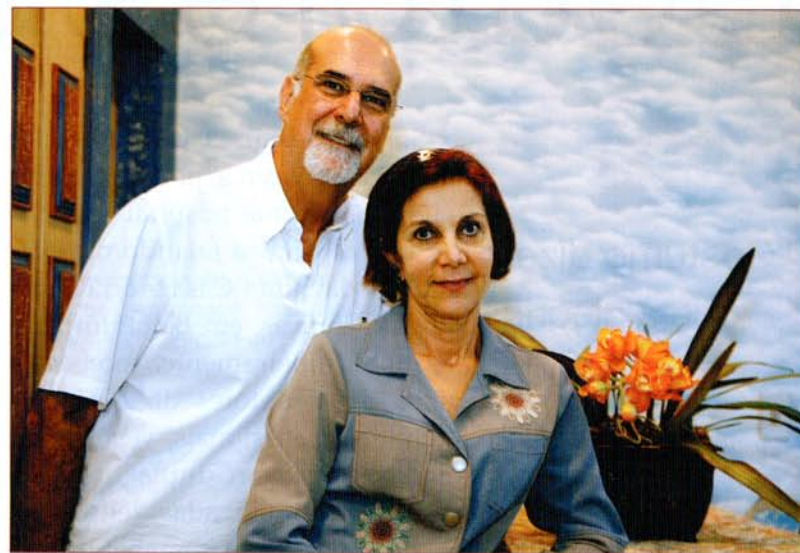


“Do luto à luta”



O livro

Após várias palestras, seminários e a criação do API, o passo seguinte da psicóloga Gláucia Rezende Tavares foi organizar o livro “Do luto à luta”. O livro procura tornar universais as experiências recolhidas e os ensinamentos obtidos.

Os interessados em mais informações sobre o grupo ou sobre os horários de reuniões podem consultar o site www.redeapi.org.br.

A rede API (Apoio a Perdas Irreparáveis) é uma entidade sem fins lucrativos com os seguintes objetivos principais:

1. Acolher e dar suporte a pessoas enlutadas por perda, por morte, de entes queridos
2. Desenvolver e exercitar a habilidade de escutar e apoiar pessoas abaladas física, emocional, profissional, social e espiritualmente
3. Motivar e inspirar a capacidade de recuperação a partir da vivência de perdas
4. Despertar a consciência dos nossos limites e possibilidades como seres humanos através de troca de experiências, grupos de estudo e vivências
5. Desenvolver e exercitar o comprometimento e senso de cidadania (participação em campanhas de prevenção à violência, apoio às situações de choque, acompanhar luto antecipado e luto à distância, pesquisas sobre facilitadores e dificultadores na elaboração do luto).

Transformar o sofrimento causado pela perda irreparável de um filho em solidariedade e ajuda a quem também está passando por uma situação similar foi a saída encontrada pelo casal Gláucia Rezende Tavares, psicóloga, e Eduardo Carlos Tavares, pediatra, para lidar com a morte da filha de, apenas, 18 anos. Segundo o casal, na fase do trauma inicial, eles receberam muito apoio da família e amigos, mas passados seis meses, as pessoas voltaram à vida normal. “O enlutado tem necessidade de falar do que aconteceu. Mas fazemos parte de uma cultura que não fala da morte. Quando tocávamos no assunto, escutávamos ‘não vamos falar de coisas tristes’”, conta Gláucia.

“Percebemos que ao invés de nos ajudarmos, um aumentava a dor do outro e resolvemos procurar ajuda. Como acontece com os grupos dos alcoólatras anônimos e neuróticos anônimos, buscamos ajuda em outras pessoas que também passaram pela mesma situação e descobrimos que não havia um grupo deste tipo. Percebemos que não existe nome para esta situação. Quem perde o marido ou a esposa é viúva ou viúvo; quem perde os pais é órfão, mas não há nome para quem perde o filho, não é o natural da vida”, conta Eduardo ao relatar como surgiu a idéia de criar a Rede API (Apoio a Perdas Irreparáveis).

A API nasceu da necessidade da troca de ideias e experiências entre pessoas que haviam perdido filhos. Com o passar do tempo, a composição da rede passou a ser de pessoas que tiveram perdas em suas vidas e que desejam compartilhar suas vivências e buscar novos caminhos. “A ferida emocional é real e às vezes pesada para ser levada sozinha. A construção desta rede de apoio, onde

as pessoas ‘falam a mesma língua’, afinados pela dor, funciona como fonte de inspiração para o desenvolvimento da capacidade de continuar dizendo sim à vida, mesmo diante do golpe da perda”, explicam. Para o casal, a questão não é se paralisar na adversidade e diante da dor, mas poder ir além, transformá-la em inspiração no nosso ofício de viver.

A rede, que existe há 11 anos e foi pioneira no Brasil, contém hoje mais de 4 mil famílias em Minas Gerais, Espírito Santo e Bahia. Os encontros acontecem sempre uma vez ao mês e não há restrição às pessoas enlutadas quanto à posição filosófica, política ou religiosa. “O essencial para a participação das reuniões é a disponibilidade para se abrir diante de vivências comuns, nunca iguais, respeitando o direito de todos os presentes de também se manifestarem. A troca de experiências do cotidiano dessas pessoas, o expressar livremente seus sofrimentos e dores e, principalmente, o escutar desses depoimentos, traçam a linha mestra na busca de conforto, orientação e ajuda de uns aos outros”, relatam.

Para o casal, não existe receita pronta para a elaboração do luto. “O que percebemos é que as pessoas chegam às reuniões deprimidas e que, com alguns encontros, a situação melhora. Ela para de se perguntar ‘por que aquilo aconteceu comigo’ e passam a pensar no que fazer ‘já que aconteceu’. Percebe que a sua situação não é a pior e que não foi ‘escolhido’ para aquilo acontecer”, relata o pediatra, ao destacar que quando as pessoas se colocam solidárias a ajudar o outro, passam a aceitar melhor a dor, não que ela desapareça, mas ela pode ser elaborada. “O sofrimento paralisa. A dor é uma energia que pode te afundar ou ser canalizada para fazer algo de bom para todos”, destaca Eduardo.