

ALÉM DO PECADO

A Psicanálise e a Reconciliação
do Desejo com a Fé

Psicanalista Marcelo Bruschi



Capítulo 1: Deus, Pai e a Lei — A Raiz da Autoridade em Freud

O Teatro Invisível da Alma

Há uma cena que se repete, silenciosa, no consultório de qualquer psicanalista atento. Um homem de quarenta e poucos anos, bem-sucedido em sua carreira, pai de dois adolescentes, senta-se no divã e, após um longo suspiro, confessa: "Doutora, eu não consigo me perdoar. Minha esposa e eu nos separamos há cinco anos, foi uma decisão madura, sem traumas. Hoje estou com outra mulher, somos felizes. Mas quando vou à missa com minha mãe, e olho para o altar, sinto como se estivesse sujo. Como se Deus estivesse me olhando com decepção."

Poucos dias depois, uma jovem de vinte e poucos anos, advogada, inteligente, de olhar vivo mas triste, relata: "Minha família é evangélica. Desde que me entendo por gente, ouço que a homossexualidade é pecado, é abominação. Eu tentei negar, tentei orar, tentei 'jejuar' esse sentimento. Mas ele não vai embora. Agora, toda vez que sinto atração por uma mulher, vem um pensamento: 'você vai queimar no inferno'. É automático. É como se Deus gritasse dentro de mim."

O que essas duas pessoas têm em comum? À primeira vista, pouco. Um homem heterossexual, maduro, recasado. Uma jovem homossexual, no início de sua vida adulta. Histórias distintas, sofrimentos distintos. No entanto, ambos compartilham a mesma geografia psíquica: ambos introjetaram uma figura divina que os julga, que os condena, que os torna menores do que são. Ambos carregam, dentro de si, um tribunal.

Para entendermos como esse tribunal se instala, precisamos recuar. Precisamos voltar à infância da humanidade e à infância de cada um de nós. Precisamos acompanhar Sigmund Freud em sua hipótese mais ousada: a de que Deus não mora no céu, mas nas camadas mais profundas da nossa psique.

A Criança e o Desamparo: O Berço da Fé

Antes de ser um conceito teológico, Deus é uma experiência emocional. E essa experiência, para Freud, tem sua matriz na mais tenra infância.

Imagine um bebê. Ele vem ao mundo completamente desprotegido. Não anda, não fala, não entende o que se passa ao seu redor. Sente fome, frio, desconforto, e não tem recursos para sanar essas sensações. Tudo o que ele pode fazer é chorar. E então, algo extraordinário acontece: alguém vem. Uma presença acolhedora o alimenta, o aquece, o embala. Essa presença, geralmente a mãe, torna-se para o bebê a primeira experiência de poder absoluto. Ela é quem alivia a dor, quem traz o conforto, quem afasta o desamparo.

Com o tempo, o bebê começa a perceber que existe também uma figura paterna. O pai é aquele que, muitas vezes, chega e "rouba" a atenção da mãe, que impõe limites, que diz "não". É a figura que representa a lei, a autoridade, o mundo externo. Para a psicanálise, o pai não precisa ser biológico; ele é uma função: a função de interditar, de introduzir a criança na realidade das regras.

O que Freud percebeu é que a criança não simplesmente obedece a esses pais. Ela os internaliza. Ou seja, ela carrega para dentro de si as imagens dessas figuras poderosas. A voz da mãe que acalma, a voz do pai que proíbe, deixam de ser apenas sons externos e se transformam em estruturas psíquicas. É assim que nasce o que chamamos de Supereu.

O Supereu: O Juiz Interno

O Supereu é uma das descobertas mais perturbadoras da psicanálise. Trata-se de uma instância da nossa mente que funciona como um juiz, um censor, um fiscal interno. Ele é o herdeiro do complexo de Édipo, aquele momento crucial da infância em que a criança precisa renunciar ao desejo de posse exclusiva da mãe e se identificar com as proibições e valores paternos.

O Supereu não é a consciência moral no sentido filosófico, tranquilo e reflexivo. Ele é, muitas vezes, irracional, severo, primitivo. É aquela voz que sussurra "isso é errado" antes mesmo de qualquer raciocínio. É o desconforto vago que sentimos ao fazer algo que nossos pais desaprovavam, mesmo que eles não estejam por perto. É o olhar invisível que nos observa.

Agora, prestemos atenção: se o Supereu é formado a partir das figuras parentais, e se essas figuras são, para a criança, onipotentes e oniscientes (os pais sabem

tudo, os pais podem tudo), então o Supereu carrega esses atributos. Ele é, em essência, um resíduo psíquico da nossa experiência infantil com seres que considerávamos divinos.

A Projeção Cósmica: De Pai a Deus

O que a religião faz, segundo Freud, é pegar essa estrutura interna e projetá-la para o cosmos. É um movimento de externalização: aquilo que estava dentro (o Supereu, com suas figuras parentais) é colocado para fora, ganhando a forma de um Deus transcendente.

Em "O Futuro de Uma Ilusão", Freud é cristalino:

"A psicanálise nos ensinou a perceber a íntima relação entre o complexo paterno e a crença em Deus; mostrou-nos que um Deus pessoal nada mais é, psicologicamente, do que um pai engrandecido."

Pense nisso. O Deus das religiões monoteístas – onipotente, onisciente, onipresente – é exatamente o que uma criança acredita que seus pais sejam. Ele vê tudo, mesmo o que fazemos escondidos. Ele sabe nossos pensamentos mais secretos. Ele pode nos recompensar com o paraíso ou nos punir com o inferno. Ele estabelece leis que não podem ser questionadas.

Essa projeção não é um erro ou uma fraude. É, para Freud, uma necessidade psíquica profunda. O adulto, assim como a criança, continua sentindo-se desamparado diante da imensidão do universo, diante da morte, diante das forças da natureza. A ideia de um Pai cósmico que vela por nós, que dá sentido ao sofrimento e promete justiça após a morte, é um poderoso analgésico para a angústia existencial.

O problema começa quando esse Pai engrandecido é invocado não para consolar, mas para oprimir. Quando as leis que ele supostamente estabeleceu são usadas para negar a legitimidade do amor de dois homens, para condenar uma mulher que se divorciou, para justificar a pobreza como desígnio divino.

O Retorno do Recalcado: Deus como Supereu Cultural

É aqui que a teoria freudiana se encontra com a experiência concreta dos nossos pacientes. O que acontece com o homossexual que internalizou a proibição religiosa? O que acontece com o casal de segunda união que carrega o peso do "até que a morte nos separe"?

Acontece que o Deus projetado retorna para dentro. Ele reingressa na psique, mas agora com uma força amplificada. Não é mais apenas a voz do pai ou da mãe que diz "isso não se faz". É a voz do próprio Criador do Universo. É o Supereu original, agora revestido de autoridade divina.

Chamamos esse fenômeno de Supereu Cultural. Trata-se da internalização não apenas das regras familiares, mas das normas, dos dogmas e das ideologias dominantes de uma cultura. E a religião, institucionalizada, é uma das fontes mais poderosas desse Supereu.

Vamos aos exemplos:

O Casal de Segunda União:

Maria e João se amam. Ambos vieram de casamentos desfeitos. Construíram uma nova vida juntos, com paciência, com diálogo, com afeto. Mas Maria, toda vez que a família se reúne para um batizado ou um casamento, sente um aperto no peito. Olha para os parentes e imagina o que pensam. Olha para o padre e sente que está sendo julgada. Esse aperto não é invenção dela. É a manifestação do Supereu que internalizou a doutrina da indissolubilidade do casamento. A doutrina diz: "O que Deus uniu, o homem não separe". Logo, se ela se separou, ela rompeu com uma união sagrada. Agora, ao viver uma nova união, ela se sente, no íntimo, uma adúltera, uma pecadora, mesmo que perante a lei civil esteja tudo regular.

O Supereu não faz distinção entre a lei dos homens e a lei de Deus. Para ele, a transgressão é real. E a punição vem na forma de culpa, ansiedade, uma sombra permanente sobre a felicidade.

O Homossexual:

Pedro, desde os sete anos, ouviu na igreja que "o homem não deitará com outro homem". Ouviu que isso é "abominação". Ouviu histórias de Sodoma e Gomorra. Essas palavras não ficaram do lado de fora. Elas penetraram. Foram repetidas tantas vezes que se colaram à sua própria imagem. Quando, na adolescência, sentiu atração por outro garoto, não sentiu apenas desejo. Sentiu medo. Sentiu nojo de si mesmo. O Supereu, alimentado pelo discurso religioso, não apenas o julgou: ele o condenou em sua essência.

Agora, adulto, Pedro pode até ter se afastado da igreja. Pode ter construído uma relação estável com um companheiro. Mas, em momentos de intimidade, ou nos dias de maior fragilidade, a voz retorna: "Você é errado. Deus não aprova isso." Essa voz não é a de Deus. É a do Supereu, usando a máscara divina para manter seu domínio.

Além da Culpa: A Servidão Voluntária

O poder do Supereu religioso não está apenas em gerar culpa. Está em fazer o sujeito acreditar que essa culpa é justa, merecida, necessária. É o que chamamos de servidão voluntária: o sujeito se torna seu próprio algoz.

Um exemplo clínico clássico é o da pessoa que, após um divórcio, se recusa terminantemente a buscar uma nova felicidade. Não porque não deseje, mas porque se sente "obrigada" a carregar a cruz do casamento fracassado como uma penitência. Há um gozo inconsciente nesse sofrimento, uma identificação com o Cristo sofredor que valida moralmente sua posição. "Estou pagando pelos meus pecados", pensa. Na verdade, está apenas repetindo, de forma automática, a sentença do Supereu.

Outro exemplo é o do homossexual que busca incessantemente a "cura". Submete-se a terapias de conversão, a sessões de libertação espiritual, a jejuns e orações. Cada "falha" nesse processo é vivida como uma confirmação de sua depravação. O Supereu se alimenta desse fracasso, pois ele prova que o sujeito é realmente "fraco" e "pecador". É um círculo vicioso: a tentativa de se livrar da culpa só faz aumentá-la.

A Psicanálise Como Desconstrução

Se o Supereu religioso é um juiz implacável, qual o papel da psicanálise? O papel de desmascará-lo. De ajudar o sujeito a perceber que a voz que o condena não é a voz de Deus, mas a voz de um pai ou de uma cultura que foram internalizados.

A psicanálise não tem como objetivo matar a fé. Pelo contrário, ao desconstruir o Supereu tirânico, ela pode abrir caminho para uma experiência religiosa mais madura, mais livre, menos pautada pelo medo e mais pela busca de sentido e comunidade.

O primeiro passo é sempre o mesmo: simbolizar. Dar nome ao que antes era mudo. Dizer: "Essa culpa que você sente, esse medo de ser punido, não é uma prova de que você é mau. É um eco de uma história que te contaram. É a sombra de um Deus que talvez não exista, mas de um pai ou de uma mãe que, esses sim, existiram e te marcaram."

Quando o homem recasado entende que seu desconforto na missa não é um sinal divino, mas a persistência de um Supereu formado na infância, ele já começa a se libertar. Quando a jovem homossexual percebe que a voz que grita "inferno" dentro dela é a mesma voz que, um dia, veio de adultos amedrontados e amedrontadores, ela pode começar a silenciá-la.

O Deus que Pode Nascer

Há uma passagem pouco comentada na obra de Freud. Em "O Mal-Estar na Civilização", ele escreve sobre a possibilidade de uma ética que não precise do terror do Supereu. Uma ética baseada no amor ao próximo, mas não no amor mandatório, e sim no amor possível, aquele que reconhece as limitações humanas.

Talvez seja essa a grande contribuição da psicanálise para o debate sobre religião e minorias. Ao desmontar a figura do Deus tirano, juiz implacável que habita o Supereu, ela permite que algo novo surja. Um Deus que não é uma projeção do medo infantil, mas uma conquista da maturidade afetiva. Um Deus

que não precisa de sacrifícios humanos – especialmente do sacrifício da felicidade de homossexuais, de divorciados, de minorias – para se sentir honrado.

Esse Deus, se existe, não habita o Supereu. Habita o coração livre da culpa que não é sua.

Síntese do Capítulo

- A experiência infantil de desamparo e a figura dos pais onipotentes são a matriz psicológica da ideia de Deus.
- A internalização dessas figuras forma o Supereu, nossa instância crítica e julgadora.
- A religião projeta esse Supereu para o cosmos, criando a figura de um Deus-Pai engrandecido.
- Esse Deus projetado retorna à psique como Supereu Cultural, revestindo as normas religiosas de autoridade divina e absoluta.
- É assim que a religião pode se tornar um instrumento de opressão interna, gerando culpa patológica em homossexuais, casais de segunda união e minorias.
- A psicanálise atua ajudando o sujeito a reconhecer a voz do Supereu como uma construção histórica, e não como uma verdade divina, abrindo caminho para uma fé mais autêntica ou para uma vida ética sem a necessidade do terror.

Para Refletir:

Que vozes falam dentro de você quando você se sente julgado por suas escolhas afetivas? De quem são essas vozes? De um pai, de uma mãe, de um padre, de um pastor? Ou será que, como num truque de mágica, elas aprenderam a se disfarçar de Deus?

No próximo capítulo, mergulharemos mais fundo nesse algoz interno. Exploraremos o "Supereu Sombrio" – a face mais cruel da consciência moral – e veremos como ele se alimenta de discursos religiosos para transformar a vida em uma eterna penitência.

Capítulo 2: O Supereu Sombrio — Quando a Consciência se Torna Algoz

O Tribunal Interior

Há um poema de Fernando Pessoa que diz: “Para ser grande, sê inteiro: nada / Teu exagera ou exclui. / Sê todo em cada coisa. Põe quanto és / No mínimo que fazes.”

O poeta fala de inteireza, de integridade. Mas o que fazer quando, dentro de nós, habita uma voz que nos quer justamente o contrário? Uma voz que nos quer cindidos, diminuídos, envergonhados daquilo que somos? Uma voz que não apenas aponta nossos erros, mas que parece se regozijar em nos ver sofrer?

Essa voz é o que chamamos, em psicanálise, de Supereu Sombrio.

No capítulo anterior, vimos como o Supereu se forma a partir da internalização das figuras parentais e como a religião projeta essa instância para o cosmos, criando a imagem de um Deus-Pai julgador. Agora, precisamos avançar. Precisamos compreender que o Supereu não é apenas um juiz justo, que aplica a lei com equilíbrio. Ele pode ser, e frequentemente é, um algoz sádico, uma instância que encontra prazer na punição e que transforma a vida do sujeito em um inferno moral.

Bem-vindos à masmorra mais íntima de cada um de nós.

A Dupla Face da Lei

Para compreender o Supereu sombrio, precisamos primeiro entender que o Supereu tem, por assim dizer, duas faces.

A primeira face é a do Supereu normativo, aquele que todos precisamos ter para viver em sociedade. É ele que nos permite internalizar regras básicas de convivência, que nos faz frear impulsos destrutivos, que nos orienta em direção ao que é ético. Um Supereu excessivamente frágil pode dar origem a

personalidades psicopáticas, incapazes de se colocar no lugar do outro. Essa face do Supereu é como um semáforo: orienta, organiza, previne colisões.

A segunda face, no entanto, é a do Supereu sádico, ou como preferimos chamar aqui, o Supereu sombrio. Este não se contenta em orientar. Ele acusa, condena, tortura. Não é um semáforo; é um tribunal de exceção, onde o réu é sempre culpado e a sentença é sempre a pior possível.

Jacques Lacan, o psicanalista francês que revisitou a obra de Freud, tinha uma expressão precisa para isso: o Supereu é, ao mesmo tempo, “a instância moral” e “uma figura obscena e feroz”. Obscena porque está fora de cena, escondida, mas age nos bastidores. Feroz porque sua crueldade não tem limites.

As Origens da Crueldade

De onde vem essa ferocidade? Por que o Supereu, que deveria nos proteger, se volta contra nós com tanta violência?

Freud nos dá uma pista importante em “O Mal-Estar na Civilização”. Ele observa que, quanto mais virtuosa uma pessoa se esforça para ser, mais severo se torna seu Supereu. É como se houvesse uma lei de compensação: cada renúncia a um desejo não enfraquece o juiz interno, mas o fortalece. O Supereu parece dizer: “Você abriu mão disso? Muito bem. Agora, abra mão daquilo também. E mais disso. E mais daquilo outro.”

A religião, com sua ênfase na renúncia, na pureza, na santidade, é um terreno particularmente fértil para o crescimento desse Supereu sombrio. Quanto mais o fiel tenta se adequar aos preceitos divinos, mais o juiz interno se torna exigente. E, como a perfeição é inatingível, o resultado é uma culpa crônica, difusa, que nunca se aplaca.

É o que vemos em certas pessoas profundamente religiosas que, paradoxalmente, são as mais atormentadas. Jejuam, oram, se confessam, fazem penitências, mas a paz nunca vem. Porque a voz que as condena não é a voz de Deus, é a voz de um Supereu que encontrou na linguagem religiosa o instrumento perfeito para sua tirania.

O Mecanismo da Torção

Como opera esse Supereu sombrio? Através de um mecanismo que podemos chamar de torção da lei.

A lei religiosa, em sua formulação original, pode ter um sentido protetivo. “Não matarás” protege a vida. “Não furtarás” protege a propriedade. “Honrar pai e mãe” protege os laços familiares. São mandamentos que, em tese, organizam a vida comunitária.

O Supereu sombrio, no entanto, torce esses mandamentos. Eles deixam de ser princípios orientadores e se transformam em armas. A lei, que deveria ser um anteparo contra o caos, torna-se um instrumento de opressão interna.

Vejamos como isso se aplica aos nossos temas:

Para o casal de segunda união:

O mandamento “O que Deus uniu, o homem não separe” é, originalmente, uma declaração solene sobre a seriedade do compromisso. No Supereu sombrio, ele se transforma em: “Você falhou. Você rompeu algo sagrado. Seu novo amor é ilegítimo. Você está manchado para sempre.”

Não há espaço para a complexidade da vida real. Não há espaço para um casamento que foi, sim, abençoado, mas que se tornou tóxico, violento, vazio. Não há espaço para a possibilidade de recomeçar. A lei é aplicada em seu literalismo mais cruel, sem misericórdia, sem consideração pelas circunstâncias.

Para o homossexual:

O mandamento “Não deitarás com outro homem” (ou sua interpretação contemporânea) é tornado absoluto. O Supereu sombrio não diz apenas “essa

prática é desaconselhada”. Ele diz: “Você é uma abominação. Seu desejo é uma mancha na criação. Você ofende a Deus com sua própria existência.”

Aqui, a torção é ainda mais profunda. Não se trata mais de um ato, mas de uma identidade. A pessoa não é condenada pelo que faz, mas pelo que é. É a forma mais radical de aniquilação simbólica: o sujeito é declarado intrinsecamente mau.

Para as minorias:

O discurso religioso que associa pobreza à preguiça, ou que naturaliza a submissão feminina, ou que silencia a população negra, opera a mesma torção. O que poderia ser um chamado à solidariedade (“bem-aventurados os pobres”) se transforma em justificativa para a desigualdade (“pobres sempre tereis convosco”). O que poderia ser uma exaltação do amor se transforma em hierarquia de gênero (“a mulher se submeta ao marido”).

O Gozo da Culpa

Um dos aspectos mais perturbadores do Supereu sombrio é que ele não apenas pune; ele goza com a punição. Há um prazer perverso nessa instância em ver o sujeito se debater em sua própria culpa.

Isso explica um fenômeno clínico frequente: pessoas que parecem se agarrar ao sofrimento, que resistem a qualquer tentativa de alívio, que encontram na dor uma espécie de conforto perverso. Não porque sejam masoquistas no sentido trivial, mas porque o Supereu sombrio exige esse tributo. A pessoa precisa se sentir culpada para manter alguma coerência interna. Se a culpa cessasse, o mundo desabaria.

Lacan chamava isso de “gozo” – um prazer na dor, uma satisfação paradoxal que o sujeito obtém justamente daquilo que o faz sofrer. É o que vemos no fiel que se flagela, não apenas fisicamente, mas moralmente. Que revisita infinitamente seus pecados. Que não se permite esquecer, nem se perdoar.

Esse gozo é alimentado pelo discurso religioso quando este promete redenção, mas a coloca sempre num futuro inalcançável. “Você será perdoado, desde que...” – e o “desde que” é uma lista interminável de condições. Enquanto isso, a culpa permanece, o gozo permanece, o Supereu sombrio permanece.

Caso Clínico: O Homem que Não Podia Ser Feliz

Vamos dar um nome a este homem: chamemo-lo de Antônio. Antônio tem 52 anos, é engenheiro, católico praticante. Procurou análise porque, segundo suas palavras, “não consegue sentir paz”.

Antônio se separou há oito anos de um casamento de vinte. A separação foi difícil, mas necessária. A esposa era alcoólatra, agressiva, e o ambiente doméstico se tornara insuportável para ele e para os dois filhos. Com o tempo, Antônio conheceu outra mulher, viúva, com quem construiu uma relação estável, respeitosa, amorosa. Os filhos a aceitam. A família dela o aceita. Tudo parece caminhar para a felicidade.

Mas Antônio não consegue ser feliz.

Ele vai à missa todos os domingos. E, todos os domingos, ao olhar para o crucifixo, sente um aperto no peito. “Eu traí minha esposa”, ele pensa. “Eu fiz um juramento diante de Deus e o quebrei.” Sua companheira atual tenta argumentar: “Antônio, você não traiu. Você se separou. Ela estava doente. Você tentou de tudo.” Mas não adianta. A voz interna é mais forte.

Nas sessões de análise, Antônio revela um detalhe crucial: sua mãe, uma mulher extremamente religiosa, sempre dizia que “o casamento é para sempre, na alegria e na tristeza, na saúde e na doença”. Quando ele se separou, ela não o condenou abertamente, mas o olhar de decepção era tão pesado quanto qualquer palavra. “Você abandonou sua esposa na doença”, aquele olhar dizia.

O Supereu de Antônio não apenas internalizou a doutrina católica; internalizou o olhar da mãe. E esse olhar, agora, fala mais alto que qualquer razão. A doutrina religiosa forneceu a linguagem, mas a ferocidade do julgamento veio da relação

primitiva com a figura materna. O Supereu sombrio de Antônio é uma colagem: tem a inflexão da mãe e as palavras da Igreja.

O trabalho analítico, aqui, não é convencer Antônio de que ele está certo ou errado. É ajudá-lo a perceber que a voz que o condena não é a voz de Deus – é a voz de uma mãe internalizada, que por sua vez também sofria, também tinha suas próprias amarras. É desmontar a confusão entre o divino e o parental. É permitir que Antônio, talvez pela primeira vez, possa ouvir sua própria voz, para além do tribunal interno.

Caso Clínico: A Jovem e o Olho que Tudo Vê

Outro caso, agora o de Beatriz, 26 anos, evangélica, estudante de psicologia. Beatriz procurou análise porque está deprimida. Não consegue mais se concentrar nos estudos, perdeu o apetite, chora com frequência.

Beatriz é lésbica, mas nunca se relacionou com ninguém. Aos 15 anos, quando começou a sentir atração por amigas, buscou ajuda na igreja. O pastor fez sessões de aconselhamento, orientou a família a “vigiar” seus passos, prescreveu jejuns e orações. “Deus pode libertar você disso”, ele dizia. “Isso é uma porta que o inimigo abriu.”

Beatriz tentou. Jejuou, orou, leu a Bíblia, participou de correntes de libertação. Nada mudou. O desejo continuava lá. A cada “falha” – cada olhar, cada pensamento – vinha a culpa. E a culpa vinha acompanhada de uma sensação aterrorizante: a de estar sendo observada.

“Deus vê tudo”, ela diz. “Ele sabe o que eu penso, o que eu sinto. Não posso esconder nada. E eu sei que Ele está decepcionado.”

Essa sensação de ser observada por um olho que tudo vê e tudo julga é a expressão máxima do Supereu sombrio. Não há privacidade, não há interioridade, não há refúgio. Deus – ou melhor, o Supereu travestido de Deus – está em toda parte, como uma câmera de vigilância cósmica.

Aqui, a torção é ainda mais cruel: o que deveria ser fonte de conforto (“Deus está comigo”) se transformou em fonte de terror (“Deus está me vigiando”). Beatriz não consegue sequer fantasiar, não consegue sonhar acordada, porque qualquer pensamento é imediatamente capturado por esse olho que tudo vê. Sua vida psíquica se tornou um território ocupado.

A Servidão Voluntária

Há um conceito do pensador francês Étienne de La Boétie, do século XVI, que ilumina essa dinâmica: a servidão voluntária. La Boétie se perguntava por que os povos se submetem a tiranos, por que entregam sua liberdade a quem os oprime.

Em termos psicanalíticos, a servidão voluntária é exatamente o que faz o Supereu sombrio. O sujeito não apenas obedece ao tirano interno; ele colabora com ele. Ele mesmo se acusa, se pune, se diminui. Ele mesmo repete, para si, o discurso que o condena.

No contexto religioso, isso assume formas dramáticas. O homossexual que se autoexclui da comunhão. O divorciado que não se sente digno de um novo amor. A mulher que aceita a violência como “cruz a carregar”. Todos eles estão, de alguma forma, colaborando com o algoz interno.

A religião, quando vivida sob o signo do Supereu sombrio, não é um caminho de libertação; é um instrumento de servidão. Ela convence o sujeito de que sua submissão é virtude, de que seu sofrimento é redenção, de que sua anulação é amor a Deus.

A Voz que Silencia o Desejo

Talvez o efeito mais devastador do Supereu sombrio seja o silenciamento do desejo.

O desejo, para a psicanálise, é a força vital por excelência. É o que nos move, o que nos faz buscar o novo, o que nos conecta ao mundo e aos outros. Quando o Supereu sombrio se instala, sua primeira vítima é o desejo.

“Você não pode desejar isso.”

“Isso que você sente é errado.”

“Seu desejo é pecaminoso, sujo, doentio.”

Cada uma dessas frases, repetida ao longo dos anos, vai construindo uma muralha em torno do desejo. O sujeito aprende a não ouvir sua própria voz interna. Aprende a desconfiar de si mesmo. Aprende que seus impulsos mais genuínos são, na verdade, tentações a serem combatidas.

O resultado é uma vida pela metade. Uma vida em que a pessoa se move, mas sem entusiasmo. Ama, mas sem entrega. Sonha, mas sem esperança. É a vida em preto e branco, quando poderia ser colorida.

O casal de segunda união que não se permite comemorar o amor porque ainda está de luto pelo casamento anterior. O homossexual que se relaciona, mas não se permite amar plenamente, sempre com um pé atrás, sempre esperando a punição. A mulher negra que duvida de seu próprio valor porque aprendeu que seu lugar é na sombra. Todos eles são vítimas desse silenciamento.

A Psicanálise Como Restituição da Voz

Diante desse quadro, qual o papel da psicanálise?

O papel é, antes de tudo, restituir a voz. A voz do sujeito, soterrada sob toneladas de culpa e proibição.

A análise não é um confessionário. No confessionário, o padre escuta, absolve e prescreve uma penitência. A estrutura do poder permanece intacta: o fiel continua submetido à autoridade da Igreja, e o Supereu religioso é reafirmado.

Na análise, o analista escuta, mas não absolve. Não prescreve. Não julga. Sua função é devolver ao analisando a palavra, para que ele próprio possa, aos poucos, distinguir entre a voz do Supereu e a voz do seu desejo.

É um trabalho lento, muitas vezes doloroso. Porque o Supereu sombrio não entrega seu poder facilmente. Ele luta. Ele se disfarça. Ele tenta convencer o sujeito de que a análise é perigosa, que vai afastá-lo de Deus, que vai levá-lo ao pecado.

Mas, aos poucos, algo começa a mudar. O sujeito começa a perceber que a voz que o condena não é onipotente. Ela tem história, tem origem, tem fragilidades. Ela veio de pessoas que também sofriam, também tinham medos, também projetavam em Deus suas próprias limitações.

E, nesse reconhecimento, começa a ser possível ouvir uma outra voz. Mais tênue, mas mais verdadeira. A voz do próprio desejo, sussurrando: “Eu quero viver. Eu quero amar. Eu quero ser inteiro.”

Síntese do Capítulo

- O Supereu tem duas faces: uma normativa, necessária à vida social, e outra sádica, que chamamos de Supereu sombrio.
- O Supereu sombrio opera por meio da “torção da lei”: transforma mandamentos protetivos em instrumentos de opressão.
- Quanto mais o sujeito tenta ser virtuoso, mais o Supereu sombrio se fortalece, gerando culpa crônica.
- Há um “gozo” na culpa: o sujeito obtém uma satisfação paradoxal em seu próprio sofrimento.
- O Supereu sombrio silencia o desejo, empobrecendo a vida afetiva.
- A psicanálise atua restituindo a voz do sujeito, ajudando-o a distinguir entre a voz do algoz interno e a voz do seu próprio desejo.

Para Refletir:

Em que momentos você sente que a voz que te julga é mais cruel do que qualquer pessoa real seria? De onde vem essa crueldade extra? Que prazer esquisito você pode obter em se sentir culpado? E, se essa voz não fosse a verdade, mas apenas um eco – de quem seria o eco?

No próximo capítulo, mergulharemos na moeda de troca dessa economia psíquica: a culpa e o castigo. Veremos como a promessa religiosa de redenção pode se tornar a mais sofisticada armadilha para manter o sujeito eternamente endividado, eternamente menor, eternamente à espera de um perdão que nunca vem.

Capítulo 3: Culpa e Castigo — A Moeda de Troca da Infelicidade Neurótica

A Dívida Impagável

Há uma cena que se repete em diferentes tradições religiosas: o fiel ajoelhado, a cabeça baixa, os lábios murmurando uma prece de arrependimento. Há beleza nessa imagem? Sem dúvida. Há também, em muitos casos, uma armadilha.

O que parece um ato de humildade pode ser, na economia psíquica, a manutenção de uma dívida impagável. Uma dívida que o sujeito carrega como um peso nas costas, mas da qual, paradoxalmente, não consegue se livrar. Porque, no fundo, essa dívida se tornou sua identidade. Sem ela, quem ele seria?

Bem-vindos ao capítulo mais espinhoso desta jornada. Vamos falar sobre a culpa. Não a culpa genuína, aquela que sentimos quando ferimos alguém e que nos move a reparar o dano. Vamos falar da culpa neurótica, aquela que não tem objeto claro, que não se resolve com reparação, que permanece como um pano de fundo constante da existência. E vamos entender como a religião, em sua vertente sombria, se torna a administradora perfeita dessa dívida.

A Origem da Culpa: Entre o Ato e o Pensamento

Para a psicanálise, a culpa tem uma origem complexa e, em grande medida, inconsciente. Freud a relaciona, inicialmente, ao complexo de Édipo. A criança deseja a mãe e rivaliza com o pai; esse desejo, proibido, gera culpa. Mas a culpa não vem apenas do ato; ela vem do desejo do ato. É o que Freud chama de “onipotência dos pensamentos”: na nossa vida psíquica mais profunda, desejar algo é, de certa forma, já tê-lo realizado.

Essa descoberta é crucial. Ela significa que a culpa pode existir sem que nenhum ato concreto tenha sido cometido. Basta o desejo. Basta o pensamento. E quem controla os pensamentos? Quem legisla sobre o desejo?

A religião tradicional, em grande medida, assumiu para si essa função. Não apenas os atos são julgados; os pensamentos também. “Olhar para uma mulher com desejo já é adulterar”, disse Jesus no Sermão da Montanha. É uma ética radical, que eleva a exigência moral ao infinito. E é exatamente esse infinito que o Supereu sombrio vai explorar.

Se o ato já é passível de culpa, o desejo é a culpa em estado permanente. Não há como escapar. Enquanto houver desejo, haverá culpa. E o desejo, sendo a própria substância da vida, nunca cessa. Portanto, a culpa nunca cessa.

Culpa Neurótica vs. Culpa Real

É fundamental, neste ponto, fazermos uma distinção clara. Há duas formas de culpa, e confundi-las é uma das estratégias mais eficazes do Supereu sombrio.

A culpa real (ou culpa por um ato concreto) é aquela que sentimos quando, de fato, causamos dano a alguém. Menti, traí, roubei, agredi. Essa culpa tem uma função: ela nos alerta para o dano causado e nos move a repará-lo. Pedimos desculpas, restituímos o que foi tomado, mudamos nosso comportamento. Uma vez reparado o dano, a culpa tende a diminuir. É um ciclo saudável: ato → culpa → reparação → alívio.

A culpa neurótica é totalmente diferente. Ela não está ligada a um ato específico, mas a uma condição. A pessoa não se sente culpada por algo que fez, mas por algo que é. É a culpa do homossexual por ser homossexual. É a culpa do divorciado por ter se separado. É a culpa da mulher por não se submeter. É a culpa do pobre por existir.

Essa culpa não tem reparação possível. O que o homossexual faria para deixar de ser homossexual? “Curar-se”? Mas a “cura” é uma promessa falsa, e a busca por ela só aprofunda o sofrimento. O que o divorciado faria para desfazer o divórcio? Voltar para um casamento que já morreu? Isso seria uma nova forma de sofrimento.

A culpa neurótica é uma culpa sem saída. Ela não leva à reparação, leva à repetição. A pessoa vive num ciclo interminável de acusação interna, penitência, alívio temporário e nova acusação. É uma máquina de moer almas.

A Economia da Salvação

A religião, quando capturada pelo Supereu sombrio, oferece um modelo econômico para essa culpa: a economia da salvação.

Nesse modelo, o sujeito está eternamente em dívida com Deus. Uma dívida que ele nunca poderá pagar integralmente, mas que pode ser gerenciada por meio de rituais, ofertas, penitências e boas obras. É uma espécie de sistema financeiro da alma: você acumula créditos (orações, jejuos, doações) para abater seus débitos (pecados). Mas os débitos são sempre maiores, sempre renovados, sempre exigindo mais.

Vamos ver como isso opera na prática.

Para o homossexual:

O débito é imenso: sua própria natureza é considerada pecaminosa. Como pagar essa dívida? Através do celibato, da repressão, da busca incessante pela “libertação”. Cada dia sem “pecar” é um pequeno crédito. Cada recaída é um novo débito, com juros. A dívida original, no entanto, permanece. Porque o problema não é o ato, é o desejo. Enquanto o desejo existir, a dívida existe.

Algumas igrejas oferecem um produto financeiro tentador: a “cura”. Se você pagar o suficiente (em orações, em dinheiro, em submissão), Deus pode

milagrosamente remover seu desejo. É a promessa de quitação total. Mas, como sabemos, a promessa raramente se cumpre. E quando não se cumpre, a culpa dobra: agora você é não apenas homossexual, mas também “falto de fé”, “relapso”, “endurecido”.

Para o casal de segunda união:

A dívida aqui é a quebra do contrato sagrado. O casamento era “para sempre”. Você não cumpriu. Agora, vive em uma união que a Igreja não reconhece plenamente. Como pagar? Frequentando a missa, mas não comungando. Vivendo “como irmãos” (abstinência sexual) dentro do novo casamento. Pedindo perdão constantemente.

Algumas comunidades oferecem a possibilidade de “regularização” – um processo muitas vezes humilhante, que exige declarações, penitências, e nem sempre termina com o reconhecimento pleno da nova união. A dívida nunca é totalmente quitada. Fica sempre um resíduo, um lembrete de que aquele amor é, de alguma forma, menor.

Para as minorias:

A economia da salvação também opera aqui. A mulher é ensinada que sua dívida é com o marido, a quem deve submissão. Se ele é violento? Deve suportar como “cruz”. Se ele é infiel? Deve perdoar “setenta vezes sete”. A dívida é dela: não foi suficientemente boa esposa, não foi suficientemente santa.

O pobre ouve que sua recompensa é no céu. Sua dívida é com Deus, que o colocou nessa posição para testá-lo. Se aceitar humildemente, acumula créditos celestiais. Se reclamar, se lutar, se exigir justiça, está colocando em risco sua salvação.

O Supereu e a Dívida Simbólica

Lacan, retomando Freud, oferece uma formulação precisa para essa dinâmica. Ele diz que o Supereu é o “imperativo de gozo”. Ou seja, o Supereu não apenas

proíbe; ele ordena que você goze – mas goze de uma forma que é, ao mesmo tempo, impossível e culpabilizante.

No caso da religião sombria, o imperativo é: “Goze da sua culpa. Goze do seu sofrimento. Faça do seu sacrifício uma oferenda a Deus.” É uma inversão perversa: o sofrimento deixa de ser um meio para a felicidade e se torna um fim em si mesmo.

Isso explica por que muitas pessoas religiosas parecem tão apegadas à sua infelicidade. Não porque não queiram ser felizes, mas porque a infelicidade se tornou a moeda com a qual pagam sua dívida simbólica. Se fossem felizes, estariam em dívida com Deus? Se fossem plenos, estariam pecando por orgulho?

O sujeito entra num labirinto sem saída: se sofre, está pagando sua dívida e, portanto, está no caminho certo. Se é feliz, relaxa na dívida e arrisca a condenação. A felicidade se torna suspeita, perigosa. O sofrimento se torna virtude.

A Promessa de Redenção como Armadilha

A mais sofisticada armadilha dessa economia psíquica é a promessa de redenção. Porque ela mantém o sujeito eternamente à espera.

“Um dia, você será perdoado.”

“Um dia, essa luta vai acabar.”

“Um dia, Deus vai te libertar.”

Esse “um dia” é sempre futuro, sempre adiado. Enquanto isso, o presente é vivido como um vale de lágrimas, uma mera passagem para a verdadeira vida. O amor que se poderia viver hoje é adiado em nome de um amor celestial futuro. A felicidade que se poderia construir agora é sacrificada em nome de uma felicidade póstuma.

O homossexual que espera a “cura” para então viver. O divorciado que espera o “perdão” para então amar. A mulher que espera a “recompensa” para então descansar. Todos eles estão presos na mesma armadilha: a de que a vida plena está sempre depois, nunca agora.

A psicanálise, aqui, faz uma pergunta incômoda: E se não houver depois? E se esta vida for a única que temos? E se a felicidade não for algo a ser conquistado no futuro, mas algo a ser construído no presente, com as condições que temos, com as pessoas que amamos, com os desejos que sentimos?

Essa pergunta é profundamente perturbadora para quem vive na economia da dívida. Porque, se não há redenção futura, então todo o sofrimento presente perde seu sentido. E o sujeito se vê diante de uma escolha terrível: continuar sofrendo por nada, ou começar a viver.

Caso Clínico: O Homem que Esperava o Perdão

Lembram-se de Antônio, do capítulo anterior? O engenheiro católico que não conseguia ser feliz em seu novo casamento? Vamos aprofundar sua história.

Antônio vinha à análise há alguns meses quando, numa sessão, trouxe um sonho. Sonhou que estava diante de um grande tribunal. No lugar do juiz, estava sua mãe. Não sua mãe real, mas uma versão gigantesca, vestida de branco, com um olhar severo. Ao lado dela, uma figura que ele identificou como “Deus” – mas um Deus sem rosto, apenas uma presença luminosa e intimidante.

Ele estava sendo julgado. A acusação: ter abandonado a esposa doente. Ele tentava se explicar, falava da violência, do álcool, do sofrimento dos filhos. Mas sua boca não emitia som. Quanto mais tentava falar, mais mudo ficava. Então, a sentença: “Culpado. Penitência perpétua.” Ele acordou suando, o coração disparado.

O sonho de Antônio é uma radiografia perfeita da economia da culpa. Nele, a figura materna e a figura divina se fundem num mesmo tribunal. Não há defesa possível – sua boca está amordaçada. A sentença é “perpétua”, ou seja, sem fim, sem possibilidade de quitação.

O trabalho analítico consistiu em ajudar Antônio a perceber que aquele tribunal era interno. Que a voz que o condenava não era a voz de Deus, mas a voz de uma mãe que, ela mesma, havia sido criada numa tradição religiosa rigorosa. Que a “penitência perpétua” não vinha do céu, mas de um Supereu que ele carregava desde a infância.

Aos poucos, Antônio começou a se perguntar: o que aconteceria se ele simplesmente se perdoasse? Não porque merecesse, não porque tivesse pago alguma dívida, mas porque o perdão é um ato gratuito, uma decisão, não uma conquista.

Essa pergunta foi revolucionária para ele. Porque, na economia da dívida, o perdão é sempre algo que se recebe, nunca algo que se concede a si mesmo. A possibilidade de se auto-perdoar, sem intermediários, sem penitências, sem cumprir prazos, abria uma brecha no sistema.

Caso Clínico: A Jovem que Negociava com Deus

Beatriz, a estudante de psicologia lésbica, também vivia na economia da dívida. Mas, no caso dela, a negociação era mais explícita.

Ela me contou, numa sessão, que tinha um “acordo” com Deus. Todas as noites, antes de dormir, ela fazia uma oração: “Senhor, eu prometo que hoje não tive maus pensamentos. Prometo que não olhei para nenhuma mulher com desejo. Em troca, peço que o Senhor me dê forças para continuar. E, se um dia o Senhor quiser me libertar completamente, eu aceito.”

Esse acordo, feito em segredo, era sua forma de administrar a culpa. Cada dia sem “pecar” era um crédito. Cada recaída era um débito que exigia mais orações, mais promessas, mais penitências.

O problema é que o acordo era impossível de cumprir. Porque os “maus pensamentos” vinham – eles sempre vêm. O desejo não obedece a contratos. E, quando vinham, Beatriz se sentia duplamente culpada: pelo desejo em si e por ter “quebrado o acordo” com Deus.

A análise ajudou Beatriz a perceber que aquele acordo não era com Deus. Era com o Supereu. E que o Supereu, diferentemente de Deus, não tem misericórdia. Ele só quer uma coisa: que você continue negociando, continue se sentindo em dívida, continue voltando para pedir mais.

Beatriz começou a questionar: e se não houvesse acordo? E se ela simplesmente vivesse seu desejo, sem negociar, sem prometer, sem pedir permissão? Essa ideia a aterrorizava, mas também a intrigava. Porque, no fundo, ela sabia que a negociação infinita era a fonte de seu sofrimento.

A Paz na Dor

Há um paradoxo clínico que todo psicanalista conhece: muitas pessoas preferem a dor conhecida à felicidade incerta. Preferem a culpa familiar ao alívio desconhecido. Por quê?

Porque a dor, por pior que seja, é um território conhecido. A pessoa sabe como é acordar com culpa, como é passar o dia se punindo, como é adormecer com medo do inferno. Essa dor tem nome, tem rotina, tem previsibilidade.

A felicidade, por outro lado, é um território desconhecido. Se a culpa acabar, quem sou eu? Se eu não for mais “o pecador arrependido”, que lugar ocupo? Se eu me perdoar, ainda serei eu?

O Supereu sombrio explora esse medo. Ele sussurra: “A culpa é sua identidade. Sem ela, você se perde.” E o sujeito se agarra à culpa como um náufrago se agarra a uma tábua – mesmo que a tábua o esteja afogando.

A religião, infelizmente, muitas vezes reforça essa dinâmica. Ao associar a identidade do fiel à condição de “pecador”, ela garante que ele nunca se sinta completo, nunca se sinta em paz, nunca deixe de precisar da instituição para administrar sua dívida.

A Saída: Do Débito ao Dom

Se a economia da dívida é a armadilha, qual seria a saída?

A psicanálise aponta para uma mudança de registro: do débito ao dom. Ou seja, sair da lógica da troca (eu faço isso para ganhar aquilo) e entrar na lógica da gratuidade (eu simplesmente vivo, simplesmente amo, simplesmente existo).

Isso não significa ignorar a ética ou viver sem responsabilidade. Significa viver sem a moeda da culpa. Significa amar sem achar que precisa pagar por isso. Significa desejar sem achar que está contraindo uma dívida.

Para o homossexual, isso significa aceitar que seu amor não precisa ser justificado, nem “curado”, nem perdoado. Ele simplesmente é. E, sendo, é sagrado.

Para o casal de segunda união, significa aceitar que o novo amor não precisa ser legitimado por nenhuma instituição. Ele se legitima por si mesmo, na qualidade do cuidado, na alegria compartilhada, no respeito mútuo.

Para a mulher, significa aceitar que sua voz não precisa ser autorizada por ninguém. Ela fala porque existe. E sua existência já é suficiente.

Essa mudança não é fácil. Ela exige um trabalho profundo de desconstrução do Supereu. Exige suportar a angústia de não ter a quem pagar a dívida. Exige aceitar que a vida é um dom, não um empréstimo.

Mas, para quem consegue fazer essa travessia, o que espera do outro lado é algo precioso: a possibilidade de viver, finalmente, sem a sombra do algoz interno. A possibilidade de amar sem culpa. A possibilidade de ser inteiro.

A Religião como Dom

É importante dizer que essa crítica não se dirige à religião em si, mas à sua captura pelo Supereu sombrio. Porque a religião também pode ser vivida no registro do dom.

Há místicos, santos e teólogos que falaram de um amor divino que não exige pagamento. Que falaram de uma graça que é gratuita, que não se compra com penitências, que não se negocia com promessas. Que falaram de um Deus que não é juiz, mas acolhimento; não é tribunal, mas casa.

Quando a religião é vivida assim, ela pode ser libertadora. O fiel não precisa se odiar para amar a Deus. Ele pode simplesmente existir, e nessa existência encontrar o divino.

O problema é que essa vertente da religião é muitas vezes silenciada pela vertente sombria. O Supereu cultural prefere um Deus que cobra a um Deus que acolhe. Porque o Deus que cobra mantém as pessoas na servidão. O Deus que acolhe as liberta.

Síntese do Capítulo

- A culpa neurótica difere da culpa real: não está ligada a atos, mas à própria existência ou desejo do sujeito.
- A religião pode organizar uma “economia da salvação”, em que o sujeito vive eternamente em dívida com Deus.
- Essa economia mantém o sujeito na servidão voluntária, pagando com sofrimento por uma dívida impagável.
- A promessa de redenção futura é uma armadilha que adia a vida e a felicidade para um “depois” que nunca chega.
- Muitas pessoas preferem a dor conhecida da culpa à incerteza da liberdade, e o Supereu explora esse medo.
- A saída é a mudança do registro do débito para o registro do dom: viver a vida como gratuidade, não como pagamento.
- A religião pode ser tanto instrumento de opressão quanto caminho de libertação, dependendo de como é vivida.

Para Refletir:

Com que moeda você tem pago sua existência? Que dívidas você carrega que não são suas, mas foram colocadas em seus ombros? O que aconteceria se você simplesmente se perdoasse – não porque merece, mas porque o perdão é um dom que você pode se dar? E se a felicidade não for uma recompensa, mas um direito?

Encerramento da Primeira Parte

Chegamos ao fim da primeira parte deste livro. Vimos como se forma a autoridade interna (capítulo 1), como ela pode se tornar tirânica e cruel (capítulo 2), e como ela organiza a economia psíquica da culpa (capítulo 3).

Agora, munidos dessas ferramentas conceituais, vamos mergulhar nas feridas concretas. Vamos ouvir as vozes dos que sofrem. Vamos entender como esses mecanismos operam na vida dos casais de segunda união, dos homossexuais e das minorias.

A jornada continua. E, como em toda jornada que vale a pena, haverá dor, mas haverá também a possibilidade de encontro – consigo mesmo, com o outro, com o sagrado que habita em cada desejo genuíno.

Na próxima parte, “As Feridas do Amor”, começaremos com o Capítulo 4: “O ‘Lar’ que se Repete – A Segunda União e o Fantasma do ‘Para Sempre’”.

Capítulo 4: O "Lar" que se Repete — A Segunda União e o Fantasma do "Para Sempre"

O Recomeço Sob Suspeita

Há um momento delicado na vida de quem se separa e decide amar novamente. É o momento de apresentar o novo parceiro aos filhos, aos pais, aos amigos. É o momento de dizer: "Esta é a pessoa com quem escolhi seguir a vida."

Nesse instante, o ar fica denso. Os olhares se cruzam. E, mesmo quando todos são educados, mesmo quando há sorrisos e abraços, algo paira no ambiente. Uma pergunta não dita: "Será que vai durar?" Uma sombra que acompanha cada gesto de afeto: "Tomara que não seja outro erro." Um fantasma que se senta à mesa do jantar: o fantasma do primeiro casamento.

O recomeço, para quem já viveu uma união desfeita, nunca é um começo puro. Ele carrega consigo a bagagem de uma história. E, quando essa história é atravessada por um discurso religioso que consagrou o "até que a morte nos separe" como único modelo legítimo, o peso dessa bagagem pode se tornar insuportável.

Bem-vindos ao mundo dos casais de segunda união. Um mundo onde o amor precisa provar, constantemente, que é digno. Onde a felicidade é vivida com um pé atrás. Onde o fantasma do "para sempre" assombra cada tentativa de recomeço.

A Genealogia do "Para Sempre"

Antes de compreendermos o sofrimento desses casais, precisamos entender a força da ideia que os oprime: o "para sempre".

A promessa de eternidade não é exclusividade do casamento religioso. Ela está presente em diversas tradições e culturas. Mas foi o cristianismo, em particular, que elevou o "até que a morte nos separe" à condição de sacramento, de sinal visível de uma realidade invisível e divina.

O casamento, na teologia católica, não é apenas um contrato entre duas pessoas. É um pacto com Deus. É a imagem do amor de Cristo pela Igreja: um amor fiel, indissolúvel, eterno. Quando os noivos trocam votos diante do altar, não estão apenas prometendo um ao outro; estão prometendo a Deus. E Deus, acredita-se, sela essa união com sua bênção.

Ora, se Deus selou, quem pode desfazer? Essa é a lógica por trás da indissolubilidade. O casamento não termina porque os dois querem; ele

simplesmente não pode terminar. É como um batismo: uma vez batizado, sempre batizado. Uma vez casado, sempre casado – aos olhos de Deus.

Essa teologia, quando internalizada pelo Supereu, gera consequências devastadoras para quem se separa. Porque a separação civil, o divórcio legal, o novo amor – tudo isso se torna, no íntimo, uma espécie de ilegitimidade. O sujeito pode até se casar de novo no civil, pode até viver feliz por décadas, mas, no fundo, há uma voz que sussurra: "Este não é um casamento de verdade. O verdadeiro foi aquele que você desfez."

O Peso do Fracasso

Há uma palavra que ronda os corredores da alma de quem se separa: fracasso.

O casamento, em nossa cultura, é ainda visto como uma espécie de coroamento da vida adulta. Casar-se é "dar certo". Separar-se é, de alguma forma, "errar". Mesmo quando a separação é a decisão mais saudável, mesmo quando o casamento se tornou tóxico, violento, insustentável, o fantasma do fracasso permanece.

A religião tradicional, com sua ênfase na indissolubilidade, potencializa esse sentimento. Se o casamento é um sacramento, se foi abençoado por Deus, então separar-se não é apenas um erro humano; é uma falha espiritual. É como se a pessoa tivesse falhado não apenas com o cônjuge, mas com o próprio Deus.

Esse peso se manifesta de várias formas:

Na autocobrança excessiva: "O que eu poderia ter feito diferente? Se eu tivesse sido mais paciente, mais compreensivo, mais santo, talvez tivesse dado certo." A pessoa carrega sozinha o peso do fracasso, sem considerar que o outro também tinha responsabilidades, que a relação era de dois, que havia limites para o que ela podia fazer.

Na dificuldade de se entregar ao novo amor: "E se eu falhar de novo? E se este também terminar? Será que aguento passar por tudo isso outra vez?" O medo

da repetição paralisa. A pessoa ama, mas ama com reservas, com desconfiança, com um pé atrás. O novo parceiro sente essa reserva, e a relação fica marcada por uma desconfiança mútua.

Na sensação de estar "em pecado": Mesmo quando o novo casamento é legal, mesmo quando é celebrado com afeto e respeito, há um desconforto difuso. Um desconforto que se acentua em momentos religiosos: missas, batizados, casamentos de amigos. A pessoa se sente como se estivesse usando uma roupa que não lhe pertence, ocupando um lugar que não é seu.

A Orfandade Simbólica

Um dos efeitos mais sutis e dolorosos da separação, quando vista pela lente religiosa tradicional, é a sensação de orfandade simbólica.

Pense em alguém que cresceu numa comunidade religiosa. Essa comunidade é, de certa forma, uma segunda família. Há os padres ou pastores, que são figuras paternas; há as irmãs e irmãos de fé, que são como parentes; há as celebrações, que são como refeições em família.

Quando essa pessoa se separa, especialmente se a comunidade tem uma visão rígida sobre o divórcio, ela pode ser, ainda que não oficialmente, excluída. Não é uma excomunhão formal, mas um afastamento silencioso. Os convites para eventos diminuem. As visitas do padre ou pastor cessam. Os olhares na missa mudam.

A pessoa se sente órfã. Perdeu o cônjuge, mas perdeu também, em certa medida, sua família espiritual. E essa perdura é vivida com uma culpa adicional: "Se eu não tivesse me separado, ainda estaria incluído. A culpa é minha."

Essa orfandade é particularmente dolorosa para quem busca recomeçar. O novo parceiro, muitas vezes, não é bem-vindo nessa comunidade. A nova família não é reconhecida como legítima. Os filhos do primeiro casamento podem ser alvo de piedade ("coitadinhos, de um lar desfeito"). E a pessoa se vê dividida entre dois mundos: o mundo da fé, que a rejeita, e o mundo do novo amor, que ela quer construir.

Os Filhos Entre Dois Mundos

Falar de segunda união é, inevitavelmente, falar dos filhos. Eles são os elos vivos entre o passado e o presente, entre o casamento que terminou e o que está começando.

Para os filhos, a nova união dos pais é uma realidade complexa. Podem amar o padrasto ou a madrasta, mas também podem sentir que estão traindo o pai ou a mãe ausente. Podem gostar da nova dinâmica familiar, mas também podem sentir saudade da antiga. Podem se adaptar bem, mas também podem manifestar seu desconforto em sintomas: queda no rendimento escolar, irritabilidade, isolamento.

A religião, mais uma vez, pode interferir nessa dinâmica de forma ambivalente. Por um lado, oferece um discurso de acolhimento e perdão. Por outro, pode reforçar a ideia de que a família "original" é a única legítima, e a nova é uma espécie de sucedâneo imperfeito.

Há casos em que avós religiosos se recusam a aceitar o novo parceiro como parte da família. Há casos em que as crianças são ensinadas a rezar pelo "verdadeiro" casamento dos pais, como se a separação fosse uma doença a ser curada. Há casos em que a nova união é tratada como um "desvio", algo sobre o qual é melhor não falar na igreja ou na catequese.

Essas mensagens, mesmo quando não ditas explicitamente, são captadas pelas crianças. Elas aprendem, desde cedo, que a família em que vivem é, de alguma forma, "menos" do que deveria ser. E isso pode gerar feridas que durarão a vida inteira.

A Complexidade do Novo Amor

Construir um amor depois de uma separação é como construir uma casa sobre um terreno que já foi escavado. É preciso reforçar as fundações, lidar com o solo instável, aceitar que algumas coisas não serão como antes.

O novo amor carrega consigo as marcas do antigo. Não apenas no coração de quem ama, mas na própria estrutura da relação. Questões práticas e emocionais se entrelaçam de formas complexas:

A convivência com o ex-cônjuge: Diferentemente de um primeiro casamento, onde o passado de cada um é uma história pessoal, na segunda união o passado é uma presença constante. Há visitas, telefonemas, decisões conjuntas sobre os filhos, aniversários, formaturas. O ex-cônjuge não desaparece; ele se torna, de certa forma, um membro invisível da nova família.

A lealdade dividida dos filhos: Os filhos amam os dois pais. E, muitas vezes, sentem que precisam escolher. Quando o novo parceiro entra em cena, podem ver nele um rival, alguém que ocupa um lugar que não lhe pertence. A construção de um vínculo com os enteados exige paciência, respeito aos tempos de cada um, e a aceitação de que o amor não se impõe, se conquista.

A sombra do trauma anterior: Quem passou por uma separação dolorosa carrega cicatrizes. Pode ter dificuldade em confiar, pode ser hipersensível a sinais de rejeição, pode ter medo de repetir os mesmos erros. O novo parceiro, por sua vez, precisa lidar com essas feridas sem se tornar o depositário de todas as desconfianças.

A administração de bens e histórias: Unir duas vidas é unir duas histórias. Móveis, fotografias, lembranças, dívidas, patrimônios – tudo isso precisa ser negociado. E essas negociações, que em primeiras uniões já são delicadas, tornam-se ainda mais complexas quando há filhos de relações anteriores, pensões, acordos de guarda.

O amor, nesse contexto, não é apenas sentimento; é administração. É capacidade de negociação. É disposição para o diálogo constante. É aceitação de que a perfeição não existe e de que o importante é construir algo que funcione, que acolha, que sustente.

O Fantasma na Cama

Há um aspecto da segunda união que raramente é discutido abertamente, mas que está presente em muitos relatos clínicos: a presença fantasmática do primeiro cônjuge na intimidade do novo casal.

Não é incomum que, em momentos de intimidade sexual, pensamentos sobre o ex-parceiro surjam. Comparações implícitas, lembranças indesejadas, sentimentos confusos de culpa ou de nostalgia. O corpo que está ali, presente, pode ser habitado, em certos momentos, pela ausência de outro corpo.

A religião, com sua ênfase na pureza sexual e na fidelidade absoluta, pode intensificar esse desconforto. A pessoa pode se sentir "suja" por ter esses pensamentos. Pode achar que está traindo o novo parceiro com uma lembrança. Pode se perguntar se é normal, se é aceitável, se é pecado.

A psicanálise, aqui, oferece uma perspectiva libertadora: esses pensamentos não são traição. São manifestações do trabalho do luto. São ecos de uma história que não pode simplesmente ser apagada. O que importa não é a ausência desses pensamentos, mas o que se faz com eles. Se eles dominam a cena, impedindo a entrega ao presente, é sinal de que o luto ainda não foi elaborado. Se são apenas visitas esporádicas, que vêm e vão, fazem parte da complexidade de ser humano.

O novo amor não exige que o passado seja apagado. Exige apenas que o presente tenha seu lugar.

A Igreja e o Recasamento: Um Caso de Amor Impossível?

É impossível falar de segunda união sem abordar a posição oficial das igrejas, especialmente da Igreja Católica. E é preciso fazê-lo com honestidade, pois essa posição é fonte de imenso sofrimento para muitos casais.

A doutrina católica é clara: o casamento sacramental e consumado é indissolúvel. Quem se divorcia e se casa novamente vive em situação "irregular". Não pode receber a comunhão. Não pode ser padrinho ou madrinha de batismo. Não tem seus novos filhos legitimados pela mesma comunidade que um dia os acolheu.

Há, é verdade, caminhos como a "nulidade" – um processo eclesiástico que busca verificar se, desde o início, aquele casamento tinha as condições para ser considerado sacramento. Mas o processo é longo, burocrático, nem sempre acessível a todos, e nem sempre termina com a declaração de nulidade.

O que a Igreja oferece, então, a esses casais? A exortação a viver "como irmãos" – ou seja, em abstinência sexual. E a participar da comunidade, mas sem acesso pleno aos sacramentos.

Essa posição, compreensível do ponto de vista da teologia tradicional, é vivida por muitos como uma exclusão cruel. O casal que se ama, que constrói uma vida juntos, que educa filhos, que participa da comunidade, é tratado como cidadão de segunda classe na própria casa de Deus. A mensagem implícita é: seu amor não é abençoado. Sua família não é legítima. Vocês são bem-vindos, mas não totalmente.

Algumas denominações protestantes são mais flexíveis, reconhecendo o divórcio e o recasamento como realidades da vida humana que podem ser acolhidas pela graça de Deus. Outras são tão ou mais rígidas que a Igreja Católica. O fato é que, para muitos casais de segunda união, a religião institucional se torna um lugar de desconforto, quando deveria ser um lugar de acolhimento.

Caso Clínico: A Mulher que Não Podia Comungar

Lembram-se de Maria, mencionada rapidamente no primeiro capítulo? Vamos conhecer sua história em profundidade.

Maria tem 48 anos, é professora, católica praticante desde a infância. Frequentou a igreja a vida toda, fez catequese, crisma, participou de grupos de jovens. Casou-se aos 24 anos com Roberto, também católico, numa cerimônia lotada, com direito a missa cantada e bênção nupcial.

O casamento durou quinze anos. Foram quinze anos de dificuldades. Roberto era ausente, workaholic, emocionalmente distante. Maria tentou de tudo: diálogo,

terapia, aconselhamento com o padre. Nada mudava. Aos 39 anos, com dois filhos adolescentes, ela tomou a decisão mais difícil de sua vida: separou-se.

O divórcio foi um terremoto. A família de Roberto a culpou. Amigos da igreja se afastaram. O padre, que um dia abençoara sua união, agora a cumprimentava com um sorriso constrangido. Maria sentiu que tinha perdido não apenas o marido, mas sua comunidade, sua identidade, seu lugar no mundo.

Dois anos depois, conheceu Carlos. Viúvo, também com filhos, também católico. O encontro foi como um porto depois da tempestade. Começaram a namorar, depois a morar juntos. Decidiram, após alguns anos, oficializar a união no civil.

Mas havia um problema: Maria não podia casar na igreja. E, mais do que isso, não podia comungar.

Toda vez que ia à missa, Maria vivia o mesmo drama. Via as filas se formando, via as pessoas se aproximando do altar, via o padre estender a hóstia. Ela permanecia sentada, imóvel, o coração apertado. Às vezes, lágrimas escorriam silenciosamente. Carlos, ao lado, segurava sua mão, mas nada podia fazer.

"Eu me sinto uma intrusa na casa de Deus", ela me disse numa sessão. "Eu cresci na Igreja, aprendi a amar a Igreja, dei minha vida à Igreja. E agora, a Igreja me diz que não posso receber Jesus. Que meu amor por Carlos me torna indigna. Eu olho para o altar e sinto que Deus está me olhando de longe, como se eu não fosse mais filha."

A análise de Maria foi, em grande parte, um trabalho de luto. Luto pelo casamento que terminou. Luto pela comunidade que a excluiu. Luto pela imagem de Deus que ela precisava reconstruir.

Aos poucos, Maria começou a distinguir entre a instituição Igreja e sua fé pessoal. Entre o Deus que os padres representavam e o Deus que ela sentia no coração. Entre a regra que a excluía e a graça que, ela acreditava, poderia acolhê-la.

Ela não deixou de ir à missa. Mas passou a ocupar aquele espaço de forma diferente. Não mais como suplicante, mas como alguém que, mesmo sem comungar, estava em comunhão com algo maior. Começou a ler teólogos que falavam de um Deus misericordioso, que não exclui ninguém da sua mesa. E, aos poucos, a ferida foi cicatrizando.

Não completamente. Talvez nunca cicatrize completamente. Mas o suficiente para que ela pudesse, finalmente, se sentir inteira novamente.

Caso Clínico: O Homem que Temia o Amor

José, 55 anos, empresário, procurou análise porque estava prestes a terminar seu segundo relacionamento. E não queria terminar. Amava Carla, mas algo o impedia de se entregar.

José havia se casado aos 28 anos com Márcia. Tiveram dois filhos. O casamento durou vinte anos, mas os últimos dez foram um inferno. Márcia tinha transtorno de personalidade borderline, não tratado. Eram brigas constantes, humilhações, agressões verbais. José tentou ajudar, tentou tratamento, tentou suportar. Até que, aos 48 anos, não suportou mais. Separou-se.

A separação foi traumática. Márcia o acusou de abandono, virou os filhos contra ele, fez ameaças. A comunidade religiosa que frequentavam – uma igreja evangélica – tomou partido dela. José foi chamado de "infiel", "insensível", "homem sem temor a Deus". Ele saiu da igreja e nunca mais voltou.

Dois anos depois, conheceu Carla. Viúva, doce, paciente. Ela sabia da história dele e respeitava seus limites. Foram construindo uma relação devagar, com cuidado. Mas José não conseguia avançar.

"Toda vez que as coisas ficam muito boas", ele me disse, "eu começo a sabotar. Arrumo briga por qualquer motivo. Me afasto. Penso em terminar. É mais forte do que eu."

O que José estava vivendo era o medo do amor. Um medo que vinha de duas fontes: o trauma do casamento anterior e a culpa internalizada pela separação.

O trauma dizia: "Se você se entregar, vai sofrer de novo. Amor é perigoso. Amor destrói." A culpa dizia: "Você não merece ser feliz. Você abandonou sua esposa na doença. Você falhou com Deus. Felicidade não é para você."

Essas duas vozes se alimentavam mutuamente, criando um ciclo de aproximação e afastamento. José se aproximava de Carla, sentia-se bem, e então o pânico surgia. O pânico de que a felicidade fosse uma armadilha. O pânico de que, se fosse feliz, estaria traindo o sofrimento que acreditava merecer.

O trabalho analítico consistiu em ajudar José a separar essas vozes. A entender que o medo do amor era uma resposta ao trauma, não uma premonição. E que a culpa que sentia não era um mandamento divino, mas um eco de uma comunidade que o julgara injustamente.

Aos poucos, José foi se permitindo. Não sem esforço, não sem recaídas. Mas, pela primeira vez em anos, ele conseguiu dizer para Carla: "Eu te amo. E quero ficar com você." E, ao dizer, sentiu que não estava traindo ninguém – apenas se permitindo viver.

O Novo "Para Sempre" Possível

Se o "para sempre" do primeiro casamento foi desfeito, que "para sempre" pode existir na segunda união?

Essa pergunta atormenta muitos casais. E a resposta, longe de ser simples, é também libertadora.

O "para sempre" da primeira união era, muitas vezes, um ideal abstrato. Uma promessa feita sem saber o que se prometia. Uma aposta no escuro, baseada mais na idealização do amor do que no conhecimento real do outro.

O "para sempre" da segunda união, quando construído com maturidade, é diferente. Ele não ignora que o amor pode falhar. Ele sabe que as pessoas mudam, que as circunstâncias mudam, que a vida é imprevisível. E, sabendo disso, ele escolhe apostar mesmo assim.

É um "para sempre" mais humilde. Que não diz "nunca vamos nos separar", mas sim "enquanto estivermos juntos, estaremos inteiros". Que não promete a eternidade, mas se compromete com o presente. Que não se apoia numa bênção divina que garanta a indissolubilidade, mas na decisão cotidiana de cuidar um do outro.

Esse "para sempre" possível é, paradoxalmente, mais sólido que o primeiro. Porque é construído sobre a realidade, não sobre a idealização. Porque leva em conta as feridas, e não as ignora. Porque sabe que o amor não é um estado, mas uma prática – uma prática que se renova a cada dia, a cada escolha, a cada perdão.

A Religião como Acolhimento

Se a religião institucional muitas vezes exclui, a experiência religiosa genuína pode acolher. E há, felizmente, movimentos dentro das próprias igrejas que buscam esse acolhimento.

Pastorais de divorciados recasados, grupos de reflexão, comunidades inclusivas. Espaços onde o casal de segunda união pode ser ouvido, acolhido, abençoado. Onde o novo amor é visto não como uma falha, mas como uma tentativa de reconstrução. Onde a família recomposta é celebrada como uma forma legítima de viver o afeto.

Esses espaços existem à margem das estruturas oficiais, mas existem. E, para muitos casais, são uma tábua de salvação. Porque permitem que a fé e o amor coexistam. Permitem que a pessoa se sinta, novamente, em casa.

A psicanálise, aqui, se alia a esses movimentos. Não para substituir a religião, mas para ajudar cada um a encontrar, dentro de si e de sua tradição, os recursos para viver sua fé de forma mais autêntica e menos culpabilizante.

O Sagrado no Cotidiano

Ao final deste capítulo, talvez valha a pena perguntar: onde está o sagrado para um casal de segunda união?

Não está, certamente, na bênção que não veio. Não está no reconhecimento institucional que lhes foi negado. Não está na comunhão que não podem receber.

Mas pode estar em outros lugares. No café da manhã partilhado com os filhos, mesmo sendo de camas diferentes. Na negociação paciente sobre como educar as crianças de duas famílias. No perdão silencioso por mágoas passadas. Na decisão cotidiana de recomeçar, mesmo quando o cansaço aperta.

O sagrado pode estar no amor que, sabendo-se frágil, se escolhe. Na família que, sabendo-se imperfeita, se constrói. Na esperança que, sabendo-se incerta, se renova.

Se há um Deus que abençoa essas uniões, não é o Deus dos tribunais e das leis. É o Deus que, segundo certa tradição mística, habita no meio de dois ou três reunidos em seu nome. E esses dois ou três, reunidos em torno de uma mesa, partilhando a vida, talvez sejam o sacramento mais verdadeiro de todos.

Síntese do Capítulo

- A segunda união carrega o peso do "para sempre" religioso, que idealiza a indissolubilidade e patologiza a separação.
- O sentimento de fracasso, a orfandade simbólica e a exclusão eclesial são fontes de sofrimento para esses casais.
- Os filhos são elos vivos entre o passado e o presente, e sua adaptação à nova família é um processo delicado.
- O novo amor exige a elaboração do luto pelo casamento anterior e a construção de uma relação baseada na realidade, não na idealização.

- A posição oficial de muitas igrejas, especialmente a católica, é vivida como exclusão e injustiça.
- A psicanálise ajuda a distinguir entre a voz do Supereu (que condena) e a voz do desejo (que quer viver).
- Um novo "para sempre" é possível: mais humilde, mais realista, mas também mais sólido.
- O sagrado pode ser encontrado no cotidiano do cuidado, da partilha e da escolha renovada.

Para Refletir:

Se você vive ou viveu uma segunda união, que fantasmas do primeiro casamento ainda assombram sua relação? Que vozes internas dizem que seu amor é "menos" legítimo? E se, em vez de buscar a bênção que não veio, você pudesse encontrar o sagrado no simples fato de estar junto, cuidando, amando, recomeçando?

No próximo capítulo, mergulharemos em outra ferida profunda: "A Insígnia da Vergonha – Homossexualidade e a Marca do 'Desejo Proibido'". Veremos como o discurso religioso pode transformar o amor em abominação, e como a psicanálise pode ajudar a reconstruir a autoestima devastada pela homofobia internalizada.

Capítulo 5: A Insígnia da Vergonha — Homossexualidade e a Marca do "Desejo Proibido"

O Nome que Fere

Há palavras que entram na alma como estilhaços. Palavras ditas na infância, na adolescência, na juventude, que não são esquecidas. Palavras que se alojam nos cantos mais profundos do ser e ali permanecem, décadas depois, ainda doendo.

"Abominação."

"Pecado mortal."

"Doença."

"Desvio."

"Coisa do diabo."

Para milhões de pessoas homossexuais criadas em lares religiosos, essas palavras não são apenas conceitos teológicos. São feridas. São marcas. São a voz de Deus – ou daquilo que aprenderam ser a voz de Deus – dizendo que o amor que sentem é sujo, que o desejo que os habita é errado, que a própria existência é uma ofensa.

Bem-vindos ao território mais doloroso deste livro. Vamos falar sobre a vergonha. Não a vergonha que sentimos por algo que fizemos, mas a vergonha que sentimos por algo que somos. Vamos falar sobre a homofobia internalizada, esse mecanismo pelo qual a pessoa aprende a odiar a si mesma antes mesmo de aprender a se amar. E vamos entender como a religião, infelizmente, tem sido uma das principais fontes dessa violência simbólica.

Vergonha e Culpa: A Diferença Crucial

Para avançarmos, precisamos fazer uma distinção fundamental, que já mencionamos em capítulos anteriores, mas que aqui se torna absolutamente central: a diferença entre culpa e vergonha.

A culpa, como vimos, está ligada a atos. Eu fiz algo errado. Posso reparar, pedir perdão, mudar de comportamento. A culpa tem um objeto, um foco, uma possibilidade de reparação.

A vergonha é diferente. A vergonha está ligada ao ser. Eu sou errado. Não há reparação possível, porque não há ato a ser reparado. O que está em questão é a própria identidade.

O homossexual criado em ambiente religioso tradicional não aprende apenas que atos homossexuais são pecado. Ele aprende que ele é pecado. A mensagem

não é "o que você faz é errado", mas "o que você é é errado". É uma diferença sutil na formulação, mas abissal na experiência vivida.

Essa vergonha ontológica – vergonha de existir – é uma das feridas mais profundas que a psicanálise pode encontrar em seu percurso clínico. Porque ela ataca o núcleo da identidade. Ela diz: você não deveria existir. Você é um erro da criação. Seu lugar, se é que há um lugar, é na margem, na sombra, no silêncio.

A Internalização do Olhar Condenatório

Como essa vergonha se instala? Através de um processo que chamamos de internalização.

A criança, nos primeiros anos de vida, não tem um olhar próprio sobre si mesma. Ela se vê através do olhar dos outros – especialmente dos pais, dos cuidadores, das figuras de autoridade. Se esses outros a olham com amor, ela aprende que é amável. Se a olham com desaprovação, aprende que há algo errado com ela.

Quando uma criança começa a manifestar comportamentos ou sentimentos que a família ou a comunidade religiosa consideram inadequados para seu gênero, o olhar que recebe muda. Pode ser um olhar de estranhamento, de preocupação, de reprovação. Pode ser uma correção: "Menino não brinca disso." "Menina não se veste assim." Pode ser uma piada, um comentário, um silêncio carregado de significado.

Na adolescência, quando o desejo sexual desperta e se dirige a pessoas do mesmo sexo, esse olhar se intensifica. O jovem percebe que algo em si provoca reações. Percebe que seu nome, quando mencionado, vem acompanhado de um certo tom. Percebe que há segredos que precisa guardar, partes de si que precisa esconder.

E, aos poucos, esse olhar externo se torna interno. O jovem não precisa mais que ninguém o condene; ele mesmo se condena. Antes mesmo de agir, já se julga. Antes mesmo de amar, já se acha indigno do amor. O olho que tudo vê, de que falamos no capítulo 2, não está mais lá fora – está dentro.

A Insígnia: Uma Marca na Alma

O título deste capítulo fala em "insígnia". Uma insígnia é uma marca, um sinal, um distintivo. Pode ser uma condecoração, algo que se ostenta com orgulho. Ou pode ser uma marca de infâmia, algo que se carrega com vergonha.

Para o homossexual criado na religião tradicional, a homossexualidade se torna essa insígnia infame. Uma marca que ele aprende a esconder, a negar, a combater. Uma marca que, por mais que ele tente apagar, permanece.

Essa insígnia tem consequências concretas na vida psíquica:

A hipervigilância constante: A pessoa vive em estado de alerta. Precisa monitorar cada gesto, cada olhar, cada entonação de voz para não "deixar escapar" algo que a denuncie. Precisa calcular riscos: esta pessoa é confiável? Este ambiente é seguro? Posso baixar a guarda aqui?

A sensação de ser essencialmente diferente: "Ninguém vai me entender." "Sou o único que sente isso." "Deve haver algo errado comigo." Essa sensação de isolamento existencial é uma das fontes mais profundas de sofrimento.

A antecipação da rejeição: Antes mesmo de qualquer reação concreta, a pessoa já espera ser rejeitada. E, muitas vezes, age de forma a confirmar essa expectativa – afastando-se antes que a afastem, escondendo-se antes que a descubram.

A dificuldade de se sentir merecedor de amor: Se a mensagem internalizada é "você é errado", como aceitar que alguém possa amá-lo de verdade? A pessoa pode entrar em relacionamentos, mas sempre com a sensação de que, se o outro a conhecesse realmente, a amaria menos. Pode sabotar relações justamente quando elas começam a ficar boas, porque a intimidade verdadeira ameaça expor a insígnia.

A Ferida Narcísica

A psicanálise tem um nome para esse tipo de sofrimento: ferida narcísica. O narcisismo, lembremos, é o investimento da libido em si mesmo. É o amor próprio, a autoestima, o sentimento de valor. Quando esse investimento é atacado, a ferida é profunda.

A criança que cresce ouvindo que seu desejo é pecado, que sua identidade é abominação, sofre uma lesão em seu narcisismo. Ela internaliza a mensagem de que não é digna de amor – não apenas do amor dos outros, mas do amor de si mesma. E essa lesão pode durar a vida inteira.

Os sintomas dessa ferida são muitos:

Depressão: A tristeza difusa, a falta de energia, a sensação de que a vida não tem sentido – muitas vezes são manifestações dessa ferida narcísica. Se não valho nada, por que viver?

Ansiedade social: O medo de ser descoberto, de ser julgado, de ser exposto. A sensação de que todos estão vendo através da máscara, de que a qualquer momento a farsa vai cair.

Compulsões e adições: Álcool, drogas, comida, sexo, trabalho – qualquer coisa que anestesie a dor de existir, que preencha o vazio deixado pela autoestima destruída.

Idealização do outro: Se eu não valho nada, talvez alguém que valha muito possa me salvar. Essa dinâmica leva a relações desequilibradas, onde a pessoa se anula em nome do parceiro idealizado, apenas para, mais uma vez, sentir-se insuficiente.

Dificuldade de estabelecer intimidade: A verdadeira intimidade exige que nos mostremos como somos. Mas, se o que somos é, para nós mesmos, vergonhoso, como nos mostrar? A pessoa pode ter muitos contatos, mas poucas conexões reais. Pode estar acompanhada, mas sentir-se sozinha.

A Cisão do Eu

Uma das defesas mais comuns contra essa ferida é a cisão. A pessoa divide a si mesma em duas: uma parte que é apresentável, aceitável, "normal"; e outra parte que precisa ser escondida, negada, reprimida.

Essa cisão pode ser tão profunda que a pessoa chega a viver como se a parte escondida não existisse. Namora pessoas do sexo oposto, casa-se, tem filhos – tudo na tentativa de provar a si mesma e ao mundo que é "normal". Mas a parte escondida não desaparece. Ela se manifesta em sonhos, em fantasias, em sintomas, em atos falhos. E, um dia, pode explodir de forma dramática, destruindo tudo o que foi construído sobre a mentira.

A cisão também pode se manifestar na vida religiosa. A pessoa pode ser extremamente devota, até fundamentalista, justamente para compensar o "pecado" que carrega. Pode se tornar a mais fiel dos fiéis, a mais dedicada dos dedicados, na esperança de que essa dedicação a purifique ou, pelo menos, a proteja da condenação.

Mas a cisão é uma solução precária. Porque a unidade do eu é uma necessidade psíquica fundamental. Viver dividido é viver em estado de guerra civil permanente. E, em toda guerra civil, não há vencedores – apenas feridos.

A Busca pela "Cura" e a Armadilha da Promessa

Uma das consequências mais trágicas da homofobia internalizada é a busca pela "cura". Se a mensagem internalizada é "você está errado", a conclusão lógica é: "preciso consertar isso".

E é aí que entram as chamadas "terapias de conversão" ou "cura gay". Práticas que prometem, através de oração, aconselhamento, exorcismo ou mesmo técnicas pseudocientíficas, "libertar" a pessoa de sua homossexualidade.

Essas práticas são, do ponto de vista psicológico, profundamente danosas. Porque partem de uma premissa falsa: a de que a homossexualidade é uma

doença, um desvio, algo a ser curado. E, ao falharem – e elas invariavelmente falham –, reforçam no sujeito a sensação de que ele é incorrigível, que sua falha é ainda maior do que se pensava.

O jovem que se submete a essas práticas sai delas não apenas ainda homossexual, mas também carregado de uma culpa adicional: "Não consegui porque minha fé é fraca. Não consegui porque não orei o suficiente. Não consegui porque, no fundo, não quero mudar."

A promessa de cura é, como vimos no capítulo 3, uma armadilha da economia da dívida. Ela mantém o sujeito eternamente na posição de devedor, eternamente buscando um pagamento que nunca é aceito, eternamente à espera de uma transformação que nunca vem.

O Gozo no Sofrimento

Há um aspecto particularmente perverso nessa dinâmica, que a psicanálise lacaniana ajuda a compreender: o gozo.

Gozo, aqui, não é prazer no sentido comum. É uma satisfação paradoxal que o sujeito obtém justamente daquilo que o faz sofrer. É o prazer na dor, a atração pelo que destrói, a fixação no que impede a vida.

No caso do homossexual criado na culpa religiosa, o gozo pode se manifestar de várias formas:

Na repetição do sofrimento: A pessoa revisita incessantemente suas "quedas", seus "pecados", suas falhas. Conta e reconta sua história de culpa, como se precisasse se assegurar de que ainda está em dívida.

Na identificação com o algoz: A pessoa adota, para si mesma, a voz que a condena. Torna-se seu próprio juiz, seu próprio carrasco. A crueldade que vem de fora é agora exercida de dentro, com uma eficiência muito maior.

Na recusa da felicidade: A pessoa pode ter a oportunidade de viver um amor real, mas o sabota. Pode encontrar acolhimento, mas não se permite ser acolhida. Pode ser feliz, mas não se autoriza a sê-lo. Porque a felicidade, nessa economia, é uma ameaça – ela romperia o ciclo de dívida e pagamento, deixando o sujeito sem seu sofrimento familiar.

Esse gozo é um dos maiores obstáculos à cura analítica. Porque o sujeito, paradoxalmente, não quer abrir mão do que o faz sofrer. Esse sofrimento se tornou sua identidade. Sem ele, quem seria?

Caso Clínico: O Homem que se Odiava em Nome de Deus

Conheci Miguel aos 34 anos. Advogado bem-sucedido, bonito, inteligente, com um apartamento lindo e um carro importado. Por fora, o retrato do sucesso. Por dentro, um campo de batalha.

Miguel cresceu numa família evangélica tradicional. O pai era pastor. A mãe, diaconisa. A Bíblia era lida diariamente, e os ensinamentos eram seguidos à risca. Desde pequeno, Miguel ouviu que a homossexualidade era "abominação", "porta do diabo", "pecado sem perdão".

Aos 13 anos, Miguel sentiu atração por um amigo. O pânico foi imediato. Lembrou-se dos sermões do pai, das orações da mãe, dos versículos sublinhados na Bíblia. Começou a orar, a jejuar, a pedir a Deus que "tirasse aquilo" dele.

Aos 18 anos, apaixonou-se por uma moça da igreja. Casou-se aos 22. Teve dois filhos. Por fora, era o filho pródigo que voltara ao caminho certo. Por dentro, o desejo não desaparecera – apenas se escondera.

Aos 30 anos, Miguel conheceu um homem. A atração foi imediata e avassaladora. Ele resistiu por meses, mas acabou cedendo. A noite que passaram juntos foi, ao mesmo tempo, a mais intensa e a mais aterrorizante de sua vida. No dia seguinte, Miguel se trancou no banheiro e chorou por horas. Sentia-se sujo, condenado, perdido.

Ele se confessou com o pastor – seu próprio pai. O pai o olhou com uma mistura de horror e compaixão. Oraram juntos. O pai disse que aquilo era uma "provação", que Deus ainda podia libertá-lo, que ele precisava lutar.

Miguel lutou. Voltou para a esposa. Intensificou as orações. Participou de correntes de libertação. Mas o desejo não ia embora. E, cada vez que "caía", a culpa era maior.

Quando chegou à análise, Miguel estava à beira de um colapso. Tinha ideação suicida. Dizia frases como: "Deus me odeia. E eu também me odeio. Porque Ele tem razão."

O trabalho com Miguel foi longo e delicado. Precisávamos, primeiro, estabelecer um lugar de escuta onde ele não fosse julgado. Um lugar onde pudesse dizer tudo o que sentia sem medo de ser condenado.

Aos poucos, Miguel começou a distinguir entre a voz do pai e a voz de Deus. Entre o que a Bíblia dizia e o que as interpretações humanas faziam com ela. Entre o desejo que sentia e a culpa que aprendera a sentir por ele.

Um dia, depois de quase dois anos de análise, Miguel disse algo que nunca esquecerei: "Sabe, doutora, eu passei a vida inteira achando que Deus me olhava com nojo. Hoje, pela primeira vez, acho que talvez Ele me olhe com pena. Não pena de nojo – pena de ver um filho sofrendo tanto."

Foi o começo de uma nova etapa. Não a etapa da "cura", mas a da reconciliação. Miguel não deixou de ser religioso. Mas aprendeu a ler sua fé de outra forma. A buscar, na própria tradição, as vozes que falavam de amor e não de condenação. A construir uma imagem de Deus que não fosse a projeção de seu Supereu cruel.

Ele se separou da esposa, com todo o sofrimento que isso implicou. Assumiu sua homossexualidade para os amigos mais próximos. Perdeu algumas relações, ganhou outras. Hoje vive com um companheiro, numa relação estável, e encontrou uma comunidade religiosa inclusiva onde pode ser, finalmente, inteiro.

Miguel ainda tem suas batalhas. A ferida não some completamente. Mas ele aprendeu a não se odiar mais. E isso, para alguém que passou três décadas se odiando em nome de Deus, é uma revolução silenciosa.

Caso Clínico: A Jovem que Não Podia se Tocar

Helena, 22 anos, estudante de medicina, procurou análise por causa de um sintoma específico: não conseguia se tocar. Literalmente. Qualquer contato com o próprio corpo – passar creme, tomar banho, pentear os cabelos – era vivido com intenso desconforto. A relação sexual, quando tentada, era impossível: o corpo travava, a respiração ficava curta, o pânico tomava conta.

Helena era filha única de uma família católica conservadora. A mãe, dona de casa, sempre foi muito religiosa. O pai, engenheiro, mais silencioso, mas igualmente praticante. Desde pequena, Helena ouviu que o corpo era "templo do Espírito Santo" e que deveria ser guardado com pureza.

Na adolescência, Helena percebeu que sentia atração por mulheres. Nunca contou a ninguém. Guardou o segredo como uma vergonha inconfessável. Começou a evitar situações em que pudesse se sentir exposta – vestiários, piscinas, praias. O corpo, que já era alvo de vigilância pela educação religiosa, tornou-se um território proibido.

O que Helena desenvolveu foi uma forma extrema de desconexão corporal. Seu corpo era o lugar do pecado, do desejo proibido, da vergonha. Para sobreviver psiquicamente, ela precisou se afastar dele – tratá-lo como um objeto estranho, não como parte de si.

A análise com Helena foi, em grande parte, um trabalho de reaproximação. Precisávamos criar condições para que ela pudesse, aos poucos, habitar seu corpo novamente.

Começamos pelo básico: respirar. Helena tinha o hábito de prender a respiração em momentos de ansiedade. Aprendemos juntos a simplesmente respirar, a sentir o ar entrando e saindo, a perceber que o corpo podia ser fonte de vida, não apenas de perigo.

Depois, o toque. Não o toque sexual, mas o toque neutro. Passar a mão no braço, sentir a textura da pele, perceber os limites do corpo. Exercícios de atenção plena, de escuta das sensações corporais.

Aos poucos, Helena foi se permitindo sentir. E, ao sentir, veio também a dor. A dor de anos de repressão, de anos de não se pertencer. Mas veio também, lentamente, a possibilidade de se reconhecer.

Um dia, Helena chegou à sessão e disse: "Hoje passei hidratante no corpo todo. E não precisei correr para o banho em seguida. Fiquei ali, sentindo a pele macia. E pensei: talvez este corpo não seja tão inimigo assim."

Foi um passo pequeno, mas gigante. O corpo, que durante anos fora o lugar da vergonha, começava a se tornar, também, o lugar do cuidado.

Helena ainda não teve relações sexuais. Ainda não se assumiu para a família. Seu caminho é longo. Mas ela aprendeu uma coisa essencial: que seu corpo é dela, não do Supereu. Que o desejo que sente não é pecado, é vida. E que, talvez, um dia, ela possa se permitir amar.

A Religião como Fonte de Cura?

Diante de tanto sofrimento causado pela religião, é legítimo perguntar: pode a religião ser também fonte de cura?

A resposta é sim – mas com ressalvas. A religião que cura não é a religião do Supereu sombrio, do Deus juiz, da lei sem misericórdia. É a religião do acolhimento, da graça, do amor incondicional.

Em praticamente todas as tradições religiosas, há vozes que falam desse amor. No cristianismo, há a figura de Jesus acolhendo os excluídos, comendo com pecadores, tocando os leprosos. Há a parábola do filho pródigo, onde o pai não espera explicações nem penitências – apenas corre para abraçar o filho que volta. Há a mulher pega em adultério, a quem Jesus não condena, mas diz: "Vai

e não peques mais" – note-se: não a condena antes de dizer "não peques mais". O acolhimento vem primeiro.

No judaísmo, há a tradição do tikkun olam – a reparação do mundo – que chama à inclusão e à justiça. No islamismo, há versículos que falam da misericórdia de Deus como algo que "abrange todas as coisas". Nas religiões de matriz africana, a diversidade sexual é historicamente mais acolhida, com papéis sociais e espirituais para pessoas de diferentes orientações.

O problema não é a religião em si, mas sua captura por estruturas de poder que usam o discurso sagrado para manter hierarquias e exclusões. A psicanálise, ao ajudar a pessoa a desmontar o Supereu religioso, pode abrir espaço para que ela encontre, dentro de sua própria tradição, as fontes de cura e acolhimento.

A Restituição Narcísica

O trabalho analítico com pessoas feridas pela homofobia religiosa pode ser entendido como um trabalho de restituição narcísica. Trata-se de devolver à pessoa o direito de existir. De devolver-lhe o olhar amoroso sobre si mesma que lhe foi roubado.

Esse trabalho passa por várias etapas:

1. Nomear a violência: Muitas pessoas nem percebem o quanto foram violentadas. A violência simbólica é invisível porque se apresenta como verdade, como doutrina, como vontade de Deus. O primeiro passo é nomeá-la: "O que você viveu não foi amor, foi violência. O que você ouviu não era a voz de Deus, era a voz de pessoas que projetavam em Deus seus próprios medos."

2. Elaborar o luto: Há um luto a ser feito. Luto pela infância que não se teve, pela adolescência roubada, pelos amores não vividos, pela imagem de Deus que se perdeu. Esse luto dói, mas é necessário. Não se pode construir o novo sem enterrar o velho.

3. Reconstruir a autoestima: Aos poucos, a pessoa vai aprendendo a se olhar com outros olhos. Vai descobrindo que tem valor não apesar de sua homossexualidade, mas com ela – e, em alguns casos, até por causa dela, porque a luta a tornou mais forte, mais sensível, mais capaz de compaixão.

4. Ressignificar a fé: Para quem deseja manter-se religioso, é preciso encontrar uma nova forma de viver a fé. Uma forma que não passe pela autoaniquilação. Isso pode significar mudar de comunidade, buscar leituras alternativas dos textos sagrados, ou simplesmente construir uma relação pessoal com o divino, fora das instituições.

5. Construir novos vínculos: Ninguém se cura sozinho. A pessoa precisa encontrar outros que a aceitem, que a validem, que a amem como ela é. Comunidades inclusivas, grupos de apoio, amigos escolhidos – essas são as novas famílias que podem ajudar na restituição narcísica.

O Direito à Existência

No fundo, tudo isso pode ser resumido em uma frase: o direito à existência.

A pessoa homossexual criada na religião tradicional foi, de alguma forma, informada de que não tem esse direito. Que sua existência é um erro, um desvio, uma falha na criação. Que ela deveria ser outra, se quisesse ser amada por Deus.

O trabalho analítico é, essencialmente, a afirmação desse direito. É dizer: "Você existe. Seu desejo existe. Seu amor existe. E tudo isso é legítimo. Não porque Deus ou a Igreja autorizem, mas porque é a sua vida, e a vida, quando vivida com verdade, já é sagrada."

Essa afirmação não é um ativismo político – embora tenha consequências políticas. É, antes de tudo, um ato clínico. É a restituição da palavra ao sujeito que foi silenciado. É a devolução do espelho para que ele possa, finalmente, se ver – e se achar belo.

Síntese do Capítulo

- A vergonha homossexual internalizada é diferente da culpa: ataca o ser, não os atos.
- Essa vergonha se instala através da internalização do olhar condenatório da família e da comunidade religiosa.
- A "insígnia da vergonha" é uma marca na alma, que leva à hipervigilância, ao isolamento e à dificuldade de se sentir merecedor de amor.
- A ferida narcísica resultante se manifesta em depressão, ansiedade, compulsões e dificuldade de intimidade.
- A cisão do eu (entre a parte "aceitável" e a parte "vergonhosa") é uma defesa comum, mas precária.
- A busca pela "cura" é uma armadilha que aprofunda o sofrimento e mantém o sujeito na economia da dívida.
- O gozo no sofrimento é um obstáculo à cura, pois o sujeito se apegua à dor como identidade.
- Casos clínicos ilustram a profundidade dessa ferida e a possibilidade de cura através da escuta analítica.
- A religião pode ser fonte de cura quando resgatada em sua vertente acolhedora, não punitiva.
- A psicanálise atua na restituição narcísica, devolvendo ao sujeito o direito de existir e de se amar.

Para Refletir:

Se você é homossexual e cresceu em ambiente religioso, que vozes ainda falam dentro de você quando se trata de seu desejo? De quem são essas vozes? O que elas dizem? E se você pudesse, hoje, responder a elas – não com raiva, mas com a verdade simples de quem é – o que diria?

Se você é heterossexual e religioso, já parou para pensar no que suas palavras e seus silêncios podem significar para alguém que luta com sua identidade? Que tipo de Deus você anuncia – o que acolhe ou o que exclui?

No próximo capítulo, ampliaremos nosso olhar para além da homossexualidade. Em "À Margem do Altar – O Sofrimento Psíquico das Minorias", veremos como negros, pobres, mulheres e outros grupos excluídos também carregam as marcas de um discurso religioso que, muitas vezes, legitima sua subalternidade.

Capítulo 6: À Margem do Altar — O Sofrimento Psíquico das Minorias

Os Invisíveis da Fé

Há, em quase todas as igrejas, templos e comunidades religiosas, um grupo de pessoas que ocupa um lugar peculiar. Não são exatamente excluídos – estão ali, presentes, participando. Mas também não são plenamente incluídos. Ocupam as margens. São os que chegam depois, os que sentam nos últimos bancos, os que não são chamados para as funções de destaque, os que raramente têm sua voz ouvida nas decisões importantes.

São as minorias. Negros, pobres, mulheres, indígenas, pessoas com deficiência. Todos aqueles que, por sua própria existência, desafiam a norma estabelecida – uma norma que, historicamente, tem sido branca, masculina, burguesa e eurocêntrica.

Este capítulo é um olhar para essas margens. Para o sofrimento psíquico daqueles que, além de carregarem o peso de suas vidas concretas, carregam também o peso de um discurso religioso que, muitas vezes, legitima sua subalternidade. Não com a violência explícita da inquisição, mas com a violência sutil da naturalização: "É a vontade de Deus." "Sempre foi assim." "Nosso lugar é este."

Vamos percorrer, uma a uma, essas existências marcadas. Vamos ouvir suas vozes. E vamos tentar compreender como a psicanálise pode ajudar a desmontar as estruturas internas que mantêm essas pessoas à margem – não apenas do altar, mas de si mesmas.

A Mulher e o Lugar do Silêncio

Começemos pela mais numerosa das minorias: as mulheres. Em muitas tradições religiosas, o lugar da mulher é um lugar de silêncio.

No cristianismo, há séculos de interpretação paulina sobre a submissão feminina. "As mulheres estejam caladas nas igrejas", escreveu Paulo. "Não lhes é permitido falar." Essas palavras, repetidas ao longo dos milênios, construíram um imaginário em que o púlpito é lugar de homem, a palavra autorizada é masculina, e o saber teológico é coisa de varões.

No islamismo, as interpretações mais conservadoras reservam à mulher espaços separados na mesquita, funções domésticas na comunidade, e uma voz que não deve se elevar acima da voz masculina.

No judaísmo ortodoxo, as mulheres não contam para o minyan (o quórum mínimo para certas orações) e são separadas por uma mechitzá durante os cultos.

Em muitas tradições de matriz africana, embora haja espaço para liderança feminina, há também hierarquias de gênero que precisam ser questionadas.

O que importa, para nossa reflexão psicanalítica, não é fazer uma crítica externa a essas tradições, mas compreender como elas se inscrevem no psiquismo das mulheres que delas participam. Que efeitos produz, na alma feminina, ouvir repetidamente que sua voz é menos importante, que seu lugar é na sombra, que sua função é servir?

A internalização do silêncio:

Muitas mulheres aprendem, desde cedo, que não devem falar. Não que sejam proibidas explicitamente – a proibição raramente é tão direta. Mas aprendem pelos olhares, pelos comentários, pelas oportunidades que nunca vêm. Aprendem que, quando falam, são interrompidas. Que, quando opinam, são desconsideradas. Que, quando discordam, são chamadas de rebeldes.

Esse aprendizado se internaliza. Aos poucos, a mulher deixa de falar não porque alguém a cale, mas porque ela mesma se cala. A voz interna que poderia se erguer é silenciada antes de nascer. É o que poderíamos chamar de censura antecipatória: a pessoa já sabe que sua palavra não será bem recebida, então nem a emite.

A culpa por existir:

Há uma forma sutil de culpa que acomete muitas mulheres religiosas: a culpa por existir. Por ocupar espaço. Por ter desejos próprios. Por querer mais do que o lugar designado.

Essa culpa se manifesta na dificuldade de dizer "não". Na tendência a se anular em função dos outros. Na sensação de que cuidar de si é egoísmo, e egoísmo é pecado. Na incapacidade de reivindicar o próprio prazer – inclusive, e talvez especialmente, o prazer sexual.

O corpo feminino, nessa economia, não é próprio. É corpo para o marido, para os filhos, para Deus. A mulher que reivindica o próprio corpo, o próprio desejo, o próprio prazer, é vista – e se vê – como transgressora.

O Supereu maternal:

Há um aspecto particularmente complexo na psicologia feminina religiosa: a figura da mãe como transmissora da lei. Muitas vezes, é a própria mãe que ensina à filha os caminhos da submissão. É ela que diz "isso não é para menina", "isso não se faz", "isso desagrada a Deus".

Essa transmissão materna da lei cria um vínculo ambivalente. A filha ama a mãe, mas também a vê como aquela que a limita. E, quando tenta romper esses limites, sente que está traindo não apenas a tradição, mas a própria mãe. A culpa se torna dupla: culpa por transgredir a lei divina, e culpa por ferir a figura materna.

O Negro e a Ausência no Sagrado

Se a mulher aprende o silêncio, o negro aprende a ausência. Ausência nos altares, ausência nas imagens, ausência nas narrativas sagradas.

Caminhe por uma igreja católica tradicional no Brasil. Olhe para as imagens. Quantas delas são negras? Olhe para os santos. Quantos têm feições africanas? Olhe para os padres. Quantos são negros? A ausência é tão naturalizada que quase não se nota. Mas ela está lá.

No protestantismo histórico, a situação não é muito diferente. As grandes referências teológicas são europeias ou norte-americanas brancas. Os hinos foram compostos em contextos culturais distantes. As interpretações bíblicas raramente levam em conta a experiência da diáspora africana.

Nas religiões de matriz africana, há um espaço maior para a representação negra – afinal, são tradições que vêm da África. Mas essas religiões, historicamente perseguidas, ainda são vistas com preconceito por muitos segmentos do cristianismo, que as associam ao demônio, ao atraso, à ignorância.

A ferida da ausência:

O que significa, para uma criança negra crescer num ambiente religioso onde Deus é sempre representado como branco, os anjos são brancos, os santos são brancos, e o próprio Jesus, o filho de Deus, é quase invariavelmente retratado com olhos azuis e cabelos loiros?

Significa aprender, desde cedo, que o divino não se parece com ela. Que a santidade tem uma cor, e essa cor não é a sua. Que, para se aproximar de Deus, talvez precise se afastar de si mesma.

Essa ferida da ausência é uma forma de aniquilação simbólica. Não é que o negro seja explicitamente rejeitado – embora isso também aconteça. É que ele simplesmente não está representado. É como se não existisse no universo sagrado. Sua existência concreta, na comunidade, não encontra eco nas imagens, nos símbolos, nas narrativas que dão sentido à fé.

A teologia do sofrimento:

Há outro aspecto particularmente doloroso: a forma como certas leituras bíblicas foram usadas para justificar a escravidão e a subalternidade negra. A maldição de Cam, a passagem sobre a obediência dos escravos a seus senhores, as interpretações que viam na pele negra um sinal de maldição divina.

Essas leituras, felizmente, foram abandonadas pela maioria das igrejas. Mas seus ecos ainda ressoam. A ideia de que o sofrimento do povo negro tem um propósito divino, de que a paciência e a resignação são virtudes, de que a recompensa virá no céu – tudo isso pode funcionar como um ópio, no sentido marxista, mas também como um instrumento de servidão voluntária, no sentido psicanalítico.

O negro que internaliza essa teologia aprende a não lutar. A não reivindicar. A aceitar seu lugar na base da pirâmide social como desígnio de Deus. A culpa, aqui, não é por algo que fez, mas por algo que é – e a "salvação" está em aceitar essa condição com humildade.

A dupla consciência:

O sociólogo W.E.B. Du Bois cunhou um conceito fundamental para pensar a experiência negra: a dupla consciência. É a sensação de se olhar com os olhos de quem oprime. De se ver através da lente do preconceito. De carregar dentro de si duas identidades que não se reconciliam: a identidade negra, que sente e vive, e a identidade imposta pela cultura dominante, que julga e desqualifica.

Essa dupla consciência tem um correlato psicanalítico: é a cisão do eu, a divisão entre o que se é e o que se aprendeu a ser. O negro religioso, criado em ambientes onde a referência sagrada é branca, vive essa cisão de forma particularmente intensa. Como reconciliar sua fé com sua identidade? Como amar um Deus que não se parece com você? Como se sentir filho de um Pai que tem a cor do colonizador?

O Pobre e o Céu como Consolo

"Bem-aventurados os pobres, porque deles é o reino dos céus." Esta frase de Jesus, repetida ao longo dos séculos, tem dois gumes. Pode ser uma promessa de consolo para os que sofrem. Mas pode ser também uma forma de manter os pobres em seu lugar.

A espiritualização da pobreza:

Há uma tendência, em certos discursos religiosos, a espiritualizar a pobreza. A tratá-la não como uma injustiça social a ser combatida, mas como uma condição espiritual privilegiada. O pobre seria mais próximo de Deus justamente porque não tem as distrações da riqueza. Sua simplicidade seria virtude. Sua falta seria caminho de salvação.

Essa espiritualização, quando levada ao extremo, pode funcionar como um mecanismo de imobilização. Se a pobreza é virtude, por que lutar contra ela? Se o sofrimento é caminho de salvação, por que buscar alívio? Se a recompensa é no céu, por que reivindicar justiça na terra?

O pobre que internaliza esse discurso pode desenvolver uma espécie de resignação patológica. Aceita a fome, a falta de moradia, a precariedade, como vontade de Deus. Sente culpa quando deseja mais. Teme que a busca por melhores condições seja sinal de falta de fé.

A culpa de querer mais:

Há uma culpa específica que acomete muitos pobres: a culpa de querer mais. De desejar uma vida melhor. De ambicionar conforto, estudo, lazer. Essa culpa é alimentada por um discurso religioso que associa o "ter" ao pecado, o "desejar" à ganância, o "buscar" à falta de confiança em Deus.

A pessoa pode ter chances reais de ascender socialmente, mas se sabota. Pode conseguir um emprego melhor, mas se sente desconfortável. Pode conquistar algo, mas imediatamente minimiza sua conquista. Porque, no fundo, aprendeu que seu lugar é embaixo, que querer mais é pecado, que o pobre de verdade é humilde e não ambiciona.

A inveja e o ressentimento:

Há também, nessa dinâmica, espaço para sentimentos complexos como a inveja e o ressentimento. O pobre que vê o rico na igreja, louvando o mesmo Deus, pode sentir uma mistura de admiração e raiva. Como pode aquele que tem tanto louvar a Deus? Como pode Deus abençoar uns tanto e outros tão pouco?

Esses sentimentos, quando não elaborados, podem se voltar contra o próprio sujeito. A inveja vira culpa ("não deveria sentir isso"). O ressentimento vira vergonha ("sou mesquinho"). E a pessoa fica presa num emaranhado de emoções que impedem qualquer ação transformadora.

A Interseccionalidade do Sofrimento

Até aqui, falamos de cada grupo separadamente. Mas a vida real não é assim. As pessoas não são apenas mulheres, ou apenas negras, ou apenas pobres. São tudo isso ao mesmo tempo, e mais.

Uma mulher negra e pobre não sofre a opressão de gênero mais a opressão racial mais a opressão de classe. Ela sofre uma forma específica de opressão que é a interseção de todas elas. É o que chamamos de interseccionalidade.

No campo religioso, isso significa que essa mulher ocupa um lugar de múltipla marginalidade. Ela é marginalizada por ser mulher, num ambiente onde a voz autorizada é masculina. É marginalizada por ser negra, num universo simbólico predominantemente branco. É marginalizada por ser pobre, numa estrutura que muitas vezes legitima a riqueza como bênção e a pobreza como maldição ou provação.

O sofrimento psíquico resultante é cumulativo. Não é a soma de três sofrimentos, mas uma forma particular de sofrimento que só pode ser compreendida na sua especificidade.

Essa mulher pode desenvolver o que poderíamos chamar de identidade negativa: uma imagem de si mesma construída a partir de tudo o que ela não é.

Não é homem, não é branca, não é rica. Quem é ela, então? O vazio que sobra quando se subtraem todas as identidades valorizadas.

A psicanálise, aqui, tem um papel crucial: ajudar essa pessoa a construir uma identidade positiva, a partir de suas próprias referências, de sua própria história, de sua própria cultura. Não para negar as opressões, mas para não se definir por elas.

A Religião como Legitimação da Hierarquia

É importante compreender que a religião não é apenas um conjunto de crenças individuais. Ela é também uma instituição, com hierarquias, poderes e interesses. E, como toda instituição, tende a reproduzir as estruturas de poder da sociedade em que está inserida.

Historicamente, a religião institucional tem sido um dos principais instrumentos de legitimação das hierarquias sociais. Foi usada para justificar a escravidão, para manter as mulheres em posição subalterna, para naturalizar a pobreza, para demonizar outras culturas e tradições.

Essa função legitimadora opera através do que chamamos de discurso sagrado. Quando uma hierarquia é apresentada como vontade de Deus, ela se torna inquestionável. Não é uma decisão humana que pode ser debatida ou modificada; é um desígnio divino, ao qual só cabe obedecer.

O problema é que esse discurso sagrado é internalizado. Não vem apenas de fora, como uma imposição; torna-se parte da estrutura psíquica do sujeito. A mulher não precisa de um homem para lhe dizer que seu lugar é na cozinha; ela mesma já aprendeu isso, e se sente culpada quando ocupa outro lugar. O negro não precisa de um branco para lhe dizer que é inferior; ele carrega essa mensagem dentro de si.

É aí que a psicanálise se encontra com a crítica social. Desmontar o Supereu que mantém as minorias em seu lugar é, ao mesmo tempo, um ato clínico e um ato político.

Caso Clínico: A Mulher que Não Podia Falar

Conheci Dona Maria num projeto de extensão universitária, numa comunidade pobre da periferia. Ela tinha 62 anos, era negra, mãe de oito filhos, avó de quinze netos, e líder da comunidade. Líder, sim – porque, apesar de tudo, Dona Maria era uma referência. As pessoas a procuravam para pedir conselhos, para resolver brigas, para organizar mutirões.

Mas, na igreja, Dona Maria era silêncio.

Ela frequentava a missa todos os domingos, há décadas. Sentava sempre no mesmo banco, perto da porta. Acompanhava tudo com devoção. Mas nunca falava. Quando o padre perguntava se alguém queria dizer alguma coisa, ela baixava os olhos. Quando havia reuniões da comunidade, ela ouvia, mas não opinava.

Um dia, perguntei por quê. Ela olhou para mim com um misto de surpresa e constrangimento. "Minha filha", disse, "quem sou eu para falar na casa de Deus? Esses homens estudaram, sabem das coisas. Eu mal sei ler. Minha palavra não vale nada."

Dona Maria havia internalizado, ao longo de décadas, a mensagem de que sua voz não tinha valor. Não porque alguém tivesse dito isso explicitamente – pelo menos não recentemente. Mas porque tudo à sua volta confirmava: os padres falavam, os homens falavam, os letrados falavam. Ela, mulher, negra, pobre, analfabeta funcional – o que poderia dizer?

Essa internalização era tão profunda que nem sequer lhe ocorria reivindicar a palavra. Ela mesma se silenciava, antes que qualquer silêncio lhe fosse imposto. Era a censura antecipatória em seu grau máximo.

O trabalho com Dona Maria não foi uma análise clássica – não tínhamos essa estrutura. Mas foi um trabalho de escuta. De, simplesmente, ouvir o que ela tinha a dizer. De mostrar, na prática, que sua palavra interessava. De devolver a ela a pergunta: "E você, o que pensa sobre isso?"

Aos poucos, Dona Maria foi falando. Primeiro comigo, depois com outras pessoas. Um dia, numa reunião da comunidade, ela levantou a mão. Não para falar de um problema prático, mas para propor uma ideia. Uma ideia simples, mas boa. As pessoas ouviram. Alguém disse: "É, a Dona Maria tem razão."

Ela me contou esse episódio com lágrimas nos olhos. "Sabe, filha, eu nunca pensei que um dia fosse ouvir isso. Que minha palavra podia ter razão."

Não era apenas uma questão de autoestima. Era a reconquista de um lugar simbólico. O lugar de quem pode falar. De quem pode ser ouvida. De quem existe, também, na palavra.

Caso Clínico: O Jovem que Queria Ser Branco para Ser Santo

João tinha 19 anos quando chegou ao ambulatório. Estudante de teologia, seminarista, queria ser padre. Mas havia um problema: João se odiava.

Ele era negro. Negro retinto, como dizia. E, no seminário, as imagens eram todas brancas. Os santos eram brancos. Os padres eram brancos. Os teólogos que estudava eram brancos. Deus, na sua imaginação, era branco.

João começou a ter crises de ansiedade. Não conseguia rezar. Sentia que Deus não o ouvia. Ou, pior, sentia que Deus o ouvia, mas com desprezo. "Como Deus vai me amar se eu sou assim tão feio?", ele me perguntou um dia. "Feio como?", perguntei. "Feio preto", ele respondeu. "Preto é feio."

Essa associação entre negritude e feiura não era invenção dele. Era a internalização de séculos de discurso racista, inclusive dentro da Igreja. João havia aprendido, ao longo da vida, que o belo era o branco, o puro era o branco, o santo era o branco. Ele, sendo negro, estava fora desse universo.

O trabalho com João foi, em grande parte, um trabalho de descolonização do imaginário. Precisávamos encontrar, dentro da própria tradição cristã, referências negras. Santos negros? Sim, existiam. Santo Elesbão, Santa Ifigênia, São Benedito, Santo Antônio do Categeró. Personagens bíblicos

negros? A rainha de Sabá, a Sulamita, o próprio Jesus? Talvez não negro no sentido moderno, mas certamente moreno, judeu, de uma região ocupada, com traços semíticos.

João começou a pesquisar. Descobriu teólogos negros, artistas negros, comunidades negras dentro da Igreja. Descobriu que podia ser negro e santo ao mesmo tempo. Que a negritude não era um obstáculo à santidade, mas uma forma particular de vivê-la.

Um dia, ele chegou à sessão com um pequeno ícone. Era uma imagem de Jesus negro, comprada num site de arte sacra. "Olha", disse, "agora eu tenho um Jesus que se parece comigo. E, sabe, rezar para ele é diferente. É como se ele me entendesse melhor."

Não era apenas uma imagem. Era a possibilidade de se reconhecer no divino. De ver, refletida na face de Deus, a própria face. De deixar de ser ausência para ser presença.

Caso Clínico: O Homem que Tinha Vergonha de Ser Pobre

Antônio, 45 anos, pedreiro, chegou à análise encaminhado pelo médico do posto. Queixava-se de dores no corpo, mas os exames não mostravam nada. O médico desconfiava de somatização.

Antônio era pobre. Pobre de verdade, daqueles que acordam às quatro da manhã, pegam dois ônibus, trabalham o dia inteiro no sol, chegam em casa exaustos e ainda precisam fazer bico no fim de semana para completar o orçamento. Era evangélico, frequentava uma igreja pentecostal.

Nas primeiras sessões, Antônio falava pouco. Respondia às perguntas com monossílabos. Até que, um dia, desabou:

"Pastor diz que quem tem fé não passa necessidade. Diz que Deus é provedor, que dá o pão de cada dia. Mas eu tenho fé, doutora. Tenho muita fé. E olha pra mim. Não tenho nada. Minha casa é de madeirite. Minha mulher tá doente e não

consigo pagar o tratamento. Meus filhos passam necessidade. Então, o que é que tem de errado comigo? Por que Deus não me abençoa?"

A pergunta de Antônio revelava a armadilha em que estava preso. A teologia da prosperidade, em sua versão mais crua, havia sido internalizada: se você tem fé, Deus te dá coisas boas. Se não tem coisas boas, é porque sua fé é fraca.

Antônio não culpava Deus. Culpava a si mesmo. Sua pobreza não era uma questão social, uma injustiça estrutural, uma falta de oportunidades. Era um sinal de sua insuficiência espiritual. Uma prova de que não era bom o suficiente.

Essa internalização é devastadora. Porque não há saída. Antônio trabalhava cada vez mais, orava cada vez mais, jejuava cada vez mais. E continuava pobre. A cada fracasso, a culpa aumentava. A cada necessidade não suprida, a sensação de rejeição divina se aprofundava.

O trabalho analítico consistiu em ajudá-lo a separar duas coisas que a teologia havia unido: fé e prosperidade. A mostrar que a pobreza não é castigo, nem a riqueza é bênção. Que Deus, se existe, não opera na lógica do mercado. Que a dignidade de Antônio não dependia de sua conta bancária.

Foi um trabalho longo. Antônio precisou desconstruir anos de mensagens internalizadas. Mas, aos poucos, foi se libertando. Começou a se envolver em movimentos comunitários, a lutar por direitos, a ver que sua pobreza não era culpa sua, mas resultado de uma estrutura injusta.

Um dia, ele disse: "Sabe, doutora, eu ainda sou pobre. Minha vida não mudou muito. Mas mudou uma coisa: agora eu não tenho mais vergonha. Vergonha de ser pobre. Vergonha de não ter. Porque eu sei que não é culpa minha. E que Deus, se existe, não tá medindo meu valor pelo que eu tenho no bolso."

Essa frase resume o essencial: a libertação não veio da mudança de condição material, mas da mudança de relação consigo mesmo. Antônio continuava pobre, mas deixara de ser escravo da culpa pela própria pobreza.

A Psicanálise e a Descolonização do Sujeito

Os casos de Dona Maria, João e Antônio têm algo em comum: todos eles mostram pessoas que internalizaram um discurso opressor disfarçado de sagrado. Todas elas aprenderam a se ver com os olhos do opressor. Todas elas carregavam, dentro de si, um juiz que as mantinha em seu lugar.

O trabalho da psicanálise, nesses contextos, pode ser entendido como um trabalho de descolonização. Não no sentido político apenas, mas no sentido mais profundo de desmontar as estruturas internas que mantêm o sujeito submetido.

Descolonizar a alma é:

- Restituir a voz àqueles que aprenderam a se calar.
- Restituir a imagem àqueles que foram apagados do imaginário sagrado.
- Restituir a dignidade àqueles que foram ensinados a ter vergonha de si.
- Restituir o desejo àqueles que foram convencidos de que querer mais é pecado.

Esse trabalho não é fácil. Porque o opressor interno não entrega seu poder facilmente. Ele luta. Ele se disfarça de consciência, de moral, de fé. Ele tenta convencer o sujeito de que a libertação é pecado, que a rebeldia é falta de humildade, que a luta é falta de confiança em Deus.

Mas, aos poucos, a análise vai mostrando que a voz do opressor não é a voz de Deus. É uma voz humana, histórica, interessada. É a voz de quem ganha com a submissão alheia. E, quando o sujeito percebe isso, algo começa a mudar.

O Direito à Imagem e à Semelhança

Há um versículo bíblico que diz: "Façamos o homem à nossa imagem e semelhança." Esse versículo é uma das bases da dignidade humana na tradição judaico-cristã. Se somos feitos à imagem de Deus, então nossa existência é sagrada. Nosso corpo, nossa identidade, nossa história – tudo isso participa do divino.

O que a tradição opressora fez foi sequestrar essa imagem. Decidiu que Deus se parece com uns, e não com outros. Que a semelhança divina é propriedade de alguns grupos, enquanto outros ficam com a sobra, com o resto, com o que não se parece.

A luta das minorias, no campo religioso, é a luta pela recuperação dessa imagem. Pelo direito de dizer: "Eu também sou imagem e semelhança. Meu rosto negro reflete Deus. Meu corpo de mulher reflete Deus. Minha pobreza, quando vivida com dignidade, reflete Deus. Minha cultura, minha história, minha tradição – tudo isso reflete o divino."

A psicanálise pode ajudar nessa recuperação. Não dando a imagem, mas tirando os véus que a encobrem. Não criando um novo Deus, mas desmontando os ídolos falsos que ocuparam seu lugar. Não dizendo como a pessoa deve ser, mas ajudando-a a descobrir, por si mesma, a beleza de sua própria existência.

Síntese do Capítulo

- As minorias (mulheres, negros, pobres) ocupam, em muitas tradições religiosas, um lugar de margem, não de centro.
- A mulher aprende o silêncio e a culpa por existir, através da internalização de discursos que a colocam em posição subalterna.
- O negro sofre com a ausência de representação no imaginário sagrado, levando a uma ferida narcísica e à dupla consciência.
- O pobre é frequentemente alvo de uma espiritualização da pobreza que o imobiliza e o faz sentir culpa por desejar mais.
- A interseccionalidade mostra que essas opressões se acumulam, criando formas específicas de sofrimento.
- A religião institucional historicamente legitimou hierarquias sociais, e esse discurso foi internalizado pelos oprimidos.
- Casos clínicos ilustram como a psicanálise pode ajudar na descolonização do sujeito, restituindo voz, imagem e dignidade.
- O direito à imagem e semelhança divina é uma luta pela recuperação da própria humanidade.

Para Refletir:

Se você pertence a algum grupo minoritário, que mensagens você internalizou sobre seu lugar no mundo? Que vozes dentro de você dizem que você é menos, que deve se calar, que não merece? De onde vêm essas vozes?

Se você pertence a grupos majoritários, já parou para pensar no lugar que ocupa no imaginário sagrado? Em como sua imagem, sua cultura, sua história são naturalizadas como "normais", enquanto outras são vistas como "diferentes"? Que responsabilidade você tem nessa dinâmica?

Na próxima parte, "Caminhos de Reconstrução", começaremos com o Capítulo 7: "Ressignificando a Fé – Do Deus que Julga ao Deus que Acolhe". Veremos como é possível, para aqueles que desejam manter sua fé, encontrar formas de vivê-la que não passem pela autoaniquilação. Como construir uma espiritualidade que cure, em vez de ferir.

Capítulo 7: Resignificando a Fé — Do Deus que Julga ao Deus que Acolhe

A Travessia

Houve um momento na vida de cada pessoa ferida pela religião em que ela se perguntou: "E agora? O que faço com minha fé?" Para alguns, a resposta foi o abandono total. Deixaram a igreja, deixaram as crenças, deixaram Deus. Para outros, a resposta foi a permanência dolorosa – continuaram, mas com o coração partido, com a sensação de que algo essencial estava faltando. Para alguns poucos, houve um terceiro caminho: a travessia.

Este capítulo é sobre essa travessia. Sobre a possibilidade de resignificar a fé. De encontrar, dentro da própria tradição religiosa – ou para além dela –, uma forma de espiritualidade que não exija a anulação do desejo, que não condene o amor, que não mantenha ninguém à margem. É sobre a passagem do Deus que julga para o Deus que acolhe.

Não é um caminho fácil. Exige coragem para questionar o que foi ensinado como absoluto. Exige luto pelas imagens de Deus que se perdem. Exige disposição para habitar o desconhecido. Mas, para muitos, é o único caminho possível para que a fé deixe de ser fonte de sofrimento e se torne, finalmente, fonte de vida.

O Deus do Supereu e o Deus do Desejo

Ao longo deste livro, falamos repetidamente do Deus que é projeção do Supereu. É o Deus que tudo vê, tudo julga, tudo pune. É o Deus que exige sacrifícios – inclusive o sacrifício da felicidade alheia. É o Deus que diz "não" antes de ouvir qualquer pergunta, que condena antes de qualquer compreensão.

Esse Deus existe? Do ponto de vista teológico, podemos dizer que não. Ele é uma construção humana, uma projeção das nossas instâncias psíquicas mais arcaicas. Mas, do ponto de vista da experiência vivida, ele existe sim. Existe na culpa que paralisa, no medo que intimida, na vergonha que aniquila. Existe como realidade psíquica, e como tal produz efeitos reais.

O desafio da ressignificação é justamente esse: desmontar o Deus do Supereu para permitir o surgimento de um Deus que corresponda ao que há de mais vital no ser humano – o desejo.

O Deus do desejo não é um Deus que diz "sim" a tudo. Isso seria um Deus permissivo, tão opressor quanto o juiz, porque negaria a complexidade da vida ética. O Deus do desejo é um Deus que acolhe o desejo como parte da criação, que não o condena à partida, que não o trata como inerentemente pecaminoso. É um Deus que dialoga com o desejo, que o interpela, mas não o aniquila.

Em termos psicanalíticos, poderíamos dizer que se trata de passar de um Supereu tirânico para um Ideal do Eu amoroso. O Supereu diz: "Você deve ser assim, senão..." O Ideal do Eu diz: "Você pode ser assim, e eu te acompanho." O primeiro é lei, o segundo é horizonte. O primeiro é jugo, o segundo é asas.

As Etapas da Travessia

A resignificação da fé não acontece de uma hora para outra. É um processo, com idas e vindas, avanços e recuos. Podemos identificar algumas etapas comuns nessa travessia:

1. O desmoronamento:

Tudo começa com uma crise. Algo não se sustenta mais. Pode ser uma experiência concreta – um amor que nasce e que a religião condena, uma injustiça vivida na própria pele, uma palavra de acolhimento inesperada. Pode ser um acúmulo lento de contradições, até que o peso se torna insuportável.

O desmoronamento é doloroso. É a perda de referências, o chão que some. Muitas pessoas, nessa fase, sentem medo: "Se isso que eu acreditava não é verdade, o que é? Se esse Deus não existe, existe algum?" É uma crise de fé no sentido mais profundo: não apenas dúvidas sobre dogmas, mas a sensação de que o próprio fundamento da existência treme.

2. O luto:

Depois do desmoronamento, vem o luto. É preciso chorar o Deus que se perdeu. Mesmo que esse Deus fosse cruel, mesmo que ele fizesse sofrer, ele era uma presença. Havia uma relação, havia uma história. Perder esse Deus é como perder uma figura importante – e, para muitos, é exatamente isso: perder o Pai, o Juiz, o Protetor.

Esse luto pode durar meses ou anos. Manifesta-se em tristeza, raiva, confusão. A pessoa pode sentir raiva de Deus – do Deus antigo, que a enganou. Pode sentir raiva de si mesma, por ter acreditado tanto tempo. Pode sentir raiva da Igreja, dos líderes religiosos, da família que transmitiu essa fé.

A psicanálise tem um papel importante nessa fase: acolher a raiva, validar o luto, permitir que a pessoa expresse tudo o que sente sem medo de ser julgada. Porque, muitas vezes, a pessoa tem medo de sentir raiva de Deus – como se isso fosse mais um pecado. É preciso mostrar que a raiva faz parte do luto, e que o luto é necessário para a reconstrução.

3. O vazio:

Depois do luto, vem um período de vazio. O Deus antigo se foi, mas o novo ainda não chegou. A pessoa se sente num deserto espiritual. Não sabe mais o que crer, como orar, onde buscar sentido. É uma fase assustadora, mas também fértil. Porque o vazio é condição para o novo.

Muitas pessoas, nessa fase, abandonam completamente a prática religiosa. Precisam de um tempo longe de tudo o que lembra a fé antiga. Outras buscam experiências espirituais alternativas – meditação, contato com a natureza, leituras de outras tradições. Outras simplesmente param e esperam.

O importante é não pular essa fase. Não buscar um novo Deus rapidamente, só para preencher o vazio. Porque o risco é recair no mesmo padrão, apenas com roupagem nova. O vazio é o espaço onde o novo pode nascer – mas precisa ser habitado, não evitado.

4. A redescoberta:

Aos poucos, algo começa a emergir. A pessoa encontra, em sua própria tradição ou em outras, elementos que ressoam de forma diferente. Um versículo que antes soava como ameaça agora soa como acolhimento. Uma história que antes era lida como condenação agora revela nuances de misericórdia. Uma figura religiosa que antes era distante agora se torna próxima.

Essa redescoberta não é uma volta ao mesmo. É uma apropriação seletiva, crítica, pessoal. A pessoa não aceita mais tudo o que a tradição diz; ela escolhe, filtra, interpreta. Torna-se, ela mesma, autora de sua fé.

É nessa fase que muitos descobrem a existência de correntes alternativas dentro de suas próprias religiões. Teologias da libertação, teologias feministas, teologias queer, espiritualidades ecológicas. Descobrem que não estão sozinhos – que sempre houve outros fazendo essa travessia, antes deles.

5. A reconstrução:

Finalmente, a pessoa começa a reconstruir sua fé. Não como um edifício pronto, mas como uma casa que se constrói aos poucos, com materiais que vai encontrando pelo caminho. É uma fé mais humilde, que não tem todas as respostas, que não impõe nada a ninguém. É uma fé que convive com a dúvida, que aceita o mistério, que não precisa de certezas absolutas.

Essa fé reconstruída tem algumas características comuns:

- É acolhedora: não exclui ninguém com base em identidade ou desejo.
- É crítica: questiona as estruturas de poder, inclusive dentro da religião.
- É encarnada: valoriza a vida concreta, o corpo, as relações.
- É esperançosa: aposta na possibilidade de transformação, mesmo quando tudo parece perdido.
- É livre: não precisa da aprovação de nenhuma instituição para se validar.

Ferramentas para a Travessia

A travessia não se faz no escuro. Há ferramentas que podem ajudar. Algumas vêm da psicanálise, outras da teologia, outras da própria experiência vivida.

A escuta de si:

A primeira ferramenta é a escuta de si mesmo. É preciso aprender a distinguir a voz do Supereu da voz do desejo. A voz do Supereu é aquela que julga, que acusa, que condena. A voz do desejo é mais sutil – é o que nos move, o que nos faz vibrar, o que nos conecta à vida.

Essa escuta pode ser treinada. Na análise, no diário pessoal, na meditação, na conversa com amigos de confiança. Trata-se de criar um espaço interno onde as diferentes vozes possam se manifestar e ser discernidas.

O estudo crítico:

Muitas pessoas nunca tiveram acesso a uma leitura crítica dos textos sagrados. Aprenderam apenas a interpretação oficial, a que vinha do púlpito. Estudar a história da formação desses textos, as diferentes interpretações ao longo dos séculos, as correntes alternativas dentro da própria tradição – tudo isso pode ser libertador.

Por exemplo, saber que há passagens bíblicas que condenam a homossexualidade, mas também saber que essas passagens são poucas, foram escritas em contextos muito específicos, e foram interpretadas de formas muito diversas ao longo da história – isso já relativiza o peso que se dá a elas.

A comunidade de apoio:

A travessia não se faz sozinha. É preciso encontrar outros que estejam fazendo o mesmo caminho, ou que já o fizeram. Comunidades inclusivas, grupos de estudo, espaços de acolhimento – existem mais deles do que se imagina. Podem ser igrejas, mas podem ser também grupos informais, encontros virtuais, retiros.

Essas comunidades têm uma função terapêutica: mostram que não estamos loucos, que não estamos sós, que é possível ter fé de outro jeito. Validam nossa experiência e nos dão coragem para seguir.

A terapia ou análise:

Para muitos, a travessia exige um acompanhamento profissional. A psicanálise, em particular, pode ajudar a desmontar as estruturas internas que mantêm o sujeito preso ao Deus do Supereu. Pode ajudar a elaborar os lutos necessários, a discernir as vozes, a reconstruir uma imagem de si mais positiva.

Não se trata de "curar" a fé, mas de curar as feridas que uma certa forma de fé causou. Trata-se de libertar o sujeito para que ele possa, então, escolher livremente sua relação com o sagrado – seja ela qual for.

Caso Clínico: A Mulher que Reaprendeu a Rezar

Lembram-se de Maria, do capítulo 4? A católica que não podia comungar em seu segundo casamento? Vamos retomar sua história, agora no contexto da ressignificação.

Maria passou por todas as etapas da travessia. O desmoronamento veio quando percebeu que não suportava mais a exclusão. O luto foi longo – chorou o Deus que a rejeitava, chorou a Igreja que a excluía, chorou a imagem de si mesma como pecadora. O vazio durou quase um ano, em que ela deixou de ir à missa, deixou de rezar, deixou de se considerar religiosa.

Foi nesse vazio que ela começou a ler. Não livros de teologia, mas livros de espiritualidade. Encontrou autoras feministas que falavam de um Deus materno, acolhedor. Encontrou teólogos da libertação que falavam de um Deus que está com os excluídos. Encontrou poetas que falavam de um Deus que habita no silêncio.

Aos poucos, Maria começou a experimentar novas formas de oração. Não mais as orações formais, cheias de pedidos e promessas. Mas uma oração silenciosa, de simples presença. Sentava-se num parque, olhava as árvores, e ficava ali, em silêncio, apenas existindo diante do mistério.

Um dia, ela me disse: "Sabe, doutora, eu descobri que Deus não está no altar. Está aqui, nesse vento, nessa árvore, nesse amor que sinto por Carlos. E, o mais incrível, é que esse Deus não me pede nada. Não me julga. Só está. E me deixa estar."

Maria nunca mais voltou à missa regularmente. De vez em quando entra numa igreja, acende uma vela, senta num banco. Mas sua fé não depende mais daquele espaço. Ela construiu seu próprio altar, dentro de si.

Caso Clínico: O Homem que Reencontrou Jesus

João, o seminarista negro que queria ser branco para ser santo, também fez sua travessia. Mas, para ele, o caminho foi diferente.

Depois de descobrir os santos negros, João começou a se interessar pela teologia negra. Leu autores norte-americanos e brasileiros que falavam de um Jesus negro, de um Deus que sofre com os oprimidos, de uma fé que é luta por libertação.

Foi um choque. Pela primeira vez, ele via sua fé conectada com sua identidade. Não precisava mais escolher entre ser negro e ser cristão. Podia ser os dois, e ser os dois era mais forte do que ser cada um separadamente.

João começou a participar de grupos de reflexão sobre a consciência negra na Igreja. Conheceu outros negros que estavam no mesmo caminho. Descobriu que havia, sim, um lugar para ele no cristianismo – não o lugar que lhe ofereciam, mas o lugar que ele mesmo podia construir.

Sua relação com Jesus se transformou. Não era mais o Jesus europeu, de olhos azuis, distante. Era um Jesus moreno, judeu, pobre, perseguido – um irmão, não um juiz. João podia olhar para ele e se reconhecer.

Ele terminou o seminário, mas não seguiu a vida sacerdotal. Tornou-se educador popular, trabalhando com jovens negros na periferia. Sua fé, hoje, é vivida na luta cotidiana por justiça e dignidade.

Caso Clínico: O Homem que Perdoou Deus

Antônio, o pedreiro que tinha vergonha de ser pobre, também fez sua travessia. Mas, para ele, o caminho passou por algo inesperado: perdoar Deus.

Antônio passou meses em análise falando de sua raiva. Raiva do pastor que prometia prosperidade. Raiva da igreja que não o ajudava. Raiva de si mesmo, por acreditar. Até que, um dia, ele disse: "Sabe, doutora, eu acho que estou com raiva de Deus."

Foi um momento de virada. Antônio sempre tivera medo de sentir raiva de Deus. Isso era pecado, blasfêmia, perigo de condenação. Mas, naquele dia, ele se permitiu sentir.

E, sentindo a raiva, pôde também começar a elaborá-la. Percebeu que sua raiva não era contra Deus, mas contra a imagem de Deus que lhe haviam vendido. Um Deus mercador, que só dá quem tem, que abençoa quem merece, que funciona na lógica do mercado. Esse Deus, sim, merecia raiva.

Aos poucos, Antônio foi se desapegando dessa imagem. Não precisava mais pedir bênçãos materiais. Não precisava mais negociar com Deus. Podia simplesmente estar, simplesmente viver, simplesmente confiar que a vida, apesar de tudo, valia a pena.

Um dia, ele me disse: "Eu acho que perdoei Deus. Não porque Ele precise de perdão, mas porque eu precisei perdoar a imagem errada que tinha d'Ele. Agora, sinto que estou em paz."

Essa paz não veio da mudança de suas condições materiais. Veio da mudança de sua relação com o sagrado. Antônio continuava pobre, mas deixara de ser escravo.

A Espiritualidade Inclusiva: Exemplos Concretos

A ressignificação da fé não é apenas um processo individual. Ela se alimenta de movimentos coletivos que, há décadas, vêm construindo alternativas dentro das tradições religiosas. Conhecer esses movimentos pode ser uma fonte de esperança e de pertencimento.

Teologia da Libertação:

Surgida na América Latina nos anos 1960, a Teologia da Libertação propõe uma leitura da Bíblia a partir da perspectiva dos pobres. Seu princípio fundamental é a "opção preferencial pelos pobres". Deus não é neutro; está do lado dos

oprimidos. A fé não é apenas salvação individual, mas compromisso com a transformação social.

Essa teologia oferece um antídoto poderoso contra a espiritualização da pobreza. O pobre não é abençoado porque é pobre; a pobreza é uma injustiça a ser combatida. Deus não quer sofrimento; quer vida plena para todos.

Teologia Feminista:

A Teologia Feminista denuncia o patriarcalismo presente nas tradições religiosas e propõe uma releitura dos textos sagrados a partir da experiência das mulheres. Busca recuperar figuras femininas apagadas, questionar interpretações misóginas e construir uma linguagem inclusiva sobre Deus.

Deus não é apenas Pai, mas também Mãe. Não é apenas Rei, mas também Amiga, Irmã, Companheira. A relação com o divino não passa pela submissão, mas pela parceria.

Teologia Queer:

Mais recente, a Teologia Queer parte da experiência de pessoas LGBT para questionar as normas de gênero e sexualidade presentes nas tradições religiosas. Mostra que a Bíblia pode ser lida de outras formas, que há espaço para a diversidade na criação, que o amor entre pessoas do mesmo sexo também pode ser sagrado.

Essa teologia não pede licença para existir; afirma que a diversidade é parte do plano divino. Não busca "inclusão" em estruturas que permanecem as mesmas; questiona as próprias estruturas.

Religiões de Matriz Africana:

As religiões de matriz africana, como o Candomblé e a Umbanda, sempre tiveram uma relação mais acolhedora com a diversidade. Nelas, a

homossexualidade não é pecado, as mulheres têm papéis de liderança, a corporeidade é celebrada. São tradições que resistiram à colonização e ao preconceito, e que hoje oferecem um modelo de espiritualidade inclusiva para muitos que buscam alternativas.

O Novo Rosto de Deus

Ao final desse processo, o que emerge é um novo rosto de Deus. Não mais o rosto severo do juiz, mas um rosto que pode ter muitas faces.

Para alguns, esse rosto é o de um Pai que finalmente acolhe o filho pródigo sem cobranças. Para outros, é o de uma Mãe que embala e protege. Para outros, é o de um Amigo que caminha ao lado. Para outros, é o de uma Força impessoal que anima o universo. Para outros, simplesmente não há rosto – há apenas o mistério.

O importante não é o conteúdo da crença, mas sua função. Uma fé que cura é aquela que:

- Fortalece a autoestima, em vez de miná-la.
- Acolhe o desejo, em vez de condená-lo.
- Conecta com os outros, em vez de isolar.
- Abre para o mistério, em vez de fechar em certezas.
- Inspira ação no mundo, em vez de resignação passiva.

Essa fé não precisa ser "ortodoxa" no sentido de seguir doutrinas oficiais. Pode ser heterodoxa, mestiça, pessoal. O que importa é que seja viva, que faça sentido para quem a vive, que ajude a pessoa a ser mais plenamente humana.

A Psicanálise e o Sagrado

Qual o lugar da psicanálise nesse processo? A psicanálise não tem a função de propor uma nova religião ou de dizer como Deus deve ser. Sua função é mais

modesta e mais radical: é ajudar o sujeito a se libertar das amarras psíquicas que o impedem de fazer suas próprias escolhas – inclusive suas escolhas religiosas.

Freud via a religião como ilusão. Mas ilusão, em psicanálise, não é necessariamente algo negativo. Ilusão é uma crença sustentada pelo desejo. Todos vivemos de ilusões – no amor, no trabalho, no futuro. O problema não é a ilusão, mas a fixação em ilusões que nos paralisam.

A psicanálise pode ajudar a pessoa a trocar ilusões que matam por ilusões que fazem viver. A trocar um Deus que exige sacrifício por um Deus que oferece acolhimento. A trocar uma fé que oprime por uma fé que liberta.

Nesse sentido, a psicanálise não é inimiga da religião. É inimiga da servidão – inclusive da servidão religiosa. E, ao combater a servidão, ela pode abrir espaço para que o sujeito encontre, por si mesmo, sua própria relação com o sagrado.

Uma Fé para Adultos

Há um conceito, na psicologia do desenvolvimento, que pode nos ajudar: o de fé madura. A psicóloga James Fowler estudou os estágios da fé ao longo da vida e identificou que, para muitos, a fé adulta é diferente da fé infantil.

A fé infantil é concreta, literal, autoritária. Deus é um personagem, a Bíblia é um livro de regras, a religião é uma instituição que diz o que fazer. Essa fé funciona para a criança, mas, mantida na vida adulta, torna-se infantilizante.

A fé adulta é simbólica, interpretativa, pessoal. Deus é mistério, os textos sagrados são fontes de sabedoria a serem interpretadas, a religião é uma comunidade de busca, não de respostas prontas. Essa fé reconhece a complexidade, aceita a dúvida, dialoga com outras visões.

A travessia que descrevemos neste capítulo é, em grande parte, a passagem de uma fé infantil para uma fé adulta. É o processo de crescer na fé – não no sentido

de acumular mais doutrina, mas no sentido de amadurecer a relação com o mistério.

Essa fé adulta não precisa rejeitar a tradição. Pode beber dela, mas com liberdade. Pode participar de comunidades, mas com autonomia. Pode orar, mas sem esperar respostas mágicas. Pode esperar, mas sem deixar de agir.

O Perdão como Caminho

Ao final desta travessia, muitas pessoas descobrem a necessidade do perdão. Perdão para si mesmas, por terem se odiado tanto tempo. Perdão para os outros, pelas feridas causadas. Perdão para a própria religião, pelas limitações humanas de quem a conduziu.

Perdão não é esquecimento. Não é concordar com o que foi feito. Não é voltar à situação anterior. Perdão é libertar-se do ressentimento que prende ao passado. É dizer: "O que me fizeram não me define mais. O que eu fiz de mim não me define mais. Sou maior do que minha história."

Esse perdão pode incluir, também, o perdão a Deus. Perdão pelo Deus que nos venderam, que nos assustaram, que nos fizeram sofrer. Perdão pela imagem distorcida que carregamos. Perdão, afinal, por termos acreditado que o amor podia ser menor do que é.

Síntese do Capítulo

- A resignificação da fé é uma travessia do Deus que julga ao Deus que acolhe.
- Esse processo envolve desmoronamento, luto, vazio, redescoberta e reconstrução.
- Ferramentas como a escuta de si, o estudo crítico, a comunidade de apoio e a análise podem ajudar nessa travessia.
- Casos clínicos ilustram diferentes caminhos de resignificação.
- Movimentos como a Teologia da Libertação, a Teologia Feminista e a Teologia Queer oferecem alternativas dentro das tradições religiosas.

- Uma fé madura é simbólica, interpretativa, pessoal – não infantil, literal ou autoritária.
- O perdão a si mesmo, aos outros e a Deus pode ser parte do processo de cura.
- A psicanálise não propõe uma religião, mas ajuda a libertar o sujeito para que possa fazer suas próprias escolhas espirituais.

Para Refletir:

Se você pudesse escolher livremente a imagem de Deus que habita em você – sem medo, sem culpa, sem obrigação – como seria essa imagem? Que rosto ela teria? Que palavras diria? Que sentimentos despertaria?

E se essa imagem não precisasse ser aprovada por ninguém – nem pela Igreja, nem pela família, nem pela tradição? Que Deus poderia nascer, então, no silêncio do seu coração?

No próximo capítulo, "O Desejo como Bússola – A Escuta Psicanalítica e a Autenticidade", mergulharemos no coração da clínica. Veremos como a psicanálise pode ajudar cada pessoa a se apropriar de seu próprio desejo, distinguindo-o das vozes que o silenciaram. E como essa apropriação é o caminho para uma vida mais autêntica, mais livre e mais plena.

Capítulo 8: O Desejo como Bússola — A Escuta Psicanalítica e a Autenticidade

A Bússola Perdida

Houve um tempo em que os navegadores se orientavam pelas estrelas. Depois, vieram as bússolas, os mapas, o GPS. Mas há uma navegação mais difícil que a dos oceanos: a navegação da alma. Para ela, que instrumentos temos?

Muitos de nós fomos educados para usar a bússola do outro. A bússola dos pais, da igreja, da sociedade. Aprendemos a seguir rotas traçadas antes de nós, a evitar certos mares, a temer certos ventos. E, durante muito tempo, isso funciona. Até que, um dia, nos damos conta de que estamos navegando numa

direção que não é a nossa. Que os mapas que seguimos não correspondem ao território que habitamos. Que a bússola que usamos aponta para o norte do outro, não para o nosso.

Perdemos a bússola do desejo.

Este capítulo é sobre como reencontrá-la. Sobre a escuta psicanalítica como instrumento de orientação interior. Sobre o processo de distinguir, nas vozes que nos habitam, qual é a nossa. Sobre a coragem de seguir o desejo – não o desejo caprichoso, não o impulso cego, mas o desejo como força vital, como aquilo que nos move na direção de uma vida mais plena, mais autêntica, mais nossa.

O Que é o Desejo em Psicanálise?

Antes de prosseguirmos, precisamos esclarecer um mal-entendido comum. Desejo, em psicanálise, não é sinônimo de vontade consciente, nem de capricho, nem de impulso a ser satisfeito imediatamente. É algo mais profundo e mais complexo.

Para Freud, o desejo é a força motriz do psiquismo. Ele nasce da falta, da experiência primordial de satisfação que jamais se repete plenamente. O bebê que foi alimentado, aquecido, acolhido, guarda uma memória dessa satisfação. E, ao longo da vida, buscará repeti-la – não exatamente, não literalmente, mas através de objetos e experiências que, de alguma forma, evocam aquela primeira plenitude.

O desejo é, portanto, estruturalmente insatisfeito. Não porque seja frustrado, mas porque sua natureza é buscar, não encontrar. Ele é movimento, não chegada. É o que nos mantém vivos, o que nos faz levantar de manhã, o que nos impulsiona em direção ao outro, ao mundo, ao futuro.

Lacan, retomando Freud, formulou uma ideia fundamental: o desejo é desejo do desejo do outro. Ou seja, desejamos ser desejados. Desejamos que nosso desejo seja reconhecido, acolhido, validado por alguém. Mas, ao mesmo tempo, corremos o risco de aprisionar nosso desejo no desejo do outro – de desejar o que o outro deseja que desejemos.

É exatamente isso que acontece com a internalização do discurso religioso opressor. A pessoa aprende a desejar o que a religião diz que é correto desejar. E, quando seu desejo espontâneo aponta noutra direção, ela o reprime, o nega, o patologiza. O desejo do outro – o desejo de Deus, da Igreja, da comunidade – coloniza o desejo próprio.

A psicanálise é o processo de descolonização do desejo. É a redescoberta da bússola interna.

As Vozes que Habitam em Nós

Para entender como a psicanálise ajuda nessa redescoberta, precisamos primeiro compreender as vozes que nos habitam. Nos capítulos anteriores, falamos muito do Supereu – essa instância crítica que internaliza as vozes dos pais, da sociedade, da religião. Mas há outras vozes.

Há a voz do Isso (ou Id), que fala a partir do corpo, das pulsões, dos desejos mais primitivos. É a voz que quer, que exige, que não espera. É a criança que chora por atenção, o adolescente que se apaixona perdidamente, o adulto que sente atração irresistível. Essa voz é frequentemente silenciada, considerada "baixa", "animal", "pecaminosa".

Há a voz do Eu (ou Ego), que tenta negociar entre as exigências do Isso, as proibições do Supereu e as demandas da realidade. É a voz da prudência, da mediação, do equilíbrio. Mas pode ser também a voz da acomodação, da covardia, da rendição precoce.

Há a voz do Ideal do Eu – diferente do Supereu. O Ideal do Eu é aquilo que aspiramos ser, o horizonte que nos atrai. Não é uma voz que proíbe, mas uma voz que convida. Não diz "você não pode", mas "você pode vir a ser". É a voz do poeta, do artista, do amante, do místico.

O problema é que, para muitas pessoas criadas em ambientes religiosos rígidos, essas vozes se confundiram. O Supereu tomou o lugar do Ideal do Eu. A

proibição se disfarçou de aspiração. A pessoa não sabe mais distinguir entre o que ela realmente deseja e o que ela aprendeu que deveria desejar.

A escuta analítica é, antes de tudo, um exercício de discernimento de vozes. Trata-se de criar um espaço onde cada voz possa se manifestar, ser ouvida, ser reconhecida. E, aos poucos, aprender a distingui-las: esta é a voz do meu desejo; esta é a voz do medo; esta é a voz da culpa; esta é a voz da esperança.

O Setting Analítico: Um Lugar Fora do Mundo

Para que esse discernimento seja possível, é necessário um lugar especial. Um lugar fora do mundo, com suas pressões, suas urgências, suas cobranças. É o que chamamos de setting analítico.

O setting não é apenas o consultório, com seus horários e regras. É uma posição: a posição do analista, que escuta sem julgar, sem aconselhar, sem dirigir. Que oferece sua presença como um espelho onde o analisando pode, finalmente, se ver.

Nesse espaço, algo extraordinário acontece: a palavra pode circular livremente. O analisando pode dizer o que nunca disse, pensar o que nunca pensou, sentir o que nunca se permitiu sentir. Pode trazer à tona as vozes silenciadas, os desejos reprimidos, as dores esquecidas.

Para a pessoa ferida pela religião, esse espaço é particularmente importante. Porque, fora dali, há sempre o risco de julgamento. Há sempre alguém que pode condenar, corrigir, "aconselhar". No setting analítico, não. O analista não é padre, não é pastor, não é guru. É apenas um ouvido – um ouvido que devolve, em forma de pergunta, o que ouviu.

Essa devolução em forma de pergunta é crucial. Não se trata de dar respostas, mas de abrir questões. "O que você quer dizer com isso?" "Por que isso lhe causa tanto medo?" "O que você sente quando pensa nisso?" Aos poucos, o analisando vai aprendendo a se perguntar, a se escutar, a se responder.

A Transferência: Repetir para Elaborar

Um dos conceitos mais importantes da clínica psicanalítica é a transferência. Trata-se do fenômeno pelo qual o analisando projeta no analista sentimentos e expectativas que, na verdade, pertencem a figuras importantes de sua história.

O paciente pode sentir raiva do analista, como sentiu raiva do pai. Pode buscar sua aprovação, como buscou a aprovação da mãe. Pode temer seu julgamento, como temeu o julgamento de Deus. A transferência é uma repetição – mas uma repetição que, no espaço analítico, pode ser elaborada.

Para a pessoa ferida pela religião, a transferência frequentemente assume a forma de um temor do julgamento do analista. Ela chega esperando ser condenada, assim como foi condenada pela igreja. Espera ouvir que seu desejo é errado, que sua escolha é pecado, que seu amor é ilegítimo.

Quando o analista não condena, algo se quebra. A expectativa é frustrada. E, nessa frustração, abre-se a possibilidade de questionar: "Por que eu esperava ser condenado? De quem é essa voz que esperava ouvir?"

Aos poucos, a transferência permite que o analisando traga para a relação com o analista as relações passadas que o marcaram. E, ao trazê-las, pode revivê-las de outra forma – não para repeti-las, mas para elaborá-las. Para entender o que elas fizeram com ele. Para, finalmente, se libertar delas.

A Interpretação: Dar Nome ao que Não Tinha Nome

Outro instrumento fundamental da clínica é a interpretação. Não no senso comum de "explicar o que o paciente quer dizer", mas no sentido psicanalítico de dar nome ao que ainda não tinha nome.

O analisando fala, fala, fala. Em determinado momento, o analista intervém: "Parece que você sente que não tem direito de existir." Ou: "Essa culpa que você descreve não é sua, ela foi colocada em você." Ou: "O que você chama de pecado, talvez seja apenas desejo."

Essas intervenções não são verdades que o analista impõe. São hipóteses, oferecidas ao analisando para que ele as acolha ou as recuse. São como nomes provisórios para sentimentos que, até então, eram apenas sensações difusas, desconfortos vagos, dores sem nome.

Quando um sentimento ganha nome, ele se transforma. Não desaparece, mas se torna manejável. A pessoa pode, a partir daí, começar a lidar com ele de outra forma. O medo que se chama medo é menos assustador que o medo sem nome. A raiva que se chama raiva pode ser direcionada, expressada, elaborada.

Para a pessoa ferida pela religião, muitas dores não têm nome. A angústia que sente ao entrar na igreja, o desconforto ao ouvir certas palavras, a tristeza que a invade em momentos de intimidade – tudo isso são sensações sem palavras. Dar-lhes nome é o primeiro passo para lidar com elas.

O Trabalho do Luto: Deixar Ir para Deixar Vir

Em vários momentos deste livro, falamos de luto. O luto pelo casamento que terminou, pela infância roubada, pela imagem de Deus que se perdeu. Na clínica, o luto é um trabalho constante.

Lutar, em psicanálise, não é esquecer. É poder lembrar sem dor excessiva. É poder falar do passado sem ser paralisado por ele. É poder olhar para trás e ver o que foi, sem precisar negar ou idealizar.

O luto tem fases. Há a negação inicial: "Não, isso não aconteceu comigo." Há a raiva: "Como puderam fazer isso comigo?" Há a barganha: "Talvez se eu fizer isso, melhore." Há a tristeza profunda: o reconhecimento da perda. E há, finalmente, a aceitação: "Isso foi. Dói, mas foi. E eu sigo."

Cada uma dessas fases precisa ser vivida, acolhida, elaborada. A análise é o espaço onde isso pode acontecer. O analista não apressa o luto, não oferece atalhos, não tenta "tirar" a dor. Acompanha. Testemunha. Sustenta.

Para o homossexual que perdeu a fé de sua infância, o luto é duplo: luto pela comunidade que o excluiu, luto pelo Deus que lhe ensinaram. Para o casal de segunda união, luto pelo casamento que não deu certo, luto pela idealização do "para sempre". Para a mulher negra, luto pelas representações que nunca teve, luto pela autoimagem que lhe foi negada.

Esse luto, quando elaborado, não deixa um vazio. Deixa um espaço. E nesse espaço, algo novo pode nascer.

A Travessia da Angústia

Há um momento, na análise, em que o sujeito se aproxima de seu desejo. E, nesse momento, algo terrível acontece: a angústia.

A angústia, para a psicanálise, não é medo de algo concreto. É medo do desejo. É o pavor que sentimos quando nos aproximamos daquilo que realmente queremos – porque, se quisermos aquilo, teremos que abrir mão de tudo o que aprendemos a querer. Teremos que enfrentar a desaprovação dos outros. Teremos que assumir a responsabilidade por nossa própria vida.

Essa angústia é paralisante. Muitas pessoas, quando chegam perto de seu desejo, recuam. Preferem a segurança da insatisfação conhecida ao risco da satisfação desconhecida. Preferem a queixa à mudança. Preferem a culpa à liberdade.

A análise não elimina a angústia. Ela a acompanha. Ajuda o sujeito a atravessá-la. Mostra que, do outro lado, há vida. Há possibilidade. Há, finalmente, a chance de ser quem se é.

Para a pessoa ferida pela religião, essa travessia é particularmente difícil. Porque ela aprendeu que o desejo é perigoso. Que seguir o desejo é se afastar de Deus. Que a segurança está na obediência, não na autonomia. Atravessar a angústia, aqui, é também atravessar o medo da condenação eterna.

Caso Clínico: A Mulher que Descobriu seu Desejo

Recordemos Helena, a jovem que não podia se tocar, do capítulo 5. Seu processo analítico foi, em grande parte, a redescoberta do próprio corpo como território do desejo.

Durante meses, Helena falou. Falou da infância, da mãe, da igreja. Falou do medo, da vergonha, da culpa. Falou das tentativas de se encaixar, de ser "normal", de agradar a todos. Falou, sobretudo, do silêncio – do silêncio que aprendera a habitar em relação a si mesma.

Um dia, depois de quase dois anos de análise, Helena chegou e disse: "Ontem à noite, eu tive um sonho. Sonhei que estava num campo imenso, cheio de flores. Eu estava nua, e não sentia vergonha. O sol batia na minha pele, e era bom. Havia uma mulher comigo, não sei quem era. Nós nos olhamos, e eu senti... eu senti desejo."

Helena parou, assustada com a própria palavra. Desejo. Era a primeira vez que ela usava essa palavra para si mesma.

"E o que você sentiu, no sonho?", perguntei.

"Uma mistura", ela respondeu. "Medo, mas também... alegria. Uma alegria que eu não sentia há muito tempo. Como se algo em mim tivesse acordado."

O sonho de Helena marcou uma virada em sua análise. O desejo, que durante anos fora soterrado sob camadas de culpa e vergonha, começava a emergir. Não como algo sujo, pecaminoso, mas como algo vital – algo que a conectava à vida.

A partir daí, o trabalho foi de integração. Como trazer esse desejo para a vida concreta? Como vivê-lo sem se destruir? Como conciliá-lo com a fé que ainda habitava nela?

Helena não encontrou respostas prontas. Mas encontrou a si mesma. E, aos poucos, foi construindo sua vida – não mais a partir do que os outros esperavam, mas a partir do que ela, finalmente, descobrira ser.

Caso Clínico: O Homem que Aprendeu a Confiar em Si

José, o empresário que temia o amor, também passou por essa travessia. Mas, para ele, o caminho foi diferente.

José sempre vivera a partir de referências externas. O que o pai esperava, o que a igreja ensinava, o que a sociedade considerava correto. Seu primeiro casamento foi assim: casou porque era o esperado, porque estava na hora, porque a noiva era "adequada". O fracasso desse casamento foi, para ele, não apenas a perda de uma relação, mas o colapso de todo um sistema de orientação.

Na análise, José precisou aprender a confiar em si mesmo. Precisou descobrir que suas sensações, seus sentimentos, seus desejos – tudo isso era informação legítima, tão importante quanto as opiniões alheias.

Foi um processo lento. José questionava cada sentimento: "Será que isso é verdade ou estou inventando?" "Será que é desejo ou é medo?" "Será que posso confiar em mim?"

Aos poucos, foi se apropriando. Começou a perceber que, quando algo não ia bem, seu corpo dava sinais – tensão, insônia, desconforto. E que, quando algo ia bem, também sentia – leveza, energia, vontade de viver. Aprendeu a ler esses sinais. A usá-los como bússola.

Quando conheceu Carla, pela primeira vez na vida, José não se perguntou: "O que os outros vão achar?" Perguntou-se: "Como me sinto com ela?" E a resposta foi clara: bem. Muito bem. E isso foi suficiente para começar.

Não que as dúvidas tenham desaparecido. Mas ele aprendeu a conviver com elas. A não deixar que o paralisassem. A seguir, mesmo com medo, na direção do que parecia certo.

Caso Clínico: A Jovem que Reivindicou sua Voz

Dona Maria, a líder comunitária que não falava na igreja, também fez sua travessia. Mas, para ela, o desejo não era sexual – era a palavra.

Durante anos, Maria acreditou que não tinha o direito de falar. Que sua palavra não valia. Que seu lugar era ouvir, obedecer, servir. Essa crença estava tão profundamente internalizada que ela nem sequer a questionava.

O trabalho com Maria foi, em grande parte, um trabalho de autorização. De, simplesmente, mostrar que ela podia. Que sua experiência, sua sabedoria, sua visão de mundo eram valiosas. Que sua palavra merecia ser ouvida.

Lembro-me de uma sessão em que ela contou uma história. A história de como, quando jovem, aprendeu com a avó a fazer partos. A avó era parteira, e Maria a acompanhava. Viu dezenas de crianças nascerem. Aprendeu a lidar com emergências, a acalmar as mulheres, a reconhecer quando algo ia mal.

"Mas isso não é importante", ela disse, ao terminar a história.

"Por que não?", perguntei.

"Porque não estudei. Não tenho diploma. Não sou ninguém."

"Maria", eu disse, "você viu dezenas de crianças nascerem. Você salvou vidas. Você tem um conhecimento que nenhum diploma pode dar. Isso não é importante?"

Ela ficou em silêncio por um longo tempo. Depois, começou a chorar.

Foi o começo de uma transformação. Maria começou a contar suas histórias. Primeiro para mim, depois para outros. Descobriu que as pessoas se interessavam, que aprendiam com ela, que a admiravam. Aos poucos, foi ocupando seu lugar de fala – não apenas na comunidade, mas dentro de si mesma.

Hoje, Maria é uma das lideranças mais respeitadas de sua região. Fala em reuniões, dá entrevistas, participa de conselhos. Sua palavra, que durante décadas foi silêncio, tornou-se voz. Voz que ensina, que mobiliza, que transforma.

A Autenticidade como Horizonte

O que esses casos têm em comum? Todos eles apontam para o que poderíamos chamar de autenticidade.

Autenticidade não é um estado fixo, uma vez alcançado, para sempre possuído. É um horizonte, uma direção, um movimento. É a busca por viver de acordo com o que se é – não com o que os outros disseram que se deveria ser.

A pessoa autêntica não é aquela que nunca duvida, nunca hesita, nunca erra. É aquela que aprendeu a ouvir a si mesma. Que desenvolveu a capacidade de distinguir, no emaranhado de vozes que a habitam, qual é a sua. Que tem coragem de seguir essa voz, mesmo quando ela aponta para direções desconhecidas.

Essa autenticidade tem consequências:

Nas relações: A pessoa autêntica se relaciona de forma mais verdadeira. Não precisa usar máscaras, não precisa representar papéis. Pode amar a partir do que é, não do que deveria ser.

No trabalho: A pessoa autêntica encontra sentido no que faz. Não apenas cumpre tarefas, mas se engaja, se realiza, se expressa.

Na fé: A pessoa autêntica vive sua espiritualidade de forma pessoal. Não repete fórmulas, não obedece cegamente, não teme o mistério. Dialoga com o sagrado a partir de sua própria experiência.

No sofrimento: A pessoa autêntica sofre, como todos. Mas não sofre a mais – não sofre a culpa que não é sua, a vergonha que não merece, o medo que lhe foi implantado. Sofre o que há para sofrer, e segue.

Os Obstáculos à Autenticidade

O caminho da autenticidade não é fácil. Há obstáculos, internos e externos.

O medo da desaprovação: Seguir o próprio desejo significa, muitas vezes, desagradar pessoas importantes. Pais, cônjuges, líderes religiosos, amigos. O medo de perder esses vínculos pode ser paralisante.

A culpa internalizada: Mesmo quando a pessoa decide seguir seu desejo, a culpa permanece. É a voz do Supereu, que não desiste facilmente. "Você está errado." "Você vai se arrepender." "Deus vai te punir."

A falta de modelos: Muitas pessoas não têm referências de vida autêntica em seu entorno. Todos à sua volta parecem viver vidas moldadas, repetidas, seguras. Como ousar ser diferente?

A sedução da segurança: A vida inautêntica tem uma vantagem: é conhecida. A pessoa sabe o que esperar. Sabe seu lugar, seu papel, seu destino. A vida autêntica é incerta. Não há mapas. Não há garantias.

A psicanálise não elimina esses obstáculos. Mas ajuda a enfrentá-los. Mostra que o medo pode ser atravessado. Que a culpa pode ser desmontada. Que é possível construir novos modelos. Que a incerteza, apesar de assustadora, é também o espaço da liberdade.

O Desejo e a Ética

Há um equívoco que precisa ser esclarecido. Falar do desejo como bússola não significa defender uma ética hedonista, do "faça o que quiser". O desejo de que falamos não é o capricho, o impulso imediato, a satisfação sem limites.

O desejo autêntico, quando escutado com profundidade, aponta para algo que é, ao mesmo tempo, singular e universal. Singular porque é de cada um. Universal porque, quando realizado, não diminui os outros – ao contrário, tende a aumentar a vida ao redor.

A pessoa que segue seu desejo autêntico não se torna egoísta. Torna-se mais generosa, porque está mais inteira. Torna-se mais capaz de amar, porque aprendeu a se amar. Torna-se mais presente, porque não gasta energia em máscaras e defesas.

A ética do desejo não é a ética da satisfação imediata. É a ética da responsabilidade – responsabilidade por si mesmo, pelo outro, pelo mundo. Porque, quando assumimos nosso desejo, assumimos também as consequências de vivê-lo.

A Escuta de Si como Prática

A escuta de si não é algo que se aprende de uma vez. É uma prática, que precisa ser cultivada diariamente. Alguns exercícios podem ajudar:

O diário pessoal: Escrever regularmente, sem censura, o que se sente, o que se pensa, o que se deseja. Depois, reler e observar: que vozes aparecem? O que é meu, o que é dos outros?

A meditação: Sentar-se em silêncio, observar os pensamentos sem se apegar a eles. Aprender a distinguir o ruído da voz mais profunda.

A conversa com amigos de confiança: Pessoas que nos conhecem bem e que podem nos ajudar a ver o que não vemos. Mas cuidado: amigos não são analistas. Seu amor pode atrapalhar a escuta.

A terapia ou análise: O espaço profissional onde a escuta de si pode ser exercitada de forma mais profunda, com alguém treinado para isso.

A arte: A literatura, o cinema, a música, a pintura – tudo isso pode ajudar a dar forma ao que ainda não tem forma. Às vezes, um poema diz o que não conseguimos dizer.

O Desejo e o Sagrado

Para aqueles que mantêm uma fé religiosa, a redescoberta do desejo coloca uma questão delicada: como conciliar o desejo próprio com a vontade de Deus?

A resposta depende, evidentemente, de como se concebe Deus. Se Deus é o Supereu divinizado, aquele que tudo vê e tudo julga, então desejo próprio e vontade divina estarão sempre em conflito. Mas se Deus é o mistério que nos criou, que nos habita, que nos chama à vida, então o desejo próprio pode ser justamente a manifestação dessa vontade.

Muitos místicos falaram nessa direção. Santa Teresa d'Ávila dizia: "A alma deseja o que Deus deseja, e Deus deseja o que a alma deseja." Não porque a alma se anule, mas porque, na experiência mística, o desejo de Deus e o desejo da alma se encontram, se harmonizam, se tornam um só.

Não se trata de uma fusão onde a pessoa perde a si mesma. Trata-se de um encontro onde ela se encontra. Onde descobre que seu desejo mais profundo não é algo separado de Deus, mas a própria voz de Deus falando nela.

Essa perspectiva pode ser libertadora para quem viveu o conflito entre fé e desejo. Porque mostra que não é preciso escolher. Que é possível ser fiel a si mesmo e a Deus ao mesmo tempo. Que a autenticidade não afasta do sagrado – aproxima.

A Vida como Obra

Ao final deste capítulo, talvez possamos pensar a existência como uma obra de arte. Não no sentido de algo bonito ou perfeito, mas no sentido de algo único, singular, irrepetível.

Cada pessoa é chamada a fazer de sua vida uma obra. Não segundo um modelo prévio, mas segundo o material que tem, as ferramentas que encontrou, as marcas que carrega. A obra não precisa ser grandiosa, nem famosa, nem reconhecida. Precisa ser verdadeira.

A psicanálise é uma oficina onde essa obra pode ser esculpida. O analista não é o artista – é apenas um auxiliar, que segura o espelho, que aponta as arestas, que encoraja quando o trabalho dói. O artista é o analisando. O material é sua vida. A ferramenta é seu desejo.

Quando a obra fica pronta – ou melhor, quando está suficientemente adiantada –, a pessoa pode olhar para ela e dizer: "Isto sou eu. Não o que fizeram de mim, não o que deveria ser, não o que sonharam que eu fosse. Isto. Exatamente isto. Com minhas marcas, minhas feridas, minhas belezas. Isto sou eu."

E isso basta.

Síntese do Capítulo

- O desejo, em psicanálise, é a força vital que nos move, não o capricho ou impulso imediato.
- Muitas pessoas perdem a bússola do desejo por internalizarem o desejo do outro (pais, igreja, sociedade).
- A escuta analítica é um exercício de discernimento das vozes que nos habitam: Supereu, Isso, Eu, Ideal do Eu.
- O setting analítico oferece um lugar fora do mundo onde a palavra pode circular livremente.

- A transferência permite repetir relações passadas para, finalmente, elaborá-las.
- A interpretação dá nome ao que não tinha nome, tornando o sofrimento manejável.
- O trabalho do luto é necessário para deixar ir o que foi e abrir espaço para o novo.
- A angústia é o medo do desejo; atravessá-la é condição para a liberdade.
- Casos clínicos ilustram diferentes caminhos de redescoberta do desejo.
- Autenticidade é o horizonte: viver de acordo com o que se é, não com o que disseram que se deveria ser.
- A escuta de si é uma prática cotidiana, que pode ser cultivada de várias formas.
- Para os religiosos, o desejo próprio pode ser entendido como manifestação da vontade de Deus.
- A vida como obra única, verdadeira, é o resultado desse processo.

Para Refletir:

Se você pudesse ouvir, no silêncio do seu coração, a voz mais profunda do seu desejo – aquela que não teme julgamento, que não negocia com a culpa, que não se deixa intimidar – o que ela diria?

Que rumo ela apontaria para sua vida? Que escolhas ela faria? Que amores ela viveria? Que Deus ela invocaria?

E o que impede você de seguir essa voz? Que medos, que culpas, que lealdades a mantêm silenciada?

Talvez a pergunta mais importante não seja "o que os outros vão pensar?", mas "quem sou eu quando não estou pensando nos outros?".

No próximo capítulo, o último desta jornada, "Construindo Novos Laços – O Amor Possível para Além da Norma", veremos como, depois de todo esse trabalho, é possível construir relações amorosas e comunitárias saudáveis. Relações que não negam o passado, mas que se constroem sobre ele. Relações que não

buscam a perfeição, mas a verdade. Relações que, finalmente, podem ser vividas sem culpa.

Capítulo 9: Construindo Novos Laços — O Amor Possível para Além da Norma

O Amor Depois da Travessia

Houve um tempo em que o amor era simples. Ou parecia ser. Encontrava-se alguém, casava-se, constituía-se família, e a vida seguia seu curso previsível. As normas estavam claras, os papéis definidos, os caminhos traçados.

Mas para aqueles que atravessaram as tormentas descritas neste livro – para o casal de segunda união que carrega o peso do "fracasso", para o homossexual que aprendeu a se odiar em nome de Deus, para a mulher que foi silenciada, para o negro que não se via representado no sagrado – o amor nunca foi simples. Foi luta. Foi ferida. Foi, muitas vezes, impossível.

E agora? Depois de todo o trabalho de desconstrução, de luto, de redescoberta do desejo – como se ama? Como se constroem laços que não repitam as velhas armadilhas? Como se vive um amor que não seja a sombra do amor idealizado, mas a presença concreta de um amor possível?

Este capítulo é sobre isso. Sobre a construção de novos laços. Sobre o amor que se aprende, que se escolhe, que se faz no cotidiano. Sobre a possibilidade de amar, finalmente, sem culpa.

O Que é o Amor Possível?

Antes de prosseguirmos, precisamos definir o que chamamos de "amor possível". Não é o amor idealizado dos contos de fada, nem o amor romântico do cinema, nem o amor sacralizado da teologia tradicional. É outra coisa.

O amor possível é aquele que:

Reconhece a imperfeição: Não exige que o outro seja perfeito, nem que a relação seja isenta de conflitos. Sabe que todo ser humano carrega feridas, limites, contradições. E ama apesar disso – ou, talvez, por causa disso.

Não busca a fusão: O amor romântico tradicional sonha com duas almas que se tornam uma. O amor possível respeita a separação. Sabe que cada um mantém sua singularidade, seu espaço, seu mistério. Ama na distância, não na anulação.

Suporta a ausência: O amor possível sabe que o outro não está sempre disponível, nem sempre presente, nem sempre à altura. Suporta as faltas sem deixar de amar. Não porque seja resignado, mas porque é realista.

Aceita o tempo: O amor possível não exige eternidade. Sabe que as relações têm ciclos, que podem durar uma vida ou um período, que o importante não é a duração, mas a intensidade do que foi vivido.

Não se alimenta de culpa: O amor possível não usa a culpa como moeda. Não cobra, não exige sacrifício, não manipula. É gratuito. Dá porque dá, não porque espera receber.

Integra o desejo: O amor possível não separa afeto e eroticidade, não divide o sagrado e o profano. Sabe que o desejo sexual é parte da vida, e o acolhe como expressão do que há de mais vital no ser humano.

Esse amor não é fácil. Exige maturidade, exige trabalho, exige escolha. Mas é o único amor que não adoece. O único que pode ser vivido sem culpa.

A Construção Cotidiana

Se o amor possível não é dado, é construído. E essa construção se dá no cotidiano, nos pequenos gestos, nas escolhas miúdas que, somadas, formam o tecido da relação.

A escuta: Amar é, antes de tudo, escutar. Escutar o que o outro diz, mas também o que não diz. Escutar suas dores, seus medos, seus desejos. Escutar sem pressa, sem julgamento, sem querer consertar. Simplesmente escutar.

A presença: Amar é estar presente. Não apenas fisicamente, mas emocionalmente. É desligar a televisão quando o outro chega. É largar o celular quando ele fala. É olhar nos olhos, tocar a mão, dizer "estou aqui".

O cuidado: Amar é cuidar. Cuidar da casa, da comida, da saúde, do bem-estar. Cuidar nos dias bons e nos dias maus. Cuidar sem esperar reconhecimento, sem cobrar retorno.

O respeito: Amar é respeitar. Respeitar as diferenças, os limites, os silêncios. Respeitar o tempo do outro, seu espaço, suas escolhas. Não tentar moldar, não querer controlar, não invadir.

A admiração: Amar é admirar. Ver no outro aquilo que ele tem de melhor, e celebrar. Não comparar, não competir, não diminuir. Simplesmente reconhecer e valorizar.

O perdão: Amar é perdoar. Não porque o outro mereça, mas porque o rancor pesa demais. Perdoar as falhas pequenas e, às vezes, as grandes. Perdoar sem humilhar, sem cobrar, sem guardar.

Esses gestos, repetidos dia após dia, constroem algo sólido. Algo que resiste às tempestades. Algo que, mesmo imperfeito, é verdadeiro.

O Lugar do Conflito

Uma ideia romântica do amor supõe que, quando se ama de verdade, não há conflitos. É uma ideia perigosa. Porque, quando o conflito aparece – e ele sempre aparece –, a pessoa acha que o amor acabou. Que escolheu errado. Que fracassou.

O amor possível sabe que o conflito é parte da relação. Não é sinal de fracasso, mas de vida. Duas pessoas diferentes, com histórias diferentes, desejos diferentes, inevitavelmente vão se desentender. O importante não é evitar o conflito, mas saber lidar com ele.

Isso significa:

- Não fugir da discussão, mas também não agredir.
- Falar do que sente, sem acusar o outro.
- Ouvir o que o outro sente, sem se defender de imediato.
- Buscar soluções, não vencedores.
- Saber pedir desculpas.
- Saber perdoar.

O conflito bem resolvido fortalece a relação. Porque mostra que é possível discordar sem destruir. Que é possível sentir raiva sem deixar de amar. Que o amor é maior que qualquer desentendimento.

Para quem vem de uma tradição religiosa que idealizava a harmonia, essa é uma lição difícil. A pessoa pode ter aprendido que briga é pecado, que desentendimento é falta de fé, que questionar é desobediência. Precisa desaprender isso. Precisa aprender que o amor verdadeiro não é ausência de conflito, mas presença de acolhimento mesmo no conflito.

A Reinvenção da Família

Um dos desafios mais concretos para quem constrói novos laços é a reinvenção da família. A família tradicional – pai, mãe, filhos, todos morando juntos, com papéis definidos – não serve para todos. Os casais de segunda união, as famílias homoparentais, as famílias monoparentais, as famílias escolhidas – todas elas precisam inventar seu próprio modelo.

Essa invenção não é fácil. Porque não há roteiro. A sociedade ainda pensa a família a partir do modelo tradicional. As leis, as escolas, os serviços de saúde –

tudo está organizado para atender a esse modelo. Quem foge dele precisa se virar.

Mas há também uma liberdade nessa invenção. Liberdade para definir o que importa. Para construir relações baseadas no afeto, não na obrigação. Para escolher quem é família, não apenas aceitar quem a biologia determinou.

Para os casais de segunda união:

A família recomposta é um exercício constante de negociação. Como educar os filhos de relações anteriores? Como lidar com os ex-cônjuges? Como construir um sentimento de unidade quando há tantas histórias diferentes?

Não há receita. Mas há princípios: respeito aos tempos de cada um, paciência com as dificuldades, diálogo constante. E, sobretudo, a compreensão de que o amor não se impõe – conquista-se. O padrasto ou a madrasta não substituem ninguém; somam-se. Os filhos não precisam escolher entre um e outro; podem amar a todos.

Para as famílias homoparentais:

A família formada por dois pais ou duas mães enfrenta desafios específicos. O preconceito social, a falta de representação, as dificuldades legais. Mas enfrenta também a oportunidade de construir relações profundamente igualitárias, livres dos estereótipos de gênero que marcam tantas famílias tradicionais.

Os filhos dessas famílias, quando amados e respeitados, não sofrem por ter dois pais ou duas mães. Sofrem, isso sim, pelo preconceito que enfrentam. A tarefa dos pais é prepará-los para lidar com esse preconceito sem se deixarem diminuir por ele.

Para as famílias escolhidas:

Muitas pessoas, especialmente entre as minorias, constroem famílias que não são de sangue. Amigos que se tornam irmãos, vizinhos que se tornam avós, comunidades que se tornam lares. Essas famílias escolhidas são muitas vezes mais sólidas que as biológicas, porque se baseiam na afinidade, não na obrigação.

A tradição religiosa, com sua ênfase na família consanguínea, muitas vezes desvaloriza esses laços. Mas a experiência mostra que o amor não conhece DNA. A família é onde se é amado. Ponto.

A Comunidade como Acolhimento

Se a família se reinventa, a comunidade também precisa se reinventar. Porque a comunidade religiosa tradicional, muitas vezes, não acolhe. Exclui os que fogem à norma. Deixa à margem os que não se encaixam.

A pessoa que atravessou o processo descrito neste livro precisa encontrar – ou construir – novas comunidades. Comunidades onde possa ser inteira. Onde seu amor seja celebrado, não condenado. Onde sua história seja acolhida, não julgada.

Essas comunidades existem. São as igrejas inclusivas, os grupos de apoio, as redes de afeto. Podem ser pequenas, podem ser frágeis, podem estar longe. Mas existem. E, para quem está só, fazer parte delas é vital.

A função terapêutica da comunidade:

Uma boa comunidade tem função terapêutica. Porque:

- Valida a experiência: Mostra que não estamos loucos, que não estamos sós, que outros passaram pelo mesmo.
- Oferece pertencimento: Dá um lugar, um nome, uma identidade. Acolhe sem exigir que nos tornemos outros.

- Sustenta nos momentos difíceis: Está presente nas crises, nos lutos, nas quedas. Não abandona quando a coisa aperta.
- Celebra as conquistas: Alegra-se com nossas alegrias, festeja nossos amores, reconhece nossos passos.

A construção de novas tradições:

Essas comunidades também constroem novas tradições. Rituais que acolhem, não que excluem. Celebrações que integram, não que separam. Linguagens que nomeiam o que antes era silenciado.

Casamentos de pessoas do mesmo sexo, bênçãos para uniões recém-formadas, rituais de acolhimento para quem foi excluído, celebrações da diversidade – tudo isso vai se criando, aos poucos, tecendo uma nova forma de viver a fé e a comunidade.

Caso Clínico: O Casal que Aprendeu a Recomeçar

Recordemos Antônio, o engenheiro católico que não conseguia ser feliz em seu segundo casamento, e Maria, a professora que não podia comungar. Suas histórias se cruzaram de forma inesperada.

Antônio e Maria se conheceram num grupo de apoio para católicos divorciados e recasados. Ambos estavam em análise, ambos lutando com a culpa, ambos buscando um jeito de viver a fé sem se anular.

No grupo, encontraram outros como eles. Pessoas que também carregavam o peso do "fracasso", que também se sentiam excluídas, que também buscavam um novo jeito de acreditar. Aos poucos, foram se apoiando, se ouvindo, se fortalecendo.

Antônio e Maria se aproximaram. Começaram a conversar depois das reuniões, a trocar livros, a compartilhar suas histórias. Descobriram afinidades, dores comuns, esperanças parecidas. O que era amizade tornou-se afeto. O afeto, amor.

Mas ambos tinham medo. Medo de repetir os erros do passado. Medo de se machucar de novo. Medo do que os outros diriam. Foram devagar. Muito devagar. Deixaram o tempo fazer seu trabalho.

Quando decidiram viver juntos, já não eram mais os mesmos. Havia feito análise, haviam elaborado seus lutos, haviam ressignificado sua fé. Sabiam que o amor não era garantia de felicidade eterna, mas uma aposta. Uma aposta que valia a pena.

Hoje, vivem juntos há cinco anos. Não é um conto de fadas. Têm dificuldades, como todos. Discussões, como todos. Dias difíceis, como todos. Mas aprenderam a lidar com isso. Aprendi que o amor não é ausência de conflito, mas presença de compromisso.

E a fé? Ambos encontraram seu jeito. Não voltaram à missa regularmente. Mas participam do grupo de apoio, que se tornou sua comunidade. Rezam do seu jeito, em casa, no silêncio. Acreditam num Deus que não julga, que acolhe. E isso lhes basta.

Caso Clínico: O Casal que Enfrentou o Preconceito

Beatriz, a jovem lésbica que não podia se tocar, também construiu seu amor. Conheceu Ana num grupo de jovens LGBT. Ana também vinha de uma família religiosa, também carregava suas marcas. Se reconheceram.

O início foi difícil. Beatriz ainda tinha crises de pânico quando se aproximava fisicamente. Ana, paciente, respeitava seus limites. Foram construindo a intimidade aos poucos, com cuidado, com conversa, com muito afeto.

Quando decidiram assumir o relacionamento, enfrentaram o preconceito. A família de Beatriz, ainda muito religiosa, reagiu mal. A mãe chorou, o pai não falou com ela por meses. A família de Ana, um pouco mais aberta, acolheu melhor, mas ainda com reservas.

O apoio veio de onde não esperavam. O grupo de jovens, que se tornou uma segunda família. Alguns amigos da faculdade. E, surpreendentemente, uma tia de Beatriz, também católica, que um dia lhe disse: "Menina, Deus é amor. Se vocês se amam, Deus está com vocês."

Beatriz e Ana construíram sua vida juntas. Compraram um apartamento pequeno, adotaram um cachorro, planejam ter filhos. Ainda enfrentam olhares tortos na rua, ainda ouvem piadas, ainda sentem medo às vezes. Mas aprenderam a se apoiar. A ser o porto uma da outra.

Beatriz me disse, numa das últimas sessões: "Sabe, doutora, eu nunca imaginei que podia ser feliz assim. Durante anos, achei que o amor era pecado, que eu ia queimar no inferno. Hoje, quando olho para Ana, só penso uma coisa: como pode ser pecado algo que me faz tão bem? Como pode Deus condenar isso?"

Ela não tem mais todas as respostas. Mas tem uma certeza: seu amor é bom. E isso, para ela, é suficiente.

Caso Clínico: A Mulher que Reconstruiu a Família

Dona Maria, a líder comunitária que não falava na igreja, também viveu seu processo. Mas, para ela, o amor não era romântico – era familiar.

Maria tinha oito filhos. Muitos deles, ao longo dos anos, haviam se afastado. Culpa das brigas, das dificuldades, da vida dura. Ela se sentia sozinha, mesmo rodeada de gente.

O trabalho de análise a ajudou a se reaproximar. Não porque tivesse mudado os outros, mas porque mudou a si mesma. Aprendeu a ouvir mais, a julgar menos, a pedir desculpas quando necessário. Aprendeu que o amor também é isso: capacidade de se desculpar, de recomeçar, de insistir.

Um a um, os filhos foram voltando. Não todos, não completamente. Mas alguns. O suficiente para que Maria sentisse que, afinal, tinha uma família.

Hoje, aos 72 anos, Maria reúne os filhos e netos todo domingo para o almoço. Não é uma família tradicional – tem gente de todo jeito, de todas as orientações, de todas as crenças. Mas é uma família que se escolheu. Que, apesar das diferenças, decidiu estar junto.

Maria ainda vai à missa. Mas senta na frente, não mais no último banco. E, às vezes, quando o padre pergunta se alguém quer falar, ela levanta a mão. Fala da vida, da comunidade, do amor. Fala com a autoridade de quem viveu. E todos ouvem.

O Amor e a Morte

Uma última palavra sobre o amor possível. Ele não nega a morte. Pelo contrário, a inclui.

O amor possível sabe que um dia vai acabar. Não porque o amor seja fraco, mas porque a vida é finita. A morte é o horizonte de toda relação. Ignorar isso é construir castelos de areia.

Quando se ama sabendo da finitude, ama-se de outro jeito. Com mais urgência, mas também com mais serenidade. Com mais intensidade, mas também com mais aceitação. Aproveita-se o presente, porque se sabe que o futuro não é garantido.

Para quem vem de uma tradição que prometia a eternidade, essa é uma lição difícil. Mas também libertadora. Porque tira o peso da exigência infinita. O amor não precisa durar para sempre para ser verdadeiro. Pode durar o que durar, e isso basta.

O amor possível é, nesse sentido, um amor trágico. Não no sentido de infeliz, mas no sentido de consciente da tragédia da existência. Sabe que vamos morrer, que vamos perder, que vamos sofrer. E ama apesar disso. Ou, talvez, por causa disso.

A Espiritualidade do Amor

Para aqueles que mantêm uma fé religiosa, o amor possível pode ser vivido como espiritualidade. Não a espiritualidade dos ritos e dogmas, mas a espiritualidade do encontro.

Quando duas pessoas se amam verdadeiramente, algo do mistério se manifesta. Há uma transcendência no olhar, uma eternidade no toque, uma sacralidade na entrega. O amor humano, quando vivido com verdade, é uma porta para o divino.

Não é preciso que esse amor seja abençoado por nenhuma igreja. Ele já é, em si mesmo, uma bênção. Não precisa ser legitimado por nenhuma doutrina. Ele já é, em si mesmo, sagrado.

A pessoa que aprendeu a amar sem culpa descobre que o amor é a única coisa que realmente importa. Mais que a doutrina, mais que a norma, mais que a tradição. O amor é o critério. O amor é a medida. O amor é o que fica quando tudo o mais se desfaz.

O Legado

Ao final desta jornada, vale perguntar: que legado deixamos para os que virão depois?

Para os filhos, para os netos, para as próximas gerações – o que queremos transmitir?

Não queremos transmitir a culpa. Não queremos transmitir a vergonha. Não queremos transmitir o medo. Queremos transmitir a possibilidade de amar livremente. De escolher sem culpa. De viver sem medo.

Queremos que nossos filhos saibam que o amor não tem gênero. Que a família não tem modelo único. Que a fé não precisa ser opressora. Que o desejo é sagrado. Que a vida é para ser vivida, não suportada.

Queremos que eles nos vejam amando e aprendam. Que nos vejam errando e aprendam. Que nos vejam recomeçando e aprendam. Que aprendam, sobretudo, que o amor é possível. Que, apesar de tudo, vale a pena.

Síntese do Capítulo

- O amor possível é aquele que reconhece a imperfeição, não busca fusão, suporta ausência, aceita o tempo, não se alimenta de culpa e integra o desejo.
- Constrói-se no cotidiano, através da escuta, presença, cuidado, respeito, admiração e perdão.
- O conflito é parte da relação, não sinal de fracasso; saber lidar com ele fortalece o vínculo.
- A família se reinventa para além do modelo tradicional: famílias recompostas, homoparentais, escolhidas.
- A comunidade de acolhimento é vital para quem foi excluído; nela se encontram validação, pertencimento e sustentação.
- Casos clínicos ilustram a construção de novos laços: Antônio e Maria, Beatriz e Ana, Dona Maria e seus filhos.
- O amor possível inclui a consciência da finitude, o que o torna mais intenso e verdadeiro.
- Para os religiosos, o amor humano pode ser vivido como espiritualidade, como manifestação do sagrado.
- O legado a transmitir é a possibilidade de amar livremente, sem culpa, sem medo.

Para Refletir:

Que amor você tem construído? Ele é feito de culpa ou de liberdade? De obrigação ou de escolha? De medo ou de confiança?

Se você pudesse, hoje, recomeçar a amar – do jeito que sempre quis, sem as amarras que carregou – como seria? Quem estaria ao seu lado? O que você diria? O que você faria?

E se esse recomeço não exigisse permissão de ninguém – nem de Deus, nem da Igreja, nem da família –, você começaria agora?

No próximo e último capítulo, o Posfácio, escreverei uma carta pessoal para quem ainda sofre. Uma palavra de acolhimento, de esperança e de convite à travessia.

Posfácio: Uma Carta para Quem Ainda Sofre

Para Você, Que Chegou Até Aqui

Meu caro leitor, minha cara leitora,

Se você chegou até esta página, provavelmente carrega alguma ferida. Talvez tenha se reconhecido em alguma das histórias que contei ao longo deste livro. Talvez tenha visto, nos casos de Maria, Antônio, Beatriz, João, Dona Maria, um reflexo da sua própria dor. Talvez tenha encontrado, nas reflexões sobre o Supereu, a culpa, a vergonha, palavras para nomear o que, até então, era apenas um aperto no peito, uma angústia difusa, uma sensação de não estar em casa no mundo.

Escrevo esta carta ao final da jornada não como um especialista que tem todas as respostas, mas como alguém que, ao longo de anos de escuta clínica, aprendeu algumas coisas sobre o sofrimento humano. E a principal delas é esta: você não está sozinho.

Parece frase feita, eu sei. Mas é verdade. O sofrimento que você carrega – essa culpa por amar, essa vergonha de existir, esse medo de ser quem é – não é uma invenção sua. Não é uma fraqueza pessoal. Não é falta de fé. É o resultado de discursos que o precederam, de estruturas que o formaram, de vozes que se internalizaram e passaram a falar de dentro, como se fossem suas.

Você não escolheu sofrer. Você aprendeu a sofrer. E o que se aprende, também se pode desaprender.

Sobre a Travessia

Ao longo destes capítulos, falamos de um caminho. Chamamos de travessia. É a passagem do Deus que julga ao Deus que acolhe. É a passagem da vergonha à dignidade. É a passagem do silêncio à voz. É a passagem da culpa à liberdade.

Essa travessia não é linear. Não é uma linha reta que vai do ponto A ao ponto B. É um caminho com idas e vindas, avanços e recuos, dias de sol e dias de tempestade. Há momentos em que você vai se sentir livre, e momentos em que a culpa vai voltar com toda a força. Há momentos em que vai se olhar no espelho e gostar do que vê, e momentos em que a velha vergonha vai bater à porta.

Isso é normal. Isso é humano. A cura não é um estado, é um processo. Não se trata de chegar a um lugar onde nunca mais se sofre. Trata-se de sofrer menos, e de sofrer de um jeito que faça sentido. Trata-se de transformar o sofrimento que paralisa em sofrimento que move.

Se você está no meio dessa travessia, talvez se sinta cansado. Talvez se pergunte se vale a pena. Talvez pense em desistir e voltar para o velho jeito, por mais doloroso que ele fosse – pelo menos era conhecido.

Não desista. O que espera do outro lado é a possibilidade de uma vida que é sua. Não a vida que os outros sonharam para você. Não a vida que a religião prescreveu. Não a vida que a culpa permitiu. A sua vida. Com suas escolhas, seus amores, seus erros, seus acertos. A sua vida, vivida por você.

Para o Casal de Segunda União

Se você faz parte de um casal de segunda união, quero lhe dizer uma coisa: o seu amor não é menor. A sua família não é ilegítima. O seu recomeço não é um fracasso.

Você carrega o peso de um ideal que não se cumpriu. O "para sempre" do primeiro casamento ficou pelo caminho. Mas isso não significa que você não possa construir um "para sempre" possível agora – um "para sempre" que não

nega o passado, que não idealiza o futuro, que se constrói no presente, dia após dia.

Seus filhos, se os há, podem se beneficiar de ver dois adultos que, apesar das dificuldades, escolheram ser felizes. Que aprenderam com os erros. Que não desistiram do amor. Isso é uma lição que vale mais que qualquer discurso sobre famílias perfeitas.

Se a Igreja o exclui, lembre-se: a Igreja são pessoas. E pessoas podem errar. O Deus que você aprendeu a temer talvez seja menor que o Deus que você pode descobrir – um Deus que não está no altar, mas na mesa posta, no abraço apertado, no silêncio compartilhado.

Você tem direito ao amor. Não precisa pedir licença.

Para o Homossexual

Se você é homossexual e cresceu ouvindo que seu amor é pecado, quero lhe dizer uma coisa que talvez ninguém tenha dito: você não é um erro. Você não é uma abominação. Você não é uma versão defeituosa de ninguém.

O desejo que habita em você é a sua força vital. É o que o move, o que o conecta, o que o torna capaz de amar. Esse desejo não veio do diabo – veio da vida. E a vida, quando é vida, é sagrada.

A vergonha que você carrega não é sua. Foi colocada em você. Por palavras, por olhares, por silêncios. Por pessoas que também carregavam suas próprias vergonhas e as projetavam em você. Mas você pode, aos poucos, devolver essa vergonha a quem ela pertence. Pode aprender a se olhar com outros olhos – os seus olhos, não os deles.

Se Deus existe, e eu não sei se existe, mas se existe, não é um Deus que condena o amor. É um Deus que é amor. E, sendo amor, só pode se alegrar quando duas pessoas se amam verdadeiramente, independentemente de seus gêneros.

Você merece amar. Merece ser amado. Merece ser feliz. Não precisa de cura – precisa de acolhimento. E, se não o encontra fora, pode começar encontrando dentro.

Para a Mulher Silenciada

Se você é mulher e aprendeu que seu lugar é o silêncio, quero lhe dizer: sua voz importa. Sua palavra vale. Sua opinião é tão legítima quanto a de qualquer homem.

Você foi ensinada a servir, a obedecer, a se anular. A colocar os outros sempre à frente. A cuidar de todos, menos de si. Esse ensinamento não veio de Deus – veio de uma cultura que precisa de mulheres silenciosas para se manter.

Ocupar espaço não é pecado. Dizer o que pensa não é rebeldia. Cuidar de si não é egoísmo. É saúde. É dignidade. É vida.

Se a religião que você frequenta não lhe dá voz, talvez seja hora de questionar se essa religião ainda lhe serve. Ou talvez seja hora de encontrar, dentro dela, as brechas por onde sua voz possa passar. As mulheres sempre encontraram essas brechas. As místicas, as santas, as beatas, as líderes comunitárias. Você não está sozinha.

O corpo que você habita é seu. O desejo que você sente é seu. A vida que você vive é sua. Reivindique-as.

Para o Negro que Não se Vê

Se você é negro e cresceu num universo sagrado onde todos os santos são brancos, onde Deus é representado com olhos azuis, onde sua história não é contada, quero lhe dizer: você é imagem e semelhança. Exatamente como é.

A brancura de Deus não é divina – é humana. É a projeção de uma cultura que se achou no direito de definir o sagrado a sua imagem. Mas o sagrado é maior que qualquer cultura. O sagrado habita em todas as cores, em todas as raças, em todas as histórias.

Sua pele não é maldição. Seu cabelo não é defeito. Seus traços não são imperfeição. São a face de Deus se manifestando de um jeito que a Europa nunca pôde compreender.

Busque suas referências. Os santos negros existem. As teologias negras existem. As comunidades negras de fé existem. Você não precisa implorar por um lugar à mesa – pode construir sua própria mesa, com os seus, para os seus.

E, se um dia olhar para um crucifixo e vir ali um homem moreno, de cabelo crespo, lábios grossos, lembre-se: Jesus era judeu, do Oriente Médio, não um europeu de olhos claros. Talvez ele se parecesse mais com você do que lhe contaram.

Para o Pobre que se Sente Culpado

Se você é pobre e aprendeu que sua pobreza é vontade de Deus, que sua resignação é virtude, que sua recompensa virá no céu, quero lhe dizer: a pobreza não é bênção – é injustiça. E você tem todo o direito de lutar contra ela.

O Deus que promete céu em troca de terra não é o Deus da vida. É o Deus dos que querem você quieto, parado, aceitando. O Deus da vida quer você de pé, lutando, buscando o pão e a dignidade aqui e agora.

Não se sinta culpado por querer mais. Por desejar conforto, estudo, lazer, beleza. Isso não é ganância – é humanidade. Você não é menos espiritual porque quer uma vida melhor. A espiritualidade que nega a vida não é espiritualidade – é fuga.

Lute. Organize-se. Reivindique. Estude. Cresça. E, se sua fé disser que isso é errado, questione sua fé. Talvez o problema não seja você, mas o Deus que lhe venderam.

Sobre a Raiva

Talvez você sinta raiva. Raiva da igreja que o excluiu. Raiva da família que não o acolheu. Raiva de Deus, por permitir tanto sofrimento. Raiva de si mesmo, por ter demorado tanto.

A raiva é legítima. Não a empurre para baixo. Não a disfarce de perdão prematuro. Sinta sua raiva. Nomeie-a. Dê-lhe espaço.

A raiva bem sentida não destrói – transforma. Ela mostra onde a injustiça aconteceu. Ela aponta os responsáveis. Ela dá energia para a luta. O problema não é a raiva, mas o que se faz com ela.

Use sua raiva para se afastar do que machuca. Use para construir distância saudável. Use para dizer não. Use para se proteger. Depois, quando a raiva tiver feito seu trabalho, você pode decidir o que fazer com ela – inclusive, talvez um dia, transformá-la em perdão. Mas perdão só é verdadeiro quando não é forçado. Perdão só é cura quando a raiva foi respeitada.

Não se apresse em perdoar. Apresse-se em se cuidar.

Sobre o Perdão a Si Mesmo

De todas as formas de perdão, a mais difícil é o perdão a si mesmo. Perdoar-se por ter se odiado. Perdoar-se por ter se escondido. Perdoar-se por ter se calado. Perdoar-se por ter demorado.

Você fez o que pôde com as ferramentas que tinha. Na época em que se odiava, não tinha ainda as ferramentas para se amar. Na época em que se escondia, não tinha ainda a segurança para se mostrar. Na época em que se calava, não tinha ainda a voz para falar.

Você estava sobrevivendo. E sobreviver, num ambiente hostil, já é uma forma de força. Não se culpe por não ter sido mais forte – você foi o forte possível. E essa força o trouxe até aqui.

Agora, com as ferramentas que foi adquirindo, pode começar a se tratar com mais gentileza. Pode olhar para trás e dizer: "Eu era criança, eu era jovem, eu estava com medo. E fiz o que pude." Pode se abraçar, simbolicamente, na figura daquele que sofreu. Pode se perdoar.

O perdão a si mesmo é a porta de entrada para todos os outros perdões. Porque, quando você se perdoa, descobre que é digno de amor. E, descobrindo isso, pode finalmente deixar que os outros o amem – e amar os outros de verdade.

Sobre a Fé que Resta

E a fé? O que fazer com ela depois de tudo?

Não tenho uma resposta pronta. Cada um encontrará a sua. Alguns vão abandonar completamente a religião, e isso será saúde. Outros vão encontrar novas formas de crer, em novas comunidades, com novos símbolos. Outros vão retornar à velha tradição, mas com outros olhos – olhos que escolhem o que acolher e o que deixar.

Não há caminho certo. Há o seu caminho.

Se restar fé, que seja uma fé que não aprisiona. Que não impõe. Que não condena. Uma fé que acolhe sua humanidade inteira – com desejos, com dúvidas, com contradições. Uma fé que não tem medo de perguntar, de questionar, de duvidar. Uma fé que é caminho, não chegada.

Se não restar fé, que reste a vida. E a vida, vivida com intensidade, com verdade, com amor, já é suficientemente sagrada. Você não precisa de um Deus para validar sua existência. Sua existência já se valida por si mesma, a cada manhã em que você acorda e escolhe viver.

Sobre o Amor

No fim de tudo, o que fica é o amor.

O amor que você deu, mesmo quando não recebeu de volta. O amor que você guardou, mesmo quando mandaram esconder. O amor que você ousou viver, mesmo quando disseram que era pecado. Esse amor é a sua verdade. É a sua assinatura no mundo. É o que ninguém pode tirar de você.

O amor que você ainda vai viver. Os encontros que ainda vão acontecer. As mãos que ainda vai apertar. Os olhos em que ainda vai mergulhar. Os corpos que ainda vai abraçar. Esse amor é a sua esperança. É o que o mantém em movimento. É o que faz valer a pena.

O amor que você é. Porque você, no fundo, não é sua culpa. Não é sua vergonha. Não é seu medo. Você é amor. Amor que busca, amor que quer, amor que insiste. Mesmo quando tudo parece perdido, esse amor continua. É o que há de mais profundo em você.

Não deixe que tirem isso. Não entregue seu amor a quem não sabe cuidar dele. Guarde-o. Cultive-o. Deixe-o florescer. O mundo precisa de amor – do seu amor, do meu, do nosso. Não do amor idealizado, não do amor perfeito, mas do amor possível. Desse amor que, apesar de tudo, insiste em existir.

Um Convite

Se você chegou até aqui, faço um convite: não pare.

A travessia não termina na última página. Ela continua na vida real, nas escolhas concretas, nos dias comuns. Continua na decisão de se olhar no espelho com mais gentileza. Na coragem de dizer não ao que machuca. Na ousadia de dizer sim ao que faz bem.

Se você pode, busque ajuda. Um analista, um terapeuta, um grupo de apoio. Alguém que possa escutar sem julgar, acolher sem condicionar, acompanhar sem dirigir. Não precisa fazer isso sozinho. Ninguém precisa.

Se não pode, ou se ainda não encontrou, continue lendo. Continue buscando. Continue conversando com amigos de confiança. Continue escrevendo, desenhando, cantando, rezando – o que quer que lhe ajude a dar forma ao que sente.

O importante é não desistir de si mesmo. O importante é seguir em frente, mesmo devagar, mesmo com medo, mesmo sem saber exatamente para onde.

A Última Palavra

Não tenho uma última palavra. Não há uma frase que resuma tudo, uma lição que feche o livro, uma moral da história. A vida não é assim. Ela continua, aberta, incerta, surpreendente.

O que posso lhe deixar é isto: você é maior do que sua dor. Você é maior do que sua culpa. Você é maior do que sua vergonha. Você é maior do que tudo o que lhe disseram que você é.

No silêncio do seu coração, há uma voz que sabe quem você é. Ela pode estar soterrada sob anos de condicionamento, pode estar fraca de tanto não ser ouvida, mas ela está lá. Essa voz é o seu desejo. É a sua verdade. É a sua bússola.

Escute-a. Confie nela. Siga-a.

O caminho não será fácil. Mas será seu. E isso, no fim das contas, é o que importa.

Com acolhimento e admiração pela sua travessia,

[Seu Nome]

Uma Bênção Laica

Que você encontre, dentro de si, a força que procurou fora.

Que você descubra, nos seus olhos, a beleza que não via.

Que você viva, no seu corpo, o prazer que lhe negaram.

Que você diga, com sua voz, as palavras que calaram.

Que você ame, com seu coração, o amor que condenaram.

Que você se perdoe pelos anos em que se odiou.

Que você se abraçe pelas vezes em que se deixou.

Que você se escolha, finalmente, como nunca escolheu.

E que, nessa escolha, descubra o sagrado que sempre esteve ali – não no altar distante, mas no chão que pisa, no ar que respira, no amor que vive.

Amém.

Fim

Este livro foi escrito para você. Para que você saiba que não está sozinho. Para que você encontre palavras para a sua dor. Para que você descubra caminhos para a sua cura. Para que você, finalmente, possa viver o amor que é seu.

Se esta obra tocou você de alguma forma, compartilhe-a com quem precisa. O sofrimento que descrevemos é coletivo; a cura também pode ser.

Siga. A vida espera.

