

Ressentimento

Quando o futuro aponta para o passado e não é possível perdoar

Patricia Vianna Getlinger

Patricia Vianna Getlinger é psicanalista, membro do Departamento de Psicanálise do Instituto Sedes Sapientiae, membro efetivo e docente na Sociedade Brasileira de Psicanálise de São Paulo.

Resumo Este artigo discute a clínica do ressentimento a partir da teoria e da técnica psicanalíticas. Abarca-se tanto a dimensão metapsicológica quanto o sofrimento de sujeitos que se sentem injustiçados, presos ao trauma e à compulsão à repetição. Suportar a incompletude e a falta e fazer o luto da perfeição infantil idealizada é parte do árduo caminho que pode conduzir o sujeito ressentido do circuito ódio-inveja-vingança à possibilidade de perdoar o seu algoz e se perdoar.

Palavras-chave ressentimento; ódio; compulsão à repetição; luto; perdão.

DOI: 10.70048/percurso.74.77-86

DOR ELEGANTE

Um homem com uma dor / É muito mais elegante / Caminha assim de lado / Como se chegando atrasado

Carrega o peso da dor / Como se portasse medalhas / Uma coroa, um milhão de dólares / Ou coisa que os valha

Ópios, édens, analgésicos / Não me toquem nessa dor / Ela é tudo o que me sobra / Sofrer vai ser a minha última obra

[Paulo Leminski]

Introdução

Quando a dor é tudo o que sobra, nem ópios, édens, analgésicos ou analistas são bem-vindos para aliviar ou modificar a dor. Sofrer torna-se a última obra e caminha-se com o peso da dor, como se fossem medalhas o que se portasse. Mas, e sem a dor, o que restaria? E sem culpados para a dor, como manter o lugar de vítima inocente?

Ele iniciou o trabalho analítico comigo aos 58 anos. Não queria ficar “um velho amargo e ressentido”, mas já se sentia assim e temia piorar. É solteiro e mora sozinho. Tem preocupações e interesses variados, mas um tema é constante: seu pai e a decepção com ele. As queixas são repetidas à exaustão. Ele reclama que o pai não o compreende, não o escuta, não considera a sua opinião e depois diz “a mesma coisa” em outras palavras. Ele também vive isso com relação a outras pessoas, sentindo que o mundo não o compreende e está contra ele. Qualquer evento simples o exaspera, enchendo-o de ódio por muitas horas. Ao me relatá-los na sessão, o ódio retorna e o inunda. É uma ferida aberta.



*a persistência do tom queixoso
e da sensação de injustiça costuma
caracterizar a vida (e a análise)
desse tipo de paciente*

Todos os processos psíquicos são marcados pelo fenômeno da repetição. Tanto as formações saudáveis quanto os diferentes modos de adoecimento psíquico trazem essa marca que, no entanto, proporciona formas distintas de satisfação. Dentre os diferentes tipos de adoecimento psíquico, alguns envolvem de modo particularmente mortífero a tendência a repetir, o que mantém o sujeito preso a experiências emocionais circulares de dor. O ódio, o rancor e o ressentimento, acompanhados ou não pelo desejo de vingança, são sentimentos presentes nesses quadros.

A persistência do tom queixoso e da sensação de injustiça costuma caracterizar a vida (e a análise) desse tipo de paciente, bem como a presença de mecanismos de defesa que buscam restaurar a experiência de onipotência, diminuindo o sentimento de vergonha e a vulnerabilidade. Tais estruturas defensivas mantêm o sujeito apartado da responsabilização pelo que acontece em sua própria vida e em seu psiquismo.

Esse artigo pretende discutir a clínica do ressentimento a partir da teoria e da técnica psicanalíticas. Além de descrever a dinâmica psíquica do sujeito ressentido, procura articular os conceitos da metapsicologia psicanalítica com essa clínica, visando compreender as origens e destinos do ressentimento e mapear os alcances, dificuldades e limites desse tipo de atendimento. Pequenos trechos clínicos introduzem cada um dos aspectos teóricos desenvolvidos no texto, mas não se busca com isso construir uma compreensão aprofundada e específica de um caso. A presença dos “flashes” clínicos busca, muito mais, tornar vivo o clima das sessões e do mundo interno de pacientes que se sentem presos às armadilhas do ressentimento.

A função da escrita, assim, é a de compartilhar a clínica e seus fenômenos cotidianos com os pares que compõem o *tecido psíquico interno-externo* do analista, o seu *grupo interno*. A sustentação do *enquadre interno do analista*¹ depende dessa troca, fundamental para nosso papel analítico, em particular para a criação e manutenção em funcionamento da *mente do analista*².

O sujeito ressentido ou Não esquecer, não elaborar, repetir

Eu quero que ele peça desculpas. Ele é incapaz! Ele está sempre certo, nunca acha que fez alguma coisa errada, nunca deixa de ter razão. Eu quero que ele reconheça o que fez quando éramos pequenos, reconheça que eu tenho razão às vezes, que eu não estou sempre errado e ele sempre certo. Eu quero que as pessoas parem de falar como ele é maravilhoso, atencioso, generoso... Para mim, só sobram suas críticas, o seu mau humor, as suas dores nas costas... Ao menos se ele percebesse... Mas não, isso não acontece nunca, ele está sempre por cima e não reconhece nenhuma falha.

Mas eu não esqueço. Eu não esqueço nada!

Embora o ressentimento não figure no vocabulário conceitual da psicanálise, alguns conceitos e dinâmicas compreendidas por Freud compõem um quadro fértil para embasar hipóteses sobre as características de uma clínica com pacientes ressentidos, em particular o narcisismo, os ideais, os processos de luto e melancolia, o fenômeno da repetição, a agressividade, o ódio e a pulsão de morte.

Pode-se descrever o ressentimento como um sentimento amargo e persistente de injustiça. O sujeito ressentido sente-se vítima de alguma humilhação sofrida passiva e injustamente. Ele se percebe inocente diante do ocorrido, diante do ódio provocado e, principalmente, diante de seu destino repetitivo. Da mesma forma, suas fantasias e atitudes agressivas são justificadas e inocentadas pela lógica da vítima que foi abandonada, agredida ou humilhada sem merecimento. Sentindo-se lesado, o sujeito adquire *direitos* de

retaliação e de vingança contra todos que perturbam a ilusão da perfeição infantil.

A relação do sujeito ressentido com a temporalidade é bastante particular. Ele vive em um tempo que não passa porque ele não pode apagar, elaborar ou esquecer o prejuízo que acredita ter sofrido. Ao contrário: para o sujeito ressentido, é uma questão de honra manter-se ligado ao objeto que causou a injúria. Se ele relevasse ou esquecesse, estaria minimizando a importância da humilhação que sofreu, desculpando seu agressor. Enquanto não se sente vingado, carrega esse fardo. Mas o fato de não poder atravessar essa dor mantém-no preso ao passado, e seu futuro (e o foco de sua vida) é traçado a partir da ideia de que ele merece ser ressarcido. Essa característica de imobilidade e impossibilidade de mudança está atrelada à forte *viscosidade da libido*³ no ressentimento.

A diferenciação entre a *memória da dor* e a *memória do ressentimento*⁴ apresenta de forma interessante dois modos de se relacionar com o passado e com a dor. Na primeira, não há renúncia ao sofrimento, mas, por meio da pulsão de vida, a dor organiza um sinal de alarme que protege e ajuda a impedir a repetição do mal, criando condição para novas construções. Uma diferença fundamental é que a memória da dor está fora do vértice moral: a dor é lembrada sem que haja culpados, sem ressentimento e sem desejo de vingança.

De modo inverso, a memória do ressentimento está ligada à moralidade e à culpa e funciona submetida à lógica da pulsão de morte. Nela o passado não é vivido como uma experiência que transforma e previne, mas como um lastro que pesa e se repete, não podendo ser elaborado ou esquecido. Ao se ligar ao desejo insaciável de vingança ou ressarcimento, a repetição torna-se compulsão à repetição, impedindo o sujeito ressentido de ter a percepção subjetiva da passagem do tempo. Essa ocupação mental e emocional

»
*uma diferença fundamental
é que a memória da dor está fora
do vértice moral: a dor é lembrada
sem que haja culpados*

também faz com que ele tenha sua afetividade, empatia e compaixão bloqueadas. É por isso que ele não pode perdoar o outro nem se perdoar, ficando preso ao circuito da dor e ao vértice moral da culpa e da vingança.

Amor, ódio e agressividade

Paciente: Na pandemia, eu fiquei sozinho na noite de Natal. Meu irmão estava com a família, meu pai estava na casa dele. “Mas EU posso ficar sozinho! Ninguém me ligou para ver como eu estava!” No dia seguinte liguei para o meu irmão dizendo que não teve problema, apenas queria que alguém tivesse me ligado. Aí ele começou a brigar que eu sempre tenho esse tom de coitado, de vítima!

Analista: Fiquei com a impressão de que você estava mesmo se sentindo um pouco vítima da solidão, e talvez até invejoso do seu irmão, que tem mulher e filhos e por isso tinha companhia.

Paciente: Eu não tenho inveja do meu irmão. Fui super gentil, não entendi por que ele começou a me agredir daquele jeito.

Analista: Pelo jeito ele “ouviu” o que você estava sentindo. Talvez possamos pensar, juntos, naquilo que o seu ódio provoca, mesmo que você acredite que está controlando tudo e não deixando transparecer nada. Aqui, por exemplo, está aparecendo muito ódio, e talvez você também fique furioso comigo por imaginar que eu tenha tido a companhia da minha família nesse dia.

Paciente: Eu não estou furioso com você!!! (Em tom muito furioso).

O modelo proposto em *Além do princípio do prazer* funda a nova oposição pulsional entre amor e ódio, compreendendo o conflito fundamental entre tendências de ligação e de desligamento.

1 A. Green, *Idées directrices pour une psychanalyse contemporaine*.

2 L.C. Figueiredo, *A mente do analista*.

3 L. Kancyper, *Ressentimento e remorso: estudo psicanalítico*.

4 L. Kancyper, “Resentimiento, memoria y duelo”, *Revista uruguaya de psicoanálisis* (En línea), 93.



*as formas de intrincação
ou fusão das pulsões regulam
as duas forças pulsionais,
equilibrando-as*

O conceito de pulsão de morte é fundamental para a modulação da pulsão de vida e decisivo na manutenção da vida, e compreender essa dinâmica amplia o entendimento do ressentimento.

A pulsão de vida promove ligação, revelando a tendência agregadora de Eros. No entanto, o excesso dessa carga pulsional, quando incontido, “se torna uma força cega que visa fundir tudo e se torna perigosa para a vida”⁵. A pulsão de morte, por sua vez, tem em sua natureza a pura destrutividade e visa ao desligamento e à *desobjetalização*⁶, podendo oferecer riscos à continuidade da vida. Apenas em situações muito específicas, temos acesso a uma manifestação *pura* seja da pulsão de vida, seja da pulsão de morte, sendo elas intrincadas na maior parte das experiências.

As formas de intrincação ou fusão das pulsões regulam as duas forças pulsionais, equilibrando-as. Um dos alcances disso é a pulsão de morte e o ódio servirem para limitar o excesso de ligação da pulsão de vida. A pulsão de morte exerceria assim o seu potencial de desvinculação, separando sujeito e objeto e liberando a libido na direção de novos objetos. Mas isso, desde que os propósitos de Eros recubram a pulsão de morte; ou seja, apenas quando amparada pelo amor a experiência do ódio pode contribuir com a elaboração de lutos e favorecer a separação e a substituição do objeto.

Este não costuma ser o destino pulsional típico nos casos de ressentimento. Ao contrário, o movimento que conduziria à elaboração do luto costuma ficar impedido na dinâmica psíquica do sujeito ressentido, dada a fragilidade da vertente amorosa e a submissão às necessidades narcísicas (*sua majestade, o bebê*), além da forte viscosidade da libido. Assim, sem a internalização de bons objetos que auxiliassem na tolerância à dor, a pulsão

de morte e o ódio não servem à discriminação eu-outro e acabam sendo derivados para outros caminhos, em particular o da agressividade.

É assim que no contexto do ressentimento se pode distinguir agressividade e destrutividade:

a agressão, e não a destrutividade, se definirá então como a parte da pulsão de morte projetada no exterior. Destrutividade como o *quantum* de pulsão de morte voltada para o sujeito, agressividade como a projeção para fora do sujeito dos componentes da pulsão de morte⁷.

O que se depreende disso é que o desamparo e a baixa tolerância à frustração do sujeito do ressentimento levam-no a *cuspir* no lugar de *reter*⁸ a experiência angustiante, privilegiando a descarga como movimento básico, em detrimento da elaboração. O movimento agressivo expulsivo *esvazia* o sujeito da angústia, nega a própria condição desamparada e reanima a idealização onipotente e a ilusão de perfeição narcísica, sendo uma defesa regressiva contra o *desamparo originário*⁹.

Ainda dois outros sentimentos insuportáveis que geram e são expulsos pela agressividade no ressentimento são a inveja e o ciúme, nem sempre coligados. Eles contribuem para a identificação do sujeito ressentido com a figura do *vingador*, que não esquece e vinga as antigas humilhações. Embora legitimadas, paradoxalmente as próprias reações agressivas são impossíveis de perdoar, pois a mesma lógica moral com que o agressor é julgado recai inevitavelmente sobre ele, a *vítima*. Por outro lado, a posição de vingador-justiceiro protege as fantasias de onipotência sem gerar culpa, arrependimento, reparação ou perdão, mantendo o sujeito apartado do rumo de sua vida psíquica.

A agressividade do sujeito ressentido tem também como finalidade preservar o objeto da destruição, mantendo-o vivo e sob controle, e garantindo certo tipo de prazer¹⁰, mesmo que preso ao domínio da repetição circular. É assim que a compulsão à repetição revela mais um de seus destinos: o sadismo e o masoquismo – ou sado-masoquismo, evidenciando a aliança pulsional entre a pulsão de morte e a sexualidade, uma

das mais evidentes no ressentimento¹¹. A agressividade mantém ativa a circularidade regressiva e sádica típica do ressentimento e, uma vez que está sob o domínio do narcisismo, a própria posição ressentida acaba sendo erotizada.

Ressentimento e narcisismo

Ele tem críticas a quase tudo e todos e se sente injustiçado e coberto de razão em seu modo de pensar e de agir. Constantemente se compara aos outros, julgando que teria feito muito melhor. Sua “balança narcísica” se mantém estável graças a isso, mas a fragilidade de sua posição psíquica é incontestável. Embora ele se sinta um adulto corretíssimo em quase todas as situações que me relata, sua atitude na sessão (e diante dos demais) se assemelha à de uma criança pequena buscando aprovação. Muito raramente ele se coloca em perspectiva ou vê o

»
no quadro do ressentimento,
uma das questões mais evidentes
é a intolerância aos limites
da realidade

mundo com outros olhos que não os seus, sendo ainda mais rara a presença da empatia e da compaixão.

Narcisismo e ressentimento estão profundamente ligados, visto que a fragilidade narcísica e a perda de um objeto primário idealizado são fatores comumente presentes no quadro do ressentimento. Neste, uma das questões mais evidentes é a intolerância aos limites da realidade e às frustrações, que frequentemente são vividas como reencenação das humilhações sofridas. Diante delas costumam imperar a onipotência e o triunfo narcísico como mecanismos de defesa.

Sabemos que a crescente condição de suportar frustrações e a possibilidade de acessar a realidade compartilhada dependem do ritmo balanceado entre presença e ausência do objeto cuidador (mãe). A ausência relativa da mãe, intermediária entre a presença e a perda, é o que estimularia os recursos intrapsíquicos rudimentares do bebê a suportar a incompletude narcísica e a internalizar a *estrutura enquadrante*¹². A internalização de um objeto bom depende do amparo do adulto à dor e à frustração do bebê¹³.

Uma ruptura precoce na vinculação incipiente entre a mãe e o bebê ou uma presença insuficiente do objeto primário (em especial em sua condição amorosa) dificultam a constituição sólida do espaço psíquico. Com frequência é isso que se vê na organização de pacientes ressentidos, que efetivamente se queixam de falta de compreensão e reconhecimento por parte de seu *algoz*. Nesses casos, o retorno regressivo narcísico e reconfortante ao Eu ideal e à perfeição (projetada no bebê) tendem a perdurar como ambiente de satisfação onipotente. Isso dificulta ou impede a renúncia e impacta a organização narcísica secundária em torno do Ideal

5 M. Aisenstein, “Repetition and the compulsion to repeat, a French perspective”, *The International Journal of Psychoanalysis*, v. 101, n. 6, p. 1210.

6 A. Green, *Idées...*, p. 165-6.

7 A.M. Azevedo, *Passado e presente*, p. 115.

8 A.M. Azevedo, *op. cit.*, p. 111-2.

9 E. Roudinesco e M. Plon, *Dicionário de Psicanálise*, p. 532.

10 Poderíamos supor que essa dinâmica sádico-anal esteja ligada a um tipo de *erotização inconsciente do conflito ou da oposição*, aproximando esse aspecto do funcionamento do ressentimento daquele descrito por Green em sua concepção da *análise primária*. Cf. A. Green, “Análise primária. Relações com a organização obsessiva”, *Revista Ide*, n. 40 – Memória.

11 M. Aisenstein, *op. cit.*

12 A. Green, “O narcisismo primário: estrutura ou estado?”, in *Narcisismo de vida, narcisismo de morte*.

13 Lembrando que o bebê não é apenas um receptor passivo do que vem de fora, ou seja, ele provoca reações no outro. Como se sabe, a teoria freudiana privilegia a matriz pulsional, deixando um lugar secundário para a matriz das relações de objeto, ainda que admitindo a sua importância. Acredito que uma compreensão contemporânea das formas de ressentimento deva poder incluir, ao lado do pensamento freudiano, as contribuições pós-freudianas de autores como Melanie Klein, Winnicott, Bion e Green. Esse último, em particular, valoriza a suplementariedade do par pulsão-objeto (A. Green, *Idées...*). A teoria kleiniana, por sua vez, fornece noções importantes para a clínica do ressentimento a partir de seu modo de compreender e trabalhar a transferência negativa, o ódio e a inveja, mas também o poder de ligação da pulsão de vida (Eros) e as condições para o luto, a reparação e o perdão, como se verá à frente no artigo. (Cf. M. Klein, “Mourning and its relation to manic-depressive states”, in *Love, guilt and reparation and other works*, e M. Klein, “Envy and gratitude”, in *Envy and gratitude and other works*).



*o que determina que
um sujeito seja capaz de elaborar
um luto e não se mantenha no luto
patológico, ou seja, na melancolia?*

do Eu, que incluiria a mediação da realidade e as identificações parentais e sociais¹⁴.

Como o sujeito ressentido sente que nunca obteve apoio ou reconhecimento suficiente, fica prejudicada a internalização de bons objetos, que por sua vez alimentariam a autoestima e o ajudariam a abandonar as fantasias idealizadas de perfeição. Ao contrário, o modo de satisfação ligado ao narcisismo primário tende a se manter como padrão prioritário de funcionamento no ressentimento. “A introjeção do objeto bom seria obstruída pela inveja, ressentimento e ambivalência; na verdade, o próprio ‘objeto bom’ seria danificado e transformado em mau”¹⁵.

Mas, ainda que a relação de apego primária tenha sido relativamente bem-sucedida, há sempre o desafio da travessia edípica, que também pode gerar ou reforçar experiências de ressentimento, caso fracasse ou não se complete. “A entrada em relações triangulares e o seu cruzamento é também essencial para a saúde mental do sujeito e decisivo para a instalação e manutenção da sua capacidade de perdoar e perdoar a si mesmo”¹⁶. Quando já existe, essa capacidade de perdão é requisito para uma satisfatória travessia e dissolução do Édipo, bem como para a constituição de um Supereu não cruel. Mas, simultaneamente, a própria condição psíquica do sujeito de perdoar e perdoar-se é posta à prova na travessia edípica, dada a intensidade da triangulação e da ambivalência.

Luto, melancolia, ressentimento

Ele sente que o pai seduz e engana todo mundo com sua falsa simpatia. Ele não consegue se desligar desse pai “cantador-monstruoso” e se libertar dessa dor.

Paciente: Eu só quero que ele mude, mas já sei que sou eu que tenho que mudar (em tom de quem tenta se conformar). Mas eu não tenho razão?!

Analista: Você gostaria que eu ficasse do seu lado e te desse razão, mas eu não acho que se trate de alguém ter razão. A questão me parece ser, o que você pode fazer com esse pai dentro de você. Caso contrário vocês ficam em um jogo de ver quem triunfa sobre quem. Pois querer “ganhar” a discussão não é buscar um tipo de triunfo?

Paciente: Pode ser, mas eu não sei sair disso...

Os sintomas presentes no ressentimento apontam para dificuldades e impedimentos importantes por parte do sujeito em elaborar e superar perdas e dores. Isso aproxima a sintomatologia ressentida da sintomatologia melancólica, fazendo com que muitas características coincidam.

O percurso que vai da impossibilidade em elaborar o luto até a configuração do ressentimento, passando por suas semelhanças e equivalências com a melancolia, pode ser mais bem compreendido por meio das seguintes questões: o que determina que um sujeito seja capaz de elaborar um luto e não se mantenha no luto patológico, ou seja, na melancolia? Qual a relação entre o modo como se deu o luto pela perfeição narcísica projetada pelos pais (o luto do Eu ideal), na primeira infância, e a condição para elaborar futuros lutos ao longo da vida? Qual a relação entre melancolia e ressentimento? Por que, afinal, um sujeito se torna ressentido?

A possibilidade de o trabalho do luto ser concluído ou ficar estagnado no estado melancólico depende da relação do sujeito com o objeto antes de sua perda. A condição ou não de elaboração do luto, portanto, deve-se ao modo como se deu a identificação com o objeto primário e, principalmente, ao momento do desenvolvimento psíquico em que se deu a decepção e desidealização (necessárias) com esse objeto e consigo mesmo. Isso inclui não apenas os momentos precoces, mas também a passagem edípica e suas adversidades. Os recursos psíquicos para a elaboração de lutos ao longo da vida trazem a marca desses começos e da organização diante das primeiras

experiências de encontro e desencontro/ presença e ausência do objeto primário, gerando os modos decorrentes de elaboração da dor.

Quanto mais precoce é a perda do objeto amoroso, mais o sujeito estará à mercê dos sentimentos ambivalentes que predominam nessa época. Isso faz com que ele fique excessivamente ligado e identificado a esse objeto idealizado, irremediavelmente perdido; um objeto que é amado, mas também odiado¹⁷. Renunciar à própria perfeição idealizada também não se mostra possível, sendo essa dificuldade um dos elementos determinantes da formação do núcleo do ressentimento.¹⁸

O que tornaria possível a elaboração do luto seria a identificação com os aspectos bons do objeto perdido e sua incorporação, levando o sujeito a amar em si o que foi perdido no outro. Porém, no modelo que se perpetua na melancolia e no ressentimento, não há suficiente identificação com os aspectos bons do objeto internalizado, e por essa razão não é possível fazer o luto e deixar o objeto ir. Nesses dois tipos de adoecimento, sobressaem-se as formas de identificação com maus objetos.

Enquanto ambos os sujeitos, tanto o do ressentimento quanto o da melancolia, operam mantendo-se fixados ao Eu ideal e aderidos ao objeto perdido, no último caso o Eu fica identificado à desvalia gerada pelo vazio do olhar de um objeto que não pôde investir libidinalmente o sujeito¹⁹. No ressentimento, ao contrário, há muito investimento e ligação, mas pela via do ódio. O objeto primário pode ser particularmente invejoso e odioso, impedindo o

o que tornaria possível a elaboração
do luto seria a identificação
com os aspectos bons do objeto
perdido e sua incorporação,

sujeito de se livrar dele²⁰. Isso porque “se o objeto é destruído, não resta mais a possibilidade de fazê-lo sofrer, portanto, de obter prazer dele”²¹.

Tanto na melancolia quanto no ressentimento a natureza do objeto narcísico perdido é mais ideal e mais autorreferente do que no luto. Além disso, no segundo caso a presença constante da memória do ressentimento contribui para evitar o contato com a realidade psíquica, e a agressividade torna-se um meio para eliminar a percepção da dor. Enquanto o melancólico fica imerso na dor psíquica, o sujeito ressentido luta contra ela com a agressividade e os direitos de retaliação que julga ter adquirido.

Ao contrário do árduo trabalho do luto que promove a superação de uma perda, na melancolia e no ressentimento o sujeito segue evitando e lutando contra a perda e contra a sua percepção, impossibilitado de elaborá-la e de voltar o seu interesse para novos objetos. Em lugar de fazer o luto, renunciar à completude narcísica, aceitar a castração e elaborar a culpa neurótica (apropriando-se da sua vida), a solução ressentida atribui a outrem a responsabilidade por sua própria falência narcísica.

A clínica do ressentimento

Recentemente propus um reajuste no valor das sessões em função da inflação. Antes das palavras, observei em seu corpo um estranho movimento de afastamento e, simultaneamente de “preparo para dar o bote”. Eu o vi se insuflar como uma onda do mar que, para se armar, refluí e recolhe a água em volta, ficando grande e alta antes de quebrar na direção da praia. Do alto dessa onda de ódio prestes a estourar e destruir tudo à sua frente, ele falou, ofendidíssimo e furioso, que se eu aumentasse

14 S. Freud, “Introdução ao narcisismo”, in *Obras completas*.

15 L.C. Figueiredo, “Perdão e saúde mental”, *Cadernos de Psicanálise (CPRJ)*, v. 46, n. 51, p. 164.

16 L.C. Figueiredo, *op. cit.*, p. 166.

17 S. Freud, “Luto e melancolia”, in *Obras completas*.

18 L. Kancyper, *Ressentimento e remorso...*

19 Na melancolia, pode-se pensar na “mãe morta” de André Green, que se apresenta como um objeto primário enimesmado-enlutado e oferece um investimento libidinal erótico enfraquecido. Cf. A. Green, “A mãe morta”, in *Narcisismo de vida, narcisismo de morte*.

20 Quanto ao funcionamento do ressentido, é mais pertinente evocar a organização da *analiade primária* em função da agressividade e da erotização das situações de oposição e conflito. Cf. A. Green “Analiade primária. Relações com a organização obsessiva”, *Ide*, n. 40 *Memória*, e T. Candi, “Dois modelos de transferência para os estados-limite: da mãe morta à analidade primária”, *Percursos*, n. 49-50.

21 A. Green, *op. cit.*, p. 50.



*renunciar ao controle
onipotente do objeto, suportando
sua independência, torna-se
central nesse processo*

o valor da sessão não teria como ele continuar vindo na frequência habitual. Mas que, se eu quisesse, esse ia ser o jeito. Ele ia se adaptar às minhas ordens porque, como sempre, não é ele que manda na sua vida...

Separar-se do objeto e admitir a sua perda é dolorido, e como esse processo pode ser potencialmente desestruturante psiquicamente, o ressentimento opera como defesa e exerce uma função *antíluto*. Assim, o desafio da clínica do ressentimento é favorecer as condições para a elaboração do luto sem incorrer no ataque ao sentimento de si e à autoestima, precariamente construídos sobre um Eu idealizado e, portanto, frágil.

Renunciar ao controle onipotente do objeto, suportando sua independência, torna-se central nesse processo. O ressentimento é uma forma de seguir possuindo e controlando o objeto e de negar a sua perda. Existe um “ponto crítico a ser atravessado na posição depressiva”, que surge “quando a tarefa de abrir mão do controle sobre os objetos precisa ser enfrentada”²².

Os sentimentos que acompanham o trabalho do luto incluiriam culpa, arrependimento, remorso e algum desejo de reparação. Para que esse processo se ponha em marcha, é imprescindível que se tolere o “veredito da realidade”, ou seja, que a percepção e o enfrentamento da “perda do amor em proporções realistas” mobilizem uma “quantidade adequada de culpa e, com ela, uma perda da idealização do Eu e do objeto”²³. Mas não é fácil superar (*go over*)²⁴ uma história de decepções e humilhações, em especial quando o objeto externo permanece presente, vivo e potencialmente amoroso. Isso alimenta a esperança de reversão da perda e de manutenção da idealização sem que se tenha que passar pelo trabalho de luto.

Apesar de o sujeito ter a percepção do ódio, seu próprio ressentimento obscurece a consciência do desejo de aniquilar o objeto. O que predomina é a legitimidade do direito de punir e de se vingar, aparentemente sem culpa. Isso faz com que os impulsos destrutivos e a agressividade sejam revividos e prevaleçam com relação aos impulsos de amor. Reconhecer e suportar o ódio tem um papel fundamental na direção da elaboração, dado que o ódio é um dos elementos que permitem uma maior discriminação nas relações objetais²⁵.

Mas a consciência da separação, que pode advir do reconhecimento do ódio, leva paradoxalmente a sentimentos de dependência, que por sua vez geram “inveja, quando a bondade (*goodness*) do objeto é reconhecida”²⁶. É por isso que em algum momento o trabalho analítico com sujeitos ressentidos costuma passar pela transferência negativa e pela inveja, que precisa ser interpretada para que o trabalho analítico evolua. Enquanto o impulso ressentido visa *apenas* castigar o objeto, mantendo a ligação, o ódio veiculado pelo impulso invejoso visa destruir o objeto, operando rumo à separação e tornando-se uma importante ferramenta de mudança.

Assim, ao trazer o ódio e a inveja para a relação intersubjetiva e interpretá-las, a análise contribuirá para a intricação das pulsões de vida e de morte, favorecendo o trabalho do luto. “Enquanto o ódio não for reconhecido [na vida e, principalmente, na transferência], os ataques poderão continuar sem qualquer sentimento de responsabilidade, culpa ou conflito”²⁷. Lembrando que “a desfusão dos instintos [pulsões] deve gradualmente mudar para fusão em qualquer análise bem-sucedida”²⁸.

Do ressentimento ao perdão (elaborar, perdoar e perdoar-se)

Paciente: Eu sempre fui atencioso com o síndico, mas agora cansei de ser gentil!

Analista: Que bom! Talvez isso te ajude a se libertar de ser o “falso-gentil”, que no fundo sente muito ódio.

Paciente: Tenho ódio, mesmo! Fui à reunião de condomínio mesmo sendo meu aniversário. O síndico

me deu parabéns. Eu disse: “Eu mereço parabéns duplos! Um por ser meu aniversário, e outro por estar na reunião de condôminos no dia do meu aniversário!”

Analista: Você esperava a aprovação deles, e acho que espera a minha também. Que eu te diga como você é esforçado e correto. Mas eu acho que essa posição de vítima inocente que espera condescendência ou aplausos não te convém. É o que te mantém raivoso, injustiçado e incompreendido. Isso não deixa sua vida andar...

Paciente: (Silêncio). Você acha que eu fico no papel de mártir?

Muita mudança psíquica é necessária para o sujeito ressentido sentir-se mais leve com relação ao passado, viver um presente que não seja odioso e ansiar por um futuro menos invejoso e vingativo. Grande parte dessa mudança está relacionada àquilo que é mais difícil para ele: fazer o luto, elaborar as mágoas e poder perdoar: aceitar seus limites e o das pessoas que lhe causaram dor (geralmente os dois pais ou um deles), suportando que eles não são completos ou perfeitos, nem deveriam ser. E reconhecendo que possivelmente o sofrimento causado não foi proposital.

além de ser um desafio
complexo perdoar os pais,
é tão ou mais difícil para
o sujeito ressentido perdoar-se

Para o perdão genuíno é importante que as culpas e dívidas não sejam negadas e a injúria seja reconhecida, ainda que não pelo “culpado”. O analista pode ter um papel fundamental de testemunho aqui. Mesmo diante do imperdoável, reduzir a intensidade do circuito do ódio pode ser apaziguador, muito embora o processo psíquico envolvido seja inconsciente e no geral imperceptível para aquele que perdoa.

Além de ser um desafio complexo perdoar os pais, vendo-os como sujeitos comuns e não odiosos, é tão ou mais difícil para o sujeito ressentido perdoar-se. Se ele experimentou seus objetos primários como completamente maus a ponto de nunca poder perdoá-los, certamente seu próprio ódio e desejo de vingança são vividos por ele como igualmente imperdoáveis²⁹.

Mas se o paciente “puder manter contato suficiente com sua realidade psíquica para reconhecer tanto o ódio que leva ao desejo de destruir o objeto quanto o amor que o faz sentir remorso e arrependimento, então o desenvolvimento poderá continuar”³⁰. Dessa forma, poderá lidar com as potentes experiências de perda associadas ao luto, diminuindo e revertendo a identificação projetiva e recuperando as partes de si negadas, em especial o ódio.

Ao perdoar e perdoar-se, o sujeito passa do plano da moralidade (e, portanto, do julgamento) para o da ética, o que implica uma relação abrangente com a alteridade dos outros e com a própria: por exemplo, reconhecem-se as próprias malignidades e ambivalências inconscientes.³¹

Desse modo também o Supereu pode se tornar menos cruel, exigindo menos perfeição do Eu e ajudando-o a aceitar um objeto interno menos

22 J. Steiner, “Vingança, ressentimento, remorso e reparação”, in *Refúgios psíquicos: organizações patológicas em pacientes psicóticos, neuróticos e fronteirios*, p. 101.

23 J. Steiner, “The conflict between mourning and melancholia”, *The Psychoanalytic Quarterly*, v. 74, n. 1, p. 86-7.

24 H. Rosenfeld, “A clinical approach to the psychoanalytic theory of the life and death instincts: an investigation into the aggressive aspects of narcissism”, *The International Journal of Psychoanalysis*, v. 52, n. 2.

25 Na passagem da teorização freudiana para as proposições de Melanie Klein, o ódio passa a aparecer como a expressão fundamental da pulsão [instinto] de morte, em parte projetada pelo ego no objeto mau, em parte convertida em agressão para proteger o ego desse próprio objeto que recebeu a carga de ódio e se converteu, portanto, em perseguidor – posição esquizoparanoide (Cf. M. Klein, “Notes on some schizoid mechanisms”, in *Envy and gratitude and other works, 1946-1963*). Tudo isso se dá no plano da fantasia, mas nem por isso a experiência é menos concreta. A libido é também projetada, investindo um objeto ideal a fim de preservar a vida. O ego passa a ter relação com dois objetos, o seio bom (ideal) e o seio mau (persecutório), dificultando a sua integração (posição depressiva).

26 H. Rosenfeld, *op. cit.*, p. 172.

27 J. Steiner, “Vingança...”, p. 95.

28 H. Rosenfeld, *op. cit.*, p. 172.

29 J. Steiner, *op. cit.*

30 J. Steiner, *op. cit.*, p. 95-6.

31 L.C. Figueiredo, “Perdão...”, p. 159.

idealizado e mais complexo e um lugar no triângulo que é tanto de inclusão como de exclusão, ambas relativas³². Apenas assim o sujeito ressentido poderá “aceitar o compromisso, perdoar e ser perdoado, e sentir esperança e gratidão”³³. O apa-

ziguamento de seus aspectos ressentidos trará alívio e ele poderá, por meio do perdão e da gratidão, conviver melhor com suas próprias ambivalências e com as do mundo, e quem sabe sentir que tudo e todos não estão contra si.

32 L.C. Figueiredo, *op. cit.*

33 J. Steiner, *op. cit.*, p. 103.

Referências bibliográficas

- Aisenstein M. (2020). Repetition and the compulsion to repeat, a French perspective. *The International Journal of Psychoanalysis*, v. 101, n. 6, p. 1203-1214.
- Azevedo A.M. (2020). *Passado e presente*. São Paulo: Blucher.
- Candí T. (2013). Dois modelos de transferência para os estados-limite: da mãe morta à analidade primária. *Percursos*, n. 49-50, p. 109-120.
- Figueiredo L.C. (2021). *A mente do analista*. São Paulo: Escuta.
- _____. (2024). Perdão e saúde mental, *Cadernos de Psicanálise do Rio de Janeiro*, v. 46, n. 51, p. 155-171, jul./dez.
- Freud S. (1914/2010). Introdução ao narcisismo. In *Introdução ao narcisismo: ensaios de metapsicologia e outros ensaios (1914-1916)*. (Obras completas, v. 12). Trad. e notas: Paulo César de Souza. São Paulo: Companhia das Letras.
- _____. (1917[1915]/2010). Luto e melancolia. In *Introdução ao narcisismo: ensaios de metapsicologia e outros ensaios (1914-1916)*. (Obras completas, v. 12). Trad. e notas: Paulo César de Souza. São Paulo: Companhia das Letras.
- _____. (1920/2010). Além do princípio do prazer. In *História de uma neurose infantil [“O Homem dos Lobos”], Além do princípio do prazer e outros textos (1917-1920)*. (Obras completas, v. 14). Trad. e notas: Paulo César de Souza. São Paulo: Companhia das Letras.
- Green A. (1967/1988a). O narcisismo primário: estrutura ou estado? In *Narcisismo de vida, Narcisismo de morte*. São Paulo: Escuta, p. 91-147.
- _____. (1967/1988b). A mãe morta. In *Narcisismo de vida, narcisismo de morte*. São Paulo: Escuta, p. 247-282.
- _____. (2003). *Idées directrices pour une psychanalyse contemporaine*. Paris: PUF.
- _____. (2004). Analidade primária. Relações com a organização obsessiva. *Ide*, n. 40 – *Memória*. São Paulo: SBPSP, p. 44-63.
- Kancyper L. (1994). *Ressentimento e remorso: estudo psicanalítico*. Trad. Julio Ricardo de Souza Noto. São Paulo: Casa do Psicólogo.
- _____. (2001). Resentimiento, memoria y duelo. *Revista uruguaya de psicoanálisis*, n. 93 (*En línea*).

Klein M. (1940/1975). Mourning and its relation to manic-depressive states. In *Love, guilt and reparation and other works, 1921-1945*. New York: The Free Press.

_____. (1946/1975). Notes on some schizoid mechanisms. In *Envy and gratitude and other works, 1946-1963*. New York: The Free Press.

_____. (1957/1975). Envy and Gratitude. In *Envy and gratitude and other works, 1946-1963*. New York: The Free Press.

Rosenfeld H. (1971). A clinical approach to the psychoanalytic theory of the life and death instincts: an investigation into the aggressive aspects of narcissism. *The International Journal of Psychoanalysis*, v. 52, n. 2, p. 169-178.

Roudinesco E.; Plon M. (1998). *Dicionário de Psicanálise*. Trad. Vera Ribeiro, Lucy Magalhães; supervisão da ed. bras. Marco Antonio Coutinho Jorge. Rio de Janeiro: Jorge Zahar.

Steiner J. (1997). Vingança, ressentimento, remorso e reparação. In *Refúgios psíquicos: organizações patológicas em pacientes psicóticos, neuróticos e fronteirios*. Trad. Ricardo Quintana e Maria de Lourdes Sette. Rio de Janeiro: Imago.

_____. (2005). The conflict between mourning and melancholia. *The Psychoanalytic Quarterly*, v. 74, n. 1, p. 83-104.

Resentment: when the future points to the past and it is not possible to forgive

Abstract This paper discusses the clinic of resentment from a psychoanalytic point of view, considering its theory and technique. It covers both the metapsychological dimension and the suffering of those who feel victim of injustice, trapped by trauma and by the compulsion to repeat. Enduring incompleteness and mourning idealized infantile perfection is part of the arduous path that can lead the resentful subject from the hate-envy-revenge circuit to the possibility of forgiving their tormentor and forgiving themselves.

Keywords resentment; hatred; compulsion to repeat; mourning; forgiveness.

Texto recebido: 02/2025.

Aprovado: 04/2025.