

Solidão e Liberdade¹

Prof. Dr. Jadir Machado Lessa²

“Dizes-te livre? Teus pensamentos dominantes, quero ouvir, e não que escapaste de um jugo. És tal que *tinhas direito* a escapar de um jugo? Há os que, ao deitarem fora sua condição de servos, deitam fora seu derradeiro valor. Livre de quê? Que importa isso a Zaratustra! Mais claramente deve teu olho informar-me, livre para quê?”

Friedrich Nietzsche, *Assim falou Zaratustra*, “Do caminho do criador”, p. 90.

O presente trabalho tem por intuito fundamental pensar a relação entre solidão e liberdade. Quanto a essa relação, é preciso ter clareza quanto ao fato de que ela não é de imediato evidente e de que o seu significado necessita de uma reflexão prévia que liberte tanto a solidão quanto a liberdade do aprisionamento em nossas compreensões medianas. Para a maioria das pessoas, de início, solidão é sinônimo de abandono, de ausência de companhia, da ausência do outro, do mesmo modo que a liberdade tende a ser considerada como um correlato de livre arbítrio, de ausência de jugo, de liberdade de escolha e de expressão. Tal interpretação obscurece a ligação essencial entre solidão e liberdade. Com isso, precisamos começar com algumas perguntas orientadoras fundamentais: O que é, afinal, solidão? O que entendemos aqui por liberdade? Como articular esses dois termos, sem produzir uma relação

¹ Texto da conferência ministrada no II Encontro Ludovicense de Fenomenologia, Psicológica e Filosofias da Existência, com o tema Crise, cultura e contemporaneidade promovido pelo Grupo de Estudos e Pesquisas em Fenomenologia e Psicologia Fenomenológica realizado no período de 18 a 20 de abril de 2012 no Centro de Ciências Humanas – CCH da Universidade Federal do Maranhão – UFMA. A conferência tem o mesmo título do livro *Solidão e Liberdade* publicado pela SAEP

² Ph.D; Psicólogo Clínico - CRP-05/3021; Doutor em Psicologia Clínica pela Universidade Federal Fluminense – UFF; Presidente da Sociedade de Análise Existencial e Psicomaiêutica – SAEP; Diretor Geral do Jornal Existencial On Line; Membro do Conselho Editorial da Revista Transdisciplinar de Gerontologia da Universidade Sénior Contemporânea - Lisboa – Portugal; Membro da Comissão Científica do Encontro Ludovicense de Fenomenologia, Psicologia Fenomenológica e Filosofias da Existência da Universidade Federal do Maranhão; Membro do Grupo de Pesquisa em Psicologia Clínica da Universidade Federal Fluminense – UFF-CNPq.

artificial entre eles? Solidão é uma experiência que necessariamente nos conduz à liberdade ou ela se mostra antes como um caminho possível de conquista da liberdade? Essas são as perguntas que nos orientarão aqui constantemente em nosso trabalho. É a partir delas e em sintonia com elas que teremos a oportunidade de entrar em um horizonte hermenêutico que nos diz respeito radicalmente em nossas existências próprias. No que concerne ao seu tema estrutural, a posição do filósofo alemão Martin Heidegger nos fornece uma primeira via de tematização. Para Heidegger, solidão é um termo que aponta diretamente para o problema da liberdade.

Martin Heidegger (1889-1976), por meio de sua descrição da essência do ser-aí humano como determinada pela noção de cuidado, aponta em sua obra capital *Ser e tempo* para o fato de a solidão ser a condição primordial de cada um de nós. Ser cuidado, para Heidegger, significa antes de tudo estar inevitavelmente ligado ao cuidado de si. Na medida em que o ser-aí humano não possui distância alguma entre o seu ser e o seu sendo, ou seja, na medida em que ele é constituído por seus modos de ser, todo e qualquer modo de ser o define em seu ser e só ele pode ser por ele mesmo quem ele é e pode ser. Não há aqui qualquer transferência possível de responsabilidade, de tal modo que ninguém pode ser pelo ser-aí aquilo que só ele pode ser. É claro que qualquer um de nós pode pedir a um outro para realizar uma atividade qualquer. Alguém sempre pode ir ao banco por mim, ir à casa de alguém buscar algo para mim ou mesmo jogar cartas no meu lugar. No entanto, ninguém pode fazer isso enquanto eu estiver indo ao banco, à casa de alguém ou enquanto eu estiver jogando. Não há aqui transferibilidade ontológica possível, porque ninguém pode entrar na minha existência, deduzir dela o caráter de cuidado que é o dela e ser por mim quem eu sou. Assim, a solidão é a condição original de todo ser-aí humano e cada um de nós sempre experimenta a si mesmo a partir de tal solidão, a partir da condição de encontrar-se sozinho no mundo. Com isso, o nascimento vem à tona como uma espécie de lançamento da pessoa à sua própria sorte. Ao mesmo tempo, porém, o modo como nos encontramos cotidianamente no mundo tende a produzir um soterramento de nossa solidão inicial. Tal como o próprio Heidegger descreve no parágrafo 27 de *Ser e tempo*: “No espaçamento constitutivo do ser-com reside (...) o fato de o ser-aí, enquanto convivência cotidiana, estar sob a *tutela* dos outros. Não é ele próprio que é, os outros lhe tomam o ser. O arbítrio dos outros dispõe sobre as possibilidades cotidianas de ser do ser-aí. Mas os outros não são *determinados*. Ao contrário, qualquer outro pode representá-los. O decisivo é apenas o domínio dos outros que, sem surpresa, é assumido sem que o ser-aí, enquanto ser-com, disso se

dê conta”.³ Desse modo, imerso inicialmente nas malhas do impessoal o ser-aí humano tende a perder a evidência mesma de sua solidão primordial e a se comportar como se a solidão fosse antes um modo deficitário, causado pelo fato de sermos desinteressantes ou repulsivos para os outros, um modo determinado pelo afastamento do outro e pela incapacidade de mantê-los junto a nós. A cotidianidade, assim, traz consigo uma inclinação para o ofuscamento de nossa solidão originária e para a desconsideração do papel da solidão na conquista de nosso modo de ser mais próprio. Em sintonia com a afirmação heideggeriana de que a decadência no impessoal é sedutora, tranquilizadora e alienante,⁴ podemos dizer que tal sedução, tranquilização e alienação estão fundados no obscurecimento da solidão originária do ser-aí. A questão, contudo, é que não estamos condenados a isso. Como o ser-aí humano é sempre marcado pela possibilidade do próprio e do impróprio, ele pode se perder de si ou se reconquistar, apartar-se pretensamente de sua solidão ou se apropriar criativamente dela. Neste sentido, podemos nos conformar com a absorção no impessoal ou não e nos distinguimos uns dos outros justamente pela maneira como lidamos com a solidão. Se nos relacionamos com a solidão como a nossa condição mais originária, como o nosso modo de ser mais próprio e como o elemento estrutural de nosso destino, então essa relação traz consigo uma experiência libertária. Por outro lado, se partimos desde o princípio de uma entrega completa ao impessoal e de uma fuga de nossa solidão, então essa entrega e essa fuga produzem uma relação dissonante com a solidão e a sensação de que solidão não passa de abandono, de algo negativo, que nos tolhe a liberdade e nos inviabiliza o ser. Tudo depende, em outras palavras, do modo como interpretamos a origem de nossa existência e a sua ligação primordial com a nossa solidão estrutural. A partir daí, podemos construir dois estilos de vida diferentes, por mais que eles se interpenetrem em muitos aspectos e que não sejam de modo algum excludentes, estilos esses que podem ser designados didaticamente por meio dos termos “autêntico” e “inautêntico”.

Autenticidade possui uma relação direta com solidão, do mesmo modo que inautenticidade se baseia em modos de ser impessoais que nos afastam de nossa condição solitária primordial. O homem torna-se autêntico, quando conquista a sua condição originária como um ente solitário, condição essa que se mostra como o lugar de articulação plena de sua própria liberdade. Bem, mas o que estamos entendendo aqui pelo termo liberdade? Liberdade, no presente contexto, não é um sinônimo de livre arbítrio e não possui nenhuma relação com a mera ausência de coerções externas. Tal liberdade é possível mesmo em contextos impessoais, nos quais o ser-

³ Heidegger, M. *Ser e tempo*. Petrópolis: Editora Vozes, 1988.

⁴ Heidegger, M. **Ser e tempo**. Petrópolis: Vozes, 1988, parágrafo 38, p. 238-39.

aí se desonera originariamente de sua solidão essencial. Ao contrário, liberdade diz respeito à possibilidade de entregar-se plenamente à dinâmica de realização singular de seus modos de ser e de superar o domínio prescritivo do mundo fático sobre cada ser-aí. Essa possibilidade, por sua vez, não é algo que se tenha pelo estabelecimento de um conjunto de condições extrínsecas ao existir, mas se dá juntamente com a própria existência, com o seu caráter propriamente dito. Liberdade é algo que se conquista no presente contexto por meio de uma escuta plena ao que se precisa ser e realizar por si mesmo, uma escuta que só se dá e pode se dar em um estar plenamente consigo, em um distanciamento primário em relação aos outros, em uma unidade não previamente dada e decidida com o seu si mesmo. Assim, há aqui uma ligação originária entre solidão e liberdade, que deixa cada uma das duas se mostrar plenamente por intermédio da outra. Em tal contexto, porém, solidão se mostra como o oposto de uma interpretação que a coloque como um sinônimo de abandono, como ausência física do outro, como uma experiência marcada pela desertificação e pelo vazio. Ela contém aqui uma riqueza de ser, o princípio de uma possibilidade efetiva de descoberta de modos plenos de relação com o outro e com o mundo. Essa riqueza passa, por sua vez, pelo problema da responsabilidade.

Cada ato humano é sempre necessariamente livre. Como cada um de nós é os seus modos de ser, há em cada ação e inação, em cada realização e em cada omissão, em cada expressão da vontade e em cada atenção às mil requisições do mundo, a presença de uma inexorável escolha. Ser significa necessariamente escolher-se, ou melhor, já sempre ter se escolhido, uma vez que não há reversibilidade possível nas escolhas. Meu sendo determina aqui de maneira incontornável quem eu sou. Esse estado de fato, que possui uma repercussão na compreensão heideggeriana do caráter de cuidado do ser-aí humano, assim como na afirmação sartriana de que estamos condenados à nossa liberdade, não envolve, contudo, nenhuma experiência de desoneração inicial. Ser ontologicamente livre não possui nada em comum com a afirmação de que seríamos absolutamente desprovidos de responsabilidade pelos nossos modos de ser. Muito ao contrário, exatamente porque é a cada um de nós que cabe ser quem cada um é e porque essa é a tarefa existencial da qual nós jamais podemos nos liberar, não há aqui nenhuma forma possível de transferência da responsabilidade pelo nosso ser. Por mais que o mundo possa fornecer de início e na maioria das vezes, as orientações básicas para o nosso ser no mundo primordial e por mais que a existência impessoal, tal como descreve Heidegger em *Ser e tempo*, seja marcada por uma ilusão de desoneração que institui mesmo a tutela do mundo sobre nós de início e na maioria das vezes, não há como

pensar essa desoneração efetivamente. Mesmo na irresponsabilidade cotidiana, seguindo de maneira direta as orientações fornecidas pelo mundo e obedecendo radicalmente ao seu poder prescritivo, sou eu o responsável por tal experiência de irresponsabilidade. Dito de outro modo, mesmo a desoneração da responsabilidade é um modo de escolher-me, e, nesse sentido, um modo de assumir a responsabilidade pelo meu ser. Ora, mas é claro que podemos nos esquivar da necessidade de assumir a responsabilidade sobre as nossas escolhas e essa esquiva é mesmo o modo preponderante de lidar consigo mesmo no interior da cotidianidade mediana. A única questão é que ela não é capaz de suprimir o fato de que somos constitutivamente responsáveis pelo nosso ser, uma vez que nós é que temos de ser quem somos. Não aceitar correr riscos para atingir seus objetivos, nem se sentir responsável por sua existência, passando a buscar sempre amparo e segurança junto aos outros, junto ao mundo em seu caráter invasivo e cerceador, por isso, é apenas um modo de assumir a responsabilidade por si, um modo claramente desonerador, que traz consequências diretas para a nossa existência. É aqui, por exemplo, que podemos de certo modo abrir mão de nossa existência mais própria, tornando-nos estranhos para nós mesmos, colocando-nos a serviço dos outros e diluindo-nos no impessoal. Não que tenhamos incessantemente uma evidência fenomenológica em relação a isso. A própria desarticulação de nosso si próprio cria uma ilusão de proximidade, de autoconhecimento, de identidade. No entanto, essa identidade, ao invés de nos libertar para nós mesmos, nos aprisiona e adoce. Permanecemos na existência como coadjuvantes de nossa própria história. Uma situação completamente diversa, porém, tem lugar no momento em que, em meio à solidão de ter que decidir quem se é, se assume de maneira plenamente a liberdade de ser. Bem, mas como precisamos pensar tal ligação entre responsabilidade plena, liberdade e solidão. Há algum primado de uma delas ou elas se mostram antes em conjunto como dimensões cooriginárias do existir?

O que expusemos até aqui possui uma relação direta com as descrições heideggerianas dos processos de singularização do ser-aí humano, processos esses nos quais ele conquista uma relação autêntica com os entes intramundanos, com os outros seres-aí e consigo mesmo.

Ser autêntico significa assumir plenamente a responsabilidade por todas as suas escolhas existenciais, estar sempre pronto a aceitar correr os riscos que forem necessários para levar a termo o que cabe a cada um e passar a encontrar amparo e segurança em um novo modo de relação de si mesmo com o mundo. Enquanto o ser-aí impessoal é caracterizado justamente por sua submissão a orientações

sedimentadas fornecidas pelo mundo, pela articulação de sentidos e de significados calcificados, como diz Casanova em seu *Compreender Heidegger* (2009), o singular é aqui o ser-aí que se lançou para além do conforto de tal calcificação e que acaba trazendo consigo necessariamente modulações dos campos de sentido e de significado, modulações que sempre envolvem dinâmicas de re-historicização do mundo. Com isso, descobre-se nesse momento uma nova determinação da liberdade, um novo modo de ser livre.

Liberdade não possui mais, nesse contexto, uma relação direta com a nossa escolha originária de nós mesmos, com o fato de que de um modo ou de outro decidimos quem nós somos. Ao contrário, liberdade aqui é um termo para designar uma experiência de desobstrução do espaço existencial, de rearticulação radical do aberto para além de suas sedimentações calcificantes, de devolução da mobilidade estrutural do ser de tudo o que é. Essa devolução é acompanhada, por sua vez, de uma apropriação da existência, que supera toda distância entre o nosso ser e o ser do mundo. E essa é uma contribuição importante do pensamento de Heidegger para a compreensão dos problemas existenciais em geral. Problemas existenciais não são problemas mentais, psíquicos, cerebrais ou internos. Ao contrário, eles são sempre problemas da relação entre o ser-aí humano e o seu espaço existencial. Se esse espaço se cristaliza, os transtornos de um modo ou de outro se fazem presentes. Se ele vem à tona em sua historicidade constitutiva, o ser-aí tende a superar os aprisionamentos que normalmente o adoecem. Assim, tornar-se indivíduo, tornar-se autônomo, tornar-se senhor de sua própria existência, tornar-se si mesmo não é outra coisa senão conquistar um novo modo de ser no mundo. Bem, mas que modo é esse afinal? Como é que podemos nos aproximar dele e escapar das amarras da cotidianidade? A resposta a essas questões passa por uma consideração da tonalidade afetiva fundamental da angústia em sua relação com o caráter ontologicamente solitário do ser-aí humano.

Em *Solidão e liberdade*, nós nos deparamos com uma passagem que explicita bem a relação entre angústia e solidão: “A angústia provocada pela solidão é o sentimento que muitas pessoas experimentam, quando se conscientizam de estarem sós no mundo. É o mal-estar que o ser humano experimenta quando descobre a possibilidade da morte em sua vida, tanto a morte física quanto a morte de cada uma das possibilidades da existência, a morte de cada desejo, de cada vontade, de cada projeto”.⁵ A descoberta da solidão e da morte como elementos constitutivos do existir provoca, a princípio, uma sensação de vertigem e de perda de solo. Tudo se dá como

⁵ Lessa, J. *Solidão e liberdade*. Rio de Janeiro: SAEP Editora, 2003, p. 7.

se tal descoberta inviabilizasse por completo nosso ser e como se o sentido se esvaísse irremediavelmente, sem qualquer possibilidade de retorno. No entanto, essa primeira experiência não é senão o resultado de nossa lida refratária com a negatividade estrutural que é a nossa. Do mesmo modo que solidão não é sinônimo de abandono, mas se mostra antes como um elemento de intensificação de nossa singularidade, a angústia não possui apenas uma dimensão negativa, mas aponta antes para a fonte mesma de nossas possibilidades existenciais. Cada vez que alguém se frustra, que alguém não se supera, que alguém não consegue realizar seus próprios sonhos, a angústia se anuncia. Tudo se dá como se a morte levasse uma parte de nós. Da própria negatividade, porém, surgem novas possibilidades de nosso existir, sonhos perdidos são acompanhados por novos sonhos, decepções são a marca do surgimento mesmo de novas ilusões, fracassos dão o tom de algo que merece sucumbir.

Angústia, assim como solidão, é um caminho originário do ser. Na solidão, vem à tona a condição do ser humano no mundo. Na angústia, a solidão se revela em seu caráter revitalizante. Todo ser humano está só. Tal condição não é negociável. Assim, essa acaba sendo a grande questão da existência: como lidar com a solidão? Dizer isso, porém, não significa necessariamente pensar a solidão como algo negativo, nem pressupor que ela precise de uma solução definitiva. Nenhum modo de ser é capaz de suprimir de uma vez por todas a condição de sermos sós e entregues apenas a nós mesmos. Com isso, a angústia também não pode ser pensada como um estado passageiro, algo que se abate sobre nós ocasionalmente, quando estamos fracos e desprotegidos. A angústia acompanha-nos sempre e a cada vez, é ela que nos chama para a responsabilidade por nosso ser, que nos devolve a solidão como condição primordial de nós mesmos. A solução para o problema da solidão, portanto, não é encontrar uma pessoa ou uma coisa que nos ajude a preencher o vazio existencial, não é encontrar um hobby ou uma atividade, um amor ou uma amizade. A solução não é se matar de trabalhar e se concentrar nisso para não se sentir sozinho. Também não é encontrar uma estratégia para driblar a solidão. A solução, se é que ainda é possível usar esse termo depois do que dissemos acima, é experimentar a existência de maneira plenamente sintônica com o fato de que se é sempre só no mundo, mesmo quando se está acompanhado. Simplesmente isso. E sabendo-se só no mundo, viver a própria vida, respeitar a própria vontade, expressar os próprios pensamentos e sentimentos, buscar a realização dos próprios desejos. Quando se faz isso, a vida se enche de significado, ela adquire um brilho especial que suspende todo temor diante da solidão e da angústia e que abre a possibilidade da liberdade. É o que

diz uma outra passagem de meu *Solidão e liberdade*: “A experiência de cada um de nós é única. O nascimento é uma experiência única, pois ninguém nasce pelo outro. Da mesma forma, a morte é uma experiência única, pois ninguém morre pelo outro. E a vida inteira, cada momento, cada segundo da existência, é uma experiência única pois ninguém vive pelo outro”.⁶ Se ver diante dessa experiência angustia. Exatamente por isso, é preciso vencer o medo da angústia e descobrir o poder da negatividade, a força de nossas possibilidades de ser para além de toda tranquilização e sedução por parte da identidade. Essa é a situação, por sua vez, de muitas pessoas na clínica psicológica.

O que vemos corriqueiramente na clínica aponta para uma tensão entre solidão e liberdade. Muitas pessoas sentem dificuldade de estarem a sós consigo mesmas. Elas não conseguem escapar da sensação de vazio todas as vezes em que se veem confrontadas com suas próprias existências e com a sensação opressiva de que no fundo não são. Muitas vezes, essa sensação faz com que elas alimentem a ilusão de que o verdadeiro brilho e encantamento da vida se encontram no outro e não nelas mesmas. Assim, a perda do poder de conquistar a si mesmo e à sua solidão vem acompanhada de uma relação de dependência ao outro, aos outros, ao mundo em sua dimensão de alteridade. Nesse caso, é preciso reconquistar a experiência de que sua vida possui um encantamento, um brilho, algo de especial; e isso porque é sua, apenas sua. Independentemente do que se esteja fazendo ou considerando, a vida sempre pode ser intensa, prazerosa, ímpar. Abrir a possibilidade para que o outro se veja diante de tal experiência é, assim, tarefa da clínica que tem um compromisso com o poder negativo da solidão angustiada e que não segue a via fácil da pavimentação e da construção de novos modos de ser que chegam para o outro sempre de fora, para além de seu ser como fonte de seu sentido. Tal clínica, nesse sentido, mostra até que ponto cada um de nós pode ser uma pessoa especial para si mesmo e como é justamente a partir daí que pode surgir não apenas respeito por si e supressão da sensação do vazio, mas também é essencialmente uma abertura de modos diversos de existir em meio à própria alteridade. Por isso, termino o presente texto com uma menção à *Solidão e liberdade*: “O objetivo não é fingir que a solidão não existe, não é buscar a companhia dos outros, porque mesmo junto com os outros você está e sempre será solitário. O outro é muito importante para compartilhar, trocar. O outro é muito importante para a convivência, mas não para preencher a vida, não para dar sentido e significado a uma outra existência. A presença do outro nos ajuda, compartilhando, mostrando a parte dele, dando aquilo que não temos e

⁶ Lessa, J. *Solidão e liberdade*. Rio de Janeiro: SAEP Editora, 2003, p. 28.

recebendo aquilo que temos para dar, efetivando a troca. Mas o outro não é o elemento fundamental para saciar a angústia ou para minimizar a condição de solidão”. É isso que continua pesando depois de alguns anos. É isso que continua alimentando as minhas perspectivas em relação à possibilidade de uma clínica com bases fenomenológico-existenciais.