

A literatura como espaço de sublimação: o processo criativo na perspectiva psicanalítica

Autores: Jheniffer Katrine Pessoa Mota, Lauro Take Tomo Veloso

Universidade do Vale do Paraíba, Faculdade de Psicologia, Avenida Shishima Hifumi, 2911, Urbanova - 12244-000 - São José dos Campos-SP, Brasil, jhenifferkatrine23@gmail.com, lauro.taketomo@gmail.com.

Resumo

O presente artigo tem como objetivo discutir a literatura como espaço de sublimação, analisando o processo criativo sob a perspectiva psicanalítica. A pesquisa, de caráter qualitativo e exploratório, foi realizada por meio de revisão de literatura, tomando como referência principalmente textos freudianos. Freud relaciona a criação artística aos mecanismos psíquicos presentes nos sonhos, destacando o papel do inconsciente. Os resultados apontam que a literatura pode operar como via de satisfação substitutiva da pulsão, transformando conteúdos recalçados em narrativas socialmente aceitas, como demonstram Freud (1908), Azevedo (2013) e Carvalho (1994). Autores como Carla Madeira exemplificam o papel do medo como motor criativo, enquanto Barthes amplia a análise ao propor que a leitura também pode configurar experiência transferencial, afetando diretamente o leitor. A discussão evidencia que a literatura permite elaborar simbolicamente conflitos e angústias, mas nem toda criação é fruto da sublimação, podendo se aproximar da repetição sintomática. Conclui-se que a literatura, embora não seja caminho universal, constitui um espaço privilegiado de elaboração estética e subjetiva, ressignificando o pulsional e possibilitando uma experiência compartilhada entre autor e leitor.

Palavras-chave: Sublimação. Psicanálise. Processo criativo. Linguagem.

Área do Conhecimento: Ciências Humanas.

Introdução

O principal meio de comunicação usado há anos é a linguagem oral, comunicação que transcende de forma eficiente lugares distintos - graças a geopolítica e globalização - e também esferas psíquicas. Em “A psicopatologia da vida cotidiana”, Freud demonstra como a linguagem pode ser usada para legitimar o acesso ao inconsciente, com lapsos da fala, substituições, linguagens irônicas, e com isso, ele mostra que o inconsciente se faz vida no nosso cotidiano diariamente, e se manifesta principalmente por meio da linguagem. Na literatura, a linguagem tem o dever de ultrapassar os pontos da semântica e semiótica, e ela permite, assim como a análise, uma comunicação única e uma gama de significações. Essa linguagem, que é transmitida na literatura em forma de significações, permite que sejam formulados sentidos e interpretações diferentes para cada eu, os quais podem ser infundáveis, mas elas também trazem em si os limites para as interpretações que serão construídas (Moraes, 2012, A relação entre Leitor e texto literário - uma abordagem psicanalítica). Os sentidos atribuídos pelo leitor muitas vezes diferem daqueles pretendidos pelo autor ao escrever, e essa diferença evidencia como o processo criativo, a sublimação e a interpretação se articulam como peças de um mesmo jogo. Para ilustrar essa dinâmica, podemos recorrer à perspectiva de Simões sobre a relação de Clarice Lispector com sua própria obra: “Ressaltamos, entre tantos, três textos em que podemos sinalizar a afirmação anteriormente, de que na obra da escritora havia a mistura de sua vida com seus personagens, juntamente com o sentimento de vazio e dor” (Simões, 2017, p. 167).

Embora distintos em finalidade, o processo de criação literária e a análise psicanalítica compartilham um mesmo fundamento: ambos utilizam a linguagem, seja ela falada ou escrita, como via de elaboração e de acesso ao inconsciente. É nesse ponto de encontro que podemos introduzir o conceito de sublimação na psicanálise.

Freud se apropriou do termo ‘sublimação’ da química, onde esse processo representa a passagem direta de um sólido ao estado gasoso, para nomear por analogia um processo psíquico. Assim como na química ocorre uma transformação de estado, na psicanálise a sublimação descreve a transformação da energia pulsional em produções socialmente valorizadas, como a arte e a criação

literária. Mediante esse desvio das forças pulsionais sexuais das metas sexuais e por sua orientação para novas metas, num processo que merece o nome de sublimação, adquirem-se poderosos componentes para todas as realizações culturais. A autora brasileira Carla Madeira, em entrevista concedida a Monteiro (2025), também pode exemplificar como esse processo de sublimação difere em cada autor, levando em consideração muitos pontos subjetivos. A autora afirma: “O principal mordedor do processo criativo é o medo. Medo de ser criticado, de não conseguir fazer direito” (Madeira, in Monteiro, 2025, s/p).

Na frase da autora, a obra torna-se então o lugar em que a energia pulsional, que poderia se tornar sintoma, angústia (medo) ou compulsão, é desviada e elevada a um fim socialmente valorizado: a arte. O medo não deixa de estar presente, mas ele surge como um constructo.

Metodologia

Trata-se de uma pesquisa qualitativa de caráter exploratório, a qual foi realizada uma revisão de literatura, tomando-se como referência principalmente os textos freudianos que tratam da temática da pesquisa.

Resultados

Freud reforça no livro “O caminho de formação dos sintomas” que o mundo de fantasia criado pelo artista mostra consequências importantes para a técnica artística como um todo, pois ao entrar em contato com esse mundo irreal e com essa parcela da psique do autor, o leitor libera tensões da própria psique, podendo trazer suas pulsões à tona sem nenhuma recriminação ou pudor. A pesquisa do processo criativo nos estudos freudianos não surgiu do nada. Sua relação veio com os estudos do sonho e sua auto análise, na qual ele percebeu que elementos comuns aos sonhos estavam presentes na criação, sendo eles: o papel do inconsciente, o conteúdo manifesto e o latente, desejo, censura onírica, e entre outros. O autor reforça a necessidade da satisfação da libido que contestada e barrada pela realidade, é obrigada a buscar outros caminhos para a sua satisfação, caminhos mais aceitos coletivamente e pela moral social, e esses caminhos podem ser diversos — um deles é a criação artística. O desvio pulsional para a criação tem apenas um objetivo, que pode ser descrito como busca pela obtenção da satisfação e a evitação do desprazer, como cita Freud abaixo:

A meta final da atividade psíquica, meta que pode ser descrita qualitativamente como busca da obtenção de prazer e evitação do desprazer, apresenta-se para a consideração econômica como a tarefa de dominar as grandezas de excitação (quantidades de estímulo) que atuam no aparelho psíquico e impedir o seu represamento, que gera o desprazer (Freud, 1917, p. 405).

Além disso, em “O escritor e a fantasia”, Freud (1908/2015) já havia apontado que o artista consegue transformar as fantasias mais íntimas e inconfessáveis em produções acessíveis e socialmente valorizadas. A criação literária, nesse sentido, atua como via de satisfação substitutiva: o que seria apenas recalcado e transformado em sintoma é deslocado e reelaborado em forma estética. Outros autores também reforçam essa ideia. Laplanche e Pontalis (2001), no Vocabulário da Psicanálise, destacam que a sublimação é um dos destinos possíveis da pulsão e que a arte constitui uma de suas manifestações mais reconhecidas, embora não a única. Azevedo (2013), por sua vez, mostra como o processo criativo, ao transformar conteúdos psíquicos penosos em produções literárias, permite ao artista obter reconhecimento social, satisfação narcísica e elaboração simbólica de conflitos estruturais. Portanto, os resultados desta revisão indicam que a literatura pode ser compreendida como um espaço privilegiado de sublimação, mas sempre atravessado por contradições. Ela funciona como um canal em que a libido encontra formas de expressão aceitáveis, mantendo seu potencial de prazer e ao mesmo tempo elaborando angústias. Contudo, não se trata de via garantida ou universal: como mostram Freud e os comentadores posteriores, o processo criativo pode oscilar entre elaboração simbólica, repetição sintomática e até mesmo reforço de gozo (dessa forma estaria envolvido um excesso pulsional), sendo a sublimação apenas uma das possibilidades.

Discussão

Esse desvio pulsional para a criação, como vimos em Freud, tem como meta fundamental a obtenção de prazer e a evitação do desprazer. A literatura, nesse sentido, não apenas cumpre essa função de satisfação psíquica, mas também se configura como campo em que o inconsciente encontra expressão simbólica. É justamente nesse ponto que podemos aproximar a discussão à perspectiva de Azevedo em “Psicanálise e criação literária”, onde a autora aprofunda como o processo criativo se relaciona com a estrutura psíquica do artista. O primeiro é a possibilidade do artista transformar conteúdos psíquicos penosos, depressivos, que são carregados de vergonha e culpa, em criações socialmente aceitas, sendo isso uma consequência da sua capacidade particular de ocultamento poético e substituição simbólica, disfarçando assim conteúdos inaceitáveis. Esse processo é importante pois não garante apenas a obtenção do gozo, mas também reconhecimento social, satisfação narcísica e uma maneira de elaborar a angústia da castração, ou seja, transformar o medo da perda e onipotência imaginária em obra criativa. A criação literária busca, em primeiro lugar, recriar a partir do caos, dando forma ao que não tem forma. Esse processo de criação, de acordo com Carvalho (1994), é similar ao nascimento de um filho: um dia vai embora e deve ser doado à realidade para que nele possa atuar. Porém, esse processo serve apenas para alimentar a sua imagem do eu, a aparente generosidade, uma face de narcisismo e outra face para suportar a castração. Além disso, deve servir quatro objetivos finais: I) Eternização do autor, imortalizar-se em um livro, fixando uma concretude; II) Restauração narcísica imposta pela castração, revertendo a fraqueza do sujeito perante a realidade; III) Escoamento de uma tensão agressiva, apontando assim para a sublimação; E por último IV) Transformação de realidades externas e internas, compondo várias partes de uma realidade inexorável e transformando-as em uma forma original, singular, mas universalmente compartilhável por todos no registro do prazer.

Pensar no papel do leitor nessa perspectiva também é um fato muito curioso. Muitas energias pulsionais são realocadas no processo de escrita de um livro; o questionamento que fazemos é se essas mesmas energias são alocadas no processo de leitura. Há alguma relação transferencial (algo se projeta?) entre o autor do texto e o respectivo leitor do texto? Ou mesmo em relação aos personagens do texto e o leitor final?

Antes de citar se há ou não relação transferencial, vamos determinar o que é transferência. Para Freud (1912) em “A dinâmica da transferência”, a transferência é o fenômeno em que o paciente desloca desejos e expectativas inconscientes, originalmente dirigidos a figuras importantes da infância, para o analista no contexto da análise. Entretanto, no campo da literatura que estamos abordando, esse processo assume contornos distintos pois não se trata de uma relação terapêutica, mas de uma experiência estética e simbólica, em que os vínculos afetivos podem emergir na relação entre autor, obra e leitor, sem que se configure o fenômeno clínico propriamente dito.

Para discutir esse ponto, vamos recorrer ao crítico literário Roland Barthes em “O prazer do texto”, no qual ele caracteriza a leitura como experiência de desejo e de identificação, de feição quase transferencial, que se estabelece entre leitor e texto, e não como mera transmissão de informações do autor ao leitor:

Muitos leitores são perversos, implicam uma clivagem. Assim como a criança sabe que sua mãe não tem pênis e ao mesmo tempo julga que ela tem um (...), do mesmo modo o leitor pode dizer incessantemente: eu sei que são apenas palavras, mas mesmo assim... (emociono-me como se essas palavras enunciassem uma realidade) (Barthes, 1973, p. 79).

Barthes demonstra apelo ao vínculo criado pelo dono da produção criativa e/ou personagem com o leitor. Esse vínculo citado por ele é quase contraditório: um desejo e angústia pela identificação com as palavras do autor, reconhecendo-se nelas e deixando que elas o atravessem. Freud também cita esse desenvolvimento. Santos e Bernardo (2022) lembram:

Freud (1908/2015) aponta, ainda, que a irrealidade do mundo criado pelo escritor traz importantes consequências para a técnica artística, pois muitas coisas que na realidade não dariam prazer, podem ocasioná-lo a partir da fantasia; emoções dolorosas podem se transformar em fonte de satisfação para quem lê a obra, porque ao entrar em contato com as fantasias do

escritor, o leitor libera tensões de sua própria psique, em razão de, dessa maneira, haver o desfrute de suas próprias fantasias sem recriminação ou pudor. (Santos e Bernardo, 2022, p. 3)

Esse vínculo da obra com o leitor pode sim ser considerado transferência pela questão de identificação, desde que nos atentemos a algumas ressalvas: na clínica, essa transferência é escutada e trabalhada; já na leitura, esse processo é manifestado nas experiências da realidade subjetiva, sendo uma experiência que pode canalizar afetos e angústias, mas que é vivida individualmente pelo leitor, sem devolutiva. A questão da transferência na literatura abrange diversos pontos, mas o maior questionamento que surge na sublimação e no processo de produção literária é apenas um: Tudo sublimado se torna arte? Toda arte é sublimada?

Para responder a isso, trazemos Carvalho: “No entanto, como analistas, não recomendamos que nossos clientes escolham o caminho da sublimação, em vez de escolherem o caminho da formação de sintomas e das doenças. E, mesmo se o fizéssemos, não faríamos deles artistas criadores” (Carvalho, 2017, p. 2).

Assim, a discussão nos conduz a compreender que a sublimação é apenas uma das vias possíveis de expressão do pulsional, mas não garante, por si só, a produção artística. Isso implica reconhecer tanto o poder criador da sublimação quanto seus limites: ela é transformadora, mas não universal e padronizada, e nem sempre é o objetivo exclusivo da criação literária. Ao pensar a literatura nesse contexto, percebemos que o processo criativo pode se apresentar tanto como forma de elaboração simbólica quanto como repetição sintomática. Há obras que revelam transformação pulsional em expressão estética, mas também aquelas que carregam mais o excesso, a compulsão ou a angústia crua, mostrando que a criação não é necessariamente sublimatória em sua totalidade. Mas, por outro lado, quando a sublimação se realiza a literatura cumpre um papel fundamental: transforma conflitos íntimos em narrativas que ultrapassam o autor e alcançam o leitor. Como propõe Barthes (1973), a leitura é também atravessada por desejo e identificação, criando vínculos quase transferenciais que permitem ao leitor liberar tensões psíquicas sem censura. Assim, a obra literária não apenas reflete o mundo interno do autor, mas também oferece ao leitor um espaço de elaboração subjetiva. Dessa forma, a literatura como espaço de sublimação se mostra paradoxal: potente, mas limitada; singular, mas também compartilhada. Sua relevância está justamente em abrir possibilidades de elaboração estética e simbólica, sem a garantia de que isso sempre ocorrerá, nem para o autor, nem para o leitor.

Conclusão

Freud nos lembra de que a sublimação não é prescrição analítica, tampouco um caminho seguro para a criação artística. Nem todo processo sublimatório culmina em arte, assim como nem toda obra artística é fruto de sublimação. A literatura, portanto, pode ser compreendida como um dos destinos possíveis da pulsão sublimada, mas logicamente não o único. Dessa forma, é importante compreender que a sublimação não se configura como uma fórmula a ser aplicada ou um ideal terapêutico a ser prescrito. Trata-se antes de um desvio singular da energia pulsional que, ao invés de se fixar em sintomas ou inibições, encontra vias socialmente aceitas de expressão. O campo artístico, e em especial a literatura, constitui um espaço privilegiado para esse processo porque acolhe, pela linguagem, conteúdos que de outra forma poderiam permanecer recalcados. Ao escrever, o autor não apenas organiza seus conflitos internos, mas oferece ao leitor a possibilidade de acessar, simbolicamente, esse material pulsional transformado em obra.

Entretanto, a ligação entre arte e sublimação exige ressalvas importantes: em muitos casos, a criação pode estar mais próxima da repetição sintomática ou de formas de gozo do que de uma elaboração sublimatória. Além disso, nem todo artista cria a partir de uma economia sublimatória; há obras que revelam mais o excesso e a compulsão do que a transformação criativa. Ainda assim, reconhecer a sublimação como via possível no fazer artístico permite compreender por que a literatura se torna espaço privilegiado de elaboração: nela, os desejos inconscientes encontram voz, os medos e as angústias se transformam em narrativas e imagens, e o que poderia permanecer como desprazer é ressignificado em linguagem estética. Portanto, pode-se concluir que a literatura funciona como um campo de experimentação e elaboração simbólica em que a sublimação se mostra como possibilidade, mas não como regra. Sua importância está justamente nessa ambiguidade: ao mesmo tempo em que não garante a transformação do pulsional em arte, oferece um espaço potente para que autor e leitor

se encontrem em torno de uma experiência estética que ressignifica conflitos psíquicos. Assim, a literatura como espaço de sublimação revela não apenas o alcance criador do inconsciente, mas também seus limites, lembrando que a arte é sempre efeito singular, nunca universal, da relação entre desejo, linguagem e cultura.

Referências

BARTHES, Roland. O prazer do texto. São Paulo: Editora Perspectiva, 1987. Publicado originalmente em: Éditions du Seuil, 1973.

CARVALHO, Ana. O processo de criação na produção literária: um depoimento. Belo Horizonte: Editora Lê, 1994.

FREUD, Sigmund. Sobre a psicopatologia da vida cotidiana. 1901. (Edição brasileira: Obras completas, v. VI).

FREUD, Sigmund. Três ensaios sobre a teoria da sexualidade. 1905. (Edição brasileira: Obras completas, v. VI).

MORAES, Débora. A relação entre leitor e texto literário: uma abordagem psicanalítica. 1. ed. São Paulo: Zagodoní, 2012.

MONTEIRO, Thais. Carla Madeira: "O principal mordedor do processo criativo é o medo". Meio & Mensagem, 2025. Disponível em: <https://www.meioemensagem.com.br/comunicacao/carla-madeira-criativo>. Acesso em: 20 ago. 2025.

PEREIRA, S.; ALICE, A.; PRÓCHNO, C. Psicanálise e Literatura: uma proposta de análise do conto Berenice. Revista Subjetividades, v. 18, n. 2, 2018. DOI: <https://doi.org/10.5020/23590777.rs.v18i2.5205>.

SANTOS, E.; BERNARDO, K. Criando o indizível: a escrita ficcional como uma possibilidade de sublimação. Revista Psicologia, Diversidade e Saúde, v. 11, e4473, 2022. DOI: <http://dx.doi.org/10.17267/2317-3394rpds.2022.e4473>. Acesso em: 20 ago. 2025.

SIMÕES, R. Psicanálise e literatura: o texto como sintoma. Analytica, v. 6, n. 11, 2017. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2316-51972017000200009. Acesso em: 20 ago. 2025.