mãe ou o pai pudesse me ver neste sofrimento, ela ou ele sentiria compaixão por mim".

O Supereu pode sorrir, consolar e parece dizer: "Vá com calma; isso não é nem de longe tão ruim quanto você acha que é". Nós chamamos isso de humor. Conhecemos inclusive situações nas quais o Supereu perdoa a pessoa que está ciente de suas más ações ou pecados, e chamamos isso de autoperdão. A religião fala da graça que recai sobre o adorador. Em muitos casos em que usamos palavras com "auto" (como "autoconfiança"), "auto" se refere à parte da pessoa que representa o pai dentro dela. Sem saber disso, estamos falando do Supereu.

O Eu é primariamente um órgão perceptivo dirigido ao mundo externo, ele é incapaz de observar a si mesmo. O Supereu é o primeiro representante do mundo interior, ele é o guia silencioso no reino subterrâneo da nossa vida psíquica. A psicologia começou com a supervisão dos processos emocionais por esse superintendente, esse representante dos pais dentro de nós. Foi esse fator que examinou o que acontecia em nosso pensamento e em nossa vida emocional. Sua atenção e vigilância eram dirigidas às tendências e impulsos socialmente reprováveis. Ele os criticava, condenava, suprimia e, por fim, os reprimia. As primeiras descobertas no campo da psicologia foram feitas a serviço desses poderes repressores. A origem da psicologia pode ser facilmente reconhecida em nossas descrições e juízos psicológicos. A linguagem imortalizou essa ori-

gem. Como caracterizamos ou descrevemos uma pessoa? Dizemos, por exemplo, que ele é teimoso, avarento, pedante, gentil ou amigável. Não parece ressoar a voz do Supereu nessas descrições psicológicas? Queremos observar e descrever sem ideias preconcebidas, mas nossa linguagem miseravelmente pobre nos obriga a inserir um subtom de aprovação ou desaprovação nas afirmações científicas. Por muito tempo, a psicologia esteve presa a concepções moralistas e religiosas, e o Supereu é uma testemunha dessa servidão a ideias estranhas ao espírito da pesquisa. O Supereu sabe mais sobre o que acontece na mente humana do que as outras partes do Eu, exatamente como sacerdotes inteligentes e bem-informados com frequência sabem mais sobre as pessoas do que as pessoas sobre si mesmas.

A psicologia, afirmei, foi inicialmente colocada a serviço daqueles poderes que supervisionam os pensamentos e as emoções do indivíduo e da comunidade, a fim de manter afastados os impulsos e as ideias proibidos. O psicólogo já foi um censor da alma humana; às vezes um censor estúpido e às vezes um sábio, às vezes tolerante e às vezes severo. A melhor maneira de lidar com elementos especialmente rebeldes e ferozes é bani-los, eliminá-los. Assim, a psicologia se tornou um servidor a serviço dos poderes repressores. Ela ignorou, repudiou e deserdou certas tendências dentro do Eu. Quando sua existência não podia mais ser negada, a psicologia lhes deu outros nomes, distorceu sua natureza ao classificá-los e descrevê-los. Mesmo quando a psicologia aparentemente se libertou da supervisão do poder repressor, sua atitude de liberdade era apenas oficial. Orgulhosa de sua independência, ela continuou agarrada a ideias preconcebidas. Foi, e em grande medida ainda é, uma situação que nos remete a um cartum no qual dois homens iniciam uma discussão furiosa em que um grita para o outro: "Cale-se! Você não sabe que está vivendo em um país livre?" Essa foi a natureza da psicologia por muitas centenas, talvez milhares de anos.

Depois, lentamente, houve uma mudança. Não foi anunciada pelos psicólogos ou, pelo menos, não por psicólogos profissionais. Seu ponto de partida foi a descoberta das tendências ocultas, repudiadas, deserdadas e proibidas. Elas já haviam aparecido nas peças de Shakespeare e de outros poetas, em romances e poemas. Suas vozes começaram a ser ouvidas nos escritos de Montaigne, de La Rochefoucauld, de Chamfort e de outros, em especial franceses, que buscavam a verdade. Espíritos livres, eles trabalharam para desmascarar o oculto, para desencantar um mundo cativo do autoengano e da magia. Outra parte do Eu, a mesma que emprestou seu poder às tendências recalcadas, ajudou a remo-

ver as correntes. Começou a grande guinada na psicologia moderna. Aclamada pelos moralistas franceses, ela foi levada à sua expressão mais significativa por Friedrich Nietzsche (aqui considerado apenas como um dos grandes psicólogos) e atingiu o auge em Sigmund Freud.

A psicologia iniciou suas pesquisas a serviço da censura da vida emocional. A estação de observação e controle dentro do Eu, chamada de consciência (ou medo social), examinou as ideias e tendências que não deveriam invadir a terra dos pensamentos conscientes. A psicologia, nesta fase de seu desenvolvimento, forneceu um tipo de álibi para esses impulsos proibidos. A exortação "Conhece-te a ti mesmo" era muito necessária porque a psicologia era então o melhor método para enganar a si mesmo. Muito mais tarde, a psicologia percebeu que sua tarefa era a remoção dos poderes repressores, o levantamento da proibição, a busca das forças proibidas. No início, este era um movimento clandestino. Com Nietzsche e ainda mais com Freud, a voz de instintos suprimidos e impulsos repudiados ressoava dos confins ocultos. Por fim, esse movimento clandestino da psicologia veio à tona e se fez conhecido.

O órgão da observação psicológica e, portanto, da pesquisa e da descoberta psicológica, deve ser encontrado dentro de nós mesmos. Este livro quer procurar este órgão, que observa, reconhece e descobre o que acontece em nós. Esse órgão ainda não foi encontrado. Ele é desconhecido; mais do que isso, ele é inconsciente.

Capítulo 2

Como Freud descobriu a psicanálise

São necessários dois para praticar a psicologia, até mesmo a auto-observação psicológica. Para reconhecer e entender o que acontece na mente dos outros é preciso primeiro olhar para dentro de si mesmo. Tal busca só é possível na medida em que uma divisão no si mesmo precede a observação. A premissa do interesse psicológico é, portanto, uma perturbação dentro da pessoa. Sem ela, não existe nenhuma possibilidade de reconhecimento. Além disso, a perturbação emocional deve ser superada até certo ponto, o conflito deve ser quase resolvido, ou não surgiria o interesse psicológico. Quando um homem está muito zangado, ele não estará inclinado, nem será capaz de observar seus próprios processos psíquicos. Portanto, podemos pressupor que Freud, um gênio na observação psicológica, foi submetido a conflitos emocionais de tal natureza que tornaram o interesse psicológico não só possível, mas também necessário.

Deixemos de lado aqui o problema de seus dons especiais e perguntemos: o que, psicologicamente, permitiu a Freud fazer suas grandes descobertas, resolver o enigma do sonho, penetrar nos recessos da motivação humana; o que o forçou a descer ao submundo das neuroses enquanto tantos outros permaneceram na superfície? Ele próprio muitas vezes descreveu como chegou à nova ciência: "A psicanálise se originou da carência médica, surgiu da necessidade de ajudar os doentes nervosos que não experimentavam alívio mediante repouso, hidropatia e eletricidade".[4] Para ajudar esses pacientes, foi necessário compreender os seus sintomas, até então insondáveis. Esse foi o caminho pelo qual Freud chegou à psicanálise, mas como a psicanálise chegou a Freud?

4. FREUD, S. *Prefácio a "Problemas de psicologia da religião", de Theodor Reik*. In: FREUD, S. *Obras Completas*, vol.14, São Paulo: Companhia das Letras, 2010. p.390.

Essa pergunta permanece sem resposta. Até o presente, ela sequer havia sido formulada. Quais foram os motivos pessoais que o impeliram? Qual foi o conflito que tornou este interesse psicológico tão forte, tão preponderante?

A explicação que o próprio Freud dá é, por assim dizer, apenas a oficial. Haveria outra? Não precisariam ser excludentes, poderiam coexistir como duas salas, em uma das quais um lustre lança sua luz enquanto a outra é iluminada apenas por uma pequena vela que deixa os cantos escuros.

Aqui estamos interessados apenas nessa sala escura. Certa vez, comparei Freud com Rembrandt. Não há artista comparável a Rembrandt pela exatidão da observação, mas a luz lhe surgia apenas como um contraste à escuridão na qual grandes áreas de seus quadros eram mantidas. Da mesma forma, Freud deixou alguns de seus motivos na escuridão, e pode-se dizer dele o que Eugène Fromentin escreveu sobre Rembrandt: "Foi com a noite que ele fez o dia". Freud era um confessor, um autobiógrafo de admirável coragem moral e franqueza, mas ao mesmo tempo guardava segredos pessoais para si mesmo. Ele era um autorrevelador e um auto-ocultador. Em determinada passagem, escreveu sobre a "discrição que também devemos a nós mesmos".

Essa discrição raramente foi violada. Era como se ele sentisse que precisava guardar coisas pessoais para si, até mesmo daqueles que eram seus alunos mais leais. Em sua velhice, ele às vezes falava com um ou outro de nós, quase casualmente, de um fragmento de sua própria vida que nunca havia mencionado antes, como se subitamente estivesse cansado do segredo. Em seus livros *A interpretação dos sonhos* (1900), *Psicopatologia da vida cotidiana* (1901) e em outros escritos, ele apresentou descobertas surpreendentes feitas sobre si mesmo, exemplos magníficos de autoanálise, que pertencem às preciosas autorrevelações de grandes mentes. Tudo o que foi escrito por psicanalistas do mundo inteiro desde então torna-se insignificante ao lado daquelas páginas, que se distinguem por uma sinceridade inédita, por uma coragem moral inigualável, e por uma auto-observação sempre investigativa, nunca autocentrada. Houve, porém, limitações que ele impôs a si mesmo, pois conhecia a hipocrisia do mundo e se deu conta de que o seu destemor diante das sombras que caem sobre todas as pessoas seria provavelmente incompreendido.

"Do melhor que a tua ciência alcança, não podes mesmo instruir essa gentalha",[5] muitas vezes o ouvimos dizer, citando o *Fausto* de Goethe.

Houve relatos autorreveladores sobre emoções, conflitos, dúvidas, medos suprimidos e recalcados descobertos pelo analista – no caso, Freud – em muitos livros que publicou e em muitas conversas conosco, seus alunos. Sempre houve, porém, uma admirável reserva e discrição sobre si mesmo. Em uma conversa que tivemos, ele certa vez enfatizou a diferença entre "*privata*" e "*privatissima*", entre as coisas privadas das quais você fala quando existe uma necessidade científica disso e coisas tão privadas que você não fala sobre elas, nem mesmo quando seria valioso discuti-las.

Não haveria um modo que nos levasse a essa sala secreta agora, depois da sua morte? Nosso desejo de encontrá-la não é ditado por uma curiosidade fútil de uma natureza pessoal; não se pretende espionar os segredos de Freud. Nós queremos descobrir o que o levou à psicologia das neuroses. Assim, é um interesse psicológico legítimo que nos faz perguntar. Ele próprio não se incomodaria, muitas vezes admitiu se sentir indiferente a assuntos privados que surgissem após sua morte. Ele não acreditava na sobrevivência e na imortalidade e, como Heine, pensava que a ressurreição demoraria muito para acontecer.

O que se segue é, até onde sei, a primeira tentativa de descobrir o que determinou o intenso interesse de Freud pela psicologia das neuroses. A abordagem da sala secreta é difícil, em especial pela já mencionada discrição. Onde ela se localiza?

A maioria dos psicanalistas costuma não perceber que a psicanálise tem, por assim dizer, dois ramos. Um é a pesquisa da sintomatologia e da etiologia das neuroses, da histeria, fobia, neuroses compulsivas e assim por diante. O outro é a psicologia dos sonhos, dos pequenos lapsos da vida cotidiana como o esquecimento, os atos falhos, chistes, superstições, incluindo tudo aquilo que Freud chamou de metapsicologia.

O primeiro ramo levou às contribuições à teoria da sexualidade, às concepções de impulsos e especialmente de libido. Ele caminha em direção à biologia ou tenta construir uma ponte entre ela e a psicologia. Essas teorias resultam das experiências e observações dos outros e são as descobertas mais preciosas utilizadas para o entendimento das doenças neuróticas e psicóticas.

.....

5. GOETHE, Johann Wolfgang von. *Fausto: uma tragédia* (primeira parte). Tradução de Jenny Klabin Segall. São Paulo: Editora 34, 2004, p.181. [N.E.]

O outro ramo trata puramente dos fenômenos psicológicos, dos processos emocionais e de experiências interiores ao indivíduo, sem buscar conexão alguma com a biologia. Sonhos, chistes, atos falhos e antigas superstições que entram em conflito com nosso pensamento consciente foram fenômenos analisados por Freud sobretudo a partir de exemplos extraídos de sua própria vida.

É verdade que esses dois ramos nem sempre são claramente separados. Eles algumas vezes parecem entrelaçados, e nas profundezas suas duas raízes se encontram de maneira invisível, mas um ramo se inclina mais para a direção do patológico e o outro para a da psicologia geral. O futuro da psicanálise – talvez o futuro da psicologia – dependerá da escolha do pesquisador em relação a qual ramo será considerado como o mais importante, qual dos dois trará frutos melhores e mais saborosos para as gerações futuras.

Freud nos disse muitas vezes – e repetiu em seus escritos – que não apreciava muito a profissão de médico. A ambição terapêutica, a necessidade de ajudar as pessoas doentes, não eram intensamente desenvolvidas nele, e por muito tempo não conseguiu decidir se deveria estudar medicina ou seguir outros interesses. Freud ouviu uma palestra sobre um ensaio de Goethe intitulado "Natureza", e essa experiência decidiu sua escolha. Freud afirmou considerar um triunfo pessoal ter retornado desse "desvio" (o estudo de medicina era para ele um desvio!) a seu primeiro e básico desejo: descobrir algo novo no campo da psicologia. Ele se considerava um psicólogo, não um médico, e aqui está a linha que marca a separação de muitos psicanalistas com o fundador de sua ciência, a quem repetem apenas da boca para fora.

Esses psicanalistas consideram a psicanálise um ramo da medicina, e a memória os faz convenientemente suprimir frases explícitas de Freud a esse respeito. Ele enfatizava que

> (...) a psicanálise não é um ramo especial da medicina. Não vejo como alguém pode se recusar a perceber isso. A psicanálise é parte da psicologia, não da psicologia médica no velho sentido, ou psicologia dos processos patológicos, mas psicologia simplesmente; não o conjunto da psicologia, mas a sua base, talvez seu fundamento mesmo. Não nos deixemos enganar pela possibilidade de sua utilização para fins médicos, também a eletricidade e os raios X acharam aplicação na medicina, mas a ciência de ambos é a física. Tampouco argumentos históricos podem alterar esse vínculo (...). Afirma-se que a psicanálise foi, afinal de contas, inventada