

RESENHA SOBRE O LIVRO *DA CAPACIDADE DE ESTAR SÓ*, DE CELESTE MALPIQUE

Isabel Quinta da Costa¹

<https://doi.org/10.51356/rpp.441a7>

Foi lançado no dia 16 de setembro de 2023, no Instituto de Formação e Terapêutica Psicanalítica, no Porto, o livro «*Da capacidade de estar só*», de Celeste Malpique, pela Editora Freud & Companhia.

Esta obra de Celeste Malpique é uma reflexão aprofundada de um tema/conceito que lhe é caro, apresentada à Sociedade Portuguesa de Psicanálise para Membro Titular em 1987. Fruto da elaboração da teoria e da vasta experiência clínica da autora, aborda um tema complexo e essencial da existência humana, com uma escrita clara e acessível, própria daqueles que têm a sabedoria e a generosidade de ensinar.

Fundamenta-se em Winnicott, numa comunicação apresentada em 1957 à Sociedade Psicanalítica Britânica, em que divulga de forma evidente e pela primeira vez a «capacidade de estar só» na sua dimensão positiva e a define «como um dos sinais mais importantes de maturidade do desenvolvimento afetivo», situando a sua origem na relação primária satisfatória.

Em sintonia, Celeste Malpique admite que, para se atingir esse estado, é necessário «fazer um percurso doloroso que é o da própria existência» e que se expressa «pelo medo de ficar só, pela angústia de ficar abandonado, de ficar só por ter destruído o outro, pela solidão do desencanto amoroso ou pelo medo da morte».

Certamente, todos nós já fomos atravessados por estes sentimentos, e é também uma queixa frequente, verbalizada ou não, nas crianças e nos adultos que nos procuram no consultório.

¹ Psicanalista, Membro Associado da Sociedade Portuguesa de Psicanálise. Psicanalista da Criança e do Adolescente. *E-mail*: isabelquintacosta@sapo.pt

A autora distingue a «capacidade de estar só» de Winnicott do «sentimento de solidão» de Klein; este último associado ao sofrimento próprio da doença mental e à presença ameaçadora de um objeto interno maligno.

Considera que, em princípio, o psicanalista conquistou essa capacidade e a cultiva em si e nos que o procuram, quer pela compreensão do funcionamento do aparelho psíquico, quer pela liberdade de se confrontar com o seu mundo interno sem demasiada angústia.

Sublinha que o quadro analítico, pela uniformidade e constância, oferece as condições para que esse processo maturativo se desenrole na presença neutra do analista, permite a «visualização» do «espaço interno», cria um «continente» para os «conteúdos», devolve significado aos sinais através da interpretação, doseia o nível de frustração e facilita o surgimento de um «espaço potencial» de criatividade.

Este processo desenrola-se na presença de alguém que ajuda o analisando a encontrar-se consigo próprio, com os seus limites, com o princípio de realidade.

Na pesquisa desta noção na literatura psicanalítica, Celeste Malpique leva-nos a percorrer vários autores. E apesar de a «capacidade de estar só» ser um conceito pós-freudiano, já está implícito na obra de Freud quando ele, em 1914, considera que «a identificação primária consiste no laço emocional com alguém, como acontece no apoio fundamental que a mãe dá ao bebé».

Este significado é posteriormente desenvolvido por Balint com o conceito de «mãe ambiente», por Winnicott com o conceito de «holding» e, mais tarde, por Bion com o conceito de «continente».

A autora interliga numa perspetiva histórica e evolutiva as teorias de vários autores, realçando os aspetos mais relevantes de cada um na elaboração da «posição depressiva» ao longo do processo analítico. Desenvolve e clarifica a noção de «espaço potencial» e de «objeto transicional», fazendo-se acompanhar por Winnicott, Meltzer, Bion e Ogden.

No entanto, Celeste Malpique considera que é na vivência clínica e na relação transferencial que estes conceitos ganham sentido. Exemplifica com vinhetas de dois processos analíticos em que se pode apreciar a dificuldade e a capacidade de estar só.

Realça a importância de detetar a «capacidade de estar só» nas entrevistas iniciais, na relação mãe/criança, nos adolescentes, nos adultos e nos casais.

Termina acentuando que em todas as situações «a contratransferência do analista é posta à prova, pois, por definição, o analista vê o outro na medida em que se vê a si mesmo».

O posfácio, escrito em agosto de 2020 no período em que a pandemia Covid-19 nos sujeitou a experiências de isolamento, impotência e angústias de morte, Celeste Malpique faz apelo à sua «capacidade de estar só».

Revisita Winnicott e o seu conceito de «espaço potencial», descreve as condições necessárias para a sua criação e considera que é «um passo gigante» para o «sentir-se existir».

Em forma de conclusão, faz um apelo à solidariedade e à comunicação, propícias «ao ambiente de Intimidade para brincar, para meditar, para amar».