

Nosso maior espelho é o outro

“Diga-me com quem andas...” diria o velho ditado popular. Ao ler o texto de Petruska Menezes, publicado aqui mesmo há algumas semanas ([link](#)), me peguei refletindo sobre diferentes possibilidades e estados do estar sozinho ou do estar com o(s) outro(s). Não é minha intenção discordar do que ela escreveu, mas sim de oferecer um outro ponto, sobre a importância do olhar do outro, e de que algo de nossa possibilidade de conhecer a nós mesmos, e de estarmos sós passa em alguma medida, por ele.

Freud, enquanto criava seu método revolucionário de conhecer e tratar a mente humana, fez uso de uma ferramenta bastante curiosa para testar seu método: a autoanálise. Buscou conhecer a si mesmo pelo uso dos conceitos que desenvolvia. Analisava seus sonhos, seus atos-falhos, e sua vida em geral, transpondo inclusive grande parte de suas descobertas para os textos que escrevia naquele momento. Sua grande obra transformadora, *A Interpretação dos Sonhos*, é particularmente recheada de exemplos retirados da análise de si. Buscava descobrir a origem de seus pensamentos da mesma forma com que pretendia fazer com seus pacientes, rastreando as ideias através de associações e ligações até as fantasias mais arcaicas e primitivas. E, no entanto, reconhecia que havia uma contradição e um limite no esforço que fazia. Escreveu para

seu amigo: “A verdadeira autoanálise é impossível, senão não haveria doença”.

Da mesma forma, podemos pensar, progride nosso saber acerca de nós mesmos. Há algo de inexorável na necessidade do contato com o outro. Sozinhos podemos muitas vezes estar cercados pelos objetos (internos ou externos) seguros da nossa relação conosco, mas que não necessariamente nos desafiam, nos provocam o pensamento, nos motivam a “sair do lugar” da mesma forma que quando estamos em contato com o outro.

Vale lembrar, no entanto, que nem todas as interações são iguais. Não são todos os contatos que nos provém com informações desafiadoras. Não são todas as conversas que provocam nosso pensamento. Às vezes podemos pensar que somos pessoas muito bem esclarecidas, conhecedoras da opinião das pessoas, que frequentamos lugares diferentes e nos expomos a várias posições, quando, na verdade, estamos apenas trafegando em uma mesma frequência. Estamos apenas ouvindo as pessoas que nos dizem daquilo que já pensamos, que concordam com o que colocamos. Como se fosse uma espécie de espelho distorcido.

Freud (de novo ele...) concebeu um termo que equivaleria a essa nossa visão “espelhada” de nós mesmos, chamada de narcisismo. Longe de ser uma doença, todos nós passamos e precisamos de um momento narcísico, que resulta do investimento feito em

nosso “eu”. Esse investimento é que permite que esse eu seja fortalecido, envolvendo nossa autoestima, nossa identidade, dentre outras características. Porém, ao mesmo tempo, o investimento em nós atua de forma inversamente proporcional ao investimento no mundo, ou seja, quando mais voltados estamos para nós, mais fechados estamos para o outro.

A verdadeira interação com o outro seria algo que sempre colocaria nosso narcisismo, nosso “eu”, em questão: seria uma oportunidade de sair do lugar, de exercitar um pensamento que alcance uma posição diferente da nossa. A possibilidade de “calçar os sapatos de outro”, na expressão que se usa na língua inglesa, essa coisa chamada de empatia, é por excelência fruto da capacidade de pensar para além do próprio narcisismo. É o que a autora nigeriana Chimamanda Adichie chamou de “o perigo de uma história única” (link): quando ouvimos apenas uma única história sobre uma pessoa, um lugar, uma cultura, corremos um grande risco de não estar entendendo nada. Muitas pessoas dizem que esse é o perigo, por exemplo, da internet: com o mundo inteiro à sua disposição, é muito fácil encontrar um nicho onde se compartilha nossa opinião, e utilizar isso para nunca mais sair de lá: nenhuma maioria pensa a si mesmo como maioria. Como

nossa vida é a vida que conhecemos, possuímos uma grande tendência a imaginar que todos sejam como nós.

O que possibilita à análise, ou a uma boa psicoterapia, seu funcionamento, é exatamente a presença de uma outra pessoa. Como Freud mesmo percebeu em sua autoanálise, a saída para conhecer seus próprios limites, nossos vícios de pensamento, é o contato com o outro. No caso da análise, com um outro atento para os movimentos da mente, para as tendências internas, e capaz de oferecer suas percepções de volta para que então possa-se pensar sobre esse mundo de dentro e a visão dele.

Mas o combate às nossas tendências narcisistas que nos prejudicam não é prerrogativa única de uma psicoterapia. Temos inúmeras oportunidades cotidianamente de estar em contato com o outro, esse outro que nos desafia, que nos estranha. O mundo está repleto de realidades infinitamente diferentes, e de pessoas infinitamente diferentes. Em cada rua, em cada sala de aula, cada palco de teatro, tela de cinema (ou de pintura), e por que não, até na tela do computador, há uma história diferente a ser contada. Tudo que precisamos fazer é sair de casa.

Leonardo Siqueira Araújo
Psicólogo, Analista em Formação pelo
Grupo de Estudos Psicanalíticos de Minas Gerais
leosiqueira@gmail.com
data de publicação: 28/07/2015