

A ecologia do luto

Da inexorabilidade da morte à luta que é compreender e aceitar as regras da vida

BERENICE MARTINS

O que pode ser construído diante da morte? Durante dois dias, a psicóloga mineira Gláucia Rezendes de Tavares reuniu, em Belo Horizonte, um grupo de 15 pessoas totalmente diferentes, na tentativa de transformar o nível de consciência frente a uma fria realidade: a da perda, seja ela de uma pessoa querida, de ilusões ou até mesmo financeira.

A reportagem do **Estado Ecológico** participou do encontro, que foi uma verdadeira luta de reconstrução e reorganização da vida. Tabu em nossa sociedade, a morte só pode ser discutida e enfrentada em espaços destinados a esse fim, o que nos desprepara para olharmos com dignidade para o nosso próprio momento final.

Objetividade, serenidade e esperança. Escolhi esses três requisitos para iniciar o trabalho no curso "Do Luto à Luta". Objetividade para ter sempre clareza do que me trouxera àquele encontro. Serenidade para absorver, sem me ferir, minha vivência sobre o assunto e também a dos outros 14 participantes. E esperança, a de sair de lá melhor do que entrei, mais forte e mais para cima.

Para desconstruir, a coordenadora lançou mão de um artifício, que chamo aqui de "grãos da vida". Ela montou potes contendo grãos, a cada um correspondendo um sentimento. Havia "grãos" de luto, de esperança, possibilidade, flexibilidade, abundância, união, paixão, além daqueles que eu escolhi. Cada um de nós construiu dois "montinhos".

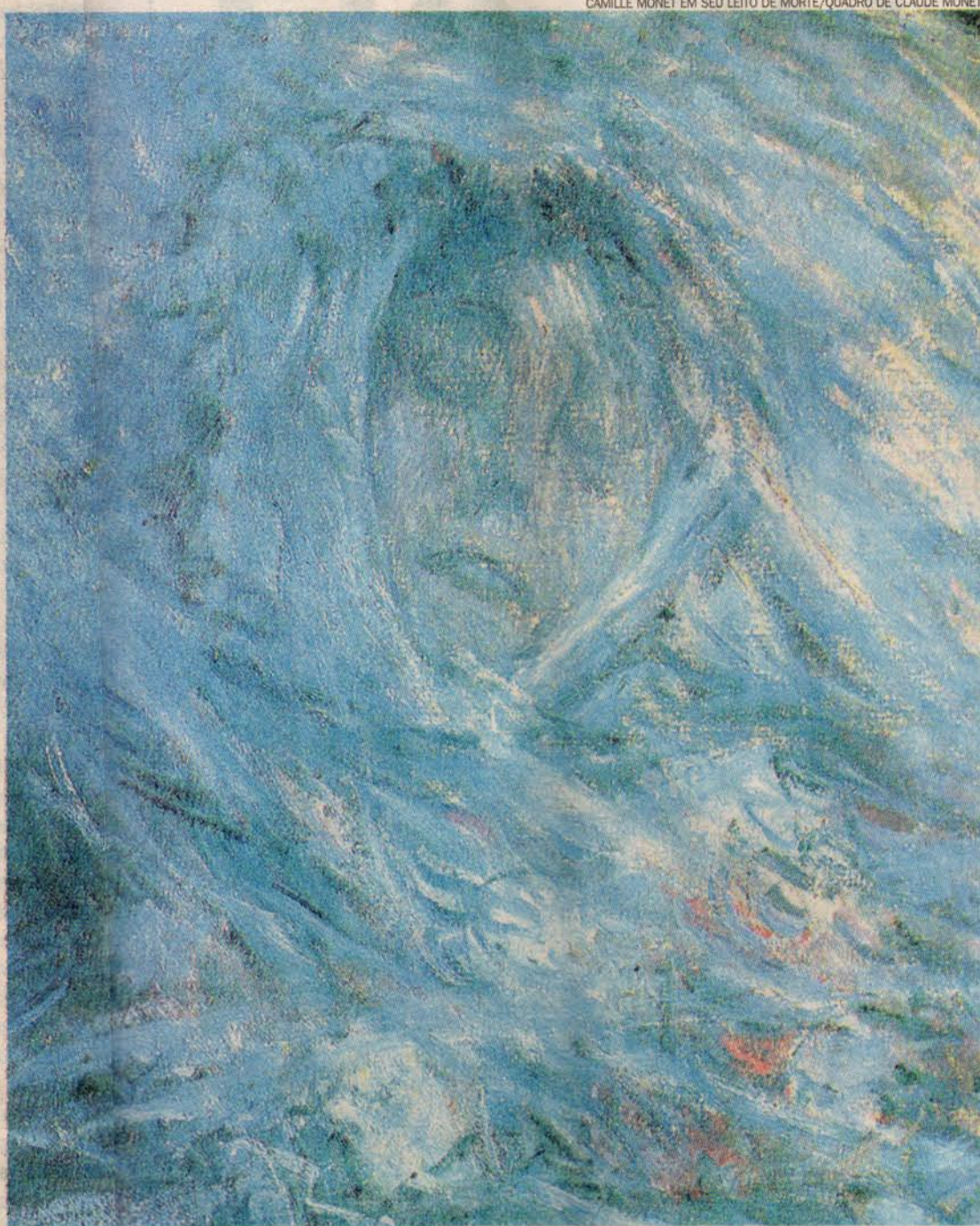
Um a um, sentados em almofadas dispostas ao longo das paredes, sem sapatos, fomos dizendo por que estávamos ali, quem ou o que tínhamos perdido, o que representavam essas perdas para nós e a dor que sentíamos. Foi um proveitoso exercício de solidariedade, perturbador até, eu diria.

A cada apresentação individual, as experiências eram divididas. A dor e a solidão, já neste momento inicial, começaram a ser combatidas. Como se o grupo, ao compartilhar as experiências individuais, assumisse a responsabilidade de retirar do sofrimento algo belo. A imagem que me ocorreu foi a da flor de lótus que nasce em pântanos.

O grupo

Após nos conhecermos um pouco, foi a vez de depositarmos nossos grãos em bacias. A primeira bacia, fosca, representava o presente. A segunda, brilhante, era destinada às nossas expectativas em relação ao dia seguinte, o amanhã. E a primeira questão foi colocada: o que pode ser construído?

Éramos viúvas, órfãos, mães e pais que perderam filhos, outros perderam amigos, namorados e irmãos. E logo veio uma confirmação, que alguns de nós temiam mais, ou menos, dependendo do envolvimento – o luto é atual, atuante e constante. Dramas pessoais, que não temos tempo e estímulo para discutirmos abertamente, foram sendo desvendados.



CAMILLE MONET EM SEU LEITO DE MORTE/QUADRO DE CLAUDE MONET

A MORTE, assim como o nascimento, é uma transformação, não o destino final

Foi nesse momento, como um movimento orquestrado, que todos tentaram dar mais leveza, admitindo o medo e a necessidade de se buscar o humor diante da tragédia.

Ao escutar os relatos individuais, ficou óbvio que quase todos nós havíamos passado por uma situação de extremo sofrimento pela perda de alguém muito querido.

Compartilhar – é esse o segredo do processo de cura para o luto. Os momentos têm que ser respeitados. E cada ser humano tem um ritmo próprio, uma cadência que o leva, assim como um pêndulo, ora para o prazer, ora para a dor.

Regras da vida

No segundo dia do curso, todos tomamos consciência de que estamos sozinhos diante da morte, mas isso não representa um quadro de solidão. E mais uma vez a simbologia do pêndulo ganha importância: a dor sem limites vira so-

frimento. O prazer, vício.

E como tudo na vida tem regra, inclusive a morte, o curso também seguia algumas regras em seu processo: e foi após quase 24 horas juntos que pude retirar minha "lição" do encontro. O que me chamou a atenção foi a declaração de Gláucia de que a escolha da data para o curso, durante a primavera, não havia sido gratuita. Nós estamos, agora, em um período conhecido por equinócio, que designa noite igual, assinalando que a duração do dia é igual à da noite, e segundo os astrólogos de plantão, a primavera brasileira está sob o signo da liberdade do amor e da arte.

Fã de Charles Chaplin, como milhões de outras pessoas, descobri que um de seus filmes mais apreciados, "O Garoto", foi produzido pouco após a morte de seu filho. O filme foi uma homenagem à vida, naquele momento, já perdida, do filho. A mesma inspiração que levou Gilberto Gil a compor a música "Drão".

Foi então que celebrei, internamente, uma conquista: podemos realizar o belo, mesmo se estivermos sob o domínio da dor, que escancara e não deixa espaço para mais nada. Será mesmo que não há espaço para mais nada?

Quem respondeu a essa pergunta foi Camile, filha de Gláucia. Camile morreu aos 18 anos, em um acidente de carro, e sua mãe e nossa coordenadora, generosamente, dividiu as palavras de Camile:

"Temos duas maneiras básicas de ver a morte. Aquela dura, sofrida e que acaba naquele pensamento de nunca mais ver a pessoa que representou muito na sua vida e que você já amou muito. E aquela mais calma, menos sofrida. Mesmo não vendo aquela pessoa amada, podemos sentir a presença dela, uma força a mais, e saber que temos alguém olhando pela gente, lá em cima, junto a Deus".

"As pessoas não morrem, ficam encantadas"

Ao ler, ou escutar, essa frase de Guimarães Rosa vem uma sensação de alívio, de conforto, porque tenho a chance de pensar que meus mortos estão em algum tipo de reino encantado. Uma dor doce que não dá espaço para a angústia se alojar no peito.

Essa frase do grande escritor mineiro me remeteu às duas mortes que já tive o privilégio, sim, o privilégio, de presenciar.

A primeira foi há quase 20 anos: meu pai, após um doloroso tratamento quimioterápico e cirúrgico, na tentativa de extirpar células cancerosas no esôfago, faleceu da forma que queria. Em casa, com a mulher que o acompanhou durante toda a atribulada vida, minha mãe. Além dela, de mim, e da enfermeira, minha irmã mais nova, que tinha 14 anos na época, também assistiu à cena. Tive medo por ela, superproteção com certeza. Mas, minha irmã, ainda tão jovem, tirou dessa experiência uma grande lição de vida.

Meu pai morreu com tranquilidade, e muito sereno se despediu de nós com o olhar. Se fosse possível resumir em uma palavra, eu diria – dignidade.

A segunda experiência, mais recente, foi com meu irmão mais velho – somos oito irmãos. Ele, após a morte de meu pai, cada vez mais assumiu as funções paternas. Desta vez, eu estava sozinha com ele, em um hospital. Ele se foi dormindo, após muitos dias de agonia e dor.

Nessa época eu fazia um trabalho que envolvia meditação. E foi só depois que eu consegui visualizar o rosto dele sorrindo serenamente que pude aceitar sua morte. Meu irmão veio a falecer dois dias após a ocorrência dessa imagem em minha mente. Na época, eu ainda não sabia. Hoje sei que não foi apenas a sua morte. Mas a forma de ele se despedir.