

50 frases famosas sobre a solidude

Selecao pesquisada em ingles com versoes em portugues do Brasil

Uma coletanea curta, limpa e legivel para leitura, referencia e compartilhamento.
A selecao mistura filosofia, poesia, romance, ensaio e espiritualidade.

Nota editorial

O texto em ingles segue a formulacao pesquisada mais difundida. As versoes em pt-BR foram vertidas para esta edicao com foco em fidelidade e fluidez. Em varios casos, a frase original do autor foi escrita em outro idioma; quando isso ocorreu, mantive a forma inglesa localizada na pesquisa e traduzi a partir dela.

Fontes de pesquisa

Principalmente Wikiquote e paginas autorais/obras relacionadas consultadas em abril de 2026.

Autores selecionados

Emerson, Paz, Voltaire, Einstein, Tesla, Thoreau, Asimov, Bacon, Buber, Bukowski, Byron, Coelho, Beauvoir, Nietzsche, Schopenhauer, Rilke, Hesse, Jung e muitos outros.

01. Ralph Waldo Emerson

Essays: Second Series, "Experience" (1844)

"In the solitude to which every man is always returning, he has a sanity and revelations, which in his passage into new worlds he will carry with him."

PT-BR: "Na solitude a que todo homem sempre retorna, ele encontra uma sanidade e revelações que levará consigo em sua passagem por novos mundos."

02. Octavio Paz

The Labyrinth of Solitude (1950)

"Solitude is the profoundest fact of the human condition. Man is the only being who knows he is alone."

PT-BR: "A solitude é o fato mais profundo da condição humana. O homem é o único ser que sabe que está sozinho."

03. Voltaire

attributed in Wikiquote

"We are rarely proud when we are alone."

PT-BR: "Raramente somos orgulhosos quando estamos sozinhos."

04. Albert Einstein

My Credo (1932)

"Although I am a typical loner in my daily life, my awareness of belonging to the invisible community of those who strive for truth, beauty, and justice has prevented me from feelings of isolation."

PT-BR: "Embora eu seja um típico solitário na vida cotidiana, a consciência de pertencer à comunidade invisível dos que buscam a verdade, a beleza e a justiça me impediu de sentir isolamento."

05. Nikola Tesla

quoted in biographical sources

"Be alone, that is the secret of invention; be alone, that is when ideas are born."

PT-BR: "Fique só; esse é o segredo da invenção. Fique só; é quando as ideias nascem."

06. Henry David Thoreau

Walden (1854)

"I never found the companion that was so companionable as solitude."

PT-BR: "Nunca encontrei companheiro tão boa companhia quanto a solitude."

07. Isaac Asimov

"Isaac Asimov's Advice for Being Creative" (1959)

"As far as creativity is concerned, isolation is required."

PT-BR: "No que diz respeito à criatividade, o isolamento é necessário."

08. Berthold Auerbach

On the Heights (1865)

"Perfect solitude is when, for a whole day, no human eye has beheld your face."

PT-BR: "A solidude perfeita é quando, durante um dia inteiro, nenhum olhar humano contemplou o seu rosto."

09. Francis Bacon

"On Friendship" (1612 / 1625)

"Whosoever is delighted in solitude, is either a wild beast or a god."

PT-BR: "Quem se deleita na solidude é ou uma fera selvagem ou um deus."

10. Francis Bacon

"On Friendship" (1612 / 1625)

"A crowd is not company, and faces are but a gallery of pictures, and talk but a tinkling cymbal, where there is no love."

PT-BR: "Uma multidão não é companhia; rostos são apenas uma galeria de retratos; e a conversa é apenas um címbalo tilintante quando não há amor."

11. Beaumont and Fletcher

Love's Cure (1647)

"He never is alone that is accompanied with noble thoughts."

PT-BR: "Nunca está só quem é acompanhado por pensamentos nobres."

12. Gautama Buddha

Sutta Nipata

"One should wander solitary as a rhinoceros horn."

PT-BR: "Deve-se vagar solitário como o chifre de um rinoceronte."

13. Martin Buber

I and Thou (1923)

"Solitude is the place of purification."

PT-BR: "A solidude é o lugar da purificação."

14. Charles Bukowski

Factotum (1975)

"I was a man who thrived on solitude; without it I was like another man without food or water."

PT-BR: "Eu era um homem que prosperava na solidude; sem ela, eu era como outro homem sem comida ou água."

15. Lord Byron

Childe Harold's Pilgrimage (1816)

"In solitude, when we are least alone."

PT-BR: "Na solitude, quando estamos menos sós."

16. Paulo Coelho

attributed in Wikiquote

"If you are never alone, you cannot know yourself."

PT-BR: "Se você nunca estiver sozinho, não poderá conhecer a si mesmo."

17. Simone de Beauvoir

The Ethics of Ambiguity (1948)

"No man can save himself alone."

PT-BR: "Ninguém pode salvar a si mesmo sozinho."

18. Thomas De Quincey

Suspiria de Profundis (1845)

"Solitude, though silent as light, is, like light, the mightiest of agencies; for solitude is essential to man."

PT-BR: "A solitude, embora silenciosa como a luz, é, como a própria luz, uma das forças mais poderosas; pois a solitude é essencial ao ser humano."

19. Albert Einstein

"Self-Portrait" (1936)

"I live in that solitude which is painful in youth, but delicious in the years of maturity."

PT-BR: "Vivo nessa solitude que é dolorosa na juventude, mas deliciosa nos anos da maturidade."

20. Ralph Waldo Emerson

"Self-Reliance" (1841)

"It is easy in solitude to live after our own; but the great man is he who in the midst of the crowd keeps with perfect sweetness the independence of solitude."

PT-BR: "É fácil, na solitude, viver segundo o que é nosso; mas grande é quem, em meio à multidão, conserva com serenidade a independência da solitude."

21. Epictetus

Discourses, Book I

"Remember never to say that you are alone; for you are not alone."

PT-BR: "Lembre-se de nunca dizer que está sozinho; pois você não está sozinho."

22. Kahlil Gibran

Sand and Foam (1926)

"If you sing of beauty though alone in the heart of the desert you will have an audience."

PT-BR: "Se você cantar a beleza, mesmo sozinho no coração do deserto, terá uma plateia."

23. Kahlil Gibran

Sand and Foam (1926)

"Solitude is a silent storm that breaks down all our dead branches."

PT-BR: "A solitude é uma tempestade silenciosa que quebra todos os nossos galhos mortos."

24. Aldous Huxley

"Sermons in Cats" (1930)

"Our life is a sentence of perpetual solitary confinement."

PT-BR: "Nossa vida é uma sentença de confinamento solitário perpétuo."

25. Ursula K. Le Guin

Solitude (1994)

"Solitude is non-communication, the absence of others, the presence of a self sufficient to itself."

PT-BR: "Solitude é não comunicação, a ausência dos outros, a presença de um eu suficiente para si mesmo."

26. Alice Meynell

The Spirit of Place and Other Essays (1899)

"Solitude is separate existence."

PT-BR: "Solitude é existência separada."

27. John Milton

Paradise Lost (1667 / 1674)

"For solitude sometimes is best society."

PT-BR: "Pois a solitude, às vezes, é a melhor sociedade."

28. Friedrich Nietzsche

Untimely Meditations

"Philosophy offers an asylum to a man into which no tyranny can force its way, the inward cave, the labyrinth of the heart."

PT-BR: "A filosofia oferece ao homem um asilo em que nenhuma tirania pode forçar entrada: a caverna interior, o labirinto do coração."

29. Arthur Schopenhauer

Counsels and Maxims

"A man can be himself only so long as he is alone; and if he does not love solitude, he will not love freedom."

PT-BR: "Um homem só pode ser ele mesmo enquanto está sozinho; e, se não ama a solitude, não amará a liberdade."

30. Laurence Sterne

Letters (1775)

"Solitude is the best nurse of wisdom."

PT-BR: "A solitude é a melhor nutriz da sabedoria."

31. Han Suyin

The Mountain Is Young (1958)

"Only in solitude can man learn to know himself."

PT-BR: "Só na solitude o homem pode aprender a conhecer a si mesmo."

32. Publilius Syrus

Moral Sayings

"Solitude is the mother of anxieties."

PT-BR: "A solitude é a mãe das ansiedades."

33. Publilius Syrus

Moral Sayings

"He who lives in solitude may make his own laws."

PT-BR: "Quem vive na solitude pode fazer suas próprias leis."

34. Paul Tillich

The Eternal Now (1963)

"Our language has wisely sensed the two sides of being alone. It has created the word loneliness to express the pain of being alone. And it has created the word solitude to express the glory of being alone."

PT-BR: "Nossa linguagem percebeu com sabedoria os dois lados de estar só. Criou a palavra loneliness para expressar a dor de estar só. E criou a palavra solitude para expressar a glória de estar só."

35. Curtis White

Harper's (2006)

"In solitude, the individual becomes most human, which is to say most spiritual."

PT-BR: "Na solitude, o indivíduo se torna mais humano, isto é, mais espiritual."

36. Edward Young

Night Thoughts (1742-1745)

"Who think it solitude to be alone."

PT-BR: "Há quem pense que solitude é apenas estar sozinho."

37. John Stuart Blackie

Highland Solitude

"God to man doth speak in solitude."

PT-BR: "Deus fala ao homem na solitude."

38. Cicero / Scipio Africanus

De Officiis

"Never less alone than when alone."

PT-BR: "Nunca menos sozinho do que quando sozinho."

39. William Cowper

The Task (1785)

"Oh, for a lodge in some vast wilderness."

PT-BR: "Ah, por um abrigo em algum vasto ermo."

40. Mary Mollineux

"Solitude" (1683)

"How sweet is harmless solitude!"

PT-BR: "Quão doce é a solitude inocente!"

41. Rainer Maria Rilke

Letters on Cezanne (1907)

"It is good to be solitary, for solitude is difficult."

PT-BR: "É bom ser solitário, pois a solitude é difícil."

42. Hermann Hesse

Steppenwolf (1927)

"Solitude is independence. It had been my wish and with the years I had attained it."

PT-BR: "A solitude é independência. Foi meu desejo e, com os anos, eu a alcancei."

43. William Hazlitt

"On Going on a Journey"

"I am then never less alone than when alone."

PT-BR: "Nunca estou menos só do que quando estou sozinho."

44. Mary Shelley

Frankenstein (1818)

"I am solitary and abhorred."

PT-BR: "Sou solitário e abominado."

45. A. W. Tozer

Of God and Men

"Where is the solitude to which we can retire today?"

PT-BR: "Onde está a solidude para a qual podemos nos retirar hoje?"

46. Maimonides

Laws Concerning Character Traits

"He should remain alone in seclusion."

PT-BR: "Ele deve permanecer sozinho, em recolhimento."

47. Carl Jung

as quoted in later sources

"Loneliness does not come from having no people about one, but from being unable to communicate the things that seem important to oneself."

PT-BR: "A solidão não vem de não ter pessoas por perto, mas de ser incapaz de comunicar aquilo que parece importante para si mesmo."

48. Carl Sandburg

quoted in later sources

"One of the greatest necessities in America is to discover creative solitude."

PT-BR: "Uma das maiores necessidades na América é descobrir uma solidude criativa."

49. Bernard of Clairvaux

Epistola CVI, sect. 2

"Believe me, you will find more lessons in the woods than in books."

PT-BR: "Acredite em mim: você encontrará mais lições nas florestas do que nos livros."

50. Paulo Coelho

Manuscript Found in Accra (2012)

"Without solitude, Love will not stay long by your side."

PT-BR: "Sem solidude, o Amor não permanecerá por muito tempo ao seu lado."