

## ENTREVISTA GLÁUCIA REZENDE TAVARES

## Quando o luto vira luta

MIRTES HELENA  
EDITORA ADJUNTA

FOTOS TIÃO MOURÃO



O grupo não tem organização burocrática. Nem precisa. Nele se encontram, mensalmente, pessoas doloridas que perderam alguém. Acolher e compartilhar são as palavras que movem o movimento, criado pela psicóloga Gláucia Rezende Tavares, de 48 anos, ela própria uma vítima de uma destas armadilhas que fazem da vida um mistério insondável: em 98, uma de suas duas filhas, Camile, de 18 anos, morreu num acidente de carro. A partir daí, tudo mudou na vida dessa professora da Fumec, que também trabalha em dois CTIs neonatais e pediátricos. O API - Apoio a Perdas Irreparáveis - tem esse nome numa inspiração que liga a sigla à apicultura, às colmeias, ao trabalho comunitário, às abelhas que - como a vida - têm ferrões mas também produzem mel. Os encontros acontecem aos domingos - dia do ninho vazio - às 18h, nas casas dos participantes. Há sempre algum novato chegando, alguém precisando de um olhar, um toque, um carinho, uma palavra. "Desenvolvemos a habilidade de escutar", conta Gláucia. "Isso faz com que o grupo, que tem frequência flutuante, se sinta reabastecido. Não há nenhum fundo religioso, cada um tem sua fé". Não satisfeita, a psicóloga acaba de lançar o livro "Do luto à Luta" (Editora Casa de Minas), escrito, segundo ela, com suor, corpo e alma. O trabalho tem ajudado as pessoas a compreender que a vulnerabilidade e a finitude, tão inerentes ao ser humano, podem ser uma fonte de qualidade de vida. O telefone da API é (31) 3282-5645.

A morte existe desde que a vida existe e a humanidade não se acostuma a ela. Por que ela continua sendo tão cercada de dor?

Não é próprio do ser humano se acostumar às perdas, não só de pessoas, mas também de status, de dinheiro etc. Criamos a ilusão de que a vida é boa quando tem ganhos e esse é o primeiro equívoco, pois ela é feita também de perdas. Ganho um filho, por exemplo, mas perco minha condição de solteiro, de dono do meu tempo. A inércia de ganhar e perder é uma condição real, mas a gente resolveu estabelecer que é legal quando ganhamos e que é um fracasso, uma vergonha, uma impotência, quando perdemos. A morte está nesse contexto.

Isso é cultural? Já não deveríamos ter aprendido que a vida é feita de trocas, de perdas? É uma falha nossa?

É do ser humano. Nossa condição já é de gratuidade. Temos como desafio, na arte de viver, nos humanizar, estar receptivo a coisas boas. Se temos dificuldades com as perdas, somos incompetentes para usufruir ganhos. De um modo geral, nossa grande dificuldade de viver é que ficamos morrendo de medo de perder a vida, mas também não assumimos o que ela traz de bom. Ficamos numa maré. Para usufruir o que ganho, preciso saber que não é para sempre. Com muita facilidade, fazemos projetos pra daqui a 15 anos, marcamos para ser feliz depois que tal coisa acontecer, quando não sabemos se vamos abrir o olho amanhã. Nossa capacidade de usufruir cada momento é uma condição que requer esforço. É humanização.

Eu insisto: isso se aprende?

Acho que se desenvolve. É um processo de aprendizado, não fica pronto, a todo momento precisa ser refeito. A cada situação conquistada, novas conquistas se apresentam e temos que saber assegurar, manter. A vida é movimento e não dá pra encarar-la só ganhando ou só perdendo porque as duas coisas estão entrelaçadas.

Conte um pouco da sua história, como perdeu sua filha e a partir daí escreveu um livro e criou uma associação.

Eu já vinha, como psicóloga clínica, desenvolvendo trabalhos de perdas com as pessoas. Em abril de 98, minha filha de 18 anos teve um acidente e teve morte instantânea. Foi algo que não nos deu preparo, até porque, aos 18 anos, a exuberância da vida não permite. Meu trabalho prévio, profissional e pessoal, me deu condições de, por exemplo, não me revoltar. Me vi diante de uma situação e tinha que seguir em frente. Alguns desafios me mobilizaram: tenho outra filha, marido, amigos, minha vida precisava ir em frente. Eu não gostaria de depositar nas costas da minha filha que se foi a minha paralisia. Posso render homenagem a ela sendo capaz de, a despeito da sua ausência, buscar uma qualidade de vida. Os seis primeiros meses de luto é um período em que a gente é cercado de amigos, carinho e atenções. Com o passar do tempo, a vida das pessoas tem

que entrar na rotina e a nossa estava marcada: o quarto vazio, as coisas dispostas, nossa vida tinha mudado. Socialmente, as presenças do meu marido, da minha filha e minha eram ameaçadoras porque a gente era a prova da vulnerabilidade, da mortalidade. Muitas vezes, as pessoas preferiam não tocar no assunto alegando que era melhor pra nós. Era uma escolha deles, não nossa.

Isso é uma receita? Digerir o luto, falar sobre quem se foi, ajuda?

Não se trata de falar e sim de expressar, uma forma que não é universal. É expressar uma nova organização da vida, assimilar. Alguns se expressam compondo, cantando, pintando, escrevendo. Dores não expressas podem se transformar em doenças. A maneira como a expressão se dá é que é peculiar. Não quer dizer que uma maneira boa pra você seja boa pra mim. Perdi minha filha em abril e, em julho, tive necessidade de me recolher, fiquei uma semana no Salão do Encontro em Betim trabalhando com argila. Depois é que fui buscando o contato com as pessoas.

Como nasceu o grupo de apoio?

São muitas as formas de agrupamento. Por que não unir pessoas que perderam filho, essa situação tão esquisita que não tem nome em língua nenhuma. É inominável. Há a viuvez, a orfandade, mas os pais que perdem filhos não têm nome algum.

E a gente cresceu ouvindo que essa é a maior dor do mundo...

Isso também é um mito. É terrível sim mas ninguém pode



“  
Nossa dificuldade é que ficamos morrendo de medo de perder a vida, mas também não assumimos o que ela traz de bom.”

garantir que a gente vai morrer primeiro do que os filhos, embora todos digam que é uma ordem natural. Não é natural coisa nenhuma. É apenas uma ordem que a gente estabeleceu.

Recebi muitos cartões e ouvi muitos me dizendo que é a pior dor. Muitas vezes, isso me deixava ainda mais pra baixo. Depois da perda da minha filha, outras dores me indignaram, tive outros motivos pra chorar. E também motivos pra rir. A pior dor é a que a gente está sentindo no momento. O que importa é a forma como a gente lida. Essa dor esta presente como sempre, inclusive nos momentos de alegria. Se reunimos pessoas para festejar algo, sempre há uma falta. Traduza isso como uma presença simbólica que carrega dentro de mim. Me permito preencher esse silêncio da forma como minha imaginação quiser.

Como agrupou as pessoas?

Começamos com uma primeira reunião em outubro de 98, seis meses após a morte da minha filha, tempo médio em que as atenções sociais vão se desligando. Ser cercado de mimo eternamente é muito cruel com as pessoas e com a gente mesmo. Abrir esse espaço serviu pra aprender, por exemplo, como passar o primeiro Natal sem ela. Eu queria escutar pessoas, saber o que apoiava. Inicialmente foram doze casais. Só na minha família descobrimos cinco que estavam, digamos, "vivenciando essa inversão da ordem natural das coisas", ou seja, que perderam filhos. A partir daí, contatos foram feitos e uns foram trazendo outros. O grupo cresceu de forma cuidadosa. Em 99, tivemos uma participação no programa da Leila Ferreira, na rede Minas, depois houve um artigo na revista Marie Claire e no ano passado fomos ao programa Brasil das Gerais.

E o livro?

Tomei este trabalho como um expurgo. Tinha trabalhado profissionalmente com o assunto, em seminários e palestras. Reuni o material e convidei algumas pessoas que tiveram perdas, não necessariamente de entes

queridos, para escrever. Recebemos curiosamente várias contribuições com o tema "Perdas e Ganhos", mas nenhuma tinha o mesmo título. Achei muito rico. Virou a segunda parte do livro. A primeira eu escrevi e chamei de "Busca de transformação", com vários temas alusivos à morte e às perdas. A terceira parte são homenagens e reflexões de pessoas que perderam entes queridos, manifestações de como cada um passou pelo luto. Não é um livro acadêmico. É um livro que toca a alma. O objetivo é tirar a morte dessa condição de ficar debaixo de tapete, de sentir vergonha pelo fracasso de ter perdido alguém. É trazer a morte para o cotidiano como um alerta para a qualidade de vida. A despeito da dor, o livro fala de revisão de vida, de valores, de atenção às nossas posturas, de direcionamento, da falta de garantia.

Há um jeito ideal de viver o luto? É possível oferecer uma espécie de kit, um manual com recomendações? O que tem a dizer para quem acaba de perder alguém?

Não há um kit para o luto, mas a receita talvez seja: fique atento a você, tenha a humildade de aceitar que a situação chegou e que ela chega para todos, é irreversível. Não temos como negociar com o fato, mas podemos negociar sim com a maneira como passamos por ele. Algumas pessoas se paralisam, às vezes de forma vaidosa. Vemos isso no grupo: "Minha dor é a pior". É uma fala sem eco, não há como disputar que dor é maior. Não dá pra entrar no luto nem com arrogância nem com humildade. Não é castigo, é condição. Falo do luto como contingência e da luta como transcendência. Talvez seja esse o kit. O que me moveu foi, diante da dor, me perguntar: "O que posso aprender?" Tenho facilidade de reunir pessoas. Meu primeiro desafio foi o Natal. Fazíamos reuniões no grupo para preparar

o Natal e elas passaram a ser nomeadas de pré-natais. Estávamos todos grávidos de um espírito crítico. Era uma situação assim: a pessoa a quem eu dei à luz, entreguei a luz. Me reuni com pessoas para falar da dor, da ausência, da gratidão das pessoas solidárias, dos amigos. Numa dessas reuniões, uma amiga da Camile levou seu namorado alemão. Ela não entendia nada de português,



“  
Há a viuvez, a orfandade, mas pais que perdem filhos não têm nome em língua nenhuma. É inominável.”

mas percebeu o movimento em que choramos, rimos, nos emocionamos. Ao final, recebi um abraço tão afetivo dele, que foi tocado na alma. Nós nos comunicamos sem palavras. A lingua-

gem era outra. O luto abre uma troca real, afetiva.

O velório e o luto têm um lado social. São sempre as mesmas expressões - "Seja forte", "Deus te deu isso porque você aguenta". O que considera como abominável nesse aspecto social?

O que conta no social é o que é chique: um enterro concorrido, muitas coroas - tem gente que chega nos velórios contando quantas são - uma urna funerária de boa qualidade, o tipo de cemitério que define a classe social. Isso tudo é abominável. Muitas vezes, quando a pessoa chega para cumprimentar, vem com uma frase de efeito e quer que a sua fala seja a mais legal. Quer ser importante naquele momento e isso também é terrível. E a regrinha, nesses momentos, é outra. A dica é, se você está disposta, chegue perto da pessoa e apenas diga com humildade: "Estou aqui". É melhor do que antecipar alguma coisa, pois ela precisa da chance de escolher. Já acompanhei a história de uma pessoa que perdeu o marido e, enquanto estava no cemitério, um grupo de amigas foi à casa dela e retirou de lá todas as roupas dele. Isso é uma violência, ninguém perguntou nada pra ela. Além de perder o marido, perdeu também a capacidade de decidir, foi roubada em nome da boa intenção. O melhor é perguntar ao outro o que ele quer e precisa. No meu caso, minha filha foi encaminhada para a Medicina Legal. Quando cheguei lá, me disseram que eu não podia entrar. Eu perguntei: "Não posso em nome de quê"? Afinal, eu tinha escolhido ir lá. Eu precisava ver, acompanhar e não me arrependi. Ninguém podia me dizer o que era ou não bom pra mim.

A fé ajuda nesses momentos? Você tem fé?

Tenho. Dizem que ela remove montanhas mas eu discordo. A presença de Deus, o milagre de Deus na minha vida é estar viva, é ter conseguido ir além dessa situação que não escolhi. Não tem nada a ver com um Deus meio marionete que decide: "Há quatro pessoas naquele carro. Hoje vamos levar a Camile". Seria crueldade. Se eu tivesse escolhido me tornar a pior vítima, Deus diria sim. Eu procurei aprender, trazer a morte para a vida, e Deus também disse sim. É nesse sentido que me sinto agraciada.

Há um filme em cartaz chamado "O quarto do filho". Você já o assistiu?

Ainda não, mas várias pessoas já falaram dele. Vou ver. Vejo que o tema morte está em toda parte. Foi artigo de capa da revista Superinteressante de fevereiro, há esse filme, meu livro tem sido muito procurado e outras publicações também. Com isso, a morte vai ficando presente nas conversas domésticas. Quero ter uma visão positiva da vida, embora não ache que a vida seja bela - nem gosto do filme "A Vida é Bela". Mas acho que a vida é inteira e, por definição, tem morte. Ter atitude intolerante em relação a morte não adianta. Depois de 11 de setembro, quando uma potência como os Estados Unidos se mostrou vulnerável, isso se torna real. A ilusão de figura inatacável não existe. Quando lidamos com a vulnerabilidade não como fracasso mas como condição de aprendizado, de reavaliar posturas e atitudes, isso é crescimento. Tenho medo das pessoas ficarem paralisadas na onipotência de que nada o abala ou na impotência de que nada o levanta. Potência é outra coisa e tem limites e falar deles é bom. Os adolescentes precisam saber que pegam AIDS, que acidentes de carro matam. O Brasil perde, por ano, mais jovens entre 14 e 40 anos, de acidentes, do que os Estados Unidos perderam no Vietnã. Minha filha de 18 anos é apenas um número nesta estatística. Precisamos cuidar dessa vulnerabilidade, ser mais cuidadosos, mais ecológicos.