

O Silêncio na Comunicação ou a Comunicação pelo Silêncio: O Silêncio na Psicanálise*

Rita Marta

Psicóloga Assistente do Hospital Fernando Fonseca e Membro da Sociedade Portuguesa de Psicanálise

Palavras-chave: Silêncio, comunicação humana, significado, psicanálise, afectos e inconsciente.

Key-words: Silence, human communication, psychoanalysis, unconscious, meaning, affects.

RESUMO

Neste artigo faz-se uma reflexão sobre o significado e importância do silêncio na relação psicanalítica. Partindo do silêncio na relação comum entre as pessoas, exemplificamos como o silêncio pode ser sentido como confortável ou perturbador, e como pode ser utilizado para aproximar ou afastar na relação com o outro. Evidenciamos estas mesmas características na relação psicanalítica, e a evolução do olhar sobre o silêncio, ao longo da evolução da teoria e prática psicanalítica. Apresentamos em seguida a visão de Nacht, sobre o silêncio, o qual enfatiza o seu papel integrador e fundamental na relação analítica. Assim, só no silêncio nascem certos afectos e o silêncio facilita a interiorização do analista.

ABSTRACT

This paper is a reflection upon the meaning and importance of silence in the psychoanalytical relationship. Beginning with the silence in the "normal" relationship between people, we show how silence can be experienced as comfortable or uncomfortable, and how it can be used to achieve a bigger proximity or distance in the relationship with others. We show these same aspects in

the psychoanalytical relationship, and the evolution of the regard towards silence along the development of psychoanalysis.

We end, presenting the Nacht's thinking about silence, who emphasizes its integrative and fundamental role in the psychoanalytical relationship. Thus, only through silence certain affects can be born, and silence allows the patient to internalize the analyst.

Na nossa prática psicanalítica, crescemos nos paradigmas da compreensão e do significado. A grande novidade que nos trouxe o pai da psicanálise foi a noção de que todo o sintoma encobre um significado inconsciente, sendo pela sua leitura e respectiva comunicação ao paciente, através da interpretação, que representações (e conflitos) inconscientes se tornarão conscientes, acabando assim com o sintoma-compromisso entre as várias instâncias mentais. Mais tarde, outros autores (Segal, Bion, etc) realçaram a importância da formação de símbolos na organização da vida mental, na elaboração de conflitos, enfim, na possibilidade de pensar.

A psicanálise é assim uma ciência e prática da subjectividade ao encarar a cura como a possibilidade, já não de empurrar as representações inconscientes para o consciente, mas de permitir a construção de significados. O psicanalista está pois numa escuta flutuante (sem memória, sem desejo, sem compreensão), mas sempre à procura de significados que dêem sentido às ligações que o paciente vai fazendo através da associação livre.

A interpretação (da comunicação do paciente, da transferência e da contratransferência) é assim o motor do tratamento psicanalítico.

No entanto, alguns pacientes parecem não nos dar espontaneamente significados – pela palavra – que possamos compreender e interpretar. Foi o caso de uma paciente minha, silenciosa, que se recusava a falar espontaneamente, contrariando assim a regra habitual da psicanálise: a associação livre. Foi esta paciente que me obrigou a reflectir sobre a forma de me situar na psicanálise, face a ela, face ao seu/meu silêncio...

O objectivo desta comunicação é uma reflexão sobre o silêncio... Mais do que fazer uma dissertação teórica sobre este tema (ainda que filosoficamente poucos nele se tenham debruçado), pretendo discutir algumas ideias que vos/nos possam fazer pensar e sentir, diria mais, tomar consciência, desta questão sobre a qual tão raramente nos detemos – o **silêncio na comunicação e a comunicação pelo silêncio** – pensar e sentir este, que é afinal de contas, a estrada principal na viagem psicanalítica.

Ou seja, com esta comunicação pretendo salientar a importância do **SILÊNCIO** no **setting analítico**, o qual, pelas suas características, vai permitir uma melhor compreensão do paciente. Aliás, podemos pensar neste **setting** psicanalítico (gabinete, divã, analista, analisando, contracto com hora, dia, e honorários...) uma espécie de labora-

tório onde vamos isolar (silenciar) algumas variáveis para vermos outras mais claramente:

(1) Silenciam-se as *questões pessoais da pessoa-analista* (desejos, opções éticas e morais), como nos diz Bion, “o analista sem desejo, sem memória, sem compreensão”. Ou seja, cria-se a neutralidade do analista como um “papel em branco” onde se vão desenhar as questões do paciente... Será o **silêncio do analista** para que se escute a música do paciente. Mas será um silêncio para fora, para o outro, porque internamente, é através da escuta, também, da sua própria sinfonia interna, que o analista, vai gradualmente discernindo, quais os seus instrumentos e os do paciente, e que notas cada um está a tocar...

(2) Mas existe também um outro silêncio no **setting** psicanalítico: o **silêncio do corpo**, dado pela imobilidade física de analista e paciente, silêncio este utilizado desde há milénios, na meditação, como forma de encontrar a sua verdade pessoal...

Mas antes de nos determos na psicanálise, e na forma como o silêncio é mais “audível” do que lá fora, convido-vos a fazer a uma viagem pelo **silêncio na cultura humana**. Falar de psicanálise é antes de mais falar de uma comunicação entre pessoas, e para falar do que se passa no **setting** psicanalítico temos que pensar primeiro na comunicação humana em geral...

Começaria por vos dizer que entre pessoas não existe silêncio sem sentido, porque não existe um olhar humano sem interpretação da realidade, ou seja, o silêncio entre as pessoas é sempre uma folha em branco sobre a qual projectamos uma imagem (ainda que uma imagem de vazio), e essa imagem tem sempre um sentido, individual e cultural.

Antes de prosseguirmos na forma como o silêncio é interpretado, vivido e comunicado na relação entre as pessoas, que é o que mais interessa para a psicanálise, não deixa de ser interessante passarmos os olhos pela importância cultural (e seu significado) do silêncio na comunicação ao longo do tempo. Assim, no *pensamento primitivo* o silêncio está ligado à imobilidade do dormir e da morte, patente nas suas cerimónias silenciosas como forma de respeito e mistério associado à divindade. Nas *tradições religiosas* aparece sempre um silêncio associado ao sagrado. Por exemplo, na religião cristã temos desde a devoção silenciosa em alguns rituais até ao silêncio ao longo da vida, como é o caso dos monges trapistas. Nas religiões asiáticas, como o Budismo Zen, o silêncio é considerado mesmo a melhor via para se atingir a verdade suprema. Na *cultura ocidental*, ao contrário, destaca-se a importância da palavra, mas, ainda assim, o silêncio permanece valorizado como se pode ver nos provérbios populares: “o silêncio é de ouro, a palavra de prata”; “quem cala consente”; “palavras loucas, orelhas mocas”.

Entremos agora pelo atalho do silêncio na comunicação humana. Iremos ver como o silêncio só existe na *relação*, seja esta interpessoal (duas ou mais pessoas em silêncio), seja intrapsíquica (uma pessoa em silêncio, na comunicação entre as suas personagens internas). Assim, irei começar por falar no silêncio na relação “normal” entre as pessoas, para finalmente abordar a especificidade do silêncio na relação psicanalítica.

Já agora, gostaria só de vos chamar a atenção para a **música** (no sentido literal...): não existe música sem silêncio: o silêncio na sala para que ela possa ser escutada, mas, mais do que isso, a própria estrutura musical (a escrita) é composta de sons (notas) e de silêncios (pausas). Sem eles nada faria sentido...

Silêncio na relação “comum” entre as pessoas

Vamos imaginar que estou prestes a fazer uma conferência sobre o silêncio na psicanálise, o presidente da mesa acabou de me apresentar e deu-me a palavra, mas em vez de utilizar essa palavra eu mantenho-me calada... Pergunto-me o que teriam pensado as pessoas sentadas à minha frente, à espera de uma comunicação audível... Provavelmente algumas ficariam perplexas, outras, calçando os meus sapatos, sentiriam desconforto e aflição – “será que ela ficou em branco?”; outras ainda, permaneceriam tranquilas pois era eu que era esperada falar.

De facto, e antes de nos debruçarmos sobre o seu significado, é interessante reparar como a vivência do silêncio pode ser confortável ou desconfortável. O que se será que determina uma ou outra?

Vamos começar com os silêncios entre as pessoas que são sentidos como **confortáveis**. Imaginemos duas situações: (1) duas pessoas que não se conhecem sentadas lado a lado num banco de avião (também poderia ser de autocarro ou metropolitano!); uma das pessoas está entretida a ler uma revista, a outra perde-se nos seus pensamentos. O silêncio é aqui confortável, numa relação em que ninguém deseja / sente necessidade de comunicar com o outro. Pensemos agora, ao contrário, (2) numa relação de intimidade, por exemplo, um jantar silencioso entre dois namorados, mas onde um observador externo sentiria a sintonia e intimidade, que dispensa as palavras na comunicação. Ou seja, estes dois exemplos parecem indicar que o silêncio entre as pessoas é vivido como confortável quando *não existe desejo de comunicar*, ou quando pelo contrário, essa comunicação é de tal maneira *conseguida*, que as palavras não são precisas para que a comunicação se estabeleça.

E o que torna o silêncio **desconfortável**?

Imaginemos agora (3) um outro jantar, mas desta vez entre pessoas que se conhecem mal, e onde o silêncio se instala. O indivíduo A fica desconfortável. Podemos levantar algumas hipóteses sobre o que estará ele a

pensar (ainda que não necessariamente de forma muito consciente): (a) *“B vai pensar que não tenho nada de interessante para dizer, que sou vazio e desinteressante...”* (ou seja, um silêncio associado à ausência de conteúdo interno); (b) *“B vai achar que eu não tenho interesse em falar com ele”*, um silêncio interpretado como manifestação de agressividade / indiferença face ao outro); (c) *“B vai ficar incomodado com o silêncio...”* (indicando uma identificação projectiva da perturbação que A sente); (d) *“É terrível, o silêncio instalou-se, não estamos a comunicar!”* (ou seja, um silêncio associado à não comunicação, à separação entre pessoas); (e) *“B vai perceber como estou nervoso...”* (silêncio este vivido como trazendo a nudez, a transparência face ao outro, e em que as palavras encontram aqui um significado de protecção / barreira na relação).

Finalmente, um último exemplo, muito comum e quotidiano: (4) o silêncio no elevador entre vizinhos: por um lado evitam o contacto ocular, percorrendo com o olhar várias vezes os botões dos andares a acenderem-se à medida que o elevador se desloca e, quando esta forma de evitar a intimidade não supera o desconforto do silêncio, recorrem à conversa circunstancial... Ou seja, mais uma vez este exemplo mostra um silêncio associado a uma proximidade (aqui desconfortável para pessoas que não se conhecem), intensificado por um espaço físico limitado (o elevador),

que leva as pessoas a procurarem barreiras, quer evitando a comunicação visual, ou caso isso se torne insuficiente, ou sentido como pouco educado, recorrendo às palavras circunstanciais. Isto é, também aqui temos o *silêncio-nudez/ transparência* e o *silêncio-desinteresse* face ao outro.

Por outras palavras, estes exemplos indicam que o silêncio parece tornar-se desconfortável quando estão reunidas duas condições: (1) existe um desejo / necessidade de estabelecer a comunicação com o outro; (2) mas a relação com esse outro não é suficientemente íntima.

Mas não é só o silêncio na relação que adquire estas duas vivências, de conforto e desconforto. Também o **silêncio consigo próprio** pode ser **agradável**, como acontece na meditação como forma de chegar ao Eu verdadeiro, ou na possibilidade de se criar um “espaço de solidão” (Winnicott) porque interiormente acompanhado, ou seja, mais uma vez um *silêncio-transparência*, numa comunicação íntima consigo mesmo. Ou, pelo contrário, este silêncio pode ser **perturbador**, na pessoa que ao chegar a casa abre rapidamente a televisão, numa dificuldade em ficar mais perto do seu mundo interno (e sua dor). Portando, também aqui o *silêncio-transparência*, mas igualmente o *silêncio-separação*, associado ao isolamento e solidão (face ao mundo relacional)

Concluindo, podemos pensar que o **silêncio** nas relações “comuns” é vivido como agradável

ou desagradável consoante o *significado* que lhe é atribuído, seja ou não consciente; e estes significados parecem adquirir tonalidades paradoxais, situando-se entre a **separação** (não comunicação – ex.: jantar entre duas pessoas pouco íntimas) e a **ligação** (comunicação íntima – ex.: meditação). Por sua vez, e estranhamente, também a **palavra** oscila entre o significado de ligação (permite a comunicação – ex.: jantar entre pessoas estranhas), e a separação (ex.: para colocar distância no elevador).

Veremos agora como todos estes paradoxos parecem ganhar uma nova luz na relação psicanalítica.

Silêncio na relação psicanalítica

Também na relação psicanalítica o silêncio ganha estes significados aparentemente paradoxais. Dois exemplos da minha prática clínica ilustram como o silêncio pode ser vivido como levando à intimidade (consigo mesmo, na relação), ou pelo contrário, como forma de evitar essa mesma intimidade (consigo mesmo e na relação)

Assim, temos um analisando, o “João”, incapaz de suportar o silêncio, logo preenchido por palavras tampão. Estas mesmas palavras-silêncio, davam sono à analista (isto é, levavam ao seu distanciamento face ao paciente), sendo esta mesma contratransferência que permitiu compreender como o sujeito utilizava as palavras para colocar uma distância entre nós / dentro dele. Um silêncio que aproxima, e palavras que separam.

A “Sara”, ao contrário, incapaz de suportar as palavras, permanece em silêncio, um silêncio feito de ausência de discurso espontâneo, palavras passivas e monossilábicas em resposta às questões da analista, silenciando por completo a associação livre. A analista não tinha sono, por vezes inquietava-se, outras irritava-se, até finalmente o seu pensamento fugir da sala para pensar nas compras que tinha que fazer no supermercado... Foi também esta sua contratransferência, que a levava a deixar aquela relação, que deu sentido a este silêncio: um silêncio que se destinava a criar uma distância/muro entre nós, e dentro dela. (quando questionada sobre os seus pensamentos, frequentemente respondia estar a pensar na sua rotina diária, no novo penteado que queria fazer, ou no último verniz que comprara).

Estes exemplos chamam a atenção para dois aspectos importantes a propósito do silêncio: *o silêncio liga ou separa*, e ambas palavra e silêncio podem servir como muro na relação psicanalítica. Além disso, estes exemplos ilustram como o desconforto da analista está associado à consciência da sua contratransferência, de que ela própria se distanciava na relação com o seu analisando. Assim, no *setting* psicanalítico, à semelhança da relação comum entre as pessoas, existem silêncios confortáveis e desconfortáveis.

Um *silêncio confortável* está também associado à proximidade e sintonia na relação, ou seja, quando a comunicação se estabelece.

Por exemplo, imaginemos um silêncio que se segue a uma interpretação perturbadora e pertinente do analista, que leva ao silêncio do paciente, mas que nós sentimos ser um silêncio cheio de pensamentos e sentires, e onde se pode escutar o trabalho interno de elaboração: o paciente está em escuta e comunicação interna. Ou então, vamos supor este paciente em associação livre, subitamente, ao entrar em contacto com uma emoção profunda (e verdadeira), chora em silêncio. O analista permanece em silêncio, um silêncio-abraço, acolhendo-o num silêncio empático, deixando assim um espaço aberto para sentir, numa profunda escuta emocional, tal como uma mãe que envolve nos braços o filho a chorar.

O silêncio torna-se perturbador (para o analista) quando ele é sentido como ausência de comunicação: o **silêncio-agressivo**, em que o paciente, desconfiado ou zangado, se recusa comunicar, num movimento de resistência, como mostra o exemplo da “Sara”; o **silêncio-vazio**, psicótico, de um paciente incapaz de pensar e encontrar palavras-significados dentro dele.

Mas porquê o desconforto do analista?

Porque sem comunicação não há processo analítico, porque esta “separação” se torna mais difícil de suportar porque ele, analista, não pode simplesmente ir-se embora (como nas relações lá fora), porque aquilo que dele é esperado, é exactamente o contrário: estar com o outro, acolhê-lo, ajudá-lo a

transformar(se); e ainda pelas inseguranças do analista-pessoa: “estou a ser rejeitado” ou “não estou a ser capaz de o ajudar...”

Posto isto, resta-nos uma alternativa: começar a olhar o **silêncio como uma forma de comunicação**... E aqui, a psicanálise, foi descobrindo não só que o silêncio também comunica, compreender o seu significado é compreender o paciente; mas, mais do que isso, descobriu que o silêncio é o **terreno** onde vai desabrochar a relação psicanalítica, ou seja, é ele que torna possível trabalho psicanalítico.

1. Silêncio: da resistência à comunicação

A par da evolução da teoria e prática da psicanálise, também o silêncio foi ganhando diferentes significados.

Com Freud, o silêncio era considerado uma *resistência*. Na sua concepção do funcionamento mental, o sintoma ou sofrimento psíquico, era consequência de ideias e afectos que haviam sido reprimidos, sendo a cura conseguida ao fazê-los emergir na consciência. Era então a palavra – através da associação livre – que permitia este processo. Assim, todo o silêncio era considerado por Freud como uma resistência à associação livre, e ao processo analítico.

Actualmente, o silêncio é encarado pela psicanálise como uma *forma de comunicação inconsciente*, tal como a palavra. O sofrimento psíquico deixa de ser unicamente a

resposta ao recalçamento, mas o reflexo de padrões de relação precoces interiorizados (inconscientes), que se actualizam nas relações actuais. O processo psicanalítico utiliza este “reviver das velhas relações” (transferência) como forma de compreensão do paciente, ajudando-o a tomar consciência destes padrões, e gradualmente a transformá-los no aqui e agora da relação com o analista, possibilitando assim, a interiorização de uma nova relação. Ora, esta transferência de padrões relacionais inconscientes, aparecem na comunicação verbal e não verbal: o paciente utiliza a comunicação verbal – a palavra -, que está consciente, e a comunicação não verbal, inconsciente – através da entoação, na “musica das palavras”, dos silêncios... O analista escuta as palavras – conscientes -, e sente outras coisas dentro dele, não imediatamente compreensíveis: irritação, desconforto, sono...

Portanto, o silêncio também comunica... Ele faz parte da comunicação não verbal, e reflecte a relação entre paciente e analista, ajudando na compreensão do mundo interno do paciente. Os seus significados são múltiplos: oposição ao analista numa necessidade de separação; repetição de um padrão relacional de aviltamento vivido nas relações precoces, recalçamento de afectos (agressivos ou libidinais) associados à culpa e, finalmente, um processo criativo de elaboração interna.

Ao analista, só lhe resta ouvir (e analisar) a sua contratransferência (sono, irritação, sentimento maternal) à descoberta do significado do silêncio.

2. Silêncio torna possível a relação analítica

Nacht (1964) veio dar ainda mais relevância ao silêncio: já não é só uma forma de comunicar, mas sem silêncio não haveria processo psicanalítico... o silêncio como o terreno onde se pode plantar a semente do crescimento psíquico.

Começemos por pensar na técnica psicanalítica e na **importância da palavra**. Assim como a palavra é a base das trocas humanas, a ponte que permite a dois seres humanos comunicarem (e compreenderem-se), também a técnica psicanalítica depende destas trocas verbais: o paciente fala, o analista comenta ou interpreta, e o *insight* resulta destas interpretações.

Mas existe uma particularidade com a palavra na psicanálise: é uma **palavra falada**, e ao contrário da palavra escrita, só esta permite trazer à superfície os afectos escondidos... Aliás, seria absurdo fazer psicanálise por e-mail!

Mas porque não havíamos de fazer as interpretações por escrito a alguém que escreve as suas dificuldades e conflitos?

Porque a chave dos tratamentos psicanalíticos é a livre associação de ideias, só possível através do discurso verbal, que sem esforço consciente traz à superfície os afectos escondidos...

Pensamos antes de escrever, mas pensamos ao mesmo tempo que falamos... De facto o tratamento psicanalítico baseia-se no discurso vivo (mímica, tom de voz), e não pode existir sem ele, ao contrário de outras relações (amizade, intelectuais e até amorosas) que por vezes se contentam durante muito tempo com a palavra escrita.

Mas onde aparece a importância do silêncio?

É que existe algo mais do que as palavras faladas na comunicação emocional...

a) Alguns afectos nascem no silêncio...

A psicanálise é uma relação única ao possibilitar ao paciente uma experiência interna invulgar: o reviver no presente o passado, do qual está em parte consciente e em parte inconsciente, para progressivamente compreender esse passado.

Mas aquilo que faz da psicanálise uma relação única não é só a transferência e contratransferência, mas o permitir a *comunicação inconsciente*, a qual é sobretudo veiculada na *comunicação não verbal*. Ora, esta comunicação não verbal, vai permitir o acordar de memórias pré-verbais que pertencem a um passado anterior à palavra, durante os primeiros meses de vida, numa fase em que o objecto não é sentido como separado do sujeito, mas sente-se fundido e indiferenciado do objecto, fase esta experimentada na união simbiótica com a mãe.

De facto, a linguagem aparece com a separação do outro, sinal de um ego separado, ao mesmo tempo que contribui para essa mesma separação. Aliás muitos pais cujos filhos têm algum atraso na aquisição da linguagem, comentam o quanto a escola é boa ao contribuir para o desenvolvimento da linguagem. Mas na realidade não é a escola, mas a separação dos pais, que torna mais necessário à criança o adquirir da linguagem para criar uma ponte de ligação com os outros! A linguagem é assim utilizada pelo sujeito para *recapturar o objecto, para comunicar com ele*, no momento em que sujeito e objecto já se encontram separados. Mas, ainda que frequentemente subsistindo no desejo, como se pode ver no Mito da Alma Gémea, o estado de fusão dos primeiros meses de vida nunca é reencontrado... nostalgia esta que persiste em algumas pessoas esperando voltar a reencontrá-la. Se alguns sentiram internamente a separação do objecto como *libertação*, escolheram a separação como forma de relação com o outro, sentindo-a como satisfatória; outros, sentem na sua vida um vago sentimento de incompletude (que pode estar associado a uma separação precoce, ou a uma dependência precoce insatisfatória), uma nostalgia que parece estar relacionada com um desejo de fusão com o objecto, a qual eliminaria toda e qualquer diferença, nostalgia que traz consigo um sofrimento permanente e uma insatisfação na relação com os outros.

Para Nacht, esta **relação fusional**, nascida no silêncio, só poderá ser reexperimentada no silêncio... E só será possível reviver isto na relação psicanalítica, através da relação não verbal que permite atingir um estado de união interna com o objecto-analista.

b) Silêncio para interiorizar o analista

Será este silêncio duradouro, sem agressão nem ambivalência, que permite ao paciente utilizar o analista como objecto, assim como tudo o que este lhe ensinou e disse, isto é, interiorizar o analista. E será esta interiorização, que conduz à aceitação da inevitável separação, que constitui a boa relação de objecto, separação que até então era sentida como dolorosa.

É este o papel do silêncio no sucesso do tratamento: o silêncio tem o poder de permitir a integração indispensável para a eficácia do tratamento. Como refere Nacht:

“As interpretações do analista passam agora a ser aceites e sentidas de uma forma totalmente diferente, as intervenções verbais serão recebidas a partir do silêncio interno do paciente, criando raízes no seu ser mais profundo, e produzindo frutos, enquanto antes perdiam-se logo após ouvidas, perdendo-se no remoinho de um pensamento agitado(...)as palavras plantam sementes; assim como as sementes

germinam no silêncio pacífico da terra, assim agora em silêncio e paz, o self cresce e desenvolve-se” (pp302)

Para que esta interiorização ocorra o analista dever-se-á dar como um bom objecto, um objecto de identificação:

- (1) *Mostrando, em silêncio, uma aceitação profunda e total do paciente.* O analista não deverá mostrar concretamente o seu interesse, mas limitar-se a uma certa forma de estar presente, que tem subjacente uma **atitude** profundamente sentida de aceitação, disponibilidade, e um desejo sincero de ajudar o paciente. (Rogers);
- (2) *Tolerando o silêncio.* Se o analista está perturbado, isto torna-se perceptível para o paciente, impedindo-o de mergulhar na profunda quietude que ele precisa. A comunicação inconsciente torna a ansiedade do analista não só perceptível, mas também contagiosa. Alguém que sente medo não suporta o silêncio...
- (3) *Compreendendo o seu significado.* Os silêncios dos pacientes não exprimem todos a mesma coisa: o silêncio, como o discurso, pode mascarar afectos positivos ou negativos. Esta compreensão só é possível, se permitir ao paciente estabelecer com ele esta forma de comunicação não-verbal, baseada numa total paz;

- (4) *Dando significado* a esta experiência, para que ela possa ser deixada para trás, evitando que o paciente encontre demasiada satisfação neste estado regressivo. O paciente encontrará assim neste breve reencontro de uma necessidade profunda, a força para novas relações.

c) O problema das palavras na psicanálise

Para além do silêncio como elemento integrador (terreno de cultivo), ele é importante também no cuidado a ter no uso das palavras. Será a *linguagem do inconsciente traduzível* para o consciente, e não será esta próxima de uma “traição”? Poderão as palavras do analista, a sua linguagem consciente ser adequadamente *compreendidas* pelo inconsciente do paciente? Terão as palavras do analista o mesmo valor para o paciente? De facto, a linguagem muitas vezes distorce e deforma alguns significados subtis (fantasias inconscientes), e as palavras dão forma aos afectos, que são por si muito fluidos, forçando-os a tomar formas que não correspondem à sua verdade essencial.

Por tudo isto, o analista, deverá, para Nacht, ter muito **cuidado com as palavras**. Por exemplo, bastam poucas palavras para certas fantasias difíceis de aceitar, é melhor dizer pouco, permitindo que um certo silêncio ocorra imediatamente após, para que as palavras

ecoem ressonâncias no inconsciente, mais do que imagens precisas para o consciente.

Conclusão

Do silêncio na psicanálise concluímos que a linguagem não é melhor assistente do que o silêncio. A relação verbal entre analista e paciente funciona bem, só se está presente uma certa relação não verbal, dando os “overtones e undertones”

Mas, antes de voltar ao silêncio, terminaria com uma citação ilustrativa de Herman Hesse (), de um diálogo entre Sidharta e o seu amigo de infância, Govinda.

“Não, digo-te o que descobri. O conhecimento pode ser comunicado, mas a sabedoria não. Uma pessoa pode encontrá-la, vivê-la, ser fortificada por ela, operar maravilhas por seu intermédio, tudo menos comunicá-la e ensiná-la. Desconfiei disso quando ainda era novo, e foi isso que me afastou dos mestres. Tive um pensamento, Govinda, que igualmente suporás ser uma brincadeira ou uma tolice: em toda a verdade, o oposto é igualmente verdade. Por exemplo, uma verdade só pode ser exprimida e envolta em palavras se for parcial. Tudo quanto

pode ser pensado e exprimido por palavras é parcial, apenas metade da verdade; falta-lhe totalidade, integralidade, unidade” (p. 148/9)

“As palavras não exprimem muito bem os pensamentos. Estes tornam-se sempre um pouco diferentes logo após serem exprimidos, um pouco deformados, um pouco idiotas”. (p. 151)

“Posso amar uma pedra, Govinda, ou uma árvore, ou um bocado de cortiça. São coisas, e uma pessoa pode amar coisas. Mas não pode amar palavras. Por isso, os ensinamentos não têm qualquer utilidade para mim; não têm dureza, nem maciez, nem cores, nem arestas, nem cheiro, nem gosto - não têm nada, nada além de palavras” (p...)

Referências

1. Vidigal, M.J (1988). *O Silêncio da teoria e prática psicanalítica*. Trabalho teórico para membro titular da Sociedade Portuguesa de Psicanálise.
2. Nacht, (1964). “Silence as an Integrative Factor”. *International Journal of Psychoanalysis*, Vol. 45, nº2/3, pp. 299-303.