

O AMOR E SEUS IMPASSES



Psicanalista Marcelo Bruschi

O Amor e Seus Impasses

Uma Leitura Lacaniana dos Relacionamentos Conturbados

Introdução — Por que os casais sofrem do mesmo jeito (e por que isso não é coincidência)

Quem já esteve numa sala de espera de terapia de casal, ou simplesmente prestou atenção nas conversas de amigos sobre seus relacionamentos, percebe algo curioso: as histórias mudam, os nomes mudam, os detalhes mudam, mas a estrutura da dor se repete. Alguém se queixa de não ser visto. Alguém se queixa de ser sufocado. Alguém repete, com um parceiro novo, exatamente a cena que jurou nunca mais viver. Alguém ama um pouco mais quando o outro se afasta, e esfria assim que o outro se aproxima.

Essas repetições não são falhas de caráter nem azar. Para a psicanálise, e em especial para a leitura que Jacques Lacan fez da obra de Freud, elas são sintomas de uma estrutura: a do desejo humano e do modo como esse desejo se organiza em relação ao outro. Este livro parte de uma aposta simples, mas que pode soar desconfortável no início: **o relacionamento conturbado não é um desvio do amor — é, com frequência, a própria forma como o amor se manifesta quando passa pelo crivo do inconsciente.**

Isso não significa que sofrer em um relacionamento seja inevitável, tampouco que devemos resignar-nos ao caos afetivo como destino. Significa, isso sim, que para sair de um padrão repetitivo de sofrimento a dois é preciso primeiro entender de que material esse padrão é feito. Não adianta trocar de parceiro se a estrutura do desejo que escolhe, idealiza, cobra e se decepciona permanece a mesma. Trocamos de elenco, mas a peça continua sendo encenada.

O que este livro não é

Este não é um manual de “como ter um relacionamento perfeito” nem uma lista de dicas de comunicação não violenta — ainda que comunicação importe, e muito. A psicanálise lacaniana não trabalha com a promessa de uma relação sem conflito, porque parte de uma premissa radical, que será desenvolvida ao longo dos capítulos: **não existe uma relação harmônica e natural entre dois sujeitos.** O que existe é um arranjo, sempre parcial, sempre em risco, entre dois inconscientes que falam línguas ligeiramente diferentes mesmo quando usam as mesmas palavras.

Por isso, em vez de prometer soluções rápidas, este livro convida a um movimento mais lento: o de observar a própria história amorosa com outros olhos. Cada capítulo apresenta um conceito da psicanálise lacaniana — traduzido para uma linguagem acessível — e o ilustra com casos fictícios, compostos a partir de situações comuns na clínica e na vida cotidiana, sem corresponder a pessoas reais.

Por que Lacan, e por que para casais

Lacan dedicou parte significativa de seu ensino a pensar o amor, o desejo e o gozo — três registros que se entrelaçam e se confundem na vida de um casal. Sua frase mais célebre sobre o tema, “não há relação sexual”, costuma causar estranhamento antes de fazer sentido. Ela não nega que pessoas se relacionem sexualmente, é claro. Ela aponta para algo mais sutil: não existe uma complementaridade natural e garantida entre dois sujeitos, como se cada um trouxesse a peça que completa o quebra-cabeça do outro. O que existe é um esforço, sempre incompleto, de fazer relação onde estruturalmente falta uma garantia.

É justamente nessa falta de garantia que mora boa parte do sofrimento amoroso — e também boa parte de sua intensidade, de sua paixão, de seu poder de nos transformar. Entender essa estrutura não tira a magia do amor; ao contrário, permite amar de um jeito mais responsável, menos refém de expectativas que nunca poderiam ser cumpridas porque, desde o início, eram impossíveis.

Como ler este livro

Os capítulos seguem uma progressão: começamos pela pergunta sobre o que é o amor para a psicanálise, passamos pelos conceitos centrais de desejo, demanda e gozo, exploramos os padrões mais comuns de sofrimento a dois — ciúme, repetição, idealização, brigas recorrentes — e terminamos com a questão de separação e de como é possível, ainda que nunca de modo definitivo, amar de um jeito que abra espaço para o desejo de cada um.

Não é necessário ter formação em psicanálise para acompanhar esta leitura. É necessário, isso sim, estar disposto a um certo desconforto: o de reconhecer, nas histórias e conceitos apresentados, fragmentos da própria experiência. Esse reconhecimento, mais do que qualquer informação teórica, é o que pode abrir uma porta para outra relação com o amor — e com quem se ama.

Capítulo 1 — O amor como sintoma: o que Lacan tinha a dizer sobre amar

Quando alguém diz “eu te amo”, costuma imaginar que está expressando algo espontâneo, verdadeiro, quase natural — um sentimento que brota de dentro e se dirige, limpo, ao outro. A psicanálise complica essa imagem, e Lacan a complica ainda mais quando afirma que **o amor é, estruturalmente, uma forma de sintoma**.

Isso não é uma forma elegante de dizer que “amar é sofrer”. É uma afirmação mais precisa: assim como um sintoma é uma formação do inconsciente que carrega, disfarçada, uma mensagem sobre o sujeito que o produz, o amor também é uma formação que diz mais sobre quem ama do que sobre quem é amado. Amamos, em grande medida, aquilo que nos permite continuar contando a história que já

contávamos sobre nós mesmos — mesmo que essa história seja de abandono, de insuficiência, de não ser visto.

Amar é endereçar uma falta

Para a psicanálise, o sujeito não é um ser completo que um dia encontra outro ser completo e os dois se somam. O sujeito, desde sua entrada na linguagem, é marcado por uma falta — algo que Lacan formaliza com o conceito de falta-a-ser. Não há, em nenhum de nós, um núcleo pleno e satisfeito esperando para ser descoberto. Há, isso sim, um vazio em torno do qual se organiza o desejo.

Quando amamos, endereçamos essa falta a alguém. Pedimos, sem saber que estamos pedindo, que o outro venha preencher algo que, por estrutura, não pode ser preenchido. É por isso que o início de uma paixão costuma vir acompanhado de uma sensação de completude tão intensa quanto efêmera: por um instante, parece que a falta desapareceu. Mas a falta não desaparece — ela apenas foi temporariamente coberta pela novidade do encontro, pela idealização, pelo desconhecimento mútuo que ainda preserva o mistério.

Caso ilustrativo: Marina e Caio

Marina chega à terapia dizendo que está “viciada” em começos de relacionamento. Nos primeiros meses, sente-se completa, eufórica, certa de ter finalmente encontrado alguém que a entende. Em poucos meses, a mesma pessoa que parecia perfeita começa a lhe parecer insuficiente, distante, “sempre ocupada demais”. Ao examinar sua história, percebe-se um padrão: o pai de Marina viajava constantemente a trabalho durante sua infância, e os reencontros eram sempre intensos, cheios de presentes e atenção compensatória, seguidos de novo afastamento.

Marina não está simplesmente “repetindo o pai” em seus parceiros — ela está repetindo uma estrutura de satisfação: a de que o amor só é sentido com intensidade no momento do reencontro, da promessa, do início. Quando o vínculo se estabiliza, a falta que sustentava o desejo se torna menos visível, e é precisamente isso, paradoxalmente, que Marina sente como perda. O sintoma amoroso de Marina não é “não conseguir manter relacionamentos” — é uma forma específica, ligada à sua história, de buscar reencontrar a falta de um jeito que a mantenha viva.

O amor não cura a falta, mas pode transformar a relação com ela

Reconhecer o amor como sintoma não é uma sentença de pessimismo. É, antes, um convite a deslocar a pergunta. Em vez de perguntar “por que meu parceiro não me completa?”, a pergunta mais produtiva passa a ser: “que tipo de falta eu trago para essa relação, e o que tenho pedido ao outro para fazer com ela?”

Casais que sofrem repetidamente costumam estar presos numa expectativa implícita de que o parceiro deveria, finalmente, fechar uma ferida que é anterior ao relacionamento. Quando essa expectativa não se cumpre — e ela nunca se cumpre completamente, porque não pode — a decepção é lida como falha do outro, e não

como o encontro inevitável com um limite estrutural do amor. Essa diferença de leitura muda tudo: na primeira, o casal entra num ciclo de cobrança e desilusão; na segunda, abre-se a possibilidade de uma relação mais madura com a própria falta, e com a do outro.

A diferença entre amar e ser amado

Um desdobramento importante dessa estrutura é a assimetria, presente em quase todo casal, entre o lugar de quem ama mais ativamente e o lugar de quem se deixa amar. Lacan chama atenção para o fato de que amar e ser amado não são posições simétricas nem intercambiáveis: amar implica um movimento ativo em direção à falta do outro, enquanto ser amado implica ocupar, para o outro, o lugar do objeto a — aquilo que causa seu desejo.

Muitos conflitos de casal nascem justamente da dificuldade de tolerar essa assimetria. Há períodos em que um parceiro ama mais intensamente do que é amado, e vice-versa, sem que isso signifique necessariamente um desequilíbrio patológico — é parte do movimento natural de qualquer relação viva. O problema surge quando essa assimetria se cristaliza de forma rígida, sempre na mesma direção, e passa a ser vivida como uma injustiça permanente ao invés de uma oscilação natural do laço amoroso.

Para refletir

- Em sua história amorosa, você costuma ocupar mais o lugar de quem ama intensamente ou de quem é amado? Há um padrão que se repete?
- Que crença sobre seu próprio valor pode estar por trás desse padrão?
- Quando essa posição se inverte, mesmo que momentaneamente, como você reage?

Capítulo 2 — “Não há relação sexual”: o mal-entendido estrutural entre dois

Poucas frases de Lacan causaram tanto alvoroço quanto esta: “não há relação sexual”. Lida fora de contexto, parece um exagero ou uma provocação vazia — afinal, pessoas se relacionam sexualmente todos os dias. Mas Lacan não está falando do ato físico. Ele está falando de algo mais estrutural: não existe uma fórmula, um encaixe garantido, que permita que dois sujeitos se relacionem sem mal-entendido.

Duas línguas que parecem uma só

Cada sujeito constrói, ao longo da vida, um modo particular e inconsciente de se relacionar com o desejo, com o gozo, com a falta. Esse modo é moldado pela história de cada um — pelas primeiras experiências de cuidado, frustração, satisfação. Quando duas pessoas se encontram, elas trazem consigo esses modos particulares, e por mais que usem as mesmas palavras — “amor”, “carinho”, “respeito”, “espaço” — cada uma escuta e produz sentido a partir de sua própria gramática inconsciente.

É por isso que tantos conflitos de casal começam com a frase “mas eu não disse isso”. E, de fato, no nível consciente, talvez não tenha dito. Mas o que foi escutado obedece a uma lógica que pertence a quem escuta, não a quem fala. O mal-entendido não é um acidente de percurso — é a condição de base de qualquer relação entre dois sujeitos.

Caso ilustrativo: Renata e Felipe

Felipe diz “preciso de um tempo sozinho” depois de um dia difícil de trabalho. Para ele, a frase significa apenas isso: um pedido pontual de silêncio. Para Renata, que cresceu numa casa em que o silêncio do pai sempre antecedia longos períodos de afastamento emocional, a mesma frase ativa uma série de associações inconscientes ligadas a abandono. Ela reage com ansiedade, busca reassseguramento, o que para Felipe soa como invasão — exatamente o oposto do espaço que pedira.

Nenhum dos dois está “errado”. Cada um está reagindo de acordo com a língua inconsciente que aprendeu a falar muito antes de se conhecerem. O problema não é a falta de amor entre eles, mas a expectativa de que o amor deveria, por si só, traduzir automaticamente uma língua na outra.

O que fazer com a falta de relação

Se não existe uma relação sexual garantida, no sentido lacaniano, o que resta aos casais? Resta o trabalho — paciente, repetido, nunca definitivamente concluído — de tradução. Casais que conseguem durar e se transformar não são aqueles que encontraram uma compatibilidade mágica, mas aqueles que aceitaram que a tradução do desejo do outro é uma tarefa contínua, e não um problema resolvido de uma vez por todas.

Esse reconhecimento tira um peso considerável dos ombros de muitos casais: a culpa por não se entenderem automaticamente. Não entender automaticamente não é sinal de que o amor é insuficiente — é a condição mesma de qualquer relação entre dois inconscientes diferentes. A pergunta não é “por que não nos entendemos sem esforço?”, mas “estamos dispostos a fazer, repetidamente, o esforço de tradução que todo vínculo exige?”

Lalíngua: a gramática secreta de cada um

Lacan cunhou o termo lalíngua para designar essa camada mais primitiva e particular da linguagem, anterior à gramática compartilhada socialmente — formada nos primeiros encontros do bebê com a fala do Outro, carregada de tonalidades, ritmos e associações que são inteiramente singulares. É essa camada que faz com que uma mesma palavra, dita por pessoas diferentes ou em contextos diferentes, produza efeitos completamente distintos em quem escuta.

É por isso que tentar resolver mal-entendidos de casal apenas com técnicas genéricas de comunicação — “use frases na primeira pessoa”, “evite generalizações” — ajuda, mas tem limites. Essas técnicas operam no nível da língua compartilhada; o mal-entendido mais profundo opera no nível de lalíngua, que é irredutivelmente pessoal.

Um casal que aprende, ao longo dos anos, as ressonâncias particulares de certas palavras para o outro — que “vou sair com meus amigos” para um pode ser neutro e para o outro reativar uma cena de abandono — desenvolve algo mais valioso do que técnicas de comunicação: um dicionário íntimo e construído a dois.

Para refletir

- Existe alguma palavra ou frase comum que, quando dita por seu parceiro, produz em você uma reação desproporcional ao conteúdo literal?
- Você sabe identificar de onde vem essa reação?
- Já tentou explicar ao seu parceiro essa ressonância particular, em vez de apenas reagir a ela?

Capítulo 3 — O parceiro como sintoma do outro

Uma das formulações mais férteis de Lacan para pensar o casal é a ideia de que, em certas configurações do laço amoroso, “o parceiro é sintoma do parceiro”. Em outras palavras: o outro com quem nos relacionamos não é apenas alguém externo a nós, mas alguém que ocupa, em nossa economia psíquica, o lugar de uma formação sintomática — algo que ao mesmo tempo nos causa sofrimento e nos sustenta de alguma forma.

O parceiro como solução e como problema

Isso explica um fenômeno comum e intrigante: por que tantas pessoas permanecem em relacionamentos que claramente as fazem sofrer, mesmo quando têm consciência disso e até mesmo meios concretos de sair? A resposta lacaniana é desconcertante: porque aquele sofrimento, de alguma forma, também produz uma satisfação inconsciente — não no sentido de prazer consciente, mas no sentido de um gozo que sustenta a posição subjetiva da pessoa.

O parceiro que cobra, que está sempre ausente, que provoca ciúme, que nunca está plenamente satisfeito — cada um desses parceiros pode estar ocupando, na economia psíquica do outro, um lugar necessário: o de confirmar uma crença inconsciente sobre si mesmo (“não sou suficiente”, “serei sempre abandonado”, “preciso lutar para ser amado”). Romper esse padrão não é apenas uma questão de “escolher melhor” — é uma questão de reconhecer e eventualmente deslocar essa crença que organiza a escolha.

Caso ilustrativo: Júlia e os parceiros indisponíveis

Júlia tem um histórico de se envolver com pessoas emocionalmente indisponíveis — casadas, distantes, ou simplesmente avessas a compromisso. Cada novo relacionamento começa com a esperança de que, desta vez, será diferente, e termina com a mesma sensação de não ser escolhida. Em terapia, Júlia descobre que essa busca repetida não é coincidência: ela permite que Júlia confirme, de modo doloroso mas familiar, uma crença antiga de que seu amor nunca é “suficiente” para fazer alguém

ficar — crença formada na relação com uma mãe emocionalmente intermitente, ora presente, ora ausente.

O parceiro indisponível não é, nesse caso, um erro de escolha isolado: ele é sintoma de Júlia, no sentido de que sustenta e confirma uma posição subjetiva que ela ocupa desde muito antes de conhecer qualquer um desses parceiros.

Reconhecer sem culpar

É importante destacar: dizer que o parceiro é sintoma não significa culpar a vítima de relações abusivas ou negligentes, nem sugerir que todo sofrimento amoroso é “procurado” no sentido consciente da palavra. Significa, isso sim, abrir espaço para uma pergunta que devolve à pessoa um lugar de sujeito em sua própria história: o que, em mim, se satisfaz nesse padrão que se repete? Essa pergunta, longe de ser acusatória, é libertadora — porque é só reconhecendo a própria participação inconsciente num padrão que se torna possível, de fato, transformá-lo.

Sintoma compartilhado: quando o casal sustenta um ao outro

Há configurações em que não é apenas um parceiro que funciona como sintoma do outro, mas os dois se sustentam mutuamente numa espécie de sintoma a dois — um arranjo em que cada um precisa que o outro permaneça exatamente como está para que sua própria posição subjetiva continue confirmada. É o caso, por exemplo, de casais em que um ocupa cronicamente o lugar de “problemático” — com vícios, instabilidade emocional, dificuldades profissionais — enquanto o outro ocupa o lugar de “cuidador” ou “salvador”. Embora o casal frequentemente descreva essa dinâmica como fonte de sofrimento, qualquer tentativa de alterá-la — o “problemático” melhorar, o “cuidador” parar de cuidar — costuma gerar uma resistência inconsciente surpreendente em ambos, porque a mudança ameaça o equilíbrio que sustenta a identidade de cada um dentro do laço.

Esse tipo de arranjo, às vezes chamado na literatura clínica de “casamento sintomático”, não é incomum, e seu reconhecimento exige cuidado: não se trata de culpar quem ocupa o lugar de cuidador por “permitir” o problema do outro, mas de reconhecer que ambas as posições cumprem uma função psíquica que precisa ser compreendida, e não apenas combatida no nível comportamental.

Para refletir

- No seu relacionamento, existe algum papel fixo que você ou seu parceiro ocupam — “o forte”, “o frágil”, “o responsável”, “o impulsivo”?
- O que aconteceria, na dinâmica do casal, se esse papel mudasse?
- Você já notou alguma resistência, em si mesmo, a uma mudança positiva no comportamento do seu parceiro?

Capítulo 4 — Desejo x demanda: por que pedimos amor e ouvimos cobrança

Um dos atritos mais comuns entre casais surge de uma confusão estrutural entre dois registros que Lacan distingue com cuidado: a demanda e o desejo. Entender essa diferença pode mudar completamente a forma como interpretamos os pedidos — e as recusas — dentro de uma relação.

A demanda nunca é só o que ela pede

Quando uma pessoa pede algo ao parceiro — “me liga quando chegar”, “presta mais atenção em mim”, “fala mais sobre o seu dia” — o conteúdo explícito do pedido é apenas a superfície. Por trás de toda demanda, segundo Lacan, há uma demanda de amor incondicional: a demanda, no fundo, é sempre “me ama, e prova isso”. Por isso nenhuma resposta literal à demanda jamais a satisfaz completamente: pode-se atender ao pedido concreto (ligar, prestar atenção, falar mais) sem que a pessoa se sinta, de fato, amada — porque o que estava em jogo não era o conteúdo, mas a prova de amor que o conteúdo deveria, supostamente, comprovar.

Isso explica por que tantos casais entram num ciclo frustrante: um pede, o outro atende ao pedido literal, e o primeiro continua insatisfeito, sem conseguir nomear exatamente o porquê. O porquê é estrutural: a demanda de amor é, por definição, insaciável, porque pede uma garantia que nenhum gesto concreto pode oferecer de uma vez por todas.

O desejo aparece nos intervalos

Diferente da demanda, o desejo não se localiza no conteúdo explícito do pedido, mas naquilo que escapa a ele — no intervalo entre o que se pede e o que se pediria se tudo pudesse ser dito. O desejo é metonímico, ou seja, desliza, nunca se fixa definitivamente num objeto. É por isso que satisfazer plenamente uma demanda, paradoxalmente, pode matar o desejo: quando tudo já foi dito e dado, não sobra mais nada para desejar.

Casais que vivem brigas repetitivas sobre questões aparentemente pequenas — quem lava a louça, quem esqueceu de avisar, quem não ligou — frequentemente estão, sem saber, disputando algo da ordem da demanda de amor, não do conteúdo prático em questão. Tentar resolver esses conflitos apenas no nível prático (“vamos fazer uma escala de tarefas”) costuma fracassar, porque não toca o que realmente está em jogo.

Caso ilustrativo: Bia e Otávio

Bia reclama constantemente que Otávio “nunca pergunta como foi o meu dia”. Otávio, na tentativa de resolver, passa a perguntar todos os dias, pontualmente, “como foi seu dia?”. Bia continua insatisfeita — agora a pergunta lhe parece mecânica, vazia. O que Bia pedia, no fundo, não era a pergunta em si, mas um sinal de que ocupava um lugar de importância no desejo de Otávio, algo que nenhuma pergunta ritualizada poderia, por si só, comprovar.

A saída, nesses casos, não está em otimizar a resposta à demanda, mas em reconhecer, juntos, que a satisfação plena da demanda de amor é estruturalmente impossível — e que isso não é uma falha do relacionamento, mas uma característica de qualquer relação amorosa. Esse reconhecimento permite que o casal pare de buscar a prova definitiva e passe a conviver com gestos sempre parciais, sempre insuficientes, mas ainda assim significativos.

A armadilha da “comunicação perfeita”

Existe, na cultura contemporânea de autoajuda e em parte da psicologia popular, uma promessa recorrente: se o casal aprender a se comunicar “corretamente” — validando sentimentos, evitando acusações, praticando escuta ativa —, os conflitos se resolverão. Essas ferramentas têm valor real e este livro não as descarta. Mas a leitura lacaniana acrescenta um alerta importante: nenhuma técnica de comunicação consegue, por si só, satisfazer a demanda de amor incondicional que subjaz à maioria dos pedidos cotidianos.

Isso significa que casais que investem exclusivamente em “comunicação melhor” e, mesmo assim, continuam insatisfeitos, não estão necessariamente fazendo algo errado tecnicamente — estão esbarrando num limite estrutural que nenhuma técnica supera. Reconhecer esse limite não é motivo para abandonar o esforço de comunicação, mas para temperá-lo com uma expectativa mais realista: comunicação melhora a tradução entre dois mundos psíquicos diferentes, mas não elimina a diferença entre eles, nem a falta que cada demanda carrega.

Para refletir

- Pense num pedido recente que você fez ao seu parceiro. Que conteúdo explícito você pediu — e que prova de amor implícita estava por trás dele?
- Seu parceiro atendeu ao pedido explícito? Isso foi suficiente para você se sentir satisfeito?
- O que mudaria se você nomeasse, diretamente, a demanda de amor por trás do pedido prático?

Capítulo 5 — O objeto a: aquilo que buscamos no outro sem saber nomear

Entre os conceitos mais originais de Lacan está o do objeto a — também chamado de objeto causa de desejo. Trata-se de uma das ideias mais difíceis de seu ensino, mas também uma das mais úteis para entender por que nos apaixonamos por certas pessoas e não por outras, muitas vezes sem conseguir explicar racionalmente o motivo.

Não amamos a pessoa inteira

Quando alguém descreve o que ama no parceiro, frequentemente recorre a detalhes aparentemente menores: um jeito de rir, um tom de voz, uma forma específica de

olhar, um gesto repetido. Esses detalhes não são acessórios — são, para a psicanálise, pistas do objeto a: um traço específico que, por razões inconscientes ligadas à história do sujeito, passou a funcionar como causa do desejo.

O objeto a não é a pessoa toda, nem mesmo uma qualidade que possa ser nomeada com precisão. É algo da ordem do detalhe, do excesso, daquilo que escapa à descrição completa — por isso, quando tentamos explicar racionalmente “por que amo essa pessoa”, a explicação sempre soa insuficiente diante da intensidade do que sentimos. Amamos um detalhe que funciona como representante, no outro, de algo que nos falta e que não sabemos nomear diretamente.

Caso ilustrativo: Pedro e o jeito de Laura olhar para o lado

Pedro não sabe explicar exatamente o que o atraiu em Laura logo no primeiro encontro. Tentando colocar em palavras, ele menciona “um jeito dela olhar para o lado quando está pensando, meio distraída”. Esse detalhe aparentemente irrelevante carrega, sem que Pedro saiba, uma ressonância inconsciente com a imagem da mãe concentrada em seu trabalho durante a infância — momentos em que Pedro buscava, sem sucesso, capturar sua atenção plena.

O objeto a de Pedro não é “uma mulher distraída” como categoria geral — é esse traço específico, repetido, que funciona como gatilho de desejo porque reencena, de forma deslocada, uma cena fundamental de sua história. É comum que, ao se aproximar e se estabilizar a relação, esse mesmo traço que inicialmente fascinava passe a irritar — porque o que sustenta o desejo é justamente a distância, e não a posse.

Por que o objeto a explica tanto o fascínio quanto o tédio

Esse mesmo mecanismo ajuda a entender por que relações que começam com intensa atração podem esfriar com o tempo, e por que algumas pessoas buscam compulsivamente o mesmo “tipo” de parceiro, mesmo quando esse tipo historicamente as faz sofrer. O objeto a não busca a felicidade do sujeito — busca a repetição de uma estrutura de satisfação inconsciente, que pode ser prazerosa ou dolorosa, ou as duas coisas ao mesmo tempo.

Reconhecer o próprio objeto a — os traços, gestos, qualidades que repetidamente nos atraem — não elimina o fascínio, mas permite uma relação mais consciente com ele. Em vez de seguir cegamente o padrão de atração, é possível perguntar: esse traço que me atrai está ligado a uma história de satisfação, ou a uma história de falta repetida que estou tentando, sem saber, reencenar?

Quando o objeto a se confunde com idealização de imagem

É importante distinguir o objeto a — um traço singular e inconsciente — da idealização consciente de características socialmente valorizadas: status, aparência física segundo padrões dominantes, sucesso profissional. Muitas pessoas confundem a busca por essas características com desejo verdadeiro, e se surpreendem ao perceber que, mesmo encontrando um parceiro que reúne todos os atributos “desejáveis” no

plano social, o fascínio não se sustenta. Isso ocorre porque o objeto a não obedece à lógica do mercado de atributos — ele é singular, ligado à história inconsciente de cada sujeito, e não pode ser deduzido de uma lista de qualidades objetivamente atraentes.

Esse descompasso explica por que tantas pessoas relatam maior intensidade de desejo por parceiros que, vistos de fora, “não fazem sentido” segundo critérios convencionais, e relativa indiferença diante de parceiros que, no papel, pareciam ideais. O desejo lacaniano não é mensurável nem comparável a um checklist — é da ordem do encontro singular entre um traço do outro e uma história pessoal de satisfação e falta.

Para refletir

- Existe alguma diferença entre o tipo de parceiro que você acha que “deveria” desejar e aquele que efetivamente desperta seu desejo?
- Já se envolveu com alguém que reunia todas as qualidades “certas” no papel, mas que não despertava fascínio real?
- Consegue nomear, mesmo que de forma incompleta, algum traço específico que historicamente desperta seu interesse?

Capítulo 6 — Repetição: por que escolhemos sempre o mesmo tipo de parceiro

“Sempre acabo com o mesmo tipo de pessoa” é uma das queixas mais frequentes ouvidas em consultórios de terapia de casal e individual. Para a psicanálise, essa repetição não é coincidência estatística nem simples “tipo físico” — é a manifestação de uma compulsão à repetição, conceito que Freud já havia introduzido e que Lacan reformulou em termos estruturais.

A repetição não busca o prazer, busca o conhecido

Freud observou que, para além do princípio do prazer, há algo no psiquismo que insiste em repetir experiências, mesmo desagradáveis — como se houvesse uma força que buscasse não a satisfação, mas a familiaridade. Lacan articula essa repetição à insistência do significante: certos significantes ligados à história do sujeito — palavras, posições, papéis — insistem em retornar, organizando escolhas que parecem livres, mas que na verdade obedecem a um roteiro inconsciente já escrito.

É por isso que pessoas criadas em ambientes de instabilidade emocional frequentemente se veem, anos depois, atraídas por parceiros instáveis; pessoas que cresceram tendo que “cuidar” de um cuidador frágil se veem atraídas por parceiros que precisam ser salvos; pessoas que aprenderam que amor é condicional buscam, repetidamente, parceiros que condicionam seu afeto. Não se trata de masoquismo consciente, mas de uma lógica inconsciente que privilegia o conhecido — mesmo doloroso — sobre o desconhecido, ainda que potencialmente mais saudável.

Caso ilustrativo: Diego e o ciclo dos resgates

Diego sempre se envolve com parceiras que estão passando por crises — financeiras, emocionais, profissionais. No início, sente-se necessário, importante, capaz de fazer diferença na vida de alguém. Com o tempo, o relacionamento se torna exaustivo, e Diego termina, jurando que da próxima vez escolherá alguém “mais estável”. Poucos meses depois, está novamente envolvido com alguém em crise.

Ao investigar sua história, descobre-se que Diego cresceu como filho de uma mãe com episódios depressivos recorrentes, em relação à qual desenvolveu, ainda criança, um papel de cuidador precoce. Seu valor, nessa configuração familiar, estava ligado à capacidade de socorrer. Escolher parceiras em crise não é, para Diego, um erro de avaliação — é a reencenação de uma posição subjetiva profundamente arraigada: a de só se sentir valioso quando é necessário para salvar alguém.

Romper a repetição não é “escolher diferente” por vontade

Um erro comum é achar que basta decidir conscientemente “vou escolher diferente da próxima vez” para romper o padrão. A repetição, sendo inconsciente, não cede facilmente à vontade consciente — por isso tantas pessoas, mesmo cientes de seu padrão, continuam a reencená-lo. O trabalho necessário é outro: trazer à luz a cena original que a repetição tenta, sem sucesso, resolver, e elaborar essa cena de um modo que não exija mais ser reencenada infinitamente através de novos parceiros.

Esse é, em essência, um dos efeitos esperados de um processo analítico: não eliminar a repetição por decreto, mas compreender sua lógica a ponto de ela perder parte de sua força automática, abrindo espaço para escolhas menos determinadas pelo roteiro inconsciente.

A repetição também pode ser invertida

Um padrão menos discutido, mas igualmente comum, é a repetição por inversão: ao invés de reencenar a mesma posição da história original, o sujeito busca, de forma compulsiva, justamente o oposto — alguém radicalmente diferente do que causou sofrimento no passado. Uma pessoa criada por pais excessivamente controladores pode buscar parceiros extremamente permissivos; uma pessoa que cresceu num lar de pouco afeto pode se sentir atraída apenas por parceiros intensamente demonstrativos, a ponto de ignorar sinais de instabilidade.

Esse movimento, embora pareça à primeira vista uma fuga saudável do padrão antigo, frequentemente é apenas a mesma estrutura de repetição operando de forma espelhada: o sujeito continua organizando sua escolha em função da cena original, ainda que tentando evitá-la, e não a partir de um critério verdadeiramente livre. É por isso que “escolher o oposto do que meus pais tinham” não é, por si só, garantia de uma escolha mais saudável — pode ser apenas mais uma forma, disfarçada, da mesma compulsão.

Para refletir

- Você já percebeu em si a tendência de buscar parceiros radicalmente opostos a uma figura difícil do passado?
- Essa busca tem sido bem-sucedida, ou tem trazido novos tipos de sofrimento?
- O que aconteceria se você escolhesse um parceiro a partir de outro critério, que não fosse nem a repetição nem a negação da história anterior?

Capítulo 7 — Ciúme, traição e a falta que constitui o desejo

Poucos temas mobilizam tanto sofrimento em casais quanto o ciúme e a traição — real ou temida. A leitura lacaniana desses fenômenos foge da moralização fácil (“ciúme é insegurança”, “traição é falta de caráter”) para investigar a estrutura que os sustenta.

O ciúme não é sobre o outro, é sobre a falta

O ciúme costuma ser descrito como medo de perder o parceiro para um rival. Mas, numa leitura mais cuidadosa, o ciúme frequentemente revela algo mais perturbador: a suspeita de que o parceiro tem um desejo próprio, que escapa ao controle e ao conhecimento de quem ama. O ciumento não teme apenas o rival concreto — teme a existência mesma do desejo do outro como algo radicalmente alheio, inacessível, não garantido.

Por isso o ciúme pode aparecer mesmo na ausência de qualquer indício concreto de traição: ele se alimenta da própria estrutura da falta, não de provas. Quanto mais o sujeito tenta obter garantias absolutas de fidelidade — vigiando, controlando, exigindo provas — mais a estrutura de falta se evidencia, porque nenhuma garantia jamais é suficiente para eliminar a possibilidade lógica de que o outro deseje algo além de nós.

A traição como confirmação de uma crença

Curiosamente, em muitos casos clínicos, a traição — cometida ou sofrida — funciona como confirmação de uma crença inconsciente preexistente, e não apenas como evento traumático isolado. Pessoas que se sentem estruturalmente “insuficientes” podem, sem desejar conscientemente, criar ou interpretar situações que confirmam essa insuficiência. Da mesma forma, quem trai frequentemente o faz não por satisfação plena com o outro, mas justamente para reencontrar, em outro lugar, a falta que torna o desejo possível — uma falta que a estabilidade do relacionamento estabelecido pode ter, paradoxalmente, apagado.

Caso ilustrativo: Camila e André

Camila descobre mensagens ambíguas no celular de André e entra em colapso de ciúme, embora não haja evidência clara de traição física. Em terapia, percebe que sua reação desproporcional se conecta a uma história de infância marcada pela infidelidade do pai, testemunhada de forma indireta através do sofrimento silencioso

da mãe. Para Camila, qualquer sinal de desejo alheio em André reativa uma cena antiga de ameaça, na qual o amor sempre foi, em sua experiência, condicional e instável.

André, por sua vez, percebe que as mensagens trocadas com uma colega de trabalho, embora “inocentes” no conteúdo, lhe traziam uma sensação de leveza e novidade que havia desaparecido em sua relação com Camila — não porque não a amasse, mas porque a estabilidade do casamento havia, em sua experiência subjetiva, esmaecido a tensão do desejo.

Lidar com o ciúme sem negar a falta

A psicanálise não promete eliminar o ciúme nem garantir fidelidade através de fórmulas. O que ela oferece é a possibilidade de que cada parceiro reconheça sua própria relação com a falta — em vez de exigir do outro uma garantia impossível. Isso não significa tolerar qualquer comportamento em nome da “estrutura do desejo”, mas sim distinguir entre o ciúme estrutural, que pertence à própria condição do amor, e situações concretas que exigem limites, conversas e, por vezes, decisões sobre a continuidade da relação.

Ciúme e estruturas clínicas

A intensidade e a forma do ciúme variam de acordo com estruturas subjetivas distintas — uma observação clínica importante, ainda que não deva ser usada como rótulo definitivo sem avaliação profissional cuidadosa. Em organizações mais obsessivas, o ciúme tende a se manifestar como necessidade de controle e verificação constante, uma tentativa de dominar racionalmente uma falta que, por estrutura, escapa a qualquer controle. Em organizações mais histéricas, o ciúme pode aparecer entrelaçado com a necessidade de ser desejada por múltiplos olhares, e o ciúme do próprio parceiro pode até funcionar, inconscientemente, como confirmação do próprio valor.

Essas diferenças não são categorias rígidas de personalidade, mas tendências que ajudam a entender por que o “mesmo” ciúme pode ter funções psíquicas tão diferentes de pessoa para pessoa. Um casal que reconhece essas nuances tende a lidar com episódios de ciúme de forma menos moralizada — sem reduzir a questão a “fulano é ciumento” — e mais investigativa: o que esse ciúme específico, nesse momento, está tentando dizer sobre a relação de cada um com a falta?

Para refletir

- Quando você sente ciúme, a reação predominante é de controle e verificação, ou de necessidade de reassseguramento e proximidade?
- Há situações em que perceber o desejo de outras pessoas pelo seu parceiro desperta, paradoxalmente, mais atração por ele?
- Como você costuma comunicar o ciúme ao seu parceiro — através de acusação, de silêncio, de pedido direto?

Capítulo 8 — Brigas repetitivas: o gozo escondido no conflito

Quase todo casal que busca terapia descreve a mesma briga, com pequenas variações, acontecendo repetidamente. O tema pode mudar — dinheiro, tarefas domésticas, família, tempo de tela — mas a estrutura permanece idêntica: o mesmo ponto de partida, a mesma escalada, o mesmo desfecho insatisfatório. Por que casais inteligentes, que conseguem resolver problemas complexos em outras áreas da vida, parecem incapazes de sair desse roteiro?

O conceito de gozo

Para responder, a psicanálise lacaniana recorre ao conceito de gozo — distinto de prazer. O prazer obedece a uma lógica de equilíbrio, busca homeostase, evita o excesso. O gozo, ao contrário, é da ordem do excesso, daquilo que vai além do prazer e, paradoxalmente, pode incluir sofrimento. Há uma satisfação, ainda que não consciente nem reconhecida como tal, em certas formas de sofrimento repetido.

Isso não significa que as pessoas “gostem” de brigar no sentido comum da palavra. Significa que a briga repetida cumpre uma função na economia psíquica de cada um — pode confirmar uma crença sobre si mesmo, pode ser a única forma conhecida de obter atenção intensa do outro, pode reencenar uma dinâmica familiar antiga que, por mais dolorosa, é familiar e portanto, num sentido perverso, reconfortante.

Caso ilustrativo: Sofia e Lucas

Sofia e Lucas brigam, em média, duas vezes por semana, sempre pelo mesmo motivo aparente: Lucas chega atrasado e não avisa; Sofia explode; Lucas se cala e se retira; Sofia se sente ainda mais abandonada pela retirada de Lucas; a briga se intensifica até a exaustão de ambos, seguida de um período de reconciliação intensa e carinhosa.

Ao examinar o padrão, percebe-se que esse ciclo — explosão, retirada, exaustão, reconciliação — é o único momento em que o casal experimenta intimidade emocional intensa. No cotidiano “tranquilo”, ambos relatam uma sensação de distância e tédio. A briga, paradoxalmente, tornou-se o caminho mais eficiente — ainda que mais custoso — para reencontrar conexão emocional. O gozo aqui não está na briga em si, mas na intensidade relacional que ela, e apenas ela, parece garantir.

Interromper o ciclo sem eliminar a intensidade

Reconhecer o gozo escondido numa briga repetitiva não significa que o casal deva simplesmente “parar de brigar” através de força de vontade — isso raramente funciona, porque ignora a função psíquica que o conflito cumpre. O trabalho mais produtivo é perguntar: que necessidade legítima de intensidade, atenção ou confirmação está sendo satisfeita, de forma cara e dolorosa, através da briga? E seria possível encontrar outros caminhos, menos destrutivos, para satisfazer essa mesma necessidade?

Esse deslocamento — de “como paramos de brigar” para “o que a briga nos dá que não sabemos pedir de outro jeito” — costuma ser mais eficaz do que técnicas de comunicação aplicadas sem essa compreensão de fundo.

O papel do terceiro: quando a briga precisa de plateia

Um detalhe clínico revelador é observar se as brigas de um casal mudam de intensidade ou forma na presença de terceiros — amigos, família, redes sociais, ou mesmo o terapeuta. Algumas brigas parecem precisar de uma plateia, ainda que implícita, para alcançar sua função: reafirmar publicamente uma posição de vítima, obter validação externa contra o parceiro, ou demonstrar para si mesmo, através do testemunho alheio, que o sofrimento é real e legítimo. Outras brigas, ao contrário, só acontecem em privado, como se a presença de terceiros ameaçasse revelar algo que o casal prefere manter oculto, inclusive de si mesmo.

Observar essa variável — a briga muda com plateia? — pode revelar dimensões do conflito que escapam à análise apenas do conteúdo discutido. Brigas que se intensificam dramaticamente diante de terceiros frequentemente carregam uma dimensão de demanda dirigida não apenas ao parceiro, mas ao Outro social mais amplo, cuja validação parece necessária para que o sofrimento “conte”.

Para refletir

- Suas brigas com o parceiro mudam quando há outras pessoas por perto, mesmo que indiretamente (mensagens, redes sociais, família)?
- Você já percebeu vontade de “contar para alguém” sobre uma briga antes mesmo de ela ter sido resolvida com seu parceiro?
- O que você imagina que essa necessidade de testemunha revela sobre a função daquela briga específica?

Capítulo 9 — Idealização e queda: o efeito do Outro com maiúscula

Toda paixão inicial carrega um elemento de idealização: o parceiro parece, por um tempo, livre de defeitos, perfeitamente sintonizado, quase irreal em sua adequação aos nossos desejos. Essa fase, conhecida popularmente como “lua de mel”, costuma ser seguida por uma queda — às vezes gradual, às vezes abrupta — em que os mesmos traços antes admirados passam a irritar.

O grande Outro como suporte da idealização

Lacan distingue entre o outro, com letra minúscula — a pessoa concreta, com suas particularidades — e o grande Outro, uma instância simbólica que representa a ordem da linguagem, da lei, do reconhecimento social. No início de uma paixão, há uma tendência a colocar o parceiro no lugar do grande Outro: alguém que sabe, que vê, que reconhece plenamente quem somos, e cuja aprovação parece garantir nosso valor.

Essa operação é poderosa e explica a euforia das fases iniciais — sentir-se “visto” por completo por outra pessoa é uma experiência rara e intensa. Mas é também insustentável: nenhuma pessoa concreta pode ocupar permanentemente o lugar do grande Outro, porque o parceiro, sendo também um sujeito faltante, eventualmente revela sua própria incompletude, suas próprias falhas, sua impossibilidade de ser a garantia plena que a idealização supunha.

A queda como confronto com a castração do outro

Quando a idealização cai, muitos casais vivem isso como uma traição ou decepção pessoal — “ele mudou”, “ela não é mais quem era”. Na maioria dos casos, porém, o que ocorre não é mudança, mas revelação: o parceiro sempre teve falhas, limites, um desejo próprio que escapa ao controle do outro; o que mudou foi a posição de quem olha, que deixou de sustentar a idealização inicial e passou a enxergar o outro como sujeito faltante — tão incompleto quanto qualquer um.

Esse momento, embora doloroso, é também uma oportunidade: é só depois da queda da idealização que se torna possível amar o outro como sujeito real, e não como suporte de uma fantasia de completude. Casais que não atravessam essa queda — ou que, ao atravessá-la, terminam o relacionamento em vez de elaborá-la — costumam reencenar o mesmo ciclo de idealização e desilusão com parceiros seguintes, sem nunca alcançar uma forma de amor mais madura.

Caso ilustrativo: Helena e Thiago

Helena descreve os primeiros seis meses com Thiago como “os melhores da minha vida” — sentia-se, pela primeira vez, completamente compreendida. Por volta do oitavo mês, começou a notar em Thiago traços de insegurança, indecisão, dependência emocional que antes não via — ou via, mas interpretava de outra forma. Sua reação inicial foi de profunda desilusão, acompanhada do pensamento “ele não é quem eu pensava”.

Em terapia, Helena pôde reconhecer que Thiago não havia mudado de modo essencial: o que mudou foi sua própria posição, que deixara de colocá-lo no lugar idealizado do grande Outro. Esse reconhecimento permitiu que Helena decidisse, de forma mais consciente, se queria continuar a relação com o Thiago real — falho, faltante, humano — e não com a versão idealizada que havia construído nos primeiros meses.

O Outro não existe: uma frase libertadora

Outra formulação lacaniana importante para este tema é a afirmação de que “o Outro não existe” — ou seja, não existe, em lugar algum, uma instância completa, coerente e sem falhas que garanta sentido e segurança definitivos. Aplicada ao amor, essa ideia desloca uma expectativa silenciosa que muitos carregam: a de que, em algum lugar, existe a pessoa “certa”, que finalmente não vai falhar, não vai decepcionar, não vai revelar limites.

Quando essa expectativa não é questionada, cada novo relacionamento carrega a esperança implícita de ter finalmente encontrado o Outro completo — e cada decepção é vivida como prova de que a pessoa errada foi escolhida, levando a uma busca infinita pelo parceiro “perfeito” que, por definição estrutural, não existe. Aceitar que “o Outro não existe” é, paradoxalmente, libertador: permite amar parceiros reais, falhos, ao invés de buscar eternamente uma miragem que nenhuma pessoa de carne e osso poderia jamais encarnar.

Para refletir

- Você já se pegou pensando que, com a pessoa “certa”, os conflitos que vive hoje simplesmente não existiriam?
- Como você reage, hoje, diante das primeiras falhas ou limites que percebe num novo parceiro?
- O que mudaria se você partisse do princípio de que todo parceiro, sem exceção, vai eventualmente revelar falhas e limites?

Capítulo 10 — Quando o amor vira sintoma do sujeito, não do casal

Há uma diferença importante entre um casal que enfrenta dificuldades relacionais e uma pessoa que, repetidamente, em diferentes relacionamentos, reencena o mesmo padrão de sofrimento. No primeiro caso, fala-se de uma dinâmica de casal; no segundo, o sintoma pertence menos à relação específica e mais ao sujeito que a habita — e que provavelmente reencenaria padrão semelhante com qualquer outro parceiro.

Como distinguir sintoma de casal e sintoma do sujeito

Um sinal importante dessa distinção é a constância do padrão através de diferentes relacionamentos. Quando alguém relata, ao longo de sua história amorosa, sempre a mesma queixa central — “sempre sou eu quem ama mais”, “sempre acabo me anulando”, “sempre escolho quem não está disponível” — independentemente de quem seja o parceiro, isso indica que o sintoma não é produzido pela relação específica, mas trazido para dentro dela, vindo de uma estrutura subjetiva anterior.

Isso tem implicações práticas importantes. Quando o sofrimento é predominantemente do casal — um desencontro específico entre duas pessoas, ligado a má comunicação ou diferenças de expectativa que poderiam ser trabalhadas em conjunto —, a terapia de casal costuma ser o caminho mais indicado. Quando o sofrimento é predominantemente do sujeito — um padrão que se repete independentemente do parceiro —, a terapia individual, focada na história e na estrutura psíquica de quem repete, costuma ser necessária, mesmo que o casal também se beneficie de um trabalho conjunto.

Caso ilustrativo: Roberta

Roberta já teve quatro relacionamentos longos, com pessoas de personalidades bastante distintas entre si. Em todos eles, no entanto, relata a mesma sensação final: a de ter se anulado completamente, de ter deixado de existir como pessoa com desejos próprios para se tornar uma extensão das necessidades do parceiro. Em terapia de casal, com seu parceiro atual, Roberta reconhece que o problema não está apenas na dinâmica específica daquele relacionamento — embora ela também precise de ajustes —, mas numa posição subjetiva que Roberta ocupa estruturalmente: a de só se sentir relevante quando se anula em função do desejo do outro.

Esse reconhecimento não invalida o trabalho de casal, mas o complementa: Roberta entende que, mesmo que mude de parceiro novamente, sem um trabalho sobre sua própria estrutura, tenderá a reencenar o mesmo padrão de anulação.

A armadilha de buscar apenas “consertar” o relacionamento

Muitos casais chegam à terapia esperando “consertar” exclusivamente a dinâmica conjunta, resistindo à ideia de que parte do sofrimento pode ter origem em questões individuais anteriores ao relacionamento atual. Essa resistência é compreensível — é mais confortável pensar que o problema está “entre nós dois” do que reconhecer que carrego, sozinho, um padrão que se repetiria com qualquer parceiro. Mas é justamente esse reconhecimento, por mais desconfortável, que abre a possibilidade de uma transformação mais profunda e duradoura do que ajustes pontuais na comunicação do casal.

O risco da patologização precoce

Embora seja importante reconhecer quando um padrão pertence mais ao sujeito do que à dinâmica específica do casal, há um risco real de patologização precoce: rotular rapidamente qualquer dificuldade relacional como “trauma”, “padrão tóxico” ou “apego ansioso” — termos populares atualmente, mas que, usados sem cuidado, podem fechar prematuramente uma investigação que deveria permanecer aberta. Nem toda dificuldade revela um sintoma profundo do sujeito; algumas são, de fato, produto específico do encontro entre duas pessoas particulares, numa fase particular de suas vidas, e podem ser trabalhadas sem que seja necessário revisitar toda a história infantil de cada um.

A psicanálise lacaniana valoriza a singularidade do caso acima de categorias gerais e diagnósticos pré-fabricados, sejam eles técnicos ou populares. Isso significa resistir à tentação de aplicar rótulos rápidos — tanto ao parceiro quanto a si mesmo — e sustentar, por mais tempo do que a cultura da resposta imediata costuma tolerar, a pergunta sobre o que, especificamente, está em jogo naquele sofrimento particular.

Para refletir

- Você já rotulou rapidamente uma dificuldade no seu relacionamento usando termos como “trauma” ou “padrão tóxico”, sem investigar mais a fundo?

- Esse rótulo ajudou a compreender a situação, ou fechou precocemente a investigação?
- O que mudaria se você suspendesse, por um tempo, qualquer rótulo e simplesmente observasse o que acontece, sem nomear de antemão?

Capítulo 11 — Separação: luto, real e reorganização do desejo

Nem todo relacionamento conturbado deve, ou pode, ser salvo — e a psicanálise lacaniana não trabalha com a premissa de que permanecer junto é sempre o objetivo terapêutico correto. Por vezes, o trabalho clínico mais honesto é o de acompanhar um processo de separação, ajudando a pessoa a elaborar a perda de um modo que não a deixe presa, indefinidamente, à mesma estrutura de sofrimento.

O encontro com o real da perda

Lacan distingue três registros fundamentais da experiência psíquica: o simbólico (a linguagem, as palavras, as histórias que contamos), o imaginário (as imagens, identificações, idealizações) e o real (aquilo que escapa à simbolização, que não cabe em palavras nem em imagens). Uma separação amorosa significativa frequentemente produz um encontro com o real: uma dor que, num primeiro momento, resiste a ser nomeada, compreendida, organizada em narrativa coerente.

É por isso que, logo após uma separação importante, muitas pessoas relatam uma sensação de desorientação que vai além da tristeza esperada — uma espécie de buraco que as palavras não alcançam. Esse momento, por mais difícil, é também necessário: é através dele que a pessoa pode, com tempo, reconstruir uma narrativa simbólica sobre o que viveu, e não apenas reprimir ou negar a dor.

O luto amoroso não é só sobre a pessoa perdida

Um aspecto frequentemente subestimado do luto amoroso é que ele não envolve apenas a perda do parceiro concreto, mas a perda de uma posição subjetiva que aquele relacionamento sustentava. Perde-se não apenas a pessoa, mas o lugar que se ocupava ao lado dela — “namorada de”, “cúmplice de”, talvez até uma versão de si mesmo que só existia naquela relação específica. É por isso que separações de relacionamentos longos costumam produzir uma crise de identidade que vai além da saudade da outra pessoa.

Caso ilustrativo: Vinícius

Após o término de um casamento de doze anos, Vinícius relata não apenas tristeza pela ausência da ex-esposa, mas uma sensação profunda de não saber mais quem é. Durante o casamento, Vinícius havia se identificado fortemente com o papel de provedor e protetor — uma posição que sua ex-esposa, de certa forma, demandava e reforçava. Sem essa demanda, sem esse espelho, Vinícius se vê confrontado com perguntas que havia evitado por mais de uma década: o que eu quero, além de ser necessário para alguém?

O trabalho de luto de Vinícius não se resume a “superar” a ex-esposa, mas a reconstruir uma relação com o próprio desejo que não dependa inteiramente de ocupar um papel específico para o outro.

Separar sem repetir

Um risco comum após separações é a tentativa de preencher rapidamente o vazio deixado com um novo relacionamento, sem atravessar o trabalho de elaboração necessário. Quando isso acontece, é frequente que o padrão do relacionamento anterior simplesmente se repita com o novo parceiro, porque a estrutura subjetiva que produziu o sofrimento permanece intacta, apenas com um novo rosto à sua frente. O tempo de luto, por mais que socialmente seja visto como “perda de tempo” ou fraqueza, costuma ser justamente o que possibilita que o próximo relacionamento não seja mera repetição do anterior.

Separações que não se completam

Há separações que, embora formalizadas no plano prático — fim da convivência, divórcio legal, novos relacionamentos —, nunca se completam no plano psíquico. São casais que continuam, anos depois, presos a brigas com o ex-parceiro, a comparações constantes em novos relacionamentos, ou a uma idealização retrospectiva do que foi perdido. Esse tipo de separação incompleta costuma indicar que o trabalho de luto — a elaboração simbólica da perda — não ocorreu de fato, mesmo que a separação concreta tenha acontecido há muito tempo.

Em termos lacanianos, pode-se dizer que, nesses casos, o sujeito permanece capturado pelo objeto a que aquele parceiro específico representava, sem conseguir deslocar o desejo para novos objetos e novas relações. A separação formal não basta; é necessário um trabalho simbólico de nomeação e elaboração que muitas vezes só ocorre através de processo terapêutico, da escrita, de conversas significativas, ou simplesmente do tempo vivido com atenção — não do tempo que simplesmente passa.

Para refletir

- Há alguma separação em sua história que, embora concluída na prática, ainda ocupa muito espaço em seus pensamentos ou comparações atuais?
- O que, nessa relação anterior, você sente que nunca foi de fato elaborado ou compreendido?
- Que passo você poderia dar, hoje, para dar um destino simbólico a essa história — escrever sobre ela, conversar com alguém, buscar ajuda profissional?

Capítulo 12 — É possível amar sem se perder? Caminhos para outra relação com o desejo

Depois de percorrer os impasses estruturais do amor — a falta de garantia entre dois sujeitos, a demanda insaciável, o objeto a, a repetição, o gozo escondido nas brigas, a

idealização e sua queda — cabe perguntar: a psicanálise oferece algum caminho, ou apenas descreve problemas sem solução? A resposta lacaniana não promete uma fórmula de amor sem sofrimento, mas aponta para algumas mudanças possíveis na relação que cada sujeito tem com seu próprio desejo.

De sintoma a saber-fazer

Um dos horizontes possíveis do trabalho analítico não é eliminar o sintoma, mas transformar a relação que se tem com ele. Lacan, em sua obra tardia, fala em “saber-fazer com o sintoma” — não no sentido de se livrar dele, mas de aprender a lidar com ele de um jeito menos automático, menos sofrido, mais inventivo. Aplicado ao amor, isso significa: não se trata de deixar de ter um padrão, uma história, uma forma particular de desejar — isso seria impossível —, mas de desenvolver uma relação mais consciente e menos compulsiva com esse padrão.

Uma pessoa que reconhece sua tendência a se anular em relacionamentos, por exemplo, não deixa de ter essa tendência de uma hora para outra. Mas pode, com o tempo, perceber o movimento no momento em que ele acontece, e escolher, ainda que com esforço, agir de modo diferente — em vez de ser simplesmente arrastada pelo automatismo inconsciente.

Separar demanda de desejo na prática

Um caminho prático e recorrente nos casos discutidos ao longo deste livro é a capacidade de distinguir, na própria experiência, entre a demanda de uma garantia impossível de amor incondicional e o desejo, sempre parcial, sempre deslizante, que pode ser satisfeito — ainda que nunca completamente — através de gestos concretos do parceiro. Casais que conseguem nomear, juntos, essa diferença tendem a sofrer menos com a inevitável insuficiência de qualquer resposta à demanda, porque deixam de esperar do outro algo que nenhum humano pode oferecer: uma prova definitiva e irrevogável de amor.

Tolerar a falta do outro

Outro deslocamento importante é a capacidade de tolerar que o parceiro também é um sujeito faltante, com desejo próprio, que não pode ser completamente conhecido nem controlado. Isso significa abrir mão da fantasia de fusão completa — a ideia de que um dia, finalmente, conheceremos o outro por inteiro e nos sentiremos absolutamente seguros — em favor de uma relação que aceita o mistério irreduzível do outro como parte constitutiva do amor, e não como ameaça a ser eliminada.

Caso ilustrativo: Beatriz e Gustavo, alguns anos depois

Beatriz e Gustavo, casal que apareceu de forma indireta em capítulos anteriores sob outros nomes, relatam após dois anos de processo terapêutico uma mudança que não eliminou seus padrões individuais, mas alterou sua relação com eles. Beatriz ainda sente, vez ou outra, o impulso de buscar reassseguramento excessivo quando Gustavo se distancia — mas agora consegue, na maior parte das vezes, reconhecer esse

movimento como ligado à sua própria história, e não like uma falha automática de Gustavo. Gustavo, por sua vez, aprendeu a nomear seu próprio movimento de retração diante de conflitos, em vez de simplesmente desaparecer, o que historicamente intensificava a ansiedade de Beatriz.

Eles não pararam de ter atritos — atritos fazem parte de qualquer relação entre dois sujeitos faltantes. O que mudou foi a capacidade de nomear, em vez de apenas reencenar, os padrões que antes os capturavam de modo automático.

Para refletir

- Pense num padrão seu que já identificou ao longo desta leitura. Você consegue lembrar de um momento recente em que esse padrão se manifestou?
- Nesse momento, você conseguiu nomeá-lo enquanto acontecia, ou só percebeu depois?
- O que seria, para você, um pequeno passo possível na direção de “saber-fazer” com esse padrão, em vez de simplesmente repeti-lo?

Capítulo 13 — A função da palavra: por que falar sobre o problema às vezes piora

Existe uma crença bastante difundida, inclusive em certas correntes da psicologia popular, de que “conversar sobre tudo” é sempre o caminho para resolver conflitos de casal. A experiência clínica, no entanto, revela algo mais complexo: há momentos em que falar sobre o problema, em vez de aliviar a tensão, a intensifica — e isso não é sinal de fracasso da comunicação, mas de uma característica própria da palavra que vale a pena compreender.

A palavra não é neutra

Para a psicanálise, a palavra nunca é um veículo neutro de informação. Toda fala é também um ato — ela produz efeitos no corpo, na relação, na posição subjetiva de quem fala e de quem escuta, independentemente do conteúdo informativo que carrega. Quando um parceiro diz “eu só queria que você me escutasse”, essa frase não apenas informa um desejo: ela também posiciona o outro como insuficiente, ela reativa, em quem escuta, memórias de cobranças anteriores, ela pode soar como acusação mesmo quando pretendia ser pedido.

É por isso que conversas aparentemente bem-intencionadas podem escalar rapidamente para brigas: não porque o conteúdo das palavras fosse hostil, mas porque o ato de fala — o tom, o momento, o histórico entre aquelas duas pessoas — carrega uma carga que excede a informação literal transmitida.

O excesso de processamento verbal

Outro fenômeno comum em casais que vivem conflitos repetitivos é o excesso de processamento verbal: a tentativa de resolver, através de conversas cada vez mais

longas e detalhadas, algo que pertence a um registro que a palavra, sozinha, não alcança completamente — o registro do real, do gozo, do não simbolizável. Casais que passam horas “conversando sobre o relacionamento” sem nunca chegar a uma sensação de resolução podem estar, sem perceber, tentando resolver no campo simbólico algo que pede também uma mudança no campo do ato — silêncio compartilhado, gestos, mudanças concretas de comportamento, e não apenas mais palavras.

Caso ilustrativo: Patrícia e Eduardo

Patrícia e Eduardo relatam conversas de até três horas sempre que surge um desentendimento, sem que isso produza alívio duradouro — pelo contrário, frequentemente terminam mais exaustos e magoados do que no início. Em terapia, percebe-se que o padrão de Patrícia é buscar, através da fala insistente, uma garantia verbal de que é amada — uma garantia que, por estrutura, a palavra não pode oferecer de modo definitivo. Eduardo, por sua vez, tende a usar a longa conversa como forma de evitar um ato mais direto — como simplesmente segurar a mão de Patrícia ou cancelar um compromisso para ficar com ela — que poderia comunicar mais do que qualquer argumento verbal.

A intervenção terapêutica, nesse caso, não foi ensinar “técnicas melhores de conversa”, mas ajudar o casal a reconhecer quando uma conversa já cumpriu sua função simbólica possível, e quando insistir nela apenas alimenta um ciclo de demanda insaciável que nenhuma palavra adicional vai satisfazer.

Para refletir

- Você já viveu uma conversa que, em vez de resolver, piorou um conflito, mesmo com boas intenções de ambos os lados?
- Existe algum padrão de “falar demais” ou “conversar em círculos” no seu relacionamento?
- Há gestos concretos, não verbais, que poderiam comunicar algo que as palavras, sozinhas, não têm conseguido?

Capítulo 14 — O Nome-do-Pai e a lei no casal: limites, regras e o terceiro que organiza o laço

Um conceito fundamental na obra de Lacan, especialmente em sua primeira década de ensino, é o do Nome-do-Pai — uma função simbólica, não necessariamente ligada ao pai biológico ou a uma figura masculina concreta, que introduz a lei, o limite, a possibilidade de que exista um terceiro elemento além da díade fusional entre duas pessoas. Aplicado ao casal, esse conceito ajuda a entender por que relações que carecem de qualquer terceiro elemento organizador — um projeto comum, valores compartilhados, regras claras, ou mesmo a presença simbólica de uma ética compartilhada — tendem a se tornar instáveis e sufocantes.

A função do terceiro

Quando um casal se relaciona exclusivamente como uma díade fechada, sem nenhum elemento terceiro que organize a relação, cada conflito tende a se tornar uma disputa direta de poder, sem nenhuma referência externa que ofereça uma saída. A presença de um terceiro simbólico — que pode ser um projeto de vida compartilhado, um compromisso ético claramente nomeado entre os dois, ou mesmo a presença de uma terceira pessoa de confiança, como um terapeuta de casal — oferece um ponto de apoio que retira o conflito do círculo fechado da disputa pessoal.

Isso não significa que o casal precise de regras rígidas ou de uma autoridade externa controladora. Significa que relações bem-sucedidas costumam ter algum tipo de “lei interna” compartilhada — acordos claros sobre fidelidade, sobre divisão de responsabilidades, sobre limites de comportamento aceitável — que funciona como um terceiro simbólico, retirando de cada parceiro a tarefa impossível de ser, sozinho, a garantia da estabilidade do outro.

Caso ilustrativo: Marcelo e Inês

Marcelo e Inês viviam um relacionamento intenso, mas extremamente instável, marcado por brigas em que cada um tentava, através de ameaças veladas de término, “vencer” a disputa do momento. Não havia, entre eles, nenhum acordo claro sobre o que era ou não aceitável na relação — tudo era negociado, e renegociado, a cada conflito, de forma improvisada e emocionalmente carregada.

Em terapia, o casal foi convidado a explicitar, fora do calor de uma briga, alguns acordos básicos: o que cada um considerava um limite inegociável, como gostariam de lidar com desentendimentos, que tipo de apoio esperavam um do outro em momentos de crise. Esse processo de explicitação — de criar, juntos, uma espécie de lei compartilhada — não eliminou os conflitos, mas ofereceu um terceiro ponto de referência que ambos podiam invocar, em vez de depender exclusivamente da força emocional do momento.

Para refletir

- Seu relacionamento tem algum acordo claro e explícito sobre limites, ou tudo é negociado caso a caso, no calor da emoção?
- Existe algum projeto, valor ou compromisso compartilhado que funcione como referência comum para o casal?
- O que mudaria se vocês dedicassem um tempo, fora de momentos de conflito, para explicitar esses acordos?

Capítulo 15 — Scripts transgeracionais: o que herdamos sem saber dos relacionamentos dos pais

Embora este livro tenha focado, até aqui, principalmente na estrutura individual do desejo, é impossível falar de relacionamentos conturbados sem considerar a

transmissão transgeracional — os modelos, explícitos e implícitos, de relacionamento que herdamos das gerações anteriores, frequentemente sem consciência de que os estamos repetindo.

Mais do que imitação consciente

Não se trata simplesmente de “imitar os pais” no sentido consciente. A transmissão transgeracional opera, em grande medida, por identificação inconsciente com posições subjetivas — não necessariamente com comportamentos específicos. Um filho que testemunhou a mãe se anular sistematicamente em favor do pai pode, na vida adulta, reproduzir essa mesma posição de anulação, mesmo jurando conscientemente que “nunca seria como a mãe”. A identificação não é com o conteúdo do comportamento, mas com a estrutura da posição ocupada.

Da mesma forma, alguém que cresceu observando um casamento marcado por conflitos abertos e intensos pode, paradoxalmente, sentir que um relacionamento “calmo demais” é suspeito ou artificial — porque o modelo inconsciente de amor que aprendeu envolve intensidade conflituosa como parte constitutiva do vínculo.

Caso ilustrativo: Família de Letícia

Letícia cresceu observando avó, mãe e tias praticamente repetindo o mesmo roteiro: casamentos com homens emocionalmente distantes, seguidos de décadas de queixa silenciosa, sem nunca uma ruptura efetiva ou uma conversa direta sobre a insatisfação. Quando Letícia, em seu próprio casamento, começa a notar sinais de distanciamento emocional do marido, sua reação automática é o silêncio resignado — exatamente o script que observou ao longo de gerações, mesmo tendo, conscientemente, o desejo de agir diferente.

O trabalho terapêutico com Letícia envolveu não apenas a análise de sua relação atual, mas o reconhecimento explícito desse script familiar — dar nome a ele, localizá-lo na história das mulheres de sua família, e assim criar a possibilidade de uma escolha mais consciente sobre repeti-lo ou não.

Repetir não é destino

É importante destacar que reconhecer um script transgeracional não significa estar condenado a repeti-lo. O reconhecimento, paradoxalmente, é o que abre espaço para uma escolha que antes não existia: enquanto o script permanece inconsciente, ele opera de forma automática; uma vez nomeado, torna-se possível, ainda que com esforço, escolher um caminho diferente — não através de simples força de vontade, mas através de um processo mais lento de elaboração.

Para refletir

- Que padrão de relacionamento você observou entre seus pais, avós ou figuras de referência durante a infância?
- Existe algum aspecto desse padrão que você reconhece, mesmo que parcialmente, em seus próprios relacionamentos?

- O que significaria, na prática, escolher conscientemente um caminho diferente desse script herdado?

Capítulo 16 — Fusão e alienação: quando “nós” apaga o “eu”

Um padrão de sofrimento amoroso particularmente difícil de identificar de dentro é o da fusão excessiva — relacionamentos em que a fronteira entre os dois sujeitos se torna tão tênue que um, ou ambos, perdem progressivamente o acesso ao próprio desejo, substituído quase inteiramente pelo desejo do casal ou do parceiro.

Alienação no sentido lacaniano

Lacan utiliza o termo alienação para descrever um momento estrutural da constituição subjetiva em que o sujeito se forma a partir da identificação com o desejo do Outro — um movimento necessário e inevitável no desenvolvimento psíquico, mas que, se não for acompanhado de um movimento complementar de separação, pode aprisionar o sujeito numa posição de dependência total em relação ao reconhecimento alheio.

Em relacionamentos marcados por fusão excessiva, esse movimento de separação nunca ocorre adequadamente: um ou ambos os parceiros permanecem estruturalmente alienados ao desejo do outro, incapazes de reconhecer ou sustentar um desejo próprio que não seja imediatamente subordinado às expectativas do parceiro. Isso costuma ser vivido, no início, como prova de grande amor e compatibilidade — “fazemos tudo juntos”, “nunca discordamos de nada importante” —, mas tende a produzir, com o tempo, uma sensação de sufocamento e perda de identidade que pode emergir mesmo sem motivo aparente.

Caso ilustrativo: Renan

Renan relata, em terapia individual, uma sensação crescente de vazio em seu casamento de oito anos, apesar de descrever o relacionamento como “perfeito” em termos de compatibilidade e ausência de conflitos. Ao investigar mais a fundo, percebe-se que Renan abandonou, ao longo dos anos, praticamente todos os interesses e amizades que não eram compartilhados pela esposa — não por imposição explícita dela, mas por um movimento próprio de Renan, que sempre priorizou o que era “bom para o casal” em detrimento de qualquer desejo individual que pudesse gerar divergência.

O vazio que Renan sente não é sinal de que o casamento é ruim, mas de que ele próprio desapareceu, como sujeito desejante, dentro da fusão que ajudou a construir. O trabalho terapêutico envolveu ajudar Renan a reconhecer e sustentar pequenos desejos próprios — mesmo que gerassem alguma divergência com a esposa — como condição necessária para recuperar uma sensação de existência subjetiva dentro do casamento.

Separação não é o oposto de intimidade

Um mal-entendido comum é achar que sustentar um desejo próprio, distinto do parceiro, ameaça a intimidade do casal. A psicanálise lacaniana sugere o contrário: é justamente a capacidade de sustentar dois sujeitos distintos, cada um com seu próprio desejo, que permite uma intimidade genuína — diferente da fusão, que na verdade apaga a possibilidade de um encontro real entre dois, substituindo-o por um espelhamento sem alteridade verdadeira.

Capítulo 17 — Sexualidade e gozo: o corpo no casal conturbado

A dimensão sexual de um relacionamento conturbado merece atenção própria, pois frequentemente concentra, de forma condensada, conflitos que têm origem em outros registros — emocional, simbólico, narrativo — mas que se expressam no corpo de maneira direta e, por vezes, mais honesta do que qualquer discurso consciente consegue ser.

O sintoma sexual como mensagem

Quedas no desejo sexual, dificuldades de excitação ou prazer, ou mesmo a compulsão sexual dentro de uma relação, raramente são apenas questões fisiológicas isoladas — embora fatores médicos devam sempre ser investigados antes de qualquer leitura psíquica. Frequentemente, o corpo expressa, através do sintoma sexual, algo que a palavra ainda não conseguiu dizer: um ressentimento não verbalizado, uma sensação de não ser desejado como sujeito e sim como função, um conflito de poder deslocado para o território do prazer.

Casais que vivem uma queda abrupta no desejo sexual mútuo, sem causa médica aparente, frequentemente descobrem, ao investigar, que essa queda coincide com algum momento de ruptura simbólica na relação — uma traição de confiança, mesmo que não sexual, um desequilíbrio de poder não resolvido, ou simplesmente o esgotamento da função de objeto a que sustentava o desejo nos primeiros anos da relação.

Caso ilustrativo: Tatiana e Bruno

Tatiana e Bruno relatam ausência quase completa de desejo sexual mútuo após cinco anos de relacionamento, apesar de descreverem a relação como afetivamente próxima e sem conflitos abertos. Ao investigar, percebe-se que Bruno, embora não o reconhecesse conscientemente, guarda um ressentimento antigo em relação a uma decisão financeira importante que Tatiana tomou sem consultá-lo — um episódio nunca verdadeiramente discutido entre os dois, “resolvido” apenas pelo silêncio. O corpo de Bruno expressa, através da ausência de desejo, algo que sua fala nunca havia verbalizado: a sensação de ter sido desconsiderado como parceiro de decisões.

A intervenção terapêutica não focou diretamente na “técnica sexual” do casal, mas na elaboração simbólica do ressentimento não dito — um trabalho que, meses depois, refletiu-se também na esfera sexual da relação.

Para refletir

- Você percebe alguma relação entre mudanças no desejo sexual do casal e eventos ou ressentimentos não verbalizados na relação?
- Existe algum assunto que vocês evitam discutir abertamente e que pode estar sendo expresso de outras formas, inclusive corporais?
- Como você costuma lidar com flutuações naturais de desejo ao longo do tempo de uma relação?

Capítulo 18 — A era das redes sociais: o gozo sem limites e a comparação infinita

Embora Lacan tenha desenvolvido sua obra antes da existência da internet, seus conceitos oferecem ferramentas poderosas para entender um fenômeno contemporâneo que afeta profundamente os relacionamentos atuais: o impacto das redes sociais e da hiperconectividade na vida amorosa dos casais.

Um Outro que parece saber tudo, ver tudo, oferecer tudo

As redes sociais criam a ilusão de um Outro onipresente, que exhibe constantemente vidas amorosas aparentemente mais intensas, parceiros aparentemente mais atraentes ou disponíveis, possibilidades infinitas de novos encontros a um deslizar de tela. Essa exposição constante alimenta o que poderíamos chamar de gozo sem limites — uma promessa contemporânea de satisfação ilimitada que nunca se cumpre, mas que mantém o sujeito numa busca incessante, sempre comparando a relação real, com suas falhas e limites estruturais inevitáveis, a uma fantasia de possibilidades infinitas exibida na tela.

Esse mecanismo intensifica dois fenômenos já discutidos neste livro: a dificuldade de tolerar a falta estrutural de qualquer relação — porque sempre parece haver, em algum perfil, uma alternativa sem falhas — e a compulsão à comparação, que mina a capacidade de investir afetivamente numa relação real e imperfeita.

Caso ilustrativo: Caio e o ciúme de perfis

Caio desenvolve um padrão crescente de monitoramento das redes sociais da namorada, comparando constantemente a relação atual com a aparente perfeição de casais exibidos online, e desenvolvendo ciúme intenso de curtidas e comentários de desconhecidos. Em terapia, reconhece que sua relação com as redes sociais intensificou um padrão de comparação que já existia antes — mas que, no ambiente digital, encontrou um combustível praticamente infinito e disponível a qualquer hora do dia.

O trabalho terapêutico envolveu não apenas questões específicas de ciúme digital, mas uma reflexão mais ampla sobre como Caio lida com a falta estrutural de garantias em sua relação, e como as redes sociais ofereciam um espaço ilimitado para alimentar uma busca por garantias que, mesmo fora do ambiente digital, já era estruturalmente impossível.

Para refletir

- As redes sociais têm um papel na forma como você avalia ou compara seu relacionamento atual?
- Você já notou um aumento de ansiedade, ciúme ou insatisfação relacionado ao uso de redes sociais?
- Que limites, se houver algum, fariam sentido estabelecer para o uso de redes sociais dentro da sua relação?

Capítulo 19 — Filhos, parentalidade e o deslocamento do desejo do casal

A chegada de filhos é um dos momentos de maior transformação — e frequentemente de maior tensão — na vida de um casal. Do ponto de vista psicanalítico, esse momento envolve um deslocamento estrutural importante: o casal, que até então organizava seu desejo primariamente um em relação ao outro, precisa agora encontrar espaço simbólico para uma terceira presença que demanda atenção, cuidado e investimento psíquico intenso.

Quando a criança ocupa o lugar do objeto a do casal

Em muitos casais, especialmente após a chegada do primeiro filho, observa-se um fenômeno significativo: a criança passa a ocupar, na economia psíquica de um ou ambos os pais, o lugar que antes era ocupado pelo parceiro como objeto causa de desejo. O investimento amoroso, antes dirigido ao cônjuge, desloca-se majoritariamente para a criança, deixando a relação conjugal numa espécie de segundo plano — não por falta de amor, mas por uma redistribuição do investimento libidinal que, se não for cuidada, pode se tornar permanente e prejudicial à relação do casal.

Esse deslocamento é, até certo ponto, esperado e até necessário nos primeiros meses de vida de uma criança, que demanda cuidado intensivo. O problema surge quando esse padrão se cristaliza por anos, e o casal nunca retoma um espaço de investimento mútuo, encontrando-se, quando os filhos crescem e saem de casa, como dois estranhos que esqueceram como se relacionar como casal, e não apenas como copais.

Caso ilustrativo: Renata e Júlio

Renata e Júlio, pais de dois filhos adolescentes, procuram terapia de casal descrevendo uma sensação de distanciamento crescente, sem brigas abertas, mas com uma intimidade praticamente inexistente. Ao investigar a história do casal, percebe-se que,

desde o nascimento do primeiro filho, há quinze anos, o casal nunca retomou de forma consistente momentos de investimento mútuo — todo o tempo livre, toda a energia emocional disponível, foi direcionada às demandas dos filhos, primeiro pequenos, depois adolescentes com suas próprias crises.

O trabalho terapêutico envolveu ajudar o casal a reconhecer esse padrão de deslocamento prolongado e a, gradualmente, reconstruir um espaço de investimento mútuo — não em substituição ao cuidado parental, mas como complemento necessário para a sobrevivência da relação conjugal além da função parental compartilhada.

Para refletir

- Se você tem filhos, como descreveria o equilíbrio entre o investimento emocional dedicado a eles e o dedicado à relação com seu parceiro?
- Existe algum momento, por menor que seja, reservado regularmente para o casal, sem a presença ou o assunto dos filhos?
- O que vocês imaginam que vai acontecer com a relação de vocês quando os filhos crescerem e saírem de casa?

Capítulo 20 — Quando buscar terapia de casal, individual, ou ambas: um guia prático

Depois de percorrer tantos conceitos e casos ao longo deste livro, uma pergunta prática se impõe: diante de um relacionamento conturbado, como decidir qual tipo de ajuda profissional buscar?

Sinais de que a terapia de casal pode ser indicada

A terapia de casal tende a ser especialmente indicada quando o sofrimento relatado está fortemente ligado à dinâmica específica entre aquelas duas pessoas — problemas de comunicação que ambos reconhecem, dificuldades específicas de negociação sobre questões práticas da vida conjunta, conflitos pontuais que ambos desejam resolver mas não conseguem sozinhos, ou momentos de transição importantes (chegada de filhos, mudanças de cidade, problemas financeiros) que desorganizaram o equilíbrio do casal.

Sinais de que a terapia individual pode ser necessária

A terapia individual, complementar ou prévia à terapia de casal, tende a ser especialmente indicada quando um padrão de sofrimento se repete através de diferentes relacionamentos, independentemente do parceiro; quando há sintomas claros como ansiedade intensa, depressão, ou padrões compulsivos que ultrapassam o contexto específico do casal; quando uma pessoa identifica, ao longo da leitura deste livro ou de outras reflexões, uma história pessoal de repetição, transmissão transgeracional ou fusão que parece anterior e mais ampla do que a relação atual.

As duas não são excludentes

É importante destacar que terapia individual e terapia de casal não são mutuamente excludentes — muitos processos terapêuticos bem-sucedidos combinam ambas, em paralelo ou em sequência. Reconhecer que um padrão pertence mais ao sujeito do que ao casal não significa abandonar o trabalho conjunto; significa, isso sim, complementá-lo com um espaço de elaboração mais individual, que permita compreender a raiz mais profunda daquilo que se manifesta na relação a dois.

O papel do psicanalista

Diferentemente de algumas abordagens mais diretivas, o trabalho psicanalítico, seja individual ou de casal, não costuma oferecer conselhos prontos ou soluções práticas imediatas. Seu valor está em outro lugar: na construção, ao longo do tempo, de um espaço de fala onde os padrões inconscientes que organizam o sofrimento podem, pouco a pouco, ser reconhecidos, nomeados e, eventualmente, transformados — não através de fórmulas, mas através do trabalho lento e singular de cada análise.

Para refletir

- Considerando sua própria história, você identifica mais padrões que parecem específicos do relacionamento atual, ou padrões que se repetem independentemente do parceiro?
- Você já considerou buscar terapia, individual ou de casal? O que tem impedido ou facilitado essa busca?
- O que você espera, realisticamente, de um processo terapêutico: soluções rápidas, ou um espaço de elaboração mais lento e profundo?

Capítulo 21 — O lugar da fala do analista: o que muda quando alguém de fora escuta

Um aspecto frequentemente subestimado do processo terapêutico — seja individual, seja de casal — é a função estrutural de ter um terceiro escutando aquilo que, até então, circulava apenas dentro do casal ou dentro da mente isolada de um sujeito. Essa função vai além do conteúdo de qualquer conselho ou interpretação que o analista possa oferecer.

A escuta como ato, não apenas como informação

Quando um casal expõe, pela primeira vez, um conflito recorrente diante de um terceiro, algo se transforma no próprio ato de contar — independentemente de qualquer resposta que o ouvinte ofereça. A necessidade de organizar a experiência em palavras, de explicá-la a alguém que não compartilha o histórico emocional da relação, frequentemente revela contradições, lacunas e padrões que passavam despercebidos enquanto o conflito circulava apenas dentro do casal, em sua linguagem privada e automática.

O analista, nessa posição, não ocupa o lugar de juiz que decide quem está certo, nem de conselheiro que prescreve soluções. Ocupa, antes, um lugar vazio e ao mesmo tempo estruturante: o de testemunha que, por não compartilhar os automatismos do casal, pode formular perguntas que o próprio casal jamais se faria sozinho.

Caso ilustrativo: o efeito da primeira sessão

É comum que casais relatem, já após a primeira sessão de terapia, uma sensação de alívio ou clareza que antecede qualquer intervenção mais elaborada do terapeuta — simplesmente o ato de organizar, diante de um terceiro, uma queixa que até então só existia em formato de briga repetida, já produz um efeito de distanciamento crítico que abre espaço para outras formas de pensar o problema.

Esse efeito não substitui o trabalho terapêutico mais longo e aprofundado, mas ilustra a importância estrutural da palavra dirigida a um Outro que não está emocionalmente capturado pela dinâmica do casal.

Para refletir

- Você já notou alguma mudança na forma como pensa sobre um conflito, simplesmente ao contá-lo para alguém de fora da relação?
- Existe alguma resistência sua em relação à ideia de expor questões do relacionamento para um terceiro, mesmo um profissional?
- O que você imagina que mudaria ao ter um espaço regular para nomear, em voz alta, os padrões que você já começou a identificar através desta leitura?

Capítulo 22 — Amor cortês e o resgate de um conceito antigo para pensar o desejo contemporâneo

Lacan recorreu, em determinado momento de seu ensino, à tradição literária e cultural do amor cortês medieval para iluminar algo essencial sobre a estrutura do desejo: a função do obstáculo, da distância, da impossibilidade como condição — e não como acidente — da intensidade amorosa.

A Dama inacessível e a estrutura do desejo

Na tradição do amor cortês, o cavaleiro dedicava sua vida a uma Dama inacessível, frequentemente casada ou de status social superior, sustentando seu desejo precisamente através da impossibilidade de realização completa. Lacan lê nesse arranjo cultural uma metáfora precisa da estrutura do desejo: o desejo se sustenta, em grande medida, através de um obstáculo que o mantém vivo, e a realização completa, paradoxalmente, ameaça extingui-lo.

Essa leitura ajuda a compreender um fenômeno clínico recorrente: por que tantas pessoas relatam maior intensidade de desejo por aquilo que é proibido, distante ou difícil de alcançar, e uma queda de intensidade assim que o obstáculo desaparece. Não

se trata de um defeito de caráter, mas de uma característica estrutural do desejo humano, que a cultura do amor cortês soube nomear séculos antes da psicanálise.

Aplicações contemporâneas: o paradoxo da disponibilidade total

Esse princípio ilumina uma dificuldade comum em relacionamentos de longa duração: a disponibilidade total e constante de um parceiro, embora valiosa em termos de segurança e cuidado, pode, estruturalmente, reduzir a tensão do desejo que sustentava a paixão inicial. Isso não significa que casais devam artificialmente criar distância ou jogos de conquista permanentes — uma estratégia que, levada ao extremo, é manipuladora e instável. Significa, isso sim, reconhecer que algum grau de mistério, autonomia e espaço próprio dentro da relação não é uma ameaça à intimidade, mas uma condição estrutural para que o desejo permaneça vivo.

Para refletir

- Você já percebeu, em sua própria experiência, que a intensidade do desejo diminui à medida que a disponibilidade do outro aumenta?
- Existe espaço, em seu relacionamento atual, para algum grau de mistério ou autonomia individual?
- Como você reage à ideia de que um pouco de distância pode ser necessário para sustentar o desejo, e não apenas um sinal de problema na relação?

Capítulo 23 — Casais que duram: o que a clínica observa em laços duradouros e saudáveis

Depois de tantos capítulos dedicados aos impasses e sofrimentos do amor, cabe perguntar: o que a clínica psicanalítica observa, então, em casais que conseguem construir laços duradouros e relativamente satisfatórios? A resposta não é a ausência de conflito ou de falta — como vimos, isso é estruturalmente impossível —, mas um conjunto de posições subjetivas que tornam o conflito mais habitável.

Tolerância à falta, não eliminação dela

Casais duradouros não são aqueles que encontraram uma compatibilidade perfeita e sem atritos, mas aqueles que desenvolveram, ao longo do tempo, maior tolerância à falta estrutural de garantias — a aceitação de que o parceiro nunca vai preencher completamente a falta constitutiva de cada um, sem que isso seja motivo permanente de desilusão ou busca por outro parceiro que “finalmente” resolva o problema.

Capacidade de nomear, não apenas reencenar

Outro traço recorrente é a capacidade, desenvolvida ao longo dos anos ou através de processo terapêutico, de nomear os próprios padrões — reconhecer, no calor de um conflito, “isso é meu padrão de sempre buscar reasseguramento” ou “isso é meu padrão de me retirar quando me sinto pressionado” —, em vez de simplesmente ser arrastado por eles de forma automática e inconsciente.

Espaço para o desejo individual dentro do laço

Casais duradouros e saudáveis também tendem a sustentar, com mais sucesso, um equilíbrio entre fusão e separação — momentos de intensa intimidade compartilhada, e momentos de autonomia individual respeitada, sem que isso seja vivido como ameaça ao vínculo.

Um terceiro elemento organizador

Por fim, observa-se com frequência, em laços duradouros, a presença de algum terceiro elemento simbólico organizador — um projeto de vida compartilhado, valores éticos claramente nomeados, ou mesmo, em alguns casos, o próprio processo terapêutico, que ocupa a função de terceiro capaz de retirar o casal do círculo fechado da disputa direta de poder.

Um convite, não uma garantia

É importante encerrar este capítulo com uma ressalva: nada do que foi descrito aqui constitui uma fórmula garantida. A psicanálise lacaniana resiste, por princípio, a fórmulas universais aplicáveis a todos os casos da mesma forma — cada casal, cada sujeito, constrói sua própria forma singular de lidar com a falta estrutural do amor. O que se pode oferecer, ao final deste percurso, não é uma receita, mas um convite: o de olhar para a própria história amorosa com mais curiosidade do que julgamento, e com mais disposição para a responsabilização subjetiva do que para a queixa repetida.

Para refletir

- Pensando em relacionamentos duradouros que você admira — sejam de pessoas próximas ou referências públicas — que características você identifica neles?
- De tudo o que foi discutido neste livro, qual conceito ou capítulo mais ressoou com sua própria experiência?
- Qual seria, hoje, um primeiro passo concreto que você poderia dar na direção de uma relação mais consciente com seu próprio desejo?

Conclusão — Da queixa à responsabilização subjetiva

Se há um fio condutor que atravessa todos os capítulos deste livro, é o convite a um deslocamento: da queixa sobre o outro para a responsabilização sobre a própria posição subjetiva. Isso não significa, de modo algum, que toda a responsabilidade pelo sofrimento de um casal recaia sobre um único parceiro, nem que comportamentos abusivos, negligentes ou destrutivos devam ser relativizados em nome de uma leitura psicanalítica do desejo. Significa, isso sim, que a queixa pura — “ele não me dá atenção”, “ela está sempre brigando” — embora legítima como ponto de partida, raramente é, por si só, o caminho para a transformação.

O que a psicanálise pode e não pode oferecer

A psicanálise não promete relacionamentos sem conflito, parceiros que finalmente “completam” um ao outro, ou fórmulas garantidas de felicidade conjugal. O que ela oferece é algo mais modesto e, ao mesmo tempo, mais profundo: a possibilidade de compreender a lógica inconsciente que organiza nossas escolhas, repetições e sofrimentos amorosos, e, a partir dessa compreensão, ampliar — nunca eliminar, mas ampliar — a margem de escolha que temos diante do próprio desejo.

Essa ampliação não é instantânea nem definitiva. É um trabalho contínuo, que exige tempo, disposição para o desconforto de se reconhecer em padrões que preferiríamos atribuir apenas ao outro, e a aceitação de que o amor, estruturalmente, não vem com garantias. Mas é precisamente nessa ausência de garantias que reside também a possibilidade de invenção: cada casal, cada sujeito, pode encontrar formas singulares de lidar com a falta estrutural que constitui o amor — formas que não eliminam o sofrimento, mas que o tornam menos automático, menos repetitivo, mais habitável.

Um convite final

Se este livro cumpriu seu propósito, ele não deixou o leitor com respostas definitivas, mas com perguntas mais precisas sobre sua própria história amorosa: que demanda insaciável tenho pedido ao meu parceiro para satisfazer? Que traços, gestos, ausências funcionam como meu objeto a, e o que eles revelam sobre minha história? Que padrão tenho reencenado, com rostos diferentes, ao longo dos anos? Que satisfação inconsciente, talvez dolorosa, tenho extraído dos conflitos que insisto em viver?

Essas perguntas não têm resposta fácil, e certamente não se esgotam na leitura de um livro. Mas formulá-las já é, em si, um primeiro passo na direção de uma relação mais livre — não de um amor sem falta, que não existe, mas de um amor que sabe lidar com sua própria falta de um jeito mais inventivo do que repetitivo.

Glossário de termos lacanianos usados neste livro

Demanda — O pedido explícito feito ao outro, que sempre carrega, implicitamente, uma demanda mais ampla e insaciável de amor incondicional.

Desejo — Diferente da demanda, o desejo é metonímico, desliza entre objetos, e nunca se fixa de modo definitivo numa satisfação completa.

Falta-a-ser — A condição estrutural de incompletude que marca todo sujeito desde sua entrada na linguagem, e que sustenta o movimento do desejo.

Gozo — Satisfação que excede o princípio do prazer, podendo incluir dimensões de sofrimento ou excesso que não se reduzem à busca de equilíbrio ou bem-estar.

Grande Outro — Instância simbólica que representa a ordem da linguagem, da lei e do reconhecimento social; não deve ser confundida com uma pessoa concreta, ainda que frequentemente projetada sobre parceiros amorosos.

Lalíngua — A camada mais primitiva e singular da linguagem, formada nos primeiros encontros do sujeito com a fala do Outro, responsável por ressonâncias inconscientes e mal-entendidos.

Nome-do-Pai — Função simbólica que introduz a lei e o limite, possibilitando a existência de um terceiro elemento além da relação fusional a dois.

Objeto a (objeto causa de desejo) — Traço singular, frequentemente um detalhe aparentemente menor, que funciona como causa inconsciente do desejo por determinada pessoa.

Real — Registro da experiência psíquica que escapa à simbolização completa, frequentemente encontrado em momentos de perda, trauma ou intensa angústia.

Repetição (compulsão à) — Tendência inconsciente a reencenar padrões e cenas da história pessoal, mesmo quando dolorosos, privilegiando o familiar sobre o desconhecido.

Sintoma — Formação inconsciente que, embora produza sofrimento, carrega e sustenta uma mensagem sobre a posição subjetiva de quem a porta.

Sobre os casos apresentados

Todos os casos clínicos descritos ao longo deste livro são fictícios, construídos a partir de situações comuns observadas na prática clínica e na experiência cotidiana de relacionamentos. Nomes, detalhes biográficos e circunstâncias específicas foram inventados ou substancialmente modificados, e qualquer semelhança com pessoas reais é coincidência. O objetivo desses casos é ilustrativo e pedagógico, não substituindo, em nenhuma hipótese, uma avaliação clínica individualizada.

Indicações de leitura

Para quem desejar aprofundar os temas discutidos neste livro, algumas obras de Freud e Lacan, bem como de comentadores contemporâneos, oferecem caminhos de leitura mais técnicos e extensos sobre os conceitos aqui apresentados de forma introdutória e acessível. Recomenda-se buscar edições anotadas e comentadas, especialmente para os textos de Lacan, cuja leitura direta costuma ser desafiadora mesmo para leitores experientes — e procurar, sempre que possível, espaços de leitura orientada, como grupos de estudo ou supervisão com profissionais da área.