

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE JUIZ DE FORA
PÓS-GRADUAÇÃO EM CIÊNCIA DA RELIGIÃO
DOUTORADO EM CIÊNCIA DA RELIGIÃO**

Tatiene Ciribelli Santos Almeida

**A espiritualidade como elemento de resiliência psicológica no enfrentamento do
luto: uma análise a partir de estudos de casos de pais enlutados**

**Juiz de Fora
2017**

Tatiene Ciribelli Santos Almeida

A espiritualidade como elemento de resiliência psicológica no enfrentamento do luto: uma análise a partir de estudos de casos de pais enlutados

Tese apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Ciência da Religião, da Universidade Federal de Juiz de Fora, como requisito parcial para a obtenção do grau de Doutora em Ciência da Religião. Área de concentração: Filosofia da Religião.

Orientador: Prof. Dr. Sidnei Vilmar Noé

**Juiz de Fora
2017**

Tatiene Ciribelli Santos Almeida

A espiritualidade como elemento de resiliência psicológica no enfrentamento do luto: uma análise a partir de estudos de casos de pais enlutados

Tese apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Ciência da Religião, da Universidade Federal de Juiz de Fora, como requisito parcial para a obtenção do grau de Doutora em Ciência da Religião. Área de concentração: Filosofia da Religião.

Defendida em 23 de fevereiro de 2017.

BANCA EXAMINADORA

Prof. Dr. Eduardo Gross - Presidente
Universidade Federal de Juiz de Fora

Profa. Dra. Teresa Cristina Soares
Universidade Federal de Juiz de Fora

Profa. Dra. Bianca Sakamoto Ribeiro Paiva
Hospital de Câncer de Barretos

Prof. Dr. Franklin Santana Santos
Instituto de Saúde e Educação Pinus Longæva

Prof. Dr. Sidnei Vilmar Noé - Orientador
Universidade Federal de Juiz de Fora

AGRADECIMENTOS

A Deus, a quem busco escutar todos os dias, em meu coração.

Aos meus pais, pelo dom da vida.

Aos meus irmãos, pelo apoio e carinho.

Aos professores do PPCIR pela seriedade e competência ao ensinar e estimular o gosto pelo mundo acadêmico, e ao secretário Antônio Celestino pela ajuda sempre eficiente.

Ao meu orientador prof. Dr. Sidnei Vilmar Noé pela dedicação, orientação eficaz e presença sempre constante nesta caminhada.

Ao prof. Dr. Eduardo Gross pela enorme ajuda no momento da Qualificação e por ter aceito o convite para a Banca de Defesa e à profa. Dra. Teresa Cristina Soares por também ter concordado em estar reunida conosco em tantos momentos importantes, desde a Qualificação, trazendo sua valiosa contribuição e amizade.

À profa. Dra. Bianca Paiva e ao prof. Dr. Franklin Santana Santos por aceitarem estar na UFJF para avaliarem o trabalho e compartilharem a sabedoria e o interesse no tema.

À CAPES e à UFJF por fomentarem a realização do curso e desta pesquisa.

Aos colegas mestrandos e doutorandos e a todos que conheci no PPCIR, meu agradecimento por dividir momentos de alegria, de troca e de ajuda mútua.

Aos amigos de longa data por tornarem esta jornada mais alegre e entusiástica. E também pelas ideias, sugestões, revisões e dicas. Seus apontamentos foram de extrema valia.

À Laís e à Manuela, minhas filhas, pelo carinho, paciência e incentivo sempre presentes e por entenderem a minha ausência em muitos momentos cotidianos.

Ao Cristiano, meu marido, pela força, apoio e amor dispensados durante todo o tempo.

E, principalmente, aos pais e mães enlutados que foram entrevistados, meu muito obrigado! Abrir o coração e falar de uma dor tão profunda não foi fácil. Mas vocês me ensinaram que o amanhã pode ser melhor que o hoje, apesar da perda de um pedaço insubstituível, que as alegrias podem ser passageiras, que a vida se faz no aqui e agora, que tudo pode se modificar em frações de segundo.

Receber o carinho e a ajuda de vocês foi fundamental para a continuação e finalização deste trabalho, que carrega a marca da esperança. Vocês são corajosos ao

extremo e utilizando desta coragem, hoje sinto que tudo posso, mesmo quando o deserto se torna inabitável.

Meu respeito e gratidão são eternos e a esperança de que a vida pode continuar, mesmo após doloroso sofrimento, me fez ser alguém melhor e mais consciente do valor do momento presente.

RESUMO

Perdas são comuns na vida. A perda de alguém querido por morte é sofrida e desencadeia sentimentos de tristeza e saudade. A literatura científica enfatiza que perder um filho é uma das maiores dores sentida por um ser humano. O luto de um pai ou de uma mãe é longo, podendo durar muitos anos ou toda uma vida. Neste processo, pais podem encontrar elementos de resiliência psicológica nos quais podem ser apoiar. A resiliência pode ser entendida como sendo a capacidade de superação frente às adversidades da vida. Esta pesquisa sustenta a tese de que a espiritualidade pode ser um destes elementos de resiliência. Espiritualidade esta entendida como a fé pessoal ou a crença em algo que transcende o ser humano, que pode ser o sagrado, Deus ou outra designação qualquer utilizada pelos pais enlutados. A pesquisa subdivide-se em duas partes: uma teórica, que explora os conceitos de luto, resiliência e espiritualidade e, outra, empírica, através de estudos de caso. Os resultados encontrados corroboram a tese de que a espiritualidade pode ser um dos fatores de proteção para os pais enlutados.

Palavras-chave: Luto. Resiliência. Espiritualidade. Psicologia.

ABSTRACT

Losses are common in life. The death of someone close brings suffering and produces feelings of sadness and of longing to be together. Scientific literature emphasizes that losing a child is one of the greatest pains a human being can experience. The mourning of a father or a mother is long, and can last several years or a lifetime. In this process, parents may find elements of psychological resilience to support themselves. Resilience may be understood as the capacity for overcoming adversities in life. This research underpins the thesis that spirituality can be one of those elements of resilience. Spirituality here understood as personal faith or belief in something that transcends human being, which might be the Holy, God, or any other designation employed by the bereaved parents. The research is divided into two parts: a theoretical one, which explores the concepts of bereavement, resilience and spirituality; and an empirical one, with case studies. The results obtained confirm the thesis that spirituality can be one of the protection factors for bereaved parents.

Keywords: Bereavement. Resilience. Spirituality. Psychology

SUMÁRIO

CAPÍTULO 1 - INTRODUÇÃO.....	11
CAPÍTULO 2 – METODOLOGIA DO TRABALHO	18
2.1- Escolha do método	18
2.2- Procedimentos práticos.....	24
2.2.1- Contexto do estudo	33
2.3- Um pouco da história dos entrevistados	35
Mãe 1: Alegria.....	36
Casal 2: Tristeza	38
Mãe 3: Gratidão.....	39
Mãe 4: Saudade	40
Mãe 5: Sensatez.....	41
Mãe 6: Respiração	42
CAPÍTULO 3- DISCUSSÃO TEÓRICA E DOS DADOS EMPÍRICOS EM RELAÇÃO AO LUTO	43
3.1-Introdução.....	43
3.2- Perdas e luto:	43
3.3- A compreensão do luto em autores selecionados	48
3.3.1- A relação entre luto e melancolia, segundo Sigmund Freud	48
3.3.2- A Teoria do Apego de John Bowlby.....	51
3.3.3- O impacto da cultura na abordagem de Colin Murray Parkes	59
3.3.4- O Modelo de Processo Dual do luto	65
3.4- Morte e luto como partes do desenvolvimento humano.....	70
3.5- A Perda de um filho.....	73
3.6 - Sobre o luto dos pais que perderam filho.	79
3.6.1- A dor de perder um filho.....	79
3.6.2- A dor de enterrar um filho	84
3.6.3- A vontade de morrer junto com o filho.....	86
3.6.4- Os irmãos que ficam	88
3.6.5- Exaltação das qualidades do filho morto	91

3.6.6- O pressentimento da morte do filho.....	94
3.6.7- A forma como o passar do tempo é notado pelo enlutado.....	94
3.6.8- Problemas de saúde e medicações após a morte do filho	97
3.6.9- Laços continuados com o filho	98
3.6.10- As fases do luto pelas quais os pais estão passando	100
3.6.11- Luto antecipatório	113
3.6.12- Luto não autorizado	114
3.6.13- Luto, uma ferida que vai cicatrizando.....	115
3.6.14- Sobre o luto dos pais que perderam o filho:	116
Conclusão.....	120
CAPÍTULO 4- DISCUSSÃO TEÓRICA E DOS DADOS EMPÍRICOS EM RELAÇÃO À RESILIÊNCIA.....	123
4.1 – Conceito de resiliência.....	123
4.2- Principais características da resiliência	131
4.3- Resiliência, luto e espiritualidade	140
4.4- Outros conceitos correlacionados à resiliência.....	146
4.5- Sobre a resiliência dos pais que perderam um filho	150
4.5.1- A resignificação da perda após a morte do filho	151
4.5.2- A importância de uma outra pessoa para o processo de resiliência.....	154
4.5.4- O trabalho e o estudo como fontes de superação.....	158
4.5.5- A importância do humor	160
4.5.6- Os outros filhos são motivações para continuar	161
4.5.7- Necessidade de construir novos sonhos.....	164
4.5.8- Esperança como recurso de superação.....	164
4.5.9- Chorar é lavar a alma	165
4.5.10- Gratidão e resiliência	166
4.5.11- Continuar morando na mesma casa para manter as lembranças.....	167
4.5.12- O tempo para quem perde um filho	168
4.5.13- Necessidade de falar do filho e de ver as suas fotos	170
4.5.14- Uma nova gravidez	171
4.5.15- Seguir a religião do filho que morreu	173
4.5.16- Espiritualidade e resiliência	175
4.6- Sobre a resiliência dos pais que perderam o filho	180
Conclusão.....	185

CAPÍTULO 5 – DISCUSSÃO TEÓRICA E DOS DADOS EMPÍRICOS EM RELAÇÃO À ESPIRITUALIDADE	187
5.1- Introdução.....	187
5.2- Religião, religiosidade, espiritualidade. Campos distintos?.....	188
5.3- Religião.....	193
5.4- Religiosidade	199
5.5- Espiritualidade	201
5.6- Espiritualidade e morte no contexto desta pesquisa.	219
5.6 - Sobre a espiritualidade dos pais que perderam um filho	222
5.6.1- Mãe Alegria: a fé que tudo aceita	222
5.6.2- Casal Tristeza: “Tudo está nas mãos de Deus”	233
5.6.3- Mãe Gratidão: Em busca de uma espiritualidade própria.....	241
5.6.4- Mãe Saudade: Aceitar negando	247
5.6.5- Mãe Sensatez: Tudo tem uma explicação	256
5.6.6- Mãe Respiração: A busca pelo filho amado	260
5.7- Sobre a espiritualidade dos pais enlutados	268
Conclusão.....	275
CONCLUSÃO GERAL E PERSPECTIVAS	277
REFERÊNCIAS	296
ANEXOS	305
ANEXO A – Aprovação do Projeto de Pesquisa no Comitê de Ética de Pesquisa da UFJF.....	307
ANEXO B – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido	309
ANEXO C – Tópico guia das entrevistas	313
ANEXO D - CD com a transcrição de todas as entrevistas.....	316

1- INTRODUÇÃO

O ser humano, em diferentes tempos e lugares, precisa enfrentar adversidades das mais variadas espécies. Catástrofes naturais, pobreza extrema, violência intrafamiliar, morte de entes queridos, doenças, desemprego, separações e mais uma série de situações que fazem com que as pessoas sofram e percam a motivação para a continuidade da sua trajetória de vida.

Porém, também existem indivíduos que passam por algum dos quadros descritos acima, mas conseguem recuperar as forças vitais e repensar maneiras de viver de forma saudável. Estas pessoas chamaram a atenção de grupos de pesquisadores, por conseguirem fazer de situações adversas o estímulo para seguir em frente. Resilientes foi a designação dada pelos pesquisadores às pessoas que conseguem superar as adversidades e se recuperarem depois de elevado grau de sofrimento.

A morte é uma realidade complexa para o ser humano. Evita-se ao máximo este assunto e a grande maioria das pessoas parece não estar preparada ao se defrontar com ela. O sofrimento pela perda é muito grande, mobilizando aspectos pessoais, sociais e relacionados à saúde dos enlutados. Entendendo dessa forma, pode-se afirmar que o estar de luto é visto como algo que muda completamente a forma de viver do sujeito, refletindo esta mudança em todos os âmbitos da vida humana. A pessoa pode se sentir com medo, desamparada.

A complexidade da problemática do tema da morte se torna ainda maior quando esta está relacionada à perda de um filho. É indubitável que a dor de um pai ou de uma mãe ao perder um filho, seja de que modo for, é uma das mais dilacerantes para um ser humano. Esta é uma realidade nunca esperada por aqueles que geraram uma vida. A elaboração do luto é penosa, demanda tempo e, às vezes, ela é vivenciada por toda a vida daquele que perde. Rubem Alves escreveu que “a morte de um filho é uma mutilação” (ALVES, 2002, p. 5).

Lily Pincus acredita que esta dor é tão complexa que em seu estudo sobre o luto na família se absteve de analisá-la afirmando que “evitei considerar a perda de um filho, talvez a mais dolorosa de todas as perdas em nossas pequenas famílias” (PINCUS, 1989, p. 183). Desta forma, acredita-se que este trabalho virá a contribuir para a análise e entendimento deste luto tão particular.

A função da espiritualidade neste processo pode ser a de sustentar e amparar os pais após a morte do filho. A angústia da perda pode se transformar em um desespero,

dependendo da forma como o pai ou a mãe vislumbram a vida. Neste sentido, a espiritualidade pode amparar o processo de aceitação da perda do filho. Há a necessidade clara de dar suporte a estes pais e a crença em algo superior ou a pertença a uma religião podem ser os respaldos necessários.

Neste contexto, a espiritualidade, a fé pessoal ou a pertença a uma religião pode ser considerada um dos fatores de formação da resiliência no processo de luto, entendendo resiliência como algo dinâmico e em pleno exercício de constituição ao longo de toda a vida do sujeito.

Neste trabalho, o conceito de espiritualidade “vai além da necessidade de ligar-se a religiões constituídas para religar-se ao próprio sentido da existência. Recompõe-se assim o ser humano que é enquanto crê” (NOÉ, 2004, p. 5). Desta forma, optou-se por buscar o sentido do crer, independente da religião professada, na vida dos pais que perderam um filho. Em que ou quem eles se apoiam para refazer sua vida após a perda do seu ente querido.

Diante da realidade do sofrimento da perda de um filho torna-se necessário estudar e entender a importância da espiritualidade na ajuda e superação dessa dor. A espiritualidade, como mais um recurso da resiliência durante o processo do luto, é o tema desta pesquisa. Um dos objetivos é tentar entender a superação, ou não, da dor dos pais que perdem um filho, através da espiritualidade.

A resiliência, como tema de pesquisa da Psicologia, pode ser considerada uma temática recente. Aumenta o número de pesquisas constituídas pela preocupação de como enfrentar as crises, tanto pessoais quanto coletivas. E é nessa vertente que pode se enquadrar o uso da espiritualidade.

Características como o senso de humor, uma boa rede de relacionamentos interpessoais, empatia, boa autoestima, capacidade de planejamento são vistas como peças fundamentais no desenvolvimento de um indivíduo resiliente. Porém, possuir fé, acreditar que existe um Outro, que é aquele capaz de promover um sentido maior à vida, pode ser também fator desencadeante para uma maior destreza na superação de problemas.

A comunidade científica, cada vez mais, se interessa pelas relações entre ciência e fé. Como a espiritualidade ajuda as pessoas na superação das adversidades pessoais e na melhoria da qualidade de vida? Entender quais são os fatores que interferem na autoestima, no bem-estar, na harmonia psíquica dos sujeitos, no suporte emocional daqueles que se encontram desamparados é um dos grandes desafios de nossos tempos.

Diante desse aspecto, acredita-se que a espiritualidade é e pode ser um recurso importante na busca da resiliência. Acreditar que existe uma função no mundo desenvolve a probabilidade de se ter esperança na vida, um propósito que guia aquele que crê. Muitos autores defendem esta tese e é neste âmbito que se dá esta pesquisa.

Há muitos que apostaram no fim da religião como uma verdade para os tempos atuais. Freud e Marx são exemplos de pensadores que acreditaram que não haveria mais a necessidade do ser humano se ligar a doutrinas religiosas e tampouco desenvolver seu lado espiritual. Porém, o que assistimos hoje é completamente o inverso. As religiões e a busca por espiritualidade se encontram cada vez mais presentes em todas as sociedades. A partir dessa realidade, pesquisadores atuais se debruçam na análise da religiosidade e da espiritualidade na vida humana.

Levando-se em conta essa percepção de muitos autores, algumas modificações importantes foram feitas no Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM – IV), da *American Psychiatric Association (APA, 2002)*, trazendo à tona novidades na abordagem de temas ligados à espiritualidade e religiosidade. Hoje há um crescente interesse em se definir o que é uma patologia mental e o que é uma expressão da fé, da religiosidade de um indivíduo. Esta mudança deixa explícito o grau de importância da espiritualidade na vida de uma pessoa e também de como esta realidade está motivando os pesquisadores da área de saúde mental a fazer modificações notáveis.

Empreender o conhecimento de características sadias e positivas é o grande objetivo das pesquisas que se referem ao conceito de resiliência. A espiritualidade, sendo considerada como umas destas características, entendida como um dos pilares de sustentabilidade positiva e confortadora frente ao desamparo humano desenvolvido pelo processo de luto, merece ser averiguada no âmbito da Psicologia da Religião. É este desafio que se pretende com esta tese.

São poucas as pesquisas que fazem a inter-relação entre resiliência e espiritualidade. Porém, percebem-se alguns estudiosos que vêm enveredando por esta temática. De acordo com Susana Rocca, muitos autores defendem que a prática religiosa e que estar inserido numa comunidade de fé podem representar um fator de proteção para aqueles indivíduos que estão em meio a problemas e adversidades. A crença e a confiança de que um Outro os acolhe, os compreende, os ajuda, permite vencer as mazelas humanas.

A pergunta pelo porquê na pessoa religiosa frequentemente é dirigida também a Deus. Brota naturalmente do contato com o sofrimento inocente e leva à busca de uma resposta [...] A fé, vivida com confiança em um Deus presente e força que ajuda a superar o sofrimento, parece ser uma chave no desenvolvimento das capacidades de resiliência. Daí as implicações para o contexto religioso, lugar privilegiado para acompanhar esse processo, desafiando os estudiosos e a comunidade de fé a redimensionar com esta ótica tantos recursos pessoais e comunitários que podem ser oferecidos por meio das celebrações, dos variados serviços, práticas e atividades religiosas (ROCCA LARROSA, 2007, p. 10).

Outro fator de importante contribuição para a área pesquisada é a questão da morte de um filho. O luto vivido pelos pais é uma das situações mais dolorosas que um ser humano pode viver. Muitos autores trabalham a questão do luto de uma forma geral, mas não aprofundam o luto específico dos pais por acharem de uma complexidade e dor tamanhas, e, por isso, impossível de explicar em palavras ou até cientificamente. Muitos evitam mesmo falar do tema por ser “talvez a mais dolorosa de todas as perdas em nossas famílias” (PINCUS, 1989, p. 183).

Neste sentido, a espiritualidade ajuda no processo de resiliência por parte dos pais que perderam um filho? Esta será a pergunta que irá nortear esta tese.

Nos tempos atuais, a morte deixou de ser um evento natural e dela pouco ou nada se fala. Concomitantemente a isso, o aumento da violência e as pressões do cotidiano fazem vítimas diariamente em acidentes, suicídios, atos agressivos, fazendo com que muitos pais conheçam a dor da perder seus filhos. O processo de luto, então, deixa de ser uma utopia e passa a ser uma realidade muito próxima.

Como psicóloga e estudiosa da Ciência da Religião, sinto-me motivada a trazer para os colegas psicólogos a importância da espiritualidade no processo de luto, já que, muitas das vezes, a psicologia se coloca distante das discussões acerca da religião e seus temas. Entende-se que muito precisa ser feito, estudado e analisado no campo da resiliência psicológica e sua relação com a fé pessoal. Este estudo pretende ser um colaborador e avançar mais alguns passos neste tema tão atual.

Falar sobre morte e luto pode parecer mórbido e até deprimente. Mas, durante a caminhada da pesquisa ficou evidente que falar da morte é falar de vida. Vida esta que acontece a cada segundo, a cada acontecimento, a cada momento. O tempo seguinte é uma incógnita e por isso mesmo o presente necessita ser vivido com intensidade, pois nunca se sabe se uma dolorosa perda acontecerá.

O amor a cada gesto e a cada palavra deveria ser demonstrado aos entes mais queridos, e aproveitar cada momento ao lado destes é também um belo aprendizado quando se tem como temas trabalhados a morte e o luto.

O tema da morte é importante justamente por tocar em nossos limites mais extremos e também em nossa maior possibilidade de abertura. A morte coloca limites à nossa razão, consciência e capacidade de apreensão e percepção – enfim, à nossa perspectiva de vida. Por outro lado, justamente por ser tão impenetrável, permite-nos total liberdade à imaginação, que pode fluir à vontade e acolher as mais diferentes ideias e imagens a seu respeito (KOVÁCS, 1998, p. 112).

Penso nesta tese como uma oportunidade de também me superar. Superar no sentido de vencer o medo da morte, de buscar um sentido mais profundo para a vida, por me ver como finita e poder desfrutar da companhia dos que me são caros. Esta pesquisa me abriu os olhos para ver o quanto de finitude abarca a vida e o quanto a terminalidade está presente no dia a dia.

E utilizando, também, das palavras de Lily Pincus, falar de resiliência, morte e espiritualidade é, antes de tudo, falar de vida.

Pensar e falar sobre a morte não é necessariamente mórbido; muito ao contrário. A ignorância e o medo da morte pairam como uma sombra sobre a vida, enquanto o reconhecimento e a aceitação da morte removem essa sombra e tornam a vida mais livre de temores e ansiedades. Quanto mais plena e rica é a experiência de vida de uma pessoa, menos a morte parece preocupá-la – como se o amor pela vida expulsasse o medo da morte [...] Nesse sentido, a educação para a morte é a educação para a vida, e deveria ser um tópico essencial em toda educação nas escolas, nas universidades e na mídia (PINCUS, 1989, p. 217).

Considerando-se a centralidade da pesquisa, o estudo empreendido será de natureza qualitativa, envolvendo revisão bibliográfica e pesquisa de campo, utilizando-se como estratégia de pesquisa o estudo de casos e como técnica entrevistas do tipo semiestruturada com um único respondente (entrevista em profundidade) (Cf. BAUER; GASKELL, 2012, p. 64).

Os dados serão coletados através de entrevistas que serão dirigidas a pais e mães que perderam um filho, escolhidos por indicação de profissionais e pessoas conhecidas da pesquisadora.

O capítulo segundo apresentará a metodologia do trabalho, já que se constituirá de uma pesquisa qualitativa utilizando o método do Estudo de Caso. Para isso, haverá explicações do por que desta escolha para a realização desta pesquisa e de como se deu todo o seu desenvolvimento prático. Autores como Norman Denzin, Yvonna Lincoln, Uwe Flick, Gilberto Martins, Carlos Renato Theóphilo, Maria Cecília Minayo, Fernando González Rey, Egberto Ribeiro Turato, Robert K. Yin foram os alicerces teóricos para a compreensão de como proceder a pesquisa qualitativa.

Também neste capítulo serão apresentadas as mães e pais enlutados que foram entrevistados. É importante explicar um pouco de cada um para que o leitor possa entender como se deram os seus processos de luto e se a espiritualidade foi ou não importante para estes pais.

A fundamentação teórica se concentrará em três temas principais: o luto, a resiliência e a espiritualidade. Após a revisão bibliográfica, entrará a apresentação e análise da parte qualitativa da pesquisa, pontuando-se seus resultados.

Portanto, o terceiro capítulo abordará a temática da morte e do luto. Sigmund Freud, John Bowlby, Maria Júlia Kovács, Colin Murray Parkes, J. W. Worden, Erika Schuchardt, Lily Pincus, Maria Helena Bromberg serão analisados por serem autores de referência ao se tratar do tema da morte e luto.

Após a parte teórica, neste mesmo capítulo, haverá a análise e discussão qualitativa sobre o tema e de como os pais entrevistados vivenciaram este processo.

No quarto capítulo trabalhar-se-á o conceito de resiliência e os principais autores e trabalhos serão apresentados, buscando aproximar este tema à Psicologia. Pesquisadores como Emmy E. Werner, Michael Rutter, Edith Henderson Grotberg, Maria Ângela Mattar Yunes, Boris Cyrulnik, Aldo Melillo, Elbio Néstor Suárez Ojeda, Folkman e Lazarus, Pargament serão citados e discutidos, projetando-os no cenário passado e atual do estudo do tema resiliência. Alguns conceitos correlatos serão apresentados, como é o caso dos conceitos de *coping* , *attachment* , enfrentamento.

Logo após, haverá também a análise das entrevistas, apontando como os pais entrevistados entendem e viveram o processo de resiliência e superação.

O quinto capítulo irá analisar o papel da espiritualidade diante das adversidades da vida e nos momentos de intenso sofrimento humano. Para isso autores como Geraldo José de Paiva, Léo Pessini, Leonardo Boff, Antoine Vergote, Robert Solomon, Jürgen Moltmann, Blanches de Paula, Lothar Carlos Hoch, Sidnei Vilmar Noé, Susana Rocca serão de vital importância.

Da mesma forma, haverá a análise qualitativa do tema espiritualidade presente nas entrevistas neste capítulo.

Em relação à literatura proposta, é importante frisar que esta pesquisa terá cunho qualitativo, e, portanto, será importante se familiarizar com os textos e autores indicados acima, porém eles serão utilizados da forma que se pede para uma pesquisa deste tipo.

Diferente de um estudo quantitativo, o pesquisador não usa a literatura existente sobre seu tema com o objetivo de formular hipóteses a partir dessas leituras, para, então, basicamente testá-las. Na pesquisa qualitativa, o pesquisador utiliza os *insights* e as informações provenientes da literatura enquanto conhecimento sobre o contexto, utilizando-se dele para verificar afirmações e observações a respeito de seu tema de pesquisa naqueles contextos. Ou o pesquisador utiliza-o para compreender as diferenças em seu estudo antes e depois do processo inicial de descoberta (FLICK, 2009, p. 62).

Nesse sentido, é de extrema necessidade ter à disposição uma boa base teórica que servirá de apoio para todo o desenvolvimento da pesquisa e que exercerá fundamental sustentação.

Após haverá conclusão do trabalho, salientando as medidas cabíveis a serem tomadas para que pais enlutados recebam apoio e consideração após a morte de um filho e refletindo sobre a importância do aprofundamento do tema, tanto para as Ciências das Religiões, quanto para a Psicologia.

CAPÍTULO 2- METODOLOGIA DO TRABALHO

2.1- Escolha do método

Para tentar entender o complexo sofrimento de uma mãe ou de um pai enlutado, a proposta foi buscar alguns que se sentissem à vontade para falar sobre a perda de seu filho. Pensou-se nesta forma de pesquisa a fim de buscar a compreensão de tal assunto, levando em conta a delicadeza do tema.

Colocar-se frente a frente a pais enlutados é saber que a escuta vai ser carregada do mais alto grau de sofrimento, que a angústia ao se lembrar de tudo o que ocorreu vai emergir a todo o momento, que o desespero pode brotar e que a tristeza vai poder ser vista em cada olhar. Porém, a esperança e a busca pela alegria de viver podem ser questões também contempladas neste momento. Por isso, esta pesquisa precisou de um método sensível a todas estas vivências tão complexas.

Para tanto, optou-se por se fazer uma pesquisa qualitativa a fim de entender esta dor tão profunda. Este tipo de pesquisa se caracteriza pela possibilidade de aprofundamento de um determinado tema, após identificá-lo, deixando que os participantes mesmos possam trazer os significados das situações pelas quais passaram. Desta forma, pode-se adentrar e compreender o mundo dos sujeitos da pesquisa.

A pesquisa qualitativa tem a vantagem de poder fazer uma exploração contextualizada do tema, utilizando, para isso, os próprios sujeitos que vivenciaram tal situação. Além do mais, estes sujeitos serão analisados dentro do seu próprio contexto social, o que facilita a compreensão de tal situação. Desta forma, há a facilidade e necessidade de se conhecer a contextualização do sujeito de forma individualizada. A riqueza que este fato traz é incomensurável.

A abordagem qualitativa condiz com o tema deste estudo por também permitir que os entrevistados se sintam livres ao expressarem sua dor e experiências pela perda de um filho. Em relação a esta questão, Martin Bauer e George Gaskell sustentam que

O primeiro ponto de partida é o pressuposto de que o mundo social não é um dado natural, sem problemas: ele é ativamente construído por pessoas em suas vidas cotidianas, mas não sob condições que elas mesmas estabeleceram. Assume-se que essas construções constituem a realidade essencial das pessoas, seu mundo vivencial. O emprego da entrevista qualitativa para mapear e compreender o mundo da vida dos respondentes é o ponto de entrada para o cientista social que introduz,

então, esquemas interpretativos para compreender as narrativas dos atores em termos mais conceituais e abstratos, muitas das vezes em relação a outras observações. A entrevista qualitativa, pois, fornece os dados básicos para o desenvolvimento e a compreensão das relações entre os atores sociais e sua situação. O objetivo é uma compreensão detalhada das crenças, atitudes, valores e motivações, em relação aos comportamentos das pessoas em contextos sociais específicos (BAUER; GASKELL, 2012, p. 65).

A pesquisa qualitativa se caracteriza, portanto, por ir a fundo sobre um determinado tema, conhecendo e indo ao lugar próprio do entrevistado. Conhecer e entender seu espaço natural e deixar aflorar, ali, suas lembranças e questionamentos a respeito do tema. Por isso, é reconhecidamente uma atividade situada, com um conjunto de práticas materiais e interpretativas.

Estudar as questões em seu cenário natural é uma das características deste tipo de pesquisa, com o objetivo de tentar entender os significados que as próprias pessoas conferem aos fenômenos vividos por elas mesmas. Por isso, a coleta é parte muito importante e ela pode se dar por diversos meios: entrevistas, observação, questionários, etc.

Desta forma, os pesquisadores utilizam várias práticas interpretativas a fim de tentarem compreender o assunto escolhido como objeto de pesquisa. Nesta questão, entende-se “que cada prática garante uma visibilidade diferente ao mundo. Logo, geralmente existe um compromisso no sentido do emprego de mais de uma prática interpretativa em qualquer estudo” (DENZIN; LINCOLN, 2006, p. 17).

Dessa maneira, o importante em uma pesquisa deste tipo é o aprofundamento em um assunto e seu entendimento específico. Levar em conta a forma de viver de cada participante da amostra e tentar compreender a relação entre este e o tema da pesquisa.

O método qualitativo é o que se aplica ao estudo da história, das relações, das representações, das crenças, das percepções e das opiniões, produtos das interpretações que os humanos fazem a respeito de como vivem, constroem seus artefatos e a si mesmos, sentem e pensam [...] as abordagens qualitativas se conformam melhor a investigações de grupos e segmentos delimitados e focalizados, de histórias sociais sob a ótica dos atores, de relações e para análises de discursos e de documentos (MINAYO, 2008, p. 57).

Uma das características fundamentais das análises qualitativas, e que vai ao encontro especialmente com esta pesquisa e que será levado em conta durante todo seu percurso, é o que Maria Cecília Minayo propõe: O reconhecimento da subjetividade

como parte integrante durante todo o processo da pesquisa, e contida, também, na realidade de vida de cada sujeito pesquisado. “Todas trazem para o interior das análises o indissociável imbricamento entre subjetivo e objetivo, entre atores sociais e investigadores, entre fatos e significados, entre estruturas e representações” (MINAYO, 2008, p. 60).

Por outro lado, Minayo alerta para a possibilidade de existirem críticas e resistência aos estudos qualitativos no meio acadêmico. Muitos autores não consideram o método qualitativo como a melhor forma de se fazer ciência, levantando como entrave a dificuldade de se trabalhar com dados subjetivos. Desta forma, a autora salienta que realmente há muitos trabalhos de péssima qualidade, sem aprofundamento das questões, com conclusões rasas.

Para que esses fatos não dificultem a elaboração de uma pesquisa qualitativa de boa qualidade, Minayo sugere que o pesquisador também trabalhe com dados objetivos, admitindo a complexidade de seu objeto. E, para isso, é importante que o pesquisador busque utilizar o cabedal correto de métodos e técnicas.

De acordo com Minayo, há a importância da objetivação também neste tipo de pesquisa para que se conheça o objeto de investigação em sua complexidade, o que significa que há a necessidade de se usar conceitos e categorias, técnicas específicas para que se chegue a uma análise contextualizada. O principal perigo, ao não cumprir estas diretrizes, é se perder e realizar uma análise vazia e ingênua, que seriam incompatíveis com a visão crítica e científica (Cf. MINAYO, 2008, p. 62).

Egberto Turato também defende que um trabalho qualitativo implica em entender as próprias significações que os sujeitos pesquisados dão e têm dos fenômenos analisados, através de técnicas corretas e adequadas, como as entrevistas, onde são valorizados o encontro e os contatos entre pesquisador e pesquisados (Cf. TURATO, 2011, p. 168).

Diante desta argumentação, observa-se que esta pesquisa deve ser qualitativa para poder aprofundar o conhecimento de um tipo de luto tão específico, que é a perda de um filho. Somente dando espaço para que os pais entrevistados possam falar desta dor e, principalmente, dos recursos utilizados, ou não, por eles, para a elaboração do luto é que poderão ser buscados e compreendidos os objetivos, já citados, desta pesquisa.

Portanto, entender os casos analisados em suas especificidades, dentro do contexto daqueles pais que vivenciaram e vivenciam o luto, foi um critério fundamental para a escolha do método de pesquisa qualitativa.

Para a condução desta pesquisa qualitativa, o método utilizado foi o estudo de casos. Esta escolha se deve ao fato do tema escolhido ser um fenômeno social bastante complexo, até mesmo sensível para ser discutido, e por isso, a necessidade de um maior nível de detalhamento das relações das pessoas pesquisadas com seu próprio luto. Desta forma, “trata-se de um estudo de cunho qualitativo em virtude de abordar um universo de significados, sentimentos e aspirações com mais propriedade. O estudo de caso veio ao encontro da possibilidade de desvelar a singularidade do fato” (Yin *apud* Barci, 2006:82).

O método do estudo de casos foi o escolhido para esta pesquisa levando-se em conta alguns argumentos que se mostraram importantes. O principal deles é entender, em profundidade, o luto dos pais que perderam um filho. Estes podem ser considerados como um grupo vivendo uma situação muito específica. Então, compreender profundamente este grupo no seu próprio contexto, utilizando-se de alguma técnica para coletar os dados, a fim de se analisar as questões que forem propostas, é característico do método proposto (Cf. MICHEL, 2009, p. 53-55).

Ainda em relação à escolha do método estudo de casos, Robert Yin argumenta que o uso deste se faz necessário,

quando se colocam questões do tipo ‘como’ e ‘por que’, quando o pesquisador tem pouco controle sobre os acontecimentos e quando o foco se encontra em fenômenos contemporâneos inseridos em algum contexto da vida real. [...] O estudo de caso permite uma investigação para se preservar as características holísticas e significativas dos acontecimentos da vida real (YIN, 2005, p. 19).

Portanto, o método do estudo de casos é indicado para esta pesquisa, pois o objetivo desta é realmente conhecer o “como” e o “por que” a espiritualidade pode ser ou pode ter sido um recurso utilizado pelos pais para a própria superação da perda de um filho. Esta perda é um evento ocorrido em alguma fase da vida destes pais e que está inserido na vida de cada um deles como um evento bastante importante, não podendo ser esquecido.

O método de estudo de caso se caracteriza, também, por ter a finalidade de detalhar muitas possibilidades de compreensão de um mesmo fenômeno ou de alguma circunstância em comum acontecida na vida de pessoas que formam um grupo. Mais de

uma pessoa pode, então, ser objeto de estudo, a fim de tentar compreender como uma situação em comum, no caso o luto por um filho, ocorre de forma diferente para cada pesquisado.

O importante é demarcar que não se pretende uma comparação entre os casos, neste tipo de estudo. Então, as semelhanças e disparidades não vão importar. O resultado da pesquisa com este método é, basicamente, compreender o significado da vivência pessoal em uma dada condição complexa, no caso, o enlutamento por um filho (Cf. YIN, 2005, p. 21).

Este método é reconhecidamente útil por oferecer muitos detalhes da situação estudada e por interligar conceituações teóricas com a realidade prática que foi analisada. O seu objetivo não é “estabelecer abstrações conceituais destinadas a formalizar regras ou conceitos, mas planejar intervenções que proporcionem resultados efetivos na qualidade de vida e promoção de saúde” (YIN, 2005, p. 23). Os principais beneficiados de uma pesquisa que se utiliza deste método são as pessoas que passam ou vivem as situações especificadas nas pesquisas.

O estudo de caso se caracteriza pela profundidade do entendimento da questão, levando em consideração o local, a cultura em que os sujeitos estão inseridos. Por acreditar que este tema escolhido para a pesquisa necessita de aprofundamento e de maior conhecimento da vida dos pais que perderam um filho, é que esta estratégia foi escolhida.

Estudo de Caso pede avaliação qualitativa, pois seu objetivo é o estudo de uma unidade social que se analisa profunda e intensamente. Trata-se de uma investigação empírica que pesquisa fenômenos dentro de seu contexto real (pesquisa naturalística), onde o pesquisador não tem controle sobre eventos e variáveis, buscando apreender a totalidade de uma situação e, criativamente, descrever, compreender, interpretar a complexidade de um caso concreto. Mediante um mergulho profundo e exaustivo em um objeto delimitado – problema da pesquisa –, o Estudo de Caso possibilita a penetração na realidade social, não conseguida plenamente pela avaliação quantitativa (MARTINS; THEÓPHILO, 2009, p. 62).

Este método, assim como qualquer outro, tem suas vantagens e limitações. A vantagem é poder analisar profundamente aquilo que se propõe, sem levar em conta a quantidade de casos existentes, mas sim focando a profundidade do entendimento a respeito dele.

Uma das limitações, e muito criticada no meio acadêmico, é que seus resultados não podem ser generalizados, já que as conclusões foram resultado de estudo contingencial, ou seja, de um fato, de um lugar específico. Por outro lado, há a profundidade do entendimento da realidade que foi explorada, e por isso, é permitida a comparação com outras situações semelhantes que venham a surgir.

Outra consideração negativa a respeito do estudo de caso, e que merece atenção redobrada do pesquisador é a possibilidade de o pesquisador ser “contaminado” pelas suas próprias respostas. Ou seja, este tipo de pesquisa tem o risco de o pesquisador ter uma falsa sensação de que possui a certeza das suas próprias conclusões. Pelo fato dele ter, ou pensar ter, um conhecimento teórico vasto de seu objeto de estudo, corre-se o risco de torcer os dados obtidos para comprovar suas hipóteses iniciais. “Reforçando: um dos maiores riscos da condução de um Estudo de Caso é utilizar a investigação para comprovar posições preconcebidas” (MARTINS; THEÓPHILO, 2009, p. 62).

Essas críticas são contundentes e importantes no sentido de já iniciar o trabalho tomando todos os cuidados possíveis para não enveredar por caminhos que levem a elas. É necessário conhecê-las para que se busque, o máximo possível, a qualidade da pesquisa acadêmica.

Porém, mesmo levando em conta essas críticas, ainda assim, o estudo de caso é um dos métodos mais escolhidos nas pesquisas qualitativas. Então, nesse sentido o “estudo de caso, como o experimento, não representa uma ‘amostragem’, e, ao fazer isso, seu objetivo é expandir e generalizar teorias (generalização analítica) e não enumerar frequências (generalização estatística)” (YIN, 2005, p. 29).

Por outro lado, é enriquecedor saber das vantagens do método adotado, a fim de angariar forças para se construir um trabalho inédito, que é um dos objetivos de uma tese doutoral. O Estudo de Caso também se mostra como um método adequado para esse fim.

Quando um Estudo de Caso escolhido é original e revelador, isto é, apresenta um engenhoso recorte de uma situação complexa da vida real cuja análise-síntese dos achados têm a possibilidade de surpreender, revelando perspectivas que não tinham sido abordadas por estudos assemelhados, o caso poderá ser qualificado como importante, e visto em si mesmo como uma descoberta: oferece descrições, interpretações e explicações que chamam atenção pelo ineditismo. Uma pesquisa construída a partir de um Estudo de Caso ganhará *status* de uma investigação exemplar se a delimitação do problema de pesquisa revelar criatividade, assim como a clara definição do objeto de estudo e, prioritariamente, se forem enunciadas

e defendidas, com engenhosidade, as proposições – teses – a partir de uma sólida plataforma teórica e dos achados empíricos da pesquisa. É de extrema importância a seleção criteriosa de um tema-problema de pesquisa. [...] O sucesso de um Estudo de Caso, em muito, depende da perseverança, criatividade e raciocínio crítico do investigador para construir descrições, interpretações, enfim, explicações originais que possibilitem a extração cuidadosa de conclusões e recomendações (MARTINS; THEÓPHILO, 2009, p. 62).

2.2- Procedimentos práticos

Para que se leve um estudo de caso adiante, é recomendável que se faça um protocolo. Este é peça fundamental numa pesquisa que se utiliza deste método. O protocolo é um instrumento que orienta e regula a condução da estratégia da pesquisa. Ele mostra a confiabilidade de uma pesquisa, comprova sua veracidade e aprofundamento.

O protocolo deve ser construído junto com o projeto de pesquisa e precisa refletir o conjunto de questões que contemplem a real investigação. Ele vai funcionar como uma lista que lembre ao pesquisador de todos os passos importantes para a condução da pesquisa, particularmente, no levantamento das informações que precisam ser coletadas e as razões de coletá-las. O protocolo ajuda o pesquisador a se manter no rumo correto durante o levantamento dos dados (Cf. YIN, 2005, p. 66).

Em relação à escolha dos entrevistados para a pesquisa, Gaskell afirma que não existe um método próprio para selecionar os entrevistados neste tipo de pesquisa. “Aqui, devido ao fato de o número de entrevistados ser necessariamente pequeno, o pesquisador deve usar sua imaginação social científica para montar a seleção dos respondentes” (BAUER; GASKELL, 2012, p. 70).

Desta forma, optou-se por buscar uma amostragem proposital, intencional ou deliberada que é definida metodologicamente como “aquela de *escolha deliberada de respondentes, sujeitos ou ambientes*” (TURATO, 2011, p. 357).

Aqui o autor do projeto delibera quem são os sujeitos que comporão seu estudo, segundo seus pressupostos de trabalho, ficando livre para escolher entre aqueles cujas características pessoais (dados de identificação biopsicossocial) possam, em sua visão enquanto pesquisador, trazer informações substanciais sobre o assunto em pauta [...] não há modo certo ou errado de construir amostras em pesquisa qualitativa, sendo que a decisão pela amostragem deveria ser distintamente pensada e ser apropriada às questões da pesquisa [...]

Escolhendo sujeitos deliberadamente, torna-se *possível pedir às pessoas para que expliquem por que elas comportam-se de um certo modo, explorar sobre decisões ou inquirir sobre fatores subjacentes* (TURATO, 2011, p. 357).

Acredita-se que este tipo de escolha para compor a amostragem é o que vai ao encontro da natureza da pesquisa e por este motivo optou-se por fazer a seleção dos entrevistados de acordo com o conhecimento pessoal e profissional da autora desta pesquisa. Salientando que “o critério de inclusão/exclusão dos sujeitos pode muito bem subordinar-se ao privilégio dado àqueles que detêm os atributos que o investigador pretende conhecer” (TURATO, 2011, p. 361).

Em relação ao número de entrevistados necessário em uma pesquisa qualitativa, há também muita discussão. Pois, como defende Turato, os pesquisadores não deveriam delimitar um número exato antes do início da ida ao campo. Somente após dar início à pesquisa e depois de avançar na construção do estudo é que será possível quantificar a necessidade dos entrevistados. Então, seguindo as afirmações do autor, somente após “contemplar os passos indicados para o modo de construção escolhido para a composição de sua amostra, e estando ao final da coleta de dados, é que o pesquisador poderá saber quantos casos acabaram por ser incluídos” (TURATO, 2011, p. 359).

Portanto, levando-se em conta as pessoas conhecidas pela pesquisadora, neste estudo foram selecionados seis entrevistados, no caso cinco mães e um casal, que responderam a essa condição: já ter perdido um filho. O acesso da pesquisadora à amostra se deu por meio de conhecimento prévio ao evento da perda de um filho, a partir da indicação de amigos, familiares e pessoas que conheciam pais enlutados.

Importante ressaltar que após o início deste trabalho, a pesquisadora foi convidada por uma colega, também psicóloga, a formar um grupo de apoio a enlutados. As reuniões deste grupo tiveram início em março de 2014 e funciona em uma paróquia católica da cidade de Juiz de Fora.

O público-alvo deste grupo são pessoas que passaram por algum tipo de perda, seja ela por morte ou não. A participação é gratuita e as psicólogas coordenam de forma voluntária, não havendo nenhum auxílio financeiro feito pela paróquia, que cedeu uma sala semanalmente para que sejam feitas as reuniões. O fato das reuniões acontecerem em uma Igreja Católica Apostólica Romana¹ não traz nenhuma conotação religiosa para

¹ Nas próximas menções à Igreja Católica Apostólica Romana será utilizada a sigla ICAR como referência.

o grupo, podendo participar pessoas de qualquer opção religiosa ou pessoas sem religião.

Este grupo também serviu para que a pesquisadora conhecesse pais que perderam filhos e fizesse o convite para a participação na pesquisa. Uma mãe aceitou e foi entrevistada. Adiante haverá mais detalhes desta entrevistada.

Durante a exploração dos dados na pesquisa de campo houve um processo de descobertas pelo qual passa tanto o pesquisado quanto o pesquisador, já que foi revivido o momento da perda, a dor sentida, o desespero dos dias seguintes, todo o processo de luto. A subjetividade de ambos esteve envolvida e foi parte dela, já que o tema é de profunda mobilização existencial. O valor da experiência esteve na singularidade daquele caso único. Em relação a isso, Fernando Rey opina da seguinte forma:

O sujeito é uma unidade essencial para os processos de construção na pesquisa qualitativa, pois a singularidade é a única via que estimula os processos de construção teórica portadores de um valor de generalização perante o estudo da subjetividade. A dimensão de sentido dos processos psíquicos requer chegar ao geral a partir da compreensão de processos e de formas de organização que apresentem características singulares de expressão. É o estudo da singularidade que nos permite acompanhar um modelo de valor heurístico para chegar a conclusões que estão além do singular e que são inexequíveis sem o estudo das diferenças que o caracterizam (REY, 2005, p. 112 s.).

Em relação à estratégia de coleta dos dados, optou-se pela entrevista individual, em profundidade, que é típica de uma pesquisa qualitativa, onde não é a quantidade o principal objetivo, mas o conhecimento integral e profundo da experiência individual, humana. Os objetivos desta pesquisa são de caráter compreensivo, reflexivo e analítico. Neste sentido, mais uma vez concorda-se com Gaskell quando ele afirma que toda pesquisa que utiliza a entrevista é um processo social, já que estarão ali pessoas que utilizarão palavras como meio de troca (Cf. BAUER; GASKELL, 2012, p. 73-75).

Desta forma, a informação não é dada apenas de um lado, mas há a interação, a troca de ideias, onde uma palavra, por exemplo, terá vários significados. A realidade como um todo pode ser explorada através desta rica interação. Com isso, tanto entrevistado quanto entrevistador é responsável pelo conhecimento. “Deste modo, a entrevista é uma tarefa comum, uma partilha e uma negociação de realidades” (BAUER; GASKELL, 2012, p. 73).

Então, a entrevista é um acontecimento incomum para o entrevistado, já que naquele momento ele relembra os fatos acontecidos, podendo ficar constrangido, envergonhado. Por isso, há a necessidade de estabelecer um clima de confiança e abertura para que o entrevistado consiga se abrir. Este é um momento único vivido para o pesquisador e para o pesquisado.

Para contrabalançar estas tendências compreensíveis e encorajar o entrevistado a falar longamente, a se expandir em aspectos de sua vida e ser sincero, o entrevistador deve deixar o entrevistado à vontade e estabelecer uma relação de confiança e segurança, o que se costuma chamar de *rapport*. Isto se consegue através da forma como o entrevistador faz as perguntas, por um encorajamento verbal ou não verbal, e mostrando-se tranquilo e à vontade [...] Fundamentalmente, em uma entrevista em profundidade bem feita, a cosmovisão pessoal do entrevistado é explorada em detalhe. Embora tais pontos de vista pessoais reflitam os resíduos ou memórias de conversações passadas, o entrevistado possui o papel central no palco. É a sua construção pessoal do passado. No decurso de tal entrevista, é fascinante ouvir a narrativa em construção: alguns dos elementos são muito bem lembrados, mas detalhes e interpretações falados podem até mesmo surpreender o próprio entrevistado (BAUER; GASKELL, 2012, p. 74 s.).

A escolha da utilização de entrevista individual em profundidade, especificamente para esta pesquisa, se justifica levando em conta o que Gaskell defende, demonstrando as vantagens deste método. Ele sintetiza apontando os seguintes tópicos onde se utiliza este tipo de entrevista:

Quando o objeto da pesquisa é para:

Explorar em profundidade o mundo da vida do indivíduo
Fazer estudos de caso com entrevistas repetidas no tempo

Quando o tópico se refere a:

Experiências individuais detalhadas, escolhas e biografias pessoais
Assuntos de sensibilidade particular que podem provocar ansiedade
(BAUER; GASKELL, 2012, p. 78).

O tema desta pesquisa que relaciona resiliência, luto e espiritualidade contém as características necessárias para a utilização deste método. Já em termos práticos, para o encaminhamento das entrevistas, houve necessidade de um tópico guia, onde estão os principais temas da pesquisa e que foi utilizado como roteiro. Em seguida, houve a explicação para o entrevistado sobre a concordância em estar participando da entrevista

e a assinatura do termo de consentimento. Houve o esclarecimento de que a entrevista seria gravada em áudio e que o anonimato no momento da transcrição seria mantido.

O entrevistador usou uma linguagem simples, bem explicativa. Esteve aberto às indagações do entrevistado e mostrou-se empático e acolhedor. Ter flexibilidade diante das questões pré-formuladas no tópico guia é outra habilidade que o entrevistador deve possuir.

Importante ressaltar que os requisitos legais, como a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido foram assinados pelos entrevistados no tempo devido.

Os entrevistados tiveram todos os esclarecimentos quanto às questões éticas que envolvem pesquisas com seres humanos, levando-se em consideração a resolução nº 196, de 10/10/1996, do Ministério da Saúde, e resolução do Conselho Federal de Psicologia, nº 16/2000, de 20/12/2000, e também o Código de Ética Profissional do Psicólogo de 2005. Neles estão as regras básicas para o desenvolvimento de pesquisas com seres humanos. A pesquisa se apresenta em consonância com os princípios éticos norteadores da ética na pesquisa científica envolvendo seres humanos elencados na resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde. O projeto de pesquisa foi analisado e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de Juiz de Fora conforme Parecer nº 522.733, sendo 16/01/2014 a data da relatoria (em anexo).

A participação dos sujeitos foi de livre e espontânea vontade, conforme o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido assinado (em anexo). Os pais foram informados sobre os objetivos do estudo e da possibilidade de desistência da participação da pesquisa, sem qualquer prejuízo para os mesmos, conforme preconiza a referida resolução.

Foram assegurados o anonimato e sigilo das informações e esclarecido aos participantes que as informações obtidas seriam utilizadas para fins acadêmicos e científicos. Para garantir o anonimato dos entrevistados, foram então criadas formas de identificação para os entrevistados.

Os entrevistados tiveram total conhecimento das regras da pesquisa, seus objetivos e finalidades, e aceitaram participar de livre e espontânea vontade, portanto tiveram a participação voluntária. Foram esclarecidos quanto ao uso do gravador para facilitar o armazenamento dos dados das entrevistas.

Eles não foram obrigados a falarem sobre o que não queriam. Não foram pressionados a falar de forma alguma. Foi garantido o anonimato e o sigilo das informações e dos dados dos entrevistados.

Para a análise dos dados das entrevistas, optou-se pela análise de conteúdo, que é uma técnica de interpretação com o objetivo de buscar entender as falas dos entrevistados por meio de uma descrição objetiva e sistemática. Baseada em Laurence Bardin, que defende que “desde que se começou a lidar com comunicações que se pretende compreender para além dos seus significados imediatos, parecendo útil o recurso à análise de conteúdo” (BARDIN, 2004, p. 30, 31). Desta forma, é importante que se proceda a uma análise substancial e complexa das falas de cada pesquisado. Segundo o autor, a análise de conteúdo tem os seguintes objetivos:

- *a superação da incerteza*: o que eu julgo ver na mensagem estará lá efetivamente contido, podendo esta “visão” muito pessoal ser partilhada por outros? Por outras palavras, será a minha leitura válida e generalizável?

- e o *enriquecimento* da leitura: se um olhar imediato, espontâneo, é já fecundo, não poderá uma leitura atenta aumentar a produtividade e a pertinência? Pela descoberta de conteúdos e de estruturas que confirmam (ou infirmam) o que se procura demonstrar a propósito das mensagens, ou pelo esclarecimento de elementos de significações susceptíveis de conduzir a uma descrição de mecanismos de que *a priori* não possuímos a compreensão (BARDIN, 2004, p. 30 s.).

Para Bardin, a análise de conteúdo é um método que depende única e exclusivamente da fala dos pesquisados. Do tipo desta fala, a quem se destina, e como será feita a interpretação. Desta forma, para o autor, não existe uma maneira de transpor uma fórmula igual para todos os casos. Cada pessoa pesquisada é única, sendo assim também o seu discurso.

Por este motivo, Bardin defende que a técnica precisa ser reinventada a todo o momento, a cada entrevista há a necessidade de adequá-la ao domínio e objetivo pretendidos. Por isso, o autor frisa que a análise de conteúdo deve ser vista como um instrumento, porém com muitas formas e maneiras de uso, sendo adaptável às falas e discursos apresentados no desenrolar da pesquisa. Para ele, “qualquer comunicação, isto é, qualquer veículo de significados de um emissor para um receptor controlado ou não por este, deveria poder ser escrito, decifrado pelas técnicas de análise de conteúdo” (BARDIN, 2004, p. 33).

Bardin elucida que diz respeito à análise de conteúdo todas as iniciativas do conjunto de técnicas que tem por objetivo a explicitação e sistematização de todo o

conteúdo que apareceu no processo de recolhimento de dados para a pesquisa. Assim, cria-se a possibilidade de efetuar deduções lógicas e que sejam justificadas, pois o pesquisador tem a sua disposição um conjunto de recursos que, juntos, irão oferecer subsídios para o entendimento da questão que quer ver resolvida. “Qualquer análise objectiva procura fundamentar impressões e juízos intuitivos, através de operações conducentes a resultados de confiança” (BARDIN, 2004, p. 44).

Segundo o autor, “a análise de conteúdo procura conhecer aquilo que está por trás das palavras sobre as quais se debruça”. (BARDIN, 2004, p. 45). Seria uma busca do que está por trás das mensagens recebidas pela linguagem. Uma busca por outras realidades que estão implícitas ali. Por este motivo, fatores psicológicos, sociológicos, históricos, culturais estarão presentes “por meio de um mecanismo de dedução com base em indicadores reconstruídos a partir de uma amostra de mensagens particulares” (BARDIN, 2004, p. 45).

O objetivo amplo da análise é procurar sentidos e compreensão. O que é realmente falado constitui os dados, mas a análise deve ir além da aceitação deste valor aparente. A procura é por temas com conteúdo comum e pelas funções destes temas [...] Em termos práticos, a análise e interpretação exigem tempo e esforço e não existe aqui um método que seja o melhor. Na essência, elas implicam na imersão do próprio pesquisador no *corpus* do texto (BAUER; GASKELL, 2012, p. 85).

Bardin direciona para uma maior compreensão de como utilizar-se deste material na análise de conteúdo. Para ele, a análise de conteúdo das entrevistas compreende uma etapa muito complexa e delicada. Lidar com todas as questões que circundam este momento não é fácil. O entrevistado está livre para falar, encenar, compor da forma que desejar. Ele está sensibilizado para falar do assunto específico, já conhecido por ele, e isso pode sensibilizar muito o entrevistador.

É neste momento que entra a questão da subjetividade de cada ser humano, que é único e que deve ser olhado e interpretado nesta individualidade. Para o autor, cada um fala ou age a partir de sua própria experiência de vida, juntamente com sua carga genética e hereditária. O que dá toda uma complexidade ainda maior para a análise de conteúdo.

A subjectividade está muito presente: uma pessoa fala. Diz “Eu”, com o seu próprio sistema de pensamentos, os seus processos cognitivos, os seus sistemas de valores e de representações, as suas emoções, a sua afectividade e a afloração do seu inconsciente. E ao dizer “eu”,

mesmo que esteja a falar de outra pessoa ou de outra coisa, explora, por vezes às apalpadelas, uma certa realidade que se insinua através do “estrito desfiladeiro da linguagem”, da *sua* linguagem, porque cada pessoa serve-se dos seus próprios meios de expressão para descrever acontecimentos, práticas, crenças, episódios passados, juízos... (BARDIN, 2004, p. 89 s.).

Para que uma análise de conteúdo seja feita de uma maneira excelente, o autor sugere que a cada entrevista o pesquisador se abstraia de seu próprio sistema de valores. Isso é possível, segundo ele, e somando-se a isso, o pesquisador deve deixar “amadurecer” seu complexo de conhecimentos, experiências e práticas (Cf. BARDIN, 2004, p. 92).

Discutindo este ponto, Antonio Ávila defende que o psicólogo que esteja fazendo pesquisa dentro da abordagem da psicologia da religião faça um juízo de valores no sentido de que a função do pesquisador não reduza seu papel de meramente descrever o fato religioso. Mas que o pesquisador avalie o comportamento humano dentro da experiência religiosa, tentando compreender as patologias, o nível de maturidade da pessoa, o sentido que aquele comportamento traz e como o fato de participar de algum movimento religioso interfere na vida cotidiana daquele indivíduo.

Entender, principalmente quais as causas que propiciaram aquela pessoa a buscar a espiritualidade ou o comportamento religioso e quais as consequências que estas buscas refletem na sua vida cotidiana. Para que se leve este objetivo adiante, é importante que o psicólogo da religião tenha uma “neutralidade benevolente e crítica” (ÁVILA, 2007, p. 17), no sentido de que não é seu papel julgar se existe ou não Deus, se o sagrado é algo alcançável ou não, e sim de entender o comportamento do indivíduo que busca a Deus ou ao sagrado (Cf. Ávila, 2007, p. 16-18). De acordo com o autor, o psicólogo que estuda fenômenos religiosos deve se ater aos seguintes comportamentos:

Deve-se fazer uma exclusão metodológica do transcendente. Deve-se colocar entre parênteses a existência efetiva de Deus, pois por definição não pertence ao campo do psicológico. Não é sua missão afirmar a verdade ou falsidade de determinada posição ou credo religioso, convertendo a psicologia em juiz último e absoluto da existência da divindade, nem reduzir a religião a um fenômeno puramente humano, que a faça cair num psicologismo [...] Definitivamente, ao se tomar como objeto de estudo uma dimensão profunda do homem como é a experiência religiosa, observável unicamente a partir de suas expressões expressivas (ritos, gestos, credos...), é necessário entrar num processo de empatia com o homem que a vivencia, o que permite ao psicólogo que estuda esses fenômenos compreender o conteúdo simbólico do qual as expressões

são portadoras, a fim de poder entender a vivência que tentam comunicar [...] o juízo normativo de verdade não diz respeito à “verdade” do fato religioso, mas às motivações que o originam e às consequências que comporta para a vida do sujeito (ÁVILA, 2007, p. 17s.).

Por este motivo, é importante a observação atenta ao comportamento religioso dos entrevistados e um olhar profundo e complexo ao se analisar todas as entrevistas. “Trata-se de procurar a estruturação específica, a dinâmica pessoal, que, por detrás da torrente de palavras, rege o processo mental do entrevistado. Cada qual tem não só o seu registro de temas, mas também a sua própria maneira de os (não) mostrar” (BARDIN, 2004, p. 93). Para que isso seja feito, é necessário adotar um caminho bem delimitado para que sejam feitas tais análises.

Para tanto, as entrevistas precisam ser transcritas em sua íntegra. Este processo é importante para que o pesquisador possa escutar novamente tudo o que foi dito e focar nas entrelinhas. Ou seja, ficar atento às emoções, às pausas, ao choro, ao silêncio. Todas estas ocorrências são fundamentais no processo da futura análise.

Neste aspecto, a subjetividade é focalizada e precisa ser trabalhada. Cada fala, que pode estar permeada pelo riso, pelo choro, pelo esquecimento precisa ser levada em conta para que se possa ter a compreensão aprofundada de cada entrevistado, dentro de sua individualidade.

Então, há a necessidade de transcrição de boa qualidade de todas as entrevistas para depois iniciar a interpretação dos dados. As transcrições feitas de cada entrevista realizada neste estudo estão no anexo deste trabalho, sob a forma de CD, por contabilizarem muitas páginas. Por isso, torna-se inviável colocá-las sob a forma escrita neste trabalho.

Após a transcrição de todas as entrevistas na íntegra, a próxima tarefa desta fase, proposta por Bardin, é a leitura flutuante. Através dela, vai ser possível estabelecer um contato mais direto com todas as mensagens que foram expostas nas entrevistas. É importante conhecer o texto e se deixar ser tocado pelas informações e pelas impressões que ele causa. “Pouco a pouco, a leitura vai-se tornando mais precisa, em função de hipóteses emergentes, da projecção de teorias adaptadas sobre o material e da possível aplicação de técnicas utilizadas sobre materiais análogos” (BARDIN, 2004, p. 122).

Através da leitura flutuante, é possível construir categorias descritivas, que serão agrupadas de acordo com os conteúdos que sobressaem nas entrevistas ou com os sentidos que os entrevistados deram ao tema. Após, é possível construir as categorias

analíticas, que dizem respeito ao referencial teórico e que fornecem o significado do que se pretende analisar.

Então, a análise de conteúdo categorial é reconhecidamente uma técnica para analisar os dados que tem como objetivo o entendimento das próprias narrativas dos entrevistados, onde vão ser identificadas as características que explicam o fenômeno pesquisado.

Os autores apontam para um dado importantíssimo no processo de análise das entrevistas: novamente torna-se importante atentar para a subjetividade do entrevistado e pesquisador. Ao ler e reler os materiais, ele deve estar concentrado nas contradições e nas ideias que vem a sua mente. A imaginação e a criatividade são partes integrantes do trabalho de pesquisa, sem, contudo, perder o foco dos objetivos e finalidades do trabalho acadêmico.

Especificamente, nesta pesquisa, levando-se em consideração o fato de que o tema é de grande complexidade emocional, a subjetividade, tanto dos entrevistados, quanto da pesquisadora, precisa ser tratada com bastante atenção. Por este motivo, a análise das entrevistas foi feita de forma muito delicada, já que há a necessidade de uma perícia muito elaborada.

[...] trata-se de procurar a estruturação específica, a dinâmica pessoal, que, por detrás da torrente de palavras, rege o processo mental do entrevistado. Cada qual tem não só o seu registro de temas, mas também a sua própria maneira de os (não) mostrar (BARDIN, 2004, p. 93).

2.2.1- Contexto do estudo

A presente pesquisa compreendeu quatro etapas: a da busca de pessoas a serem entrevistadas; a dos contatos; a das entrevistas; a das análises.

O pré-requisito para participar das entrevistas era um só: ter perdido um filho. Para isso, não importava a idade, nem o sexo, nem a causa da morte, nem a idade do filho morto, nem o tempo transcorrido desde a perda. Optou-se pela amostragem intencional ou proposital, cuja escolha dos sujeitos pesquisados é feita de acordo com as intenções e o interesse científico de quem está coordenando a pesquisa.

O levantamento de possíveis pessoas a serem entrevistadas teve início já na época do planejamento do projeto para a pesquisa, mas foi realmente colocado em prática em fevereiro de 2014. Pensar sobre quem já havia perdido um filho não foi fácil.

Foi necessário um retorno às lembranças de tantas pessoas que já haviam passado pela vida da pesquisadora. Ao começar a pensar, uma lista bem grande começou a ser escrita, o que fez refletir sobre o quanto é comum esta perda.

As entrevistas começaram a ser efetivamente feitas em março de 2014 e se estenderam até agosto de 2014. A amostragem contou com 6 entrevistados e este número se deu quando aconteceu a saturação (Cf. TURATO, 2011). Ao perceber que vários pontos nas entrevistas se repetem e que os casos vão se assemelhando nos pontos que dizem respeito aos objetivos da pesquisa, diz-se que se deu a saturação ou repetição.

Desta maneira, a amostragem desta pesquisa tornou-se fechada nos 6 casos de pais enlutados, pois observou-se que muitas questões se tornaram redundantes e repetidas.

Para a coleta de dados, como já foi dito, escolheu-se a entrevista em profundidade, semidirecionada, com tópicos para que os pais pudessem falar livremente sobre eles. O modelo da entrevista encontra-se em anexo.

Como foi o primeiro contato, o convite para participar da pesquisa será descrito na narração de cada caso, levando-se em conta a particularidade e a complexidade de cada entrevistado. Houve entrevistado que foi indicado por algum amigo da pesquisadora, outro que foi conhecido em um grupo específico para enlutados. Mas todos os casos tiveram a presença de alguém para intermediar o contato.

Dada a especificidade e complexidade do tema, a pesquisadora achou mais interessante e mais adequado que existisse alguém para indicar alguma mãe ou algum pai que já tivesse perdido um filho, e que esta pessoa arguisse estes pais se gostariam de participar da pesquisa, falando sobre o tema. Só após uma resposta afirmativa é que a pesquisadora entrava em contato e agendava a entrevista.

As exceções foram no caso de uma mãe que a pesquisadora conheceu no grupo de enlutados e a própria pesquisadora convidou-a a participar da pesquisa, o que foi aceito de imediato. E a outra foi uma mãe residente na cidade da pesquisadora que havia perdido o filho por suicídio. Como este caso chocou a cidade, a pesquisadora pediu a esta mãe uma entrevista, o que foi aceito de imediato.

As entrevistas duraram muitas horas, chegando até a 5 horas. O áudio foi gravado em gravador digital, sob o conhecimento e consentimento dos entrevistados. Acredita-se que o tema tenha muita complexidade e também momentos de muita emoção, recordações e lembranças, paradas para reflexão, o que fez com que

demorassem bastante. Por este motivo, optou-se por arquivá-las em um CD e estas se encontram em anexo, ao final desta pesquisa.

As impressões da pesquisadora, aspectos percebidos por ela, a forma como foi recepcionada, as expressões emocionais e qualquer percepção que não foi captada pelo áudio foram escritas no diário de campo, que foi material indispensável para esta pesquisa.

Na análise de dados optou-se por focar nos temas centrais da presente pesquisa: luto, resiliência, espiritualidade. Portanto, as categorias selecionadas foram estas e todas as atenções foram voltadas para quando um entrevistado tocava nestes assuntos.

Com isso, a preocupação foi direcionada para se analisar os núcleos de sentido que foram expressos na comunicação dos temas trabalhados. No entanto, mesmo tendo como objetivo averiguar melhor os três temas escolhidos, houve a tentativa de não se fechar somente a eles, tendo um olhar criativo sobre outros possíveis assuntos que pudessem aparecer, utilizando-se da capacidade intuitiva que uma pesquisa deste nível possibilita.

Para isso, foi de extrema importância se apegar à fundamentação teórica deste trabalho, que norteou a análise da pesquisadora, não deixando que os temas se tornassem tão amplos que não fosse possível uma objetivação.

Houve a leitura exaustiva das entrevistas transcritas, para que se pudesse fazer jus às etapas propostas por Bardin e também às regras de exaustividade (considerar tudo o que aparece no corpo da entrevista), representatividade (o ato de identificar uma amostra clara), homogeneidade (em relação a todos da amostra terem passado pelo mesmo tipo de experiência – no caso a perda de um filho) e pertinência (que o material que os pesquisados produziram corresponda ao tema da pesquisa). (Cf. BARDIN, 2004, p. 90-92).

2.3- Um pouco da história dos entrevistados

Esta parte do trabalho tem o objetivo de apresentar um pouco de cada entrevistado e de cada entrevista para que possa haver um entendimento de cada histórico e de cada análise.

Esta apresentação tem o objetivo de facilitar a compreensão dos leitores quanto às análises empreendidas das entrevistas. É importante entender um pouco da história de

vida de cada pai participante, pois as suas falas serão citadas e transcritas repetidas vezes nas análises posteriores.

Para isso, o foco será dado para a questão da história da perda do filho, o que aconteceu que ocasionou a morte, como foi ou como está sendo o processo de luto, quais os fatores que contribuem para o enfrentamento do sofrimento causado pela perda do filho.

Como já dito, os nomes dos entrevistados e de seus filhos falecidos foram trocados, para manter o devido sigilo. Os pseudônimos escolhidos têm relação com os sentimentos que foram expressos no momento da entrevista, aqueles que mais despontaram no contato pesquisadora-entrevistado. Lembrando que esta impressão é totalmente da pesquisadora, levando em conta o seu olhar e os próprios sentimentos que foram despontados durante as entrevistas.

Segue-se, então, a breve apresentação de cada pai enlutado participante da amostragem desta pesquisa.

Mãe 1: Alegria

Alegria foi entrevistada graças ao Grupo de Enlutados criado pela pesquisadora deste trabalho, onde ela procurou ajuda, pois estava numa fase delicada em relação à perda de sua filha.

A própria pesquisadora propôs à entrevistada participar da pesquisa, o que foi aceito imediatamente. Alegria recebeu a pesquisadora na sua própria casa, com muita receptividade, gentileza, simpatia e boa vontade. A entrevista foi longa e rica de detalhes.

Alegria perdeu a filha Benção há 16 anos com a Síndrome de Wilson. Ela tinha 15 anos quando faleceu. Lutou por quatro anos contra a doença. Dois anos antes da perda da filha, Alegria também perdeu o marido, de câncer no intestino.

Alegria se coloca sempre como uma pessoa otimista, feliz, alegre. Ela sempre fala dessa alegria, é como se fosse sua marca registrada. Ela é muito grata por tudo, inclusive pelos 15 anos que viveu com a filha, pois, segundo ela, foram poucos anos, mas muito intensos.

Começa a entrevista focando na infância feliz que viveu, na união dos pais, na vida harmoniosa entre a família. A mãe não admitia que os filhos ficassem brigados, os

obrigando a darem abraços depois das discussões. Com isso, a raiva passava e eles começavam a rir. Foi esse tipo de criação que tentou passar para os filhos.

Comenta sobre a oração do perdão, que sempre faz pelas pessoas que a magoam. Pedia ao marido para fazer para ela também e quando os filhos brigavam, pedia que cada um fizesse para o outro irmão.

Ela busca sempre ser feliz e positiva para passar isso para as pessoas. Acredita que se ficar lamentando, reclamando da vida, ninguém se aproxima. Alegria é costureira e o fato de trabalhar com a confecção de roupas para festas a deixa preocupada em passar beleza e positividade para as suas clientes.

Muito importante a passagem narrada onde a sua mãe a deu a mão, após o enterro da filha, lhe tirando de perto do túmulo. Ela acredita que aquele gesto da mãe a tirou de uma possível depressão profunda.

Sempre pensa no futuro e não quer ser uma cruz na vida do filho. Quer ter uma velhice saudável, investindo agora pra ficar tranquila caso precise vender algo pra manter os gastos da velhice. Por isso, reformou e aumentou a casa, mesmo sob críticas de conhecidos e parentes.

O processo de adoecimento de Benção durou 4 anos até a sua morte. Nesse meio tempo, o marido de Alegria também adoeceu, sendo diagnosticado com câncer de intestino e morreu rapidamente. Alegria disse que foi tudo muito triste, terrível, mas que sempre ficou serena diante dos momentos difíceis.

Nos momentos das perdas do marido e da filha, Alegria acredita que Deus pôs um vidro para protegê-la da dor e do desespero, o que fez com que ela, por mais que soubesse da gravidade dos quadros, não acreditasse que eles iam morrer. Ela diz que o vidro quebrou exatamente na hora da morte, onde ela viu a realidade da perda, que eles não voltariam mais. Essa quebra do vidro aconteceu nas duas mortes, onde ela presenciou o momento exato da partida.

Ela diz que chorou muito com a morte do marido e com a doença da filha. Chorou tanto que as lágrimas secaram. Hoje não chora mais. Mas ela acha isso ruim, porque enquanto se está chorando, as lágrimas vão limpando a alma.

Quando completou 16 anos que Benção morreu, Alegria deu uma recaída muito grande, porque analisou que passou 15 anos com a filha e 16 sem a sua presença. O tempo da morte superou o da vida e foi aí que ela disse que a ficha caiu. Por esse motivo, procurou o grupo de enlutados para tentar elaborar isso. Segundo ela, conseguiu

obter a paz procurada no Grupo, conseguindo atingir a tranquilidade após muitas participações.

Ao final da entrevista, Alegria insistiu para que a pesquisadora conhecesse seu filho mais velho, o que foi aceito. O filho veio até à casa da mãe e se conheceram. Foi também muito simpático e se mostrou muito carinhoso com a sua mãe.

Casal 2: Tristeza

Na época da entrevista com o casal, fazia seis meses que o filho Herói havia morrido de acidente de carro. Era cadete da AMAN (Academia Militar das Agulhas Negras, escola de formação dos oficiais combatentes do Exército Brasileiro) e faltava um mês para a sua formatura e três meses para o seu casamento. A festa já estava paga, apartamento comprado, tudo pronto para estes dois momentos especiais na vida do filho.

Herói faleceu na hora do acidente, durante o início da madrugada de um sábado, quando saiu da casa da noiva e estava indo para a casa dos pais. Estava sozinho. Os pais receberam a notícia do acidente pouco tempo depois, porém foram para o Pronto Socorro sem sequer imaginar que o filho havia morrido.

Relataram que o filho era muito amigo e próximo. Que era um rapaz muito especial, atuante na Igreja Maranata e que era muito correto em tudo o que fazia. A mãe tinha uma ligação muito forte com o filho, sendo extremamente preocupada com ele. Por isso, não gostava que o filho fosse para a cidade de Resende dirigindo, pois tinha muita preocupação de que pudesse acontecer um acidente sério com ele.

Depois da perda, o casal relata que a vida não tem mais sentido. Que nada mais tem graça e que estão vivendo por viver. Quando amanhece, eles imaginam que tem mais um dia para viver. Quando o dia acaba, eles agradecem por terem menos um dia de vida.

A mãe diz que revelou mais de 500 fotos do filho e mantém seus pertences impecáveis, do jeito que foram deixados por ele. Veste as roupas do filho para sentir seu cheiro e seu “toque”. Tem ciúmes destes objetos e é raro deixar que alguém toque neles. Porém, o restante da casa, a mãe diz não sentir vontade de organizar. Só faz mesmo as obrigações do dia a dia.

O casal estava arrasado durante a entrevista, os pais choraram muito. A filha Restante também participou, porém não chorou em momento algum. Ela estava com 24

anos. O pai é capitão do Exército da reserva e a mãe é dona de casa. A entrevista foi bastante longa e rica de detalhes.

Foram indicados por uma amiga da pesquisadora, que também é psicóloga e que os atendeu durante um tempo após a perda. Esta amiga os contatou e eles aceitaram participar da pesquisa. Assim que a pesquisadora entrou em contato, eles já marcaram o encontro para o dia seguinte.

Estavam ansiosos para falar do filho e do acidente que o vitimou. Receberam muito bem, foram atenciosos e entusiastas, porém estavam muito tristes. Têm a necessidade de contar todos os detalhes do acidente, de como o filho ficou, de como foi o velório, com o máximo de dados possíveis.

A irmã Restante participou de toda a entrevista, conversando e respondendo as perguntas também.

Mãe 3: Gratidão

Gratidão perdeu um bebê recém-nascido de 2 dias. Fazem 32 anos. Aparentou estar bem e não chorou durante entrevista, apesar de se emocionar algumas vezes com as lembranças. Porém, diz que a cada ano, no dia da sua morte, tem uma reação diferente. Há anos que se sente melhor, há outros em que fica muito triste, chora bastante.

Após a perda de seu bebê, continuou sua vida, teve uma nova gravidez após três meses da perda. Tem dois filhos já adultos e dois netos. É psicóloga, professora de história e, no momento, está fazendo doutorado.

Relata que sofreu demais com a perda do bebê. Casou-se grávida, mudou de cidade, mudou toda a vida e seu bebê não sobreviveu. Teve uma gravidez normal, tranquila, o bebê nasceu bem, mas teve uma icterícia muito forte, da qual ele não resistiu.

Tem fotos de seu filho vivo. Disse que gostaria de mostrá-las durante a entrevista, mas desistiu por medo de se sentir pior depois. Comenta que seu filho era uma criança linda e aparentemente saudável. Passou por três médicos em seus dois dias de vida, mas quando foi diagnosticado já estava muito fraco.

Gratidão passou muito tempo na cama, chorando muito e que essa dor a acompanhou durante muito tempo. Hoje ela ainda sente muitas saudades quando pensa

em seu filho, porém se sente extremamente grata a tudo o que a vida lhe concedeu posteriormente. Estes ganhos a fizeram viver e continuar a sua caminhada.

O conhecimento deste caso se deu através de uma amiga do programa de pós-graduação da pesquisadora que, ao saber do tema da pesquisa, comentou que uma colega de ambas já tinha passado por esta experiência de perda. Esta amiga contatou a colega, que aceitou prontamente participar da pesquisa. A pesquisadora entrou em contato e marcaram a entrevista.

Esta se deu na casa da entrevistada, que esperava com muita boa vontade e gentileza a presença da pesquisadora. Foi uma entrevista longa, com muitos dados importantes e com muita alegria por parte da entrevistada de poder compartilhar a sua história. Acredita que sua história e esta pesquisa podem contribuir muito com outros pais que passaram também pela dor da perda.

Mãe 4: Saudade

Saudade perdeu o filho Companheiro há 14 anos, de aneurisma cerebral. Na época, ele tinha 12 anos. Tudo aconteceu muito rápido: a doença, a internação, a morte. Foi extremamente sofrido e até hoje ela sofre muito pela perda do filho.

É muito religiosa. Mesmo assim, diz que desenvolveu uma forte depressão e hoje toma 14 remédios diários, entre ansiolíticos e antidepressivos. Não há um dia que não pense no filho.

O filho que morreu era o primogênito. Ela tem mais um, que é tenente do Exército. Ela mora atualmente no estado do Amazonas. É dona de casa. Fica de tempos em tempos na casa do filho, em Juiz de Fora. Em uma destas visitas ao filho, o casal Tristeza entrou em contato com a pesquisadora dizendo que a grande amiga Saudade gostaria de também participar da pesquisa. A pesquisadora entrou em contato e Saudade atendeu prontamente o pedido.

A entrevista foi longa. Saudade é uma mulher muito simpática, que recebeu muito bem a pesquisadora. Falou longamente do filho e de sua experiência de perda. Cantou diversas vezes canções religiosas, pregou, recitou versículos da Bíblia.

Conta todos os acontecimentos que perfazem a morte do filho com muita riqueza de detalhes. Para ela, há o antes e o depois da morte do filho. O depois, no qual ela vive, ainda é muito cheio de sofrimento, o que lhe causou muitas doenças físicas, as quais ela trata no seu dia a dia.

Saudade sente-se muito solitária após a morte do filho, mesmo estando rodeada de muitas pessoas. Ela diz que seu filho era seu grande companheiro e que ninguém consegue preencher o vazio que sua morte deixou.

É comunicativa e se mostrou muito feliz ao poder falar da perda do filho.

Mãe 5: Sensatez

Sensatez perdeu a filha Invisível, recém-nascida, que nasceu prematura e o filho Anjo há 4 anos, com 6 anos, de encefalite. Engravidou logo depois de outro menino, Salvador, que está com 4 anos. Tem o filho Primogênito também, com 11 anos, que é irmão gêmeo de Invisível.

Primogênito e Salvador estavam em casa na hora da entrevista, o que dificultou um pouco o desenvolvimento, pois toda hora ela tinha que chamar atenção dos meninos, principalmente de Salvador.

Foi uma entrevista rápida, se comparada às outras. Durou mais ou menos uma hora e meia. Não chorou nem se emocionou em momento algum. Recebeu muito bem a pesquisadora.

É dona de uma locadora de filmes, mas seu sonho é ter um restaurante. É espírita e acredita que não há uma receita de como superar tão grande perda. Só mesmo vivendo um dia após o outro. O dia a dia vai fazendo a dor sumir, porém a saudade só aumenta, segundo ela.

Comentou que o marido é muito frio e seco em relação à morte do filho. Sofreu muito na época da perda, mas atualmente nem comenta mais sobre o assunto.

Relatou sobre a gravidez de Salvador, que ocorreu seis meses depois da morte de Anjo. Ela desejou ter mais um filho. Desde o momento que Salvador nasceu, ela acredita que ele é a reencarnação do irmão Anjo.

São muito parecidos fisicamente e no temperamento. Os gostos são muito semelhantes, o que a leva a acreditar que realmente Anjo voltou para ela como o irmão Salvador.

Mãe 6: Respiração

Respiração perdeu o filho Vaidoso há nove meses, na época da entrevista. O rapaz, que tinha 24 anos, se enforcou após descobrir que tinha o vírus HIV. Faltavam 23 dias para a sua formatura na EFOM (Escola de Formação de Oficiais da Marinha).

Respiração recebeu a pesquisadora muito bem. A própria pesquisadora entrou em contato com ela, através de mensagem no Facebook, pois já conhecia a história. Respiração aceitou imediatamente e a entrevista foi marcada na sua casa.

Respiração é costureira. É muito comunicativa e expressa muito bem os acontecimentos e sentimentos vividos por ela. Chorou muito em diversas ocasiões da entrevista.

A filha mais velha e o neto, de um mês de vida, chegaram à casa e viram muitas partes da entrevista, o que foi bem interessante, porque foi possível perceber que Respiração não mudava seu tom de voz nem o assunto, continuando a falar normalmente na presença deles.

A filha mais nova também circulou muitas vezes na casa durante a entrevista, e Respiração também se manteve concentrada e continuou conversando normalmente.

A entrevista foi longa, durando mais de quatro horas.

CAPÍTULO 3- DISCUSSÃO TEÓRICA E DOS DADOS EMPÍRICOS EM RELAÇÃO AO LUTO

3.1- Introdução

O terceiro capítulo tem o objetivo de apresentar o conceito de luto de acordo com as abordagens de autores reconhecidos que trabalham o tema. Como esta pesquisa conta com a metodologia qualitativa, utilizando estudo de casos, é importante que sejam apresentados os fundamentos teóricos, os quais serão utilizados para seu embasamento.

Após a apresentação da parte teórica, será apresentada a análise do conteúdo das entrevistas e a discussão de como o luto foi vivido por cada pai ou mãe entrevistado.

O tema da morte e do luto, apesar de toda evolução teórica e científica compreendida nos últimos tempos, ainda é tabu e difícil de ser discutido tanto no meio social quanto no acadêmico. Quando se pensa na morte do outro vive-se o receio, o medo da própria morte. “A morte do outro configura-se como a vivência da morte em vida. É a possibilidade de experiência da morte que não é a própria, mas é vivida como se uma parte estivesse ligada ao outro pelos vínculos estabelecidos.” (KOVÁCS, 1998, p. 149).

3.2- Perdas e luto

Desde o momento do nascimento, o ser humano conhece o que é perder algo. O conforto e aconchego do útero materno de repente desaparecem e aquele ser indefeso é obrigado a sentir os desconfortos e desprazeres do mundo extrauterino, influenciados pelo clima, pelas dores provenientes do toque e manipulação da equipe de saúde, pela necessidade de respirar sozinho. Enfim, perder é parte da vida desde seus primeiros momentos.

Variadas perdas são vivenciadas durante todo o desenvolvimento humano. Algumas não são tão sentidas, trazendo conseqüências leves, deixando marcas, mas não tão sofridas. Porém, há outras que afetam maciçamente a vida daqueles que perdem e transformam todo o percurso dos enlutados.

Então, perdas podem e acontecem durante todo o desenvolvimento humano, sendo algumas mais fáceis de serem superadas e outras mais complexas. Só há tristeza

na perda quando existe um vínculo consolidado de amor, afeto, carinho com a figura que se foi. Caso contrário, não existe dor.

No fluxo constante da vida, os seres humanos passam por muitas mudanças. Chegar, partir, crescer, decrescer, conquistar, fracassar – toda mudança envolve uma perda e um ganho. É necessário abrir mão do velho ambiente para aceitar o novo. As pessoas vêm e vão: perde-se um emprego e consegue-se outro; propriedades e bens são adquiridos e vendidos; novas habilidades são aprendidas, enquanto outras são abandonadas; expectativas são atingidas e esperanças são frustradas. Em todas essas situações, as pessoas enfrentam a necessidade de abrir mão de um modo de vida e a de aceitar outro. Se identificam a mudança como um ganho, a aceitação não será difícil, mas se é vista como uma perda ou uma “benção ambivalente”, farão de tudo para resistir à mudança. Isto – resistência à mudança – acredito ser a base do luto: a relutância em abrir mão de posses, pessoas, *status*, expectativas. O modo de uma pessoa enfrentar o desafio da mudança em sua vida determinará não apenas sua visão de mundo, como também a visão acerca de si mesma (PARKES, 1998, p. 28).

Perdas simbólicas acontecem a todo o momento, como no caso da criança que fica entregue à babá enquanto a mãe sai para trabalhar, por exemplo. Nesse caso, não ocorreu a morte concreta, mas o sentimento provocado por essa saída se refletirá na forma como essa criança irá lidar com a morte no futuro.

São inevitáveis as várias separações sofridas durante todo o desenvolvimento de qualquer pessoa. Ao sair, a mãe deixa um vazio e até uma tristeza no filho pequeno, que, muitas vezes ainda não compreende a ida e o retorno das pessoas com quem convive. Desta forma, a elaboração da perda é uma constante para o ser humano, desde o seu nascimento.

É neste sentido que a perda pode ser chamada de morte “consciente” ou de morte vivida. A morte como perda nos fala em primeiro lugar de um vínculo que se rompe, de forma irreversível, sobretudo quando ocorre perda real e concreta. Nesta representação de morte estão envolvidas duas pessoas: uma que é “perdida” e a outra que lamenta esta falta, um pedaço de si que se foi. O outro é em parte internalizado nas memórias e lembranças, na situação de luto elaborado. A morte como perda evoca sentimentos fortes, pode ser então chamada de “morte sentimento” e é vivida por todos nós. É impossível encontrar um ser humano que nunca tenha vivido uma perda. Ela é vivenciada conscientemente, por isso é, muitas vezes, mais temida do que a própria morte. Como esta última não pode ser vivida concretamente, a única morte experienciada é a perda, quer concreta, quer simbólica (KOVÁCS, 1998, p. 149, 150).

Diante de variadas perdas, a morte é a que mais traz consequências sofridas para os que enterram seus entes queridos. Não há quem nunca sofreu a dor por ter perdido alguém por morte. E, mesmo diante desta constatação, muitas pessoas vivem como se nunca fossem morrer nem precisassem passar pelo luto.

A maioria das pessoas vive como se a morte estivesse extremamente longe, relacionando-se apenas àqueles que não lhe são próximos. Pensar sobre a finitude causa desespero, tristeza e muitos outros sentimentos negativos. É complexo e difícil analisar a morte como destino irremediável de todo ser humano. Por isso, é mais fácil defender-se emocionalmente, evitando o assunto ou negando a sua existência.

Por mais que se saiba que a vida contém a morte, as pessoas vivem como se nunca fossem morrer. Esse fato significa que a construção de mundo que se faz deve incluir necessariamente a noção de finitude, de fragilidade do ser humano para que nossos atos, pensamentos e projetos não sejam imbuídos do sentimento onipotente da intemporalidade. Morte é ausência... A perda do mundo, dos afetos, do pensamento... Morte é perda... é ausência de todos... Morte é solidão... Ausência, perda, solidão, emoções que caracterizam o sentimento de luto. Talvez por isso, embora não haja fato mais previsível do que a morte como ponto final do ciclo de vida das pessoas, não há também aspecto que cause tanto impacto emocional e mobilize tão frequentemente mecanismos psicológicos de evitação (BROMBERG, 2000, p. 13)

É comum que os enlutados se sintam como que “rasgados”, “despedaçados”, como se aquela dor nunca mais fosse passar. O sofrimento é sentido como que eterno. Mas, apesar deste momento sofrido, é necessário passar por ele para que se dê início a uma nova forma de viver, agora sem a presença do ente querido.

A morte de um ente querido é uma das piores perdas que uma pessoa pode sofrer. Ela é sentida como uma dor insuportável, que beira ao desespero. Como afirmado anteriormente, todos já passaram ou passarão por este tipo de perda, é impossível não vivê-la ou senti-la em alguma fase do desenvolvimento durante a vida. “Perder um ente querido é uma afronta, um abandono, uma ofensa, uma agressão à própria vida. Até mesmo certas fases da vida, como o envelhecimento e seus desafios, traduzem a dificuldade humana em assumir as perdas e a morte.” (FREITAS, 2000, p. 15)

Mesmo compreendendo que situações de perdas irão sempre se apresentar a todas as pessoas, a morte ainda é considerada assunto tabu e suas consequências e as vivências do luto ainda são pouco estudadas na área acadêmica. Esse quadro é

apresentado e discutido por alguns autores que adentraram o tema, alegando que muitas pessoas têm essa dificuldade atrelada à própria especificidade psicológica, que não aceita a morte e por isso o assunto causa mais medo e estranheza do que interesse.

“Ao longo dos últimos anos, efetuamos um levantamento bibliográfico e descobrimos que um grupo restrito de autores da psicologia se interessa pelos estudos do luto, principalmente em suas peculiaridades e em suas qualidades individuais” (FREITAS, 2000, p. 15). Desta forma, acredita-se que esta pesquisa pode vir a enriquecer este quadro e fomentar a discussão a respeito da morte e do luto no cenário acadêmico.

Maria Helena Franco Bromberg, estudiosa do luto, também concorda com a falta de interesse dos acadêmicos no que diz respeito ao estudo da morte e do luto, focando a dificuldade da discussão do tema no Brasil, entre outras, a uma inexistência de grandes tragédias nacionais. Esse quadro, conseqüentemente, leva a um desinteresse em saber quais as conseqüências do luto para a população em geral. Porém, este argumento pode ser questionado, dado o grande número de tragédias que ocorrem no país, todos os dias, e que são noticiados a todo o momento pelas redes de comunicação.

Este desinteresse, segundo a autora, está diretamente relacionado com a crença de que os efeitos do luto podem ser resolvidos rapidamente, não causando males significativos a longo prazo. Desfaz-se de qualquer conseqüência mais séria, como no caso de desequilíbrios mentais e emocionais, que podem repercutir em problemas psiquiátricos, ou mesmo doenças psicossomáticas, que têm mais dificuldade de serem diagnosticadas e tratadas (Cf. BROMBERG, 2000, p. 160).

Uma outra razão que pode explicar esse desinteresse está contida na própria história de vida e morte, dentro da História do Brasil. Comparando-se com os países que se ocupam de estudar a morte e as conseqüências do luto sobre a população, vê-se que são países que passaram por experiências maciças de morte, como as duas guerras mundiais, catástrofes, elevado risco de ataques terroristas. No Brasil, esse tipo de experiência não faz parte das possibilidades cotidianas, quando comparadas com outros países, não gerando preocupação dos pesquisadores para a importância do tema. (BROMBERG, 2000, p. 160).

A autora aponta que, no Brasil, não é recorrente acontecer grandes tragédias, onde há um número alto de mortes. Desta forma, o próprio país não oferece interesse por estudos sobre o luto e suas conseqüências. Por isso, os pesquisadores ainda estão em fase inicial de estudos sobre o tema, se comparado com países onde há diversos autores

já consolidados neste tipo de estudo, com publicações recentes e em grande número. (Cf. BROMBERG, 2000, p. 160-162). Mais uma vez, no entanto, percebe-se que no Brasil é recorrente sim a ocorrência de um grande número de mortes, todos os dias, por motivos de violência, negligência, catástrofes. O que pode ocorrer é uma falta de interesse de se buscar entender o processo de luto. Neste caso, é pertinente e interessante que se aumente o número de publicações deste tema.

Colin Murray Parkes, autor de renome internacional nos estudos sobre o luto, também aponta para essa carência de estudos na área do luto, mencionando o Brasil como um dos principais países que ainda não empreenderam muitas contribuições acadêmicas importantes. Diz ele: “Como área de pesquisa e intervenção, o luto é ainda pouco desenvolvido no Brasil, o que não ocorre em outros países do mundo, principalmente nos do Hemisfério Norte e naqueles de língua inglesa.” (PARKES, 1998, p. 10).

Por outro lado, o autor também observa que, apesar de ainda existirem poucos estudos, há um significativo aumento no interesse pelo tema. Como estudioso há mais de quarenta anos do tema, ele enfatiza que, entre um lançamento e outro de um livro seu, surpreende-se ao ver que pesquisas sobre o luto aumentaram. Uma dessas suas observações pode ser reconhecida em trechos como os que seguem, onde o autor cita o aumento de publicações no decorrer do intervalo de duas edições lançadas de seu famoso livro “Luto: Estudos sobre a Perda na Vida Adulta”:

Desde a publicação da segunda edição deste livro, tem-se verificado um considerável aumento no interesse científico pelo luto. A Psych/Lit registra 440 publicações sobre o assunto nos últimos cinco anos e meio, e muitas delas refletem o fato de os psicólogos terem-se interessado ativamente pelo tema. É claro que o número de artigos não é necessariamente uma indicação de que nosso conhecimento tenha aumentado em ritmo semelhante, mas, sem dúvida, houve progressos importantes (PARKES, 1998, p. 13).

Outra autora que percebe este aumento no interesse por se estudar o luto é Lily Pincus. Ela defende que muitos psicólogos buscam o entendimento deste tema e que isso se deve a uma tentativa de se quebrarem alguns tabus, como o da morte. Porém, apesar do aumento, ainda não há consenso entre os estudiosos sobre como é vivenciado o luto. Por causa de tantas discordâncias, a autora enfatiza que houve a necessidade de se dividir o processo do luto em fases para que, didaticamente, se possa entendê-lo melhor.

Pelo fato do luto ser tão complexo e ter em seu processo tantas questões melindrosas, como no caso de personalidades diferentes e ambientes diferenciados, é muito difícil chegar a uma só definição que abranja tudo isso. Desta forma, são feitas “tentativas no sentido de dividir o processo de luto em fases observáveis, e, embora o número de fases e a ênfase dada a elas variem nos diferentes estudos, começa a emergir um quadro bastante útil para compreender e avaliar a questão” (PINCUS, 1989, p. 102).

Para a referida autora, o aumento do interesse pelo tema reflete uma tentativa de quebrar verdadeiros tabus sociais, que são os que se referem aos temas da morte e do luto. Entender se o luto está se processando de forma normal ou patológica é outro possível interesse dos profissionais de saúde que se deparam com esta realidade todos os dias.

Nos estudos já empreendidos sobre o luto, pode-se perceber um desenvolvimento quanto ao modo de se explicar como este evento é vivenciado, as fases pelas quais as pessoas enlutadas passam, se o processo do luto é dinâmico ou não. Desta forma, apresentar-se-ão algumas teorias e autores que trabalham a questão.

3.3- A compreensão do luto em autores selecionados

3.3.1- A relação entre luto e melancolia, segundo Sigmund Freud

Sigmund Freud oferece uma breve visão a respeito do luto no escrito “Luto e Melancolia”, dos anos 1915-1917. Ali, Freud se debruça sobre a dor dos que perderam entes queridos e como essa perda irá refletir no dia a dia das pessoas. Interessante apontar que na época em que Freud escreveu sobre o tema do luto, ele próprio estava vivenciando uma série de perdas: havia perdido um filho na guerra, descoberto um câncer, a morte de uma filha muito querida e depois de um neto (Cf. OLIVEIRA, 2001, p. 55).

O envelhecimento de Freud foi pontuado por sofrimentos tanto físicos quanto psíquicos, estes referentes aos lutos pelas perdas dos entes queridos. Além da descoberta do câncer (1923), veio a sofrer outros golpes: a morte de sua querida filha Sophie e, três anos mais tarde, do pequeno Heleine, filho desta, seu neto preferido. Expressando seus sentimentos de pesar em uma carta a seu amigo Binswanger, em 1924, ele dizia: “Heleine representava para mim todos os meus filhos e meus outros netos, e não tenho mais prazer em viver” (OLIVEIRA, 2001, p. 55).

Percebe-se, portanto, em Freud, uma vivência pessoal muito próxima à morte e uma preocupação com os efeitos da perda na vida das pessoas. Então, para esse autor, “o luto, de modo geral, é a reação à perda de um ente querido, à perda de alguma abstração que ocupou o lugar de um ente querido, como o país, a liberdade ou o ideal de alguém, e assim por diante” (FREUD, 1917 [1915]/1996, p. 275).

Freud afirma que, realmente, é muito penoso perder alguém e que trocar o investimento da energia no ente querido para outra pessoa ou objeto é penoso, dada toda a trajetória construída entre o enlutado e aquele que morreu. Por este motivo, o luto demanda tempo e não será elaborado de uma hora para outra. O desânimo, a tristeza, o sofrer farão parte do quadro de luto, este sendo considerado normal, até então. Os sintomas ocorridos, neste caso, vão acontecer durante certo tempo após a perda, sendo reversíveis naturalmente, sem necessidade de uma intervenção médica ou terapêutica.

Porém, para ele, há pessoas que desenvolvem a melancolia frente às perdas, e esta é uma característica patológica do luto, que ocorrem em somente algumas pessoas. No melancólico, o objeto perdido é total, sendo o outro ele mesmo. Em consequência disso, na melancolia o desinvestimento do objeto é altamente sofrido e penoso, demandando muito tempo, pois o sujeito não reconhece o ente querido como outro, com falhas.

Em algumas pessoas, as mesmas influências produzem melancolia em vez de luto; por conseguinte, suspeitamos de que essas pessoas possuem uma disposição patológica. Também vale a pena notar que, embora o luto envolva graves afastamentos daquilo que constitui a atitude normal para com a vida, jamais nos ocorre considerá-lo como sendo uma condição patológica e submetê-lo a tratamento médico. Confiamos em que seja superado após certo lapso de tempo, e julgamos inútil ou mesmo prejudicial qualquer interferência em relação a ele (FREUD, 1917 [1915]/1996, p. 249).

Alguns sintomas descritos por ele, como “a cessação de interesse pelo mundo externo, a perda da capacidade de amar, a inibição de toda e qualquer atividade” (FREUD, 1917 [1915]/1996, p. 276), estão presentes nos dois contextos, tanto no luto quanto na melancolia. Porém, na melancolia, o indivíduo passa a sofrer de baixa autoestima “a ponto de encontrar expressão em auto-recriminação e auto-envilecimento, culminando numa expectativa delirante de punição” (FREUD, 1917 [1915]/1996, p. 276).

Para Freud, os sintomas característicos da melancolia são igualmente vivenciados no luto, com exceção de apenas um: no luto, a autoestima não é abalada.

Neste caso, a alegação é de que o mundo é que se tornou pobre e vazio com a morte de alguém querido, não o próprio enlutado. E, de acordo com o autor, na melancolia é o ego atingido que se torna desprovido de valor e, por isso, desprezível.

Estas observações sobre o melancólico citadas por Freud têm extrema relação com o narcisismo, que é um importante conceito na teoria psicanalítica. Ele é o responsável pela integração da imagem que o indivíduo tem de si mesmo e, conseqüentemente, pela possibilidade de formação de uma identidade. De acordo com Freud, o eu se desenvolverá a partir de um contato com o outro, que lhe dará todos os recursos para se tornar forte ou fraco e o narcisismo seria uma fase intermediária entre o reconhecimento de si mesmo e o amor por uma outra pessoa (FREUD, 1905/1996, p. 188).

No caso do melancólico, há um empobrecimento do eu, levando-se a compreender que a mãe não foi capaz de manter um investimento libidinal adequado no filho. Assim, essa criança não conseguirá criar uma simbiose com o seu objeto de amor, que é mãe. Ela se verá sozinha, isolada, faltosa. Com isso, sua formação narcísica se encontrará prejudicada, afetando a sua capacidade de se reconhecer como pessoa independente e a sua iniciativa em buscar o outro como objeto de amor.

Por este motivo é que ao perder o objeto amado, o melancólico não conseguirá viver o luto porque, para ele, o objeto é ele mesmo, é o seu próprio eu, e sendo assim não há como desinvestir dele mesmo. Ficará ligado, sofrendo, sem conseguir abrir mão de seu próprio eu.

Então, para Freud, há os sintomas considerados normais no luto, como um grande desânimo pelas coisas que antes davam prazer, inibição de atividades que antes eram consideradas essenciais. O mundo externo, portanto, perde seu valor e seus atrativos. Todo esse quadro pode ser vivido por um determinado tempo pelo enlutado, sem que ele seja considerado um melancólico (ou depressivo).

Por outro lado, sintomas como culpa, baixíssima autoestima, autorrecriminação acirrada, ódio contra o outro e contra si mesmo, resultando em empobrecimento do ego, são representações da melancolia. E se estiverem se manifestando constantemente, pode haver aí um caso de luto patológico. “O conflito devido à ambivalência empresta um cunho patológico ao luto, forçando-o a expressar-se sob forma de auto-recriminação, no sentido de que a própria pessoa enlutada é culpada pela perda do objeto amado (FREUD, 1917 [1915]/ 1996, p. 256).

Para Freud, o ego de um melancólico se torna desprezível, e, por isso, deve ser punido. Com isso, pode ser que apareçam sintomas punitivos, como insônia, anorexia, que se apresentam como uma forma de contradizer o instinto de vida. O melancólico, então, realmente se sente muito mal, querendo falar a todo custo de seu sofrimento e suas dificuldades (Cf. KOVÁCS, 1998, p. 158).

Com o tempo, os sintomas do luto vão desaparecer, sem deixar vestígios, afirma Freud. “No luto, se necessita de tempo para que o domínio do teste da realidade seja levado a efeito em detalhe, e que, uma vez realizado esse trabalho, o ego consegue libertar sua libido do objeto perdido” (FREUD, 1917 [1915]/1996, p. 258).

Assim, o próprio processo do luto oferece a quem perdeu um ente querido força e incentivo para continuar a viver. Portanto, Freud defende que “o luto compele o ego a desistir do objeto, declarando-o morto e oferecendo ao ego o incentivo de continuar a viver” (FREUD, 1917 [1915]/1996, p. 258).

Pode-se, portanto, concluir com Freud, que a morte, o luto e todas as consequências ruins advindas destes eventos trazem consigo oportunidades e motivações para a continuação da vida, sem maiores transtornos, no caso de luto normal.

3.3.2- A Teoria do Apego de John Bowlby

Outro importante autor que analisou o luto é John Bowlby. Ele desenvolveu seu entendimento deste tema de acordo com a “Teoria do Apego”. Essa teoria resume-se em analisar e reconhecer o valor dos vínculos desde o momento do nascimento de uma criança com seus cuidadores, independente de ser pai ou mãe biológica.

Os vínculos são de extrema importância para o desenvolvimento de uma personalidade saudável, assim como a forma da criança ser cuidada. A partir dessas ligações serão estabelecidas as bases para lidar com as perdas posteriores, e consequentemente, a forma de vivenciar o luto.

Bowlby, ao longo dos estudos na London Child Guidance (1935) e de sua formação analítica na Associação Inglesa de Psicanálise, teve clareza de que os transtornos emocionais e de conduta, que observava em crianças, tinham sua origem em uma falha ou ruptura da relação entre a criança e seus pais [...] Bowlby centrou seu interesse na ruptura do vínculo da criança com sua mãe. [...] analisa o comportamento humano considerando os aspectos psicológicos e

biológicos. Para entender o impacto da perda na conduta humana é necessário conhecer o significado do apego. Um aspecto básico da teoria do apego de Bowlby aborda a tendência, no ser humano, de estabelecer vínculos afetivos fortes, estreitos, o que é o caminho para entender a reação emocional que ocorre quando esses vínculos são quebrados (FREITAS, 2000, p. 30, 31).

John Bowlby se apoiou na psicanálise e na etologia para desenvolver sua teoria do apego. Embora incorporasse muitas questões oriundas do pensamento psicanalítico, adotou também disciplinas da etologia para exemplificar que o comportamento humano tem muitas nuances parecidas com as do comportamento animal, sendo semelhantes. “Os méritos que se atribuem a ela são que, embora seus conceitos sejam psicológicos, eles são compatíveis com os da neuro-fisiologia e da biologia do desenvolvimento, e que, também, se conforma aos critérios habituais de uma disciplina científica” (BOWLBY, 1997, p. 168, 169).

Para Bowlby, a mãe, o pai ou o cuidador da criança se liga a seu filho por vínculos desde o nascimento. Esses vínculos são expressos na maneira de cuidar. Através dessa ligação, a mãe estabelece o que ele chama de “base segura”, por meio de um comportamento de apego. Esta teoria é centrada nas relações que envolvem pessoas amadas. “Em termos de experiência subjetiva, a formação de um vínculo é descrita como ‘apaixonar-se’, a manutenção de um vínculo como ‘amar alguém’, e a perda de um parceiro como ‘sofrer por alguém’” (BOWLBY, 1997, p. 98).

O comportamento de apego, para o autor, pode ser entendido como qualquer forma de conduta onde um indivíduo queira se aproximar de outro, claramente identificado. Este comportamento vai se dar quando uma pessoa se encontrar em situação vulnerável, ou com medo, ou doente, portanto, precisando de zelo e cuidado para diminuir seu sofrimento.

Saber que há alguém que vai amparar, que vai responder aos apelos de cuidado e que esta figura de apego está disponível traz um verdadeiro sentimento de segurança. Com isso, esta pessoa vai se sentir segura para continuar empreendendo esta relação, estreitando os vínculos e buscando, sempre que precisar, esta figura de apoio.

Este tipo de comportamento é visto de forma muito clara na primeira infância, quando o bebê é totalmente dependente de cuidado, de atenção e de afeto. Entretanto, ele vai ser observado em todo o ciclo de desenvolvimento humano, já que qualquer pessoa irá recorrer a ele em momentos de necessidade e emergência.

Desta forma, Bowlby considera este comportamento como parte integrante da natureza humana. Sendo também compartilhado com membros de outras espécies, já que a sua principal função é a proteção, o aconchego, o cuidado (Cf. BOWLBY, 1989, p. 38-40).

Utilizando-se desta teoria, Bowlby analisou a situação do luto. Descreveu três fases principais pelas quais passam os enlutados: Protesto, desespero e desapego. Algumas situações específicas também ocorrem na vida daqueles que perdem um ente querido, como não ter um tempo certo de vigência, sendo amplamente variável de pessoa para pessoa.

Reconhecer que muitos dos sintomas são considerados normais, não podendo ser classificados como indícios de patologia, é extremamente importante no processo do luto, de acordo com Bowlby. Sentir raiva, não acreditar que houve a morte, a busca pelo ente que se foi, são consideradas características normais do enlutado. É preciso analisar e observar, tendo como referência o conhecimento desse quadro normal, outros indícios de que o luto não está transcorrendo de uma forma positiva.

O luto, em adultos mentalmente sadios, não só dura mais do que os seis meses, frequentemente sugeridos, como também muitos componentes das respostas, amplamente referidas como patológicas, eram comumente encontrados em lutos sadios. Elas incluem raiva dirigida a terceiros, ao *self* e, às vezes, à pessoa perdida, a descrença de que a perda tenha ocorrido e uma tendência, frequentemente, inconsciente, embora nem sempre, a procurar a pessoa perdida na esperança de reencontrá-la. [...] Uma vez que tenha sido obtido um quadro detalhado de um luto sadio, torna-se possível identificar traços que são verdadeiramente indicadores de patologia. Torna-se possível, também, discernir muitas das condições que promovem o luto sadio e aquelas que levam a uma direção patológica (BOWLBY, 1989, p. 43).

Para Bowlby, há três modelos de apego, ou seja, três formas de os pais cuidarem da criança e que determinarão como ela irá se desenvolver: Apego seguro, apego resistente e ansioso, apego ansioso com evitação.

No apego seguro, a mãe, o pai ou cuidador está atento às necessidades da criança e responde de forma amistosa e carinhosa a seus apelos, dando-lhe confiança e segurança. Numa situação assim, a criança cresce confiante sabendo que se passar por uma adversidade haverá alguém com quem pode contar. A segurança recebida faz com que ela explore o mundo sem medo.

No segundo modelo, o apego resistente ou ansioso, não há a certeza da possibilidade de ajuda, de apoio. Nesse caso, a pessoa se sente insegura se haverá

alguém ao seu lado nos momentos difíceis. Diante da incerteza, ela se sente extremamente ansiosa, e assim não terá iniciativa para explorar o mundo a sua volta, querendo ficar colada ao seu cuidador. Esse tipo de apego é criado por pais instáveis, que oscilam momentos de ajuda e de separação, não estando sempre disponíveis às necessidades dos filhos.

O terceiro modelo é o do apego ansioso com evitação, onde o sujeito se sente completamente sozinho, não tendo ninguém para recorrer nos momentos que mais precisa. Essa pessoa tende a não confiar em ninguém, tornando-se completamente desconfiada e se isolando de todos. Prefere viver na solidão. Procura ser autossuficiente em tudo, até mesmo na questão do amor. Esse quadro é criado quando há rejeição por parte do cuidador. Este não oferece nenhuma resposta às demandas da criança, não lhe dando o carinho, a atenção, o amor necessário.

Fica evidente na abordagem de Bowlby a importância de vínculos saudáveis desde o nascimento. Eles serão fundamentais e determinantes para que o sujeito direcione sua vida pessoal e seus relacionamentos interpessoais, desfrute dos bons momentos, lide com os obstáculos, entenda a finitude e passe pelo processo do luto. A forma como os vínculos são vivenciados está diretamente ligada ao modo pelo qual a pessoa irá lidar com as perdas.

Em seu livro “Formação e Rompimento dos Laços Afetivos”, Bowlby também relaciona as três fases citadas – protesto, desespero e desligamento – às fases pelas quais as pessoas enlutadas passam. Elas são importantes para que o indivíduo possa se refazer frente à dor da perda.

Elas seguem uma sequência, indo do total desespero e desorganização para uma reorganização e readaptação a uma nova vida, agora sem o ente querido. Esta trajetória formulada por Bowlby vai ao encontro do objetivo desta pesquisa, que é justamente mostrar que após a dor pode haver uma transformação positiva; que pais enlutados podem recriar uma nova forma de viver e seguir em frente.

Existem, de fato, boas razões para acreditar que a sequência de respostas descrita – protesto, desespero e desligamento – é uma sequência que, numa variante ou outra, é característica de todas as formas de luto. Após uma perda inesperada, parece haver sempre uma fase de protesto, durante a qual a pessoa que sofreu a perda se empenha, na realidade ou em pensamento e sentimento, em recuperar a pessoa perdida e a recrimina por sua deserção. Durante esta fase de desespero e a seguinte, os sentimentos são ambivalentes, enquanto que o estado de ânimo e a ação variam entre uma expectativa imediata, expressa numa intimação raivosa para que a pessoa regresse, até um

profundo desespero, expresso em suspiros contidos – ou até mesmo inexprimido. Embora a esperança e o desespero alternados possam continuar por muito tempo, acabará por desenvolver-se um certo grau de desligamento emocional da pessoa perdida. Após ter passado pela desorganização da fase do desespero, o comportamento nessa fase se reorganiza com base na ausência da pessoa (BOWLBY, 1997, p. 73, 74).

Neste mesmo livro, mais adiante, especificamente em uma conferência feita em 1968, Bowlby reconhece a existência de mais uma fase, uma primeira, que pode ocorrer rapidamente, por um curto espaço de tempo, logo após a perda. Esta fase foi denominada de torpor ou aturdimento. Ela é caracterizada por durar “de algumas horas a uma semana e pode ser interrompida por acessos de consternação e (ou) raiva extremamente intensas.” (BOWLBY, 1997, p. 115). Seria a reação imediata à notícia da morte, ao tempo do velório e ao enterro.

Um dos sintomas descritos por Bowlby que aparece frequentemente no luto e que é sentido logo após a perda de uma pessoa querida é a raiva, que tem um importante lugar. “A função dessa raiva parece ser a de reforçar o ímpeto dos esforços vigorosos tanto para reaver a pessoa perdida como para dissuadi-la de uma nova deserção, que são marcas distintivas da primeira fase do luto”. (BOWLBY, 1997, p. 76)

Para Bowlby, os sintomas da raiva podem ser reflexos de um luto. O autor não acredita que determinadas características apresentadas por um enlutado sejam sinais de um processo patológico, e sim um percurso normal do luto. Querer recuperar a pessoa perdida é uma das causas da raiva, onde o enlutado faz de tudo para que esta recuperação seja empreendida.

Para o autor, este não é um quadro patológico, mas uma necessidade para que o luto transcorra de uma forma normal e até saudável. Depois que o enlutado utilizou em vão todas as formas e todos os esforços para que o ente querido volte, ele terá capacidade de admitir que está derrotado, ou seja, de que a pessoa querida realmente se foi e não poderá jamais voltar. Só assim, o enlutado conseguirá se ver no futuro e fazer planos para a sua vida, onde o falecido não mais estará. “O protesto, incluindo uma exigência raivosa do retorno da pessoa e uma recriminação contra ela por ter desertado, faz parte da resposta à perda” (BOWLBY, 1997, p. 76s)”.

Como Bowlby sustenta sua teoria na etologia, ele analisou as respostas de animais das mais variadas espécies no seu habitat natural. Desta forma, ele comprovou

que a reação desesperadora de procurar a pessoa que morreu tem seu fundamento na teoria da evolução.

Examinando as respostas comportamentais de alguns animais às perdas, Bowlby defende que o comportamento do luto tem raízes biológicas antigas. A forma de expressar a perda no ser humano é muito semelhante a algumas espécies de animais. Reações de raiva, desespero, protesto, desligamento, reorganização também ocorrem no mundo animal. Segue um exemplo citado por Bowlby focando essa semelhança:

[u]m chimpanzé que tinha perdido sua companheira fez repetidos esforços para reanimá-la. Guinchou raivosamente e, algumas vezes, expressou sua cólera arrancando tufo de pelo de sua própria cabeça. Depois, houve choro e luto. Com o tempo, ficou mais intimamente ligado ao seu tratador e mostrava-se mais irritado do que antes quando o tratador ia embora. Em segundo lugar, não é difícil perceber que essas respostas devem ter evoluído. Na existência primitiva e natural, perder o contato com o grupo familiar imediato é extremamente perigoso, sobretudo para os filhotes. Portanto, é do interesse da segurança individual e da reprodução da espécie que existam fortes laços unindo os membros de uma família ou de uma família extensa; e isso requer que toda a separação, ainda que breve, seja respondida por um esforço imediato, automático e vigoroso para recuperar a família, especialmente o membro com quem a ligação é mais forte, e para desencorajar esse membro a uma nova separação. Por essa razão, sugere-se que as determinantes herdadas do comportamento (frequentemente qualificadas de instintivas) evoluíram de tal modo que as respostas padronizadas à perda de pessoas amadas são sempre, em primeiro lugar, impulsos para reavê-las e, depois, para recriminá-las. Entretanto, se os impulsos para recuperar e recriminar são respostas automáticas inerentes ao organismo, conclui-se que elas entrarão em ação como resposta a *toda e qualquer* perda, sem discriminar entre aquelas que são realmente recuperáveis e aquelas, estatisticamente raras, que não o são. É uma hipótese desse tipo, creio eu, que explica por que uma pessoa que sofreu uma perda experimenta comumente um impulso irresistível para reaver a pessoa, mesmo sabendo que a tentativa é infrutífera, e para recriminá-la por ter partido, mesmo quando sabe que a recriminação é irracional (BOWLBY, 1997, p. 77,78).

Para Bowlby, é necessário e saudável que haja tentativas de reaver o ente querido, que a raiva possa ser manifestada, que o desespero faça parte do quadro do luto. Ele defende que é justamente a incapacidade de demonstrar esse desespero e de não conseguir empreender a busca pela pessoa que se foi que caracterizam o luto patológico.

Não poder expressar abertamente os sentimentos, sentir-se reprimido e incompreendido ao demonstrar raiva por ter perdido alguém são fatores que podem

propiciar o luto patológico, segundo o autor. Pelo fato de continuarem em plena atividade na mente, mas incapazes de encontrarem uma expressão ativa no comportamento do enlutado, passam a influenciar a forma através da qual este se coloca no mundo e nas suas atividades, resultando em comportamentos patológicos. Por isso, o luto patológico pode aparecer e se tornar mais um problema de difícil solução para aquele que perdeu um ente querido (Cf. BOWLBY, 1997, p. 78, 79).

Bowlby, quando elaborou sua teoria sobre o luto, sobre se este seria ou não uma doença mental, teve sua própria posição. Já naquela época, havia discordâncias quanto à forma de analisá-lo. O autor foi enfático em não considerar o luto como doença nem em determinar o tempo apropriado para sua elaboração.

Para ele, como já foi dito, perder uma pessoa amada por morte é uma das experiências mais dolorosas e terríveis. É difícil tanto para quem perde, quanto para quem observa e está junto, pois esta pessoa se sente impotente para ajudar no que é preciso.

O autor acredita que a única coisa que o enlutado quer é trazer o ente querido de volta e ninguém irá poder proporcionar isso. Então, pode ser que haja um conflito. O enlutado, muitas vezes, não achará o conforto em ninguém. Por isso, não se pode determinar um tempo exato para o processo de luto, tentando construir um quadro que sirva para todos igualmente.

Para a pessoa enlutada, apenas a volta da pessoa perdida pode proporcionar o verdadeiro conforto; se o que lhe oferecemos fica aquém disso, é recebido quase como um insulto. Isso talvez explique o viés existente em grande parte da literatura mais antiga sobre a maneira pela qual os seres humanos reagem à perda. Quer o autor examine os efeitos da perda em adultos ou em crianças, há uma tendência a subestimar quão aflitiva e desnorteante ela habitualmente é, e quanto tempo perduram a aflição, e muitas vezes, o desnorreamento. Inversamente, há uma tendência a supor que uma pessoa normal e sadia pode e deve superar o enlutamento, não só de maneira rápida, como também de maneira total. Procuro, opor-me a essas tendências. Ressalto, repetidamente, a longa duração do pesar, as dificuldades de se recuperar de seus efeitos e as consequências adversas, para o funcionamento da personalidade, que a perda com frequência acarreta. Só pelo estudo sério dos fatos, tal como realmente parecem ser, é provável que possamos mitigar o sofrimento e o desnorreamento, reduzindo a taxa de incidência (BOWLBY, 1997, p. 4).

Uma característica também observada por Bowlby e que pode acarretar a ocorrência de um luto patológico é a autopunição. O enlutado se pune frente à

necessidade de demonstrar que não poderá mais viver positivamente, pois perdeu alguém querido. Nunca mais sua vida será a mesma e ele carregará para sempre a marca e a dor desta perda. “O pesar de tais pessoas frequentemente parece conter um elemento de autopunição, como se o luto perpétuo se tivesse convertido num dever sagrado para com o morto, por meio do qual o sobrevivente poderá castigar-se e expiar suas culpas.” (BOWLBY, 1997, p. 134).

Desta maneira, o enlutado sente-se tão mal que só consegue conversar sobre o assunto da perda, reclamando, se lamuriando. Bowlby afirma que parece que eles querem somente viver lembrando-se da perda, tendo prazer em só apontá-la, repeti-la e mostrar sempre o quão doloroso é e foi essa morte.

O importante, para Bowlby, é o enlutado poder falar sobre sua dor, com uma pessoa na qual ele deposite confiança. Expressar os sentimentos no luto é altamente favorável para os que sofrem com uma perda. Tentar se isolar, não conversar sobre a perda, não ter alguém em quem confie para falar sobre esse assunto são atitudes altamente prejudiciais no processo do luto.

Por isso, ter à disposição uma rede de amigos, ou parentes, ou profissionais, ou a própria religião pode ser um apoio incomensurável na reconstrução da vida após a perda. Poder expressar, sem inibição, os sentimentos, medos, angústias, e ser compreendido em sua dor é altamente positivo em casos de sofrimento com a perda de um ente querido por morte.

Caso contrário, se o enlutado não conseguir obter a confiança e a compreensão daqueles que o cercam vai ter dificuldades na elaboração dos seus sentimentos, pois precisa encontrar estímulos para continuar a viver, tendo em mente que podem ocorrer outras e novas perdas pelo seu caminho. Se não encontrar essa rede de apoio, o enlutado pode optar por viver constantemente no passado, agarrando-se à esperança de reencontrar o ente morto a qualquer custo.

A saudade do ente que se foi, a raiva por não ter conseguido encontrá-lo, o medo de ser abandonado, são sentimentos e sensações que aparecem após a realidade da perda se concretizar. Com isso, o enlutado parece lutar com todas as forças para recuperar o tempo em que era feliz, onde tinha aquele que se foi o tempo todo ao seu lado. Para o autor, muitas das pessoas não conseguem encarar a realidade da perda, precisando lutar desesperadamente para recuperar um passado impossível de ser vivido novamente (Cf. BOWLBY, 1997, p. 127, 128).

Desta maneira, Bowlby reafirma sua posição da necessidade de possuir vínculos que promovam a base segura para que qualquer ser humano possa se desenvolver de forma saudável. A partir desses vínculos, é mais fácil se refazer de algum acontecimento negativo, neste caso a perda de alguém querido. É neste íterim que, no presente estudo, se optou por estabelecer ligações entre o conceito de resiliência, que é tema desta pesquisa, com a teoria do apego de John Bowlby.

Mais adiante, será analisado o conceito de resiliência, e pode-se dizer que o autor se remete a este conceito, mesmo sem ter tido a pretensão de criá-lo, e ao que é necessário para que uma pessoa consiga superar as dificuldades e adversidades da vida:

Acumulam-se evidências de que seres humanos de todas as idades são mais felizes e mais capazes de desenvolver melhor seus talentos quando estão seguros de que, por trás deles, existem uma ou mais pessoas que virão em sua ajuda caso surjam dificuldades. A pessoa em que se confia, também conhecida como figura de ligação, pode ser considerada aquela que fornece ao seu companheiro (ou à sua companheira) uma base segura a partir da qual poderá atuar (BOWLBY, 1997, p. 139).

3.3.3- O impacto da cultura na abordagem de Colin Murray Parkes

Colin Murray Parkes também é um estudioso do luto e, juntamente com Bowlby, analisou as consequências da perda, embasando-se na teoria do apego. O autor enfatiza que seu trabalho irá analisar “as raízes dessa vulnerabilidade na relação entre a criança em desenvolvimento e seus pais e nos faz lembrar que o luto é a expressão dos vínculos que as pessoas estabelecem umas com as outras” (PARKES, 1998, p. 15).

John Bowlby contribuiu com os fundamentos da etologia para explicar o comportamento de apego, presente no processo de formação e rompimento de vínculos. Colin M. Parkes ampliou esse conhecimento, ao considerar o impacto da cultura no processo de elaboração da perda e ao entender, a partir do ponto de vista da psiquiatria, as relações entre desenvolvimento psíquico, trauma, doença mental e luto (PARKES, 1998, p. 10).

O luto, segundo Parkes, é considerado como um processo, não como um estado fixo. Para ele, o luto demanda tempo para ser resolvido, não sendo apenas um quadro de sintomas que surge depois da perda e logo desaparece. “Envolve uma sucessão de quadros clínicos que se mesclam e se substituem” (PARKES, 1998, p. 23).

O autor alega que este processo do luto é formado por quatro fases, sendo que estas podem se alternar, não tendo que seguir formalmente uma ordem clara. Da mesma forma que Bowlby, Parkes divide essas fases em entorpecimento, saudade ou procura pelo outro, desorganização e desespero e recuperação.

Cada uma destas fases tem características próprias e se distinguem também pelas formas que o enlutado vai passar. Cada pessoa que perde um ente querido reagirá de uma maneira específica, o que vai refletir na forma pela qual vai vivenciar cada uma das fases.

O processo do luto pode estar caminhando bem, quando, de repente, lembranças do morto surgem de forma sofrida, seja pelo fato de ter-se encontrado uma foto, seja porque alguém comentou algo sobre ele. Com isso, uma fase mais triste pode vir a ser instalada novamente, mostrando que o luto é feito de idas e vindas, melhoras e recaídas.

No entanto, o autor alerta que a existência de fases é necessária, pois há um padrão comum na forma como o enlutado reage ao processo. As características de cada fase são observadas na grande maioria daqueles que perdem alguém querido, por isso a tentativa de se fazer esta divisão. “E, por tudo o que já foi dito, as pessoas enlutadas têm muito em comum, o que nos leva a ver o luto como um todo, e a mapear o curso de acontecimentos que caracteristicamente o acompanha” (PARKES, 1998, p. 24, 25).

Parkes sinaliza para o perigo da simplificação em se tratar cada uma dessas fases, afirmando que é necessário um maior aprofundamento em temas complexos, como é o caso do luto. Este é um assunto delicado, que demanda que se reconheçam várias facetas do ser humano. Assim, aquele que opta por se enveredar por esse caminho, precisa aprofundá-lo e não querer resolvê-lo facilmente (Cf. PARKES, 1998, p. 15).

O autor chama a atenção para o modo como cada pessoa enfrenta seu pesar, não passando, necessariamente, por cada fase de maneira clara e explícita. A divisão em fases é apenas de caráter didático, não necessitando segui-las rigidamente, tanto na forma com que cada pessoa irá passar por elas, quanto no tempo que cada uma durará.

Parkes afirma que o enlutado precisa passar por mudanças existenciais, modificando sua maneira de ver o mundo e incorporando novas opiniões a respeito das coisas. É o que o autor chama de “transição psicossocial”. São mudanças no mundo interno que necessariamente seguem o luto e outras mudanças importantes na vida.

Quando alguém morre, uma série de concepções sobre o mundo, que se apoiavam na existência da outra pessoa para garantir sua validade, de repente, passam a ficar sem essa validade. Hábitos de pensamento que foram construídos ao longo de muitos anos precisam ser revistos e modificados, a visão de mundo da pessoa precisa mudar. Essa mudança é denominada Transição Psicossocial (TPS) e, inevitavelmente, consome tempo e esforço (PARKES, 1998, p. 114).

O autor assinala que fazer essa transição de pensamentos e hábitos não é simples nem fácil, já que o mundo interno da pessoa foi sendo construído desde o momento de seu nascimento. E essa construção se tornou uma base sólida para que a pessoa possa se relacionar com os outros e entenda sua própria existência. Mudar, de uma hora para outra, todas essas concepções consome tempo e podem surgir muitas resistências para que haja verdadeiramente uma mudança. Contudo, Parkes afirma que mesmo a resistência que venha a surgir é benéfica.

O luto faz com que surjam muitas situações totalmente novas, mas abandonar o passado de vez é impossível. Por esse motivo, as novas situações são vistas com muita resistência, ainda mais em um momento tão triste e sofrido. A resistência em abandonar o passado mostra o quanto é importante a história de cada um, que foi construída no desenvolvimento de uma vida toda.

Parkes afirma que o modelo passado e antigo que foi construído pode não ser o mais perfeito, mas é o que o sujeito tem. E, por isso, vem a insegurança de ter que abandoná-lo, afinal foi ele que deu a sustentação necessária até o momento que a perda se tornou realidade. “Começar de novo significa encontrar novas soluções e novos meios para prever e controlar o que pode acontecer na vida” (PARKES, 1998, p. 117-121).

Levando-se em consideração o que Parkes chama de transição psicossocial, pode-se fazer um paralelo com o conceito de resiliência, que será discutido mais adiante neste trabalho. A superação e a reorganização da vida de quem perde um ente querido são conquistadas graças a uma busca por novas concepções a respeito da própria existência e em como continuar a caminhar sem o ser amado.

O autor também chama a atenção para o caráter “normal” do luto, criticando as atitudes de medicar os sintomas decorridos após a perda. Para ele, é importante que o enlutado possa entender que, durante um período de tempo, é aceitável sentir certos desconfortos, como tristeza, baixa autoestima, falta de vontade de seguir a vida, e por

causa disso, é necessário que profissionais de saúde que atuam com este tema tranquilizem seu paciente quanto a isso.

Em um mundo que espera que os médicos aliviem todo o sofrimento da humanidade, não é absurdo que as pessoas hoje procurem um médico quando estão enlutadas, em lugar de um religioso. Não se trata de os médicos estarem assumindo todos os problemas, mas, sim, de as pessoas estarem procurando procedimentos médicos que sejam mágicos. Assim sendo, os médicos podem ser acusados de colusão com seus pacientes, quando lhes prescrevem medicação para situações de luto normal ou quando fracassam em explicar a natureza dos efeitos do luto no corpo [...] O luto é, afinal, uma resposta normal para um estresse que, embora raro na vida de cada um de nós, será vivido pela maioria, mais cedo ou mais tarde, sem que seja considerado uma doença mental [...] Aceito a evidência de que o luto pode afetar a saúde física, mas parece-me que a maior parte das queixas que leva as pessoas aos médicos reflete ansiedade e tensão, mais do que doença orgânica. Nesses casos, o papel mais importante para o médico é o de reassegurar às pessoas que elas não estão doentes, em vez de rotulá-las como doentes (PARKES, 1998, p. 15-21).

Uma ressalva importante a se fazer é lembrar que a Associação Americana de Psiquiatria, responsável pela formulação do *Diagnostic Statistical Manual* (DSM), incluiu o luto no grupo “de outras condições que podem ser foco de atenção clínica” (PARKES, 1998, p. 22) somente depois que o autor lançou a primeira edição de seu livro “Luto: Estudos sobre a Perda na Vida Adulta”, em 1972.

Parkes enfatiza que o luto não pode ser considerado doença, mesmo apresentando sintomas muito semelhantes a diversas delas, principalmente a depressão. Porém, no luto considerado normal, os sintomas acontecerão dentro de um período de tempo, não permanecendo para sempre. A ansiedade é o principal sintoma nesse quadro, não devendo ser confundida com doença.

Desta maneira, permite que seja considerado sem se comprometer com um diagnóstico. De muitas formas, o luto pode ser considerado uma doença [...] Quando se pergunta a um psiquiatra como ele classificaria a reação de luto, a maioria diz “depressão reativa” e, com certeza, a reação é um traço frequente. Ainda mais importante é um tipo especial de ansiedade, a ansiedade de separação. De fato, penso que é justo dizer que a saudade, a busca do outro, que estão presentes na ansiedade de separação, são características essenciais da dor do luto. Se, portanto, o luto tivesse de se encaixar forçosamente em um diagnóstico psiquiátrico tradicional, seria, provavelmente, um subgrupo dos estados de ansiedade. Como ansiedade de separação não é, com frequência, o sintoma que faz a pessoa enlutada procurar ajuda, e, por isso, pode ser que o luto abra a porta a um novo sistema classificatório (PARKES, 1998, p. 22).

Parkes distingue claramente o luto das doenças mentais, colocando-os em categorias bem distintas, apesar de alguns sintomas serem muito semelhantes. Porém, o luto é um quadro temporário, a partir do qual o paciente tem grandes chances de recuperação depois de certo tempo, o que não ocorre no caso das doenças mentais.

O autor salienta que a maioria das pessoas entende a doença mental como um tipo de loucura ou uma debilidade mental que deixa o indivíduo sem controle sobre o seu próprio comportamento e incapacitado de agir racionalmente. Para ele, é injusto considerar um enlutado nessa condição, pois assim ele pode vir a sofrer algum preconceito por parte da sociedade. E o próprio enlutado pode se ver e se sentir doente, trazendo ainda mais angústia, medo e dificuldade de superação (Cf. PARKES, 1998, p. 21).

Uma das principais características alegadas por Parkes para não categorizar o luto como doença é que ele é um processo e não um estado estático, pronto e definido, como já foi dito. Ele compromete a pessoa por determinado tempo, mas os sintomas negativos passarão. As fases pelas quais o enlutado vai passar são específicas, têm suas próprias características, mas cada um as vivenciará de modo singular. Podem existir recaídas e retrocessos, dependendo do momento vivido, fazendo com que o enlutado regresse a uma fase anterior.

Apesar de existir um componente muito pessoal na forma de vivenciar cada fase do luto, o autor esclarece que há um padrão comum nessa vivência, o que possibilita a divisão das fases na forma que se conhece.

O entorpecimento, que é a primeira fase, dá lugar à saudade ou procura pelo outro, e estes dão lugar à desorganização e ao desespero, e é só depois da fase de desorganização que se dá a recuperação. Assim sendo, em qualquer uma das fases a pessoa pode apresentar um dos quatro diferentes aspectos. Cada uma dessas fases tem suas características, e há diferenças consideráveis de uma pessoa para outra, tanto no que se refere à duração quanto à forma de cada fase. Além disso, as pessoas podem passar de uma para a outra e voltar de maneira que, anos após o início do luto, a descoberta de uma fotografia na gaveta ou a visita de um velho amigo pode provocar outro episódio de dor e saudade. No entanto, há um padrão comum, cujas características podem ser observadas sem dificuldade na maioria dos casos, o que justifica que consideremos o luto como um processo psicológico distinto (PARKES, 1998, p. 23, 24).

Parkes chama a atenção para outros dois momentos importantes vividos pelo enlutado, além da vivência dos sentimentos de pesar: São o estigma e a privação. O

primeiro diz respeito à forma como a sociedade em geral trata alguém que sofreu uma perda. O tabu que ainda envolve a morte consequentemente define como se deve ou não tratar os enlutados. Alguns amigos, por exemplo, podem se afastar por não saberem como lidar com o enlutado, ou o tempo necessário para que o luto possa ser vivido não é oferecido, fazendo com que a pessoa que perdeu alguém seja vista como fraca ou incapaz de sair daquela situação. Isso traz sérias dificuldades para o processo de luto.

O segundo demonstra, justamente, o que de fato o enlutado perdeu ou perderá com a morte do ente querido. Pois para Parkes, não é sofrida somente a dor da perda do ente querido por morte, mas também uma série de perdas posteriores, pessoas, momentos onde e com quem o ente estava diretamente relacionado. Tudo o que a pessoa perdida forneceu ou doou acabou juntamente com ela (Cf. PARKES, 1998, p. 26).

O autor remete essa questão à teoria de apego de Bowlby, lembrando que todos têm necessidade, desde sempre, de se relacionar com pessoas amadas. E essa necessidade seria muito mais que as chamadas necessidades instintivas, que direcionam a pessoa em busca de um parceiro para ter seus filhos e consequentemente criá-los, formando uma família. Inclui mais que necessidades sexuais, envolve o sentimento do amor, seus vínculos e tudo mais que este relacionamento proporciona. Por isso, quando esse outro falta, tudo o que ele representava some e a privação se instala.

Parkes afirma que a sociedade em geral desconsidera o luto dito formal. Por este motivo, os enlutados não recebem apoio da sociedade como um todo nem da própria família, muitas vezes. “Solidão, pobreza, esvaziamento do papel social, frustração sexual e a quebra na segurança que era advinda da possibilidade de compartilhar responsabilidades são alguns dos sentimentos e reações que surgem” (PARKES, 1998, p. 27).

Essas afirmações do autor levam a reflexões acerca da necessidade de se considerar o luto como momento sério e marcante na vida de uma pessoa. Não desmerecer os sentimentos, os medos, as angústias e aprofundar-se no sentido da perda podem ser válidos e significantes para os enlutados. Olhar o significado positivo do luto é algo desafiador e com o qual a sociedade ainda não está acostumada.

No fluxo constante da vida, os seres humanos passam por muitas mudanças. Chegar, partir, crescer, decrescer, conquistar, fracassar – toda mudança envolve uma perda e um ganho. É necessário abrir mão do velho ambiente para aceitar o novo. As pessoas vêm e vão; perde-

se um emprego e consegue-se outro; propriedades e bens são adquiridos e vendidos; novas habilidades são aprendidas, enquanto outras são abandonadas; expectativas são atingidas e esperanças são frustradas. Em todas essas situações, as pessoas enfrentam a necessidade de abrir mão de um modo de vida e a de aceitar outro. Se identificam a mudança como um ganho, a aceitação não será difícil, mas se é vista como uma perda ou uma “bênção ambivalente”, farão de tudo para resistir à mudança. Isto – resistência à mudança – acredito ser a base do luto: a relutância em abrir mão de posses, pessoas, *status*, expectativas. O modo de uma pessoa enfrentar o desafio da mudança em sua vida determinará não apenas sua visão de mundo, como também a visão acerca de si mesma. Não é exagero afirmar que uma personalidade é tanto resultado como determinante de uma mudança. A partir do momento do nascimento, a criança se relaciona com o mundo ao seu redor. Nasce com uma tendência inata para desenvolver padrões de comportamento que, se tudo der certo, irão se desenvolver com os padrões de comportamento de nossa mãe e construirão o primeiro vínculo de apego (PARKES, 1998, p. 28).

3.3.4- O Modelo de Processo Dual do luto

Stroebe e Schut (1999) estudaram amplamente o processo de luto e chegaram à abordagem denominada de Modelo de Processo Dual para o enfrentamento de perdas e luto. Este entende o enfrentamento no luto sob duas direções: tanto voltado para a perda quanto voltado para a restauração.

Para estes autores, o enlutado está em pleno processo de oscilação, onde há momentos em que o sofrimento, a dor, a saudade são insuportáveis, e o enlutado mergulha no pesar. E há outros em que existe reação e enfrentamento onde o enlutado luta com todas as suas forças para redirecionar e readaptar a sua vida depois de tão sofrida perda.

Este modelo é uma nova forma de olhar o luto, entendendo-o como um processo dinâmico e oscilatório. Ele demonstra que o luto não é um caminho reto e contínuo. As oscilações acontecem o tempo todo e, por isso, os enlutados vivem dias bons e ruins, de recaídas e de replanejamento de toda uma vida, de pensamentos sombrios e de esperança.

Há momentos, segundo os autores, em que o enlutado quer se afastar da perda, reorienta seu futuro, faz planos e se sente bem. De repente, tudo muda e este se vê mergulhado na mais profunda tristeza, não consegue pensar em projetos, não tem vontade de fazer nada e tudo que foi planejado se esvai.

Então, oscilar entre o enfrentamento direcionado para a perda, que fica nítido, por exemplo, na busca incessante pelo ente querido, e o enfrentamento direcionado para a restauração, que auxilia na ressignificação da vida, são movimentos próprios e comuns do luto.

Todo este movimento é essencial para o novo posicionamento do enlutado perante a vida, já que os sentimentos e sensações negativos e positivos são os responsáveis para a nova orientação de vida tomada pelo enlutado. Definem a forma pela qual aqueles que perdem alguém querido vão construir a sua nova forma de ver as coisas, o mundo, os sonhos, os projetos, as crenças, a vida.

As duas orientações, tanto para a perda quanto para a restauração são importantes para o enlutado. Porém, a forma, a intensidade com que elas vão atuar no dia a dia vai depender de muitos fatores, como a personalidade do enlutado, de como ele enfrentava antes as perdas e frustrações na vida, de como foi a morte do ente querido, em que momento e em quais circunstâncias esta se deu.

Este modelo também amplia o entendimento do luto no sentido de deixar muito livre a questão do distanciar-se ou do apegar-se ao ente querido morto. Ao defender as oscilações características do luto, a abordagem abre, também, a possibilidade de vivenciar os vários comportamentos característicos também dessa fase, como o querer estar perto de quem morreu e guardar todos os seus pertences, lembranças, como também do querer se desfazer de tudo que lembra o morto, de não precisar nem querer olhar ou tocar os objetos do ente que morreu.

A riqueza desta abordagem está justamente na valorização de amplas possibilidades de respostas frente a questões tão complexas, como no caso de luto por um filho. Os autores abrem um leque de referências que podem ser utilizadas para o entendimento e ajuda nos casos de luto. Para eles, a compreensão do luto e as respostas dadas a ele vão depender de como o enlutado se relacionou, e se relaciona, com a sua realidade em geral.

Maria Helena Bromberg, estudiosa brasileira e pesquisadora sobre perdas, também defende que o luto é um processo e não um estado estático. Requer um tempo para que se dê o entendimento da perda, tempo este que primeiro desestabiliza o sujeito para que depois se busque um sentido para continuar vivendo.

A autora define o luto como sendo uma ferida que precisa de cuidados para ser curada. Para que a cura se torne uma realidade, é necessário que o enlutado reconheça e

aceite que a morte é real. Que a partir daquela perda toda a vida vai mudar. Tudo vai ser diferente. Não há como viver da mesma forma.

Também é preciso, segundo a autora, saber lidar com as emoções que a perda suscitou, por mais dolorosas que sejam. Esta consciência demanda tempo e não será contínua, sendo normais as oscilações que vão ocorrer. O luto é um processo individual, mas também social, pois será vivenciado por muitas pessoas que estão ligadas por laços de afeto, laços familiares e sociais (Cf. BROMBERG, 2000, p. 20).

Para a autora, a morte faz parte da condição humana e não tem como se escapar dela. “A morte da pessoa amada é não apenas uma perda, como também a aproximação da própria morte, uma ameaça. Todo seu significado pessoal e internalizado é, então, evocado e as vulnerabilidades pessoais a ela associadas são remexidas” (BROMBERG, 2000, p. 23). Por este motivo, a autora salienta, assim como outros já citados, que falar de morte e luto é ainda um tabu, pois faz com que se experimente o conhecimento da própria morte. Perder quem se ama faz com que se veja a própria morte.

Bromberg demonstra a importância da religião no processo de luto, colocando-a como parte importante no entendimento deste, mediando a dor e a necessidade de seguir em frente na vida dos enlutados. Tanto a religião quanto a filosofia conseguem dar uma explicação para os mistérios da vida e da morte e por isso podem ajudar na vivência do luto.

Ter um sentido de vida e na vida é objetivo principal de quase toda pessoa, salienta a autora. Desta forma, a religião contribui com as suas explicações para o entendimento da vida e da morte. Através delas, aqueles que creem vislumbram o sentido e significado da existência humana. A vida ganha sua função e é mostrado que vale a pena viver, mesmo com o sofrimento advindo da morte. “A Religião permite que essência e existência formem uma unidade funcional e, como consequência, a idéia de que a vida não é inútil e não acaba” (BROMBERG, 2000, p. 15).

Porém, salienta que há também o aspecto negativo da religião na explicação da morte. Para ela, muitas religiões desfavorecem um entendimento e aceitação racional da finitude da vida, trazendo respostas prontas e que não estimulam a reflexão dos enlutados quanto aos mistérios da vida. Este potencial negativo não ajuda no desenvolvimento sadio do luto, conforme a autora.

A morte apenas recentemente tornou-se objeto de interesse dos cientistas sociais, que podem então estudá-la sem os desvios das

interpretações de natureza sagrada. Isso foi possível pela gradual secularização das sociedades, levando à busca de explicações racionais para os fenômenos sociais e psicológicos, tradicionalmente interpretados como sagrados em sua natureza [...] Do ponto de vista individual, as tentativas de domínio da morte, ou seja, da negação da mortalidade, muitas vezes encontram apoio em crenças religiosas que retratam a morte como uma passagem, um estado transitório e não a cessação da vida. Esta última concepção provoca o surgimento de fortes defesas, uma vez que sem elas seria impossível imaginar qualquer espécie de futuro (BROMBERG, 2000, p. 16).

Bromberg observa que o luto é um processo e mesmo que sua evolução seja considerada normal, é dolorido e sofrido para o enlutado. Não é possível perder alguém que se ama e não sofrer. A adaptação à nova vida demanda tempo, paciência e muito esforço pessoal. Não só a pessoa, mas todo o sistema familiar precisa se adaptar a uma nova rotina.

A autora defende que, mesmo que uma pessoa esteja passando por um luto considerado normal, que é aquele que se encaminha para um padrão de aceitação, onde o enlutado consegue manter sua rotina e continua a sua vida, embora sofrendo, é importante que se avalie a necessidade de ajuda no sentido de se abrandar a dor. Por esse motivo, ela defende um estudo minucioso e aprofundado desse tema para os profissionais de saúde que lidam com enlutados, a fim de poderem orientar e confortar seus pacientes nesse momento tão delicado.

Para ela, este assunto é relegado a uma condição de negligência, dificultando aqueles que sofrem uma perda de buscar ajuda especializada. Por um lado, os profissionais de saúde não são treinados para pesquisar sobre a morte e o luto na história pessoal de seus pacientes. Por outro, os enlutados entendem como normal a fase que estão passando, e se sentem envergonhados em buscar apoio de um profissional. Afinal, não é a felicidade a todo custo que é pregada a todo o momento?

Bromberg afirma que existe sim o luto normal, onde o enlutado se sente triste, saudosos, desanimado por um tempo. Porém, atentar-se àquele que sofre de forma altamente disfuncional, encaminhando-o para uma ajuda terapêutica, onde ele possa falar dos aspectos da morte que mais o entristece, é algo que deve ser feito. Este enlutado merece e precisa de uma avaliação cuidadosa e que leve em conta o seu sofrimento (Cf. BROMBERG, 2000, p. 19).

Os sentimentos dos enlutados podem se apresentar de variadas formas, podendo se transformar de uma hora para outra. Eles são intensos e a cada momento podem ser demonstradas reações de saudade, dor, fortalecimento, desespero.

Bromberg os define da seguinte maneira: Os sentimentos que vão acompanhar aquele que perdeu alguém muito querido são bastante intensos e influenciam variados aspectos: sono, qualidade de vida, amor próprio, autoestima, corpo biológico. A tristeza é algo gritante e vivenciada quase o tempo todo. As emoções que mais se sobressaem são a raiva, angústia, saudade, medo, culpa, arrependimento.

Neste momento, evidencia-se a forma com que o enlutado irá lidar com essas variadas maneiras de viver e ver o mundo após a perda. Ele poderá lidar de forma positiva ou negativa, levando em conta a sua própria personalidade e sua forma de enfrentar as adversidades impostas pela vida (Cf. BROMBERG, 2000, p. 23).

Muitos enlutados conseguem superar esse momento sofrido sem nenhuma ajuda profissional especializada, somente com a rede de suporte de amigos e família. Os sentimentos podem se mostrar bastantes estáveis, não sendo apresentadas grandes variações no humor nem nos relacionamentos interpessoais. Mesmo assim, a autora enfatiza a necessidade de avaliação dessa experiência de luto, pois estão em jogo não somente o indivíduo que sofreu a perda, mas toda uma rede de relações sociais.

É importante que se observe o enlutado, suas reações após a perda, seu comportamento em relação às outras pessoas do seu convívio familiar e social, e que não se tente abafar esse momento importante. É necessário dar voz à dor sentida, confiar em alguém, buscar auxílio. No caso de suspeita de um processo patológico de luto, é necessário buscar ajuda de profissionais especializados no tema.

O luto patológico vai se caracterizar por alguns fatores bastante explícitos: não aceitação da realidade da morte, mesmo após seis meses da perda; isolamento, onde o enlutado não consegue se relacionar com as pessoas de seu convívio; sensação de estar em estado de choque durante todo o tempo; sensação de total vazio; perda do sentido da vida; amargura; falta de segurança e de esperança no futuro, entre outros (Cf. BROMBERG, 2000, p. 32-34).

Buscar um novo sentido após a perda é um fator imprescindível para a autora. Interessante é que ela não denomina o fim do processo de luto como elaboração, o que é muito comum na literatura específica, mas o chama de reconciliação (Cf. BROMBERG, 2000, p. 13-15).

Reconciliação parece ser um conceito muito adequado para falar sobre pais enlutados. No desenvolvimento desta pesquisa e durante as entrevistas feitas, pode-se perceber o quanto é difícil para um pai ou uma mãe se recuperar após perder um filho. Superar completamente esta dor é algo quase impossível. Por isso, conseguir se

reconciliar com a sua história e com a vida que lhe resta demonstra ser uma forma cuidadosa e eficiente para explicar cada trajetória analisada. Adiante esta explicação será retomada.

Em termos clínicos, a dimensão final do pesar é com frequência entendida como resolução, recuperação, restabelecimento ou reorganização. Por que não pensar em reconciliação? Esta palavra pode ter um significado mais apropriado acerca do processo vivido. Não significa passar pelo luto, significa crescer por meio dele. Reconciliação é mais expressiva daquilo que ocorre, à medida que o enlutado integra essa nova realidade de se mover ao longo da vida sem a presença física da pessoa que morreu. A reconciliação permitirá que o enlutado tenha um senso de confiança e energia renovado, uma habilidade para reconhecer totalmente a realidade da morte, e a capacidade de se tornar envolvido novamente. O mais importante: o enlutado poderá reconhecer que, embora difícil, a dor e o pesar são partes necessárias do viver (BROMBERG, 2000, p. 13).

Para Bromberg, durante o processo de reconciliação, o enlutado encontrará motivos para continuar vivendo, mesmo tendo a certeza de que o ente querido não mais voltará. O sentido de vida vai sendo reconstruído e o enlutado compreende tanto intelectualmente quanto emocionalmente que aquela perda é definitiva. Não tem mais como voltar atrás. “A dor sentida vai deixar de ser onipresente e aguda, para se transformar em um sentimento de perda que pode ser reconhecido e dá vez a um significado e um propósito renovados [...] emerge a esperança de continuar a viver” (BROMBERG, 2000, p. 13).

A reconciliação também é um processo dinâmico, assim como o próprio luto. Durante seu movimento, o enlutado se reconcilia com seu passado e com seu futuro, e, conseqüentemente, com seu próprio luto. A partir disso, readquire forças e planejamento para continuar a vida e seguir seu curso, mesmo sem a presença do ente querido.

3.4- Morte e luto como partes do desenvolvimento humano

Entender e aceitar que as perdas e a morte são parte do ciclo vital dinamiza o entendimento da própria vida, tirando uma visão mais negativa e sofrida ao se tratar destes aspectos. O luto por morte sempre é vivido com tristeza e pesar, o objetivo não é negar esse fato. Porém, ele pode ser mais bem entendido e verificado de uma maneira mais amena e leve, levando à ressignificação da própria vida.

Enfatizar que as pessoas passam pelo luto de formas diferentes e que buscam ferramentas distintas para a superação da dor é imprescindível. Pesquisadores procuram mostrar as diferenças entre os padrões de luto em trabalhos como o que a seguir é citado:

Os pesquisadores entrevistaram 1.532 idosos casados e depois fizeram entrevistas de acompanhamento com 185 deles (161 mulheres e 24 homens), cujos cônjuges haviam morrido. As entrevistas ocorreram seis meses depois e novamente até quatro anos após a perda (Boerner, Wortman e Bonanno, 2005; Bonanno, Wortman e Nesse, 2004; Bonanno et al., 2002) O padrão que mais predominou (demonstrado por 46% da amostra) foi, de longe, a *resiliência*: um nível de sofrimento baixo e gradualmente decrescente. Os resilientes expressaram a aceitação da morte como um processo natural. Após a perda, passaram relativamente pouco tempo pensando e falando sobre ela ou buscando significados, embora a maioria tenha relatado certa ansiedade e angústia durante os primeiros seis meses. Esses resultados questionam a suposição de que algo esteja errado se a pessoa vítima da perda apresentar apenas um sofrimento moderado; e demonstram que “passar bem” após a perda não deve necessariamente causar preocupação, mas é somente uma resposta normal para muitos idosos (PAPALIA; FELDMAN, 2013, p. 640).

Entender que a morte faz parte da vida é algo que desafia as perspectivas de felicidade apontadas por nossa sociedade atual. O que se enfatiza é que se viva de forma mais intensa possível, que seja o mais feliz, que seja a melhor vida. Mas a morte deixa de fazer parte desse quadro. Dessa forma, deixa-se de pensar na finitude como a possibilidade mais certa da vida.

A vida é limitada, por isso as pessoas não conseguem realizar todos os planos feitos. Desta forma, não será possível experimentar todas as possibilidades que a vida oferece. Viver é se colocar nesta tensão entre o tempo finito da existência e todas as formas de aprendizagem que são elencadas ao longo da jornada de cada um. Por isso, “escolhendo as possibilidades das quais vai se ocupar e dedicando-se a elas o máximo possível, até o derradeiro momento, cada pessoa contribui para a história inacabada do desenvolvimento humano” (PAPALIA; FELDMAN, 2013, p. 656).

Enlutar-se diz respeito à mudança de vida, mudança de paradigmas, busca de uma nova forma de viver, readaptação da rotina, reconstrução de valores. É indiscutível que houve uma mudança drástica no dia-a-dia. O medo, a agonia, o desamparo estão presentes, mas é preciso continuar, de alguma forma.

Como disse Maria Júlia Kovács, se referindo às muitas e variadas perdas sentidas no desenvolvimento de uma vida, e também como já foi dito antes, as perdas fazem parte do nosso dia-a-dia, não sendo possível extirpá-las de nosso cotidiano. Perdas acontecem todos os dias, sejam por morte, separação, transições das fases de desenvolvimento (passagem da infância para adolescência, da adolescência para a vida adulta, etc.). Todos os dias as pessoas perdem o emprego, mudam de trabalho, realizam um sonho, mudam de casa, se casam e saem da casa dos pais, se transformam em pais ou mães, perdendo o papel de filho.

E, em todas estas situações, é necessário que ocorra a elaboração desta “morte”, o entendimento da perda e o planejamento da nova função ou lugar. Neste sentido, todas “estas situações podem despertar angústia, medo, solidão e, neste ponto, trazem alguma analogia com a morte. Carregam em si elementos de sofrimento, dor, tristeza e uma certa desestruturação egóica. Um tempo de elaboração se faz necessário” (KOVÁCS, 1998, p. 163, 164).

E trazendo novamente Colin Murray Parkes para a discussão, pontua-se que a morte e o processo do luto podem vir a serem causas de uma verdadeira transformação de vida. Podem trazer à tona sentimentos positivos, sonhos, vontade de viver, fazendo com que os indivíduos que sofreram esse abalo se tornem (ainda mais) resilientes. A dor pode vir a salvar uma pessoa de uma vida monótona, tediosa, mostrando que o que realmente vale a pena é viver com alegria, dignidade e leveza.

Assim como ossos quebrados podem se tornar mais fortes do que os não quebrados, a experiência de enlutamento pode fortalecer e trazer maturidade àqueles que até então estiveram protegidos de desgraças. A dor do luto é tanto parte da vida quanto a alegria de viver; é talvez, o preço que pagamos pelo amor, o preço do compromisso. Ignorar este fato ou fingir que não é bem assim é cegar-se emocionalmente, de maneira a ficar despreparado para as perdas que irão inevitavelmente ocorrer em nossa vida, e também para ajudar os outros a enfrentar suas próprias perdas (PARKES, 1998, p. 22).

Tirar ganhos e crescer humanamente diante de circunstâncias adversas é o que se pretende explorar nesta pesquisa. Por isso, entender que sofrer a perda de alguém que se ama pode ser o início de grandes conquistas pessoais é o que se pretende defender relacionando o luto à resiliência.

A perda pode ainda levar ao crescimento. [...] Como todas as crises, todas as principais mudanças na vida das pessoas, o luto pode ser

também uma oportunidade, e não só uma experiência incapacitante. A maneira pela qual reagimos dependerá muito dos padrões que estabelecemos desde os primórdios de nossa infância: nosso temperamento ou personalidade, nossos modelos internos de funcionamento do apego e do *self*, nossas habilidades intelectuais e a rede social que criamos. Finalmente, reagimos à morte – à nossa ou à de outra pessoa – da mesma maneira como reagimos à vida (BEE, 1997, p. 604).

“Geralmente, o final feliz vem quando a fé ou a esperança são restauradas pelo amor de outra pessoa” (PARKES, 1998, p. 30).

3.5- A Perda de um filho

Se a morte de alguém querido traz consequências dolorosas para os que ficam, a perda de um filho, especificamente, pode ser considerada como uma das mais terríveis dores que um ser humano pode sentir.

Para um pai ou uma mãe, enterrar um filho não faz parte de seus projetos, é considerado antinatural e desafia a continuação da vida destes de forma tranquila e normal. Sensações de culpa, por não terem impedido a morte e interrupção dos sonhos e falta de expectativas para o futuro estão como as mais comuns consequências diante da perda de um filho.

John Bowlby dedicou uma parte do seu livro “Apego e Perda, volume 3: Perda: Tristeza e Depressão” para analisar, especificamente, as reações de pais e mães à perda de um filho. Para isso, ele focou os estudos dos pais de crianças com doenças fatais, principalmente leucemia.

Nesse contexto, Bowlby fala que o luto antecipado é muito comum, já que o prognóstico para o filho não é favorável e a morte ocorrerá cedo ou tarde. A partir do momento em que recebem o diagnóstico, esses pais passam pelas fases descritas na primeira parte desta pesquisa: fase de torpor, fase de descrença e tentativa de modificar o resultado, fase de desorganização e reorganização.

O luto antecipado descrito por Bowlby vai se dar a partir do momento em que os pais aceitam que o diagnóstico médico está correto e não há mais nada a fazer. No caso de uma enfermidade grave, onde o prognóstico frustra qualquer expectativa, as esperanças acabam, então “é possível que o pai ou a mãe faça algum progresso em relação ao reconhecimento da exatidão dos prognósticos médicos. Segue-se então um certo grau de luto antecipado” (BOWLBY, 1993, p. 123).

Entende-se que Bowlby vê como positivo a ocorrência do luto antecipado. Este seria como uma preparação para a perda definitiva, por morte, encorajando esses pais a passarem para as próximas etapas do luto. Em contraste, o autor cita que aqueles pais que não aceitam o prognóstico desfavorável, não vivenciam o luto antecipado e, conseqüentemente, não têm como avançar nas etapas de um luto saudável.

Nas fases de desorganização e reorganização há a aceitação da realidade da perda do filho e a necessidade de se readaptar àquela situação que existe efetivamente. “Os pais cujo luto se processa de maneira favorável aos poucos reconhecem e aceitam os verdadeiros fatos. Lenta, mas firmemente, os modelos representacionais do eu e do mundo são harmonizados com a nova situação” (BOWLBY, 1993, p. 124).

Bowlby observa que o importante nessa fase é que os pais sejam companheiros um do outro, desfrutem da confiança mútua, se abram um com o outro, compartilhem um apoio recíproco.

Todos os estudos mostram que a boa ou a má evolução do luto depende, em grande parte, das relações dos pais. Quando eles podem partilhar o sofrimento, mantendo-se unidos a cada fase, transmitem conforto e apoio um ao outro, e o resultado de seu luto é favorável. Quando, ao contrário, os pais estão em conflito e não há apoio mútuo, a família pode desmoronar e/ou cada um de seus membros tornar-se um paciente psiquiátrico (BOWLBY, 1993, p. 125).

Um clima de harmonia, companheirismo e amizade entre os pais irá fazer com que o processo de luto destes evolua para um caminho menos penoso. Um se apoia no outro e assim conseguem caminhar e reorganizar sua vida.

Em relação às figuras paternas, Parkes, embasado pelos trabalhos de Bowlby, afirma que nosso primeiro vínculo de apego é a mãe e isso acontece na grande maioria das comunidades humanas (Cf. PARKES, 1998, p. 29). Devido a isso, a mãe é considerada indispensável.

O ser pai e o ser mãe vêm carregados de expectativas, sonhos, necessidade de cuidar, de realizar planos para o futuro. Na cultura ocidental, ter um filho é um dos motivos de maior alegria, é visto como o maior júbilo que um casal pode ter. Pode ser reconhecido como um dos grandes objetivos construídos na vida de um homem e de uma mulher.

Também por este motivo, a dor de perder um filho é sem medidas. É vivenciada como a maior perda para uma pessoa. É triste, sofrida, desesperadora. Esses pais vão precisar de muita compreensão, carinho e afeto para continuarem sua vida.

Parkes afirma:

Pais em geral se separam dos filhos na adolescência, e os pais de crianças menores costumam ser suficientemente novos para substituir algum filho que morre. Ainda assim, tanto a intuição como as evidências clínicas e as pesquisas comparativas contam uma história diferente. Para a maioria das pessoas do mundo ocidental, a morte de um filho é a fonte de pesar mais atormentadora e dolorosa [...] A literatura clínica sugere que a morte de um filho é o teste definitivo da família como um sistema de apoio para seus membros. Ela pode manter ou destruir uma família. Alguns se mantêm juntos em apoio mútuo, mas para outros pode ser a gota d'água (PARKES, 2009, p. 191).

Dessa forma, para o autor, todo o cuidado empreendido pelo pai e mãe ao cuidar de seu filho é com o objetivo de depois poderem aproveitar a vida juntos, terem planos comuns, compartilhar os bons momentos, observar a conquista da independência daquele que há pouco tempo dependia totalmente dos progenitores. No momento da perda, tudo isso se esvanece, transformando a vida dos pais num completo caos.

Nesse sentido, Parkes afirma que todo o cuidado dado ao filho pelo pai e pela mãe pode ser reconhecido, também, como um cuidado para com eles mesmos. Por isso, perder um filho é perder a oportunidade de compartilhar a vida daqueles que foram tão bem cuidados e amados. É deixar de fazer planos para o futuro, já que o futuro daquele que foi tão amado desapareceu. E junto com ele todos os planos de ver o filho feliz, realizado, independente, construindo sua própria família.

“A paixão peculiar à reação de separação ou perda de um filho resulta não só da ameaça que isso representa para a sobrevivência da criança, mas também da ameaça que representa para a nossa sobrevivência por meio deles” (PARKES, 2009, p. 200). Desta forma, Parkes defende que os filhos representam a imortalidade dos pais. A continuação dos projetos, dos sonhos, da herança genética. Por isso, é tão doloroso perder um filho e recriar um futuro após isso.

Neli Freitas, psicóloga brasileira que analisou o luto materno, afirma que, apesar da literatura sobre o luto estabelecer semelhanças sobre a forma de viver perdas, o luto da mãe que perde um filho é sensivelmente diferente e mais intenso. Esta sente como que perdeu uma parte de si mesma, tendo um processo de luto extremamente complexo e difícil. A especificidade deste luto é fundamentada, segundo a autora, pela quebra de uma ordem natural e esperada, que é o usufruir da vida sempre na presença do filho, e não o contrário.

Quando se perde alguém que se ama, fica uma sensação de torpor, um protesto. Perde-se parte de si mesmo. Pode surgir culpa. Talvez se pudesse ter ajudado a pessoa que morreu. Mas não se sabe como. Sente-se solidão e um intenso sofrimento. Sofrimento indescritível, quando se trata de um filho. A mãe se questiona sobre o que fará sem seu filho. Foi muito esperado e acalentado. Havia sonhos e expectativas. E, após a morte, como lidar com tudo isso e, principalmente, com a solidão, com o vazio? É o que se costuma ouvir com mais frequência, ao longo da experiência clínica com mães enlutadas. A morte de um filho abala o equilíbrio familiar. Há diferentes reações entre os membros da família. A mãe, frequentemente, sente mais culpa por ter falhado nos cuidados maternos, que podem ter contribuído para a morte do filho. As mães enlutadas costumam exaltar as qualidades do filho falecido. É como se mais ninguém na família possuísse as mesmas qualidades. Algumas mães jovens tentam ter outro filho em seguida. Muitas vezes, elas dão o mesmo nome do filho falecido a essa criança. É como se este não tivesse identidade nem vontade própria: nasceu apenas para substituir uma pessoa que já morreu. Mas, para a mãe, é impossível substituir um filho por outro, mesmo quando ela superou a perda do primeiro, após o período do luto. Cada filho é apenas um: o filho. A integração ocorre pela via do sentimento materno (FREITAS, 2000, p. 48-50).

De acordo com a autora, nenhuma mãe consegue substituir um filho por outro, mesmo que ela tenha vários e até engravide após a perda. Cada filho ocupa um espaço na vida desta mãe, que será para sempre faltoso. Além da dor profunda sentida por ela, muitas reações comuns costumam afetar todo o núcleo familiar após a morte.

Turbulências podem afetar toda a família, em decorrência de um possível descontrole emocional da mãe que está sofrendo. O marido pode vir a fugir, pedindo o divórcio, e, caso haja outros filhos, estes podem se sentir menosprezados e sem valor. Uma série de afastamentos pode acontecer na família, levando a um possível isolamento desta mãe do ambiente familiar, a fim de vivenciar sua dor.

A autora lembra que, por ser uma situação de crise, a perda do filho pode desencadear uma série de complicações, tanto físicas quanto psicológicas, na mãe, levando a doenças e transtornos psíquicos. Seria o caso de problemas cardíacos, câncer, depressão, insônia, desesperança. No fundo desses quadros, há uma vontade imensa da mãe de se reencontrar com o filho morto. Então, para que isso ocorra, ela também precisa morrer.

Os pais podem ter estes sentimentos por um longo tempo, ou até mesmo para sempre. As doenças podem surgir e uma das piores consequências, lembra a autora, é o suicídio dos próprios pais. Este acontece no intuito de poder rever o filho falecido e poder, finalmente, ficar ao seu lado. Na percepção dos pais, houve uma quebra do ciclo

normal evolutivo. O filho morreu antes. Então, muitos pais se perguntam: “para que continuar vivendo, por que aconteceu essa injustiça [...] são questões que necessitam de uma resposta para a mãe e, muitas vezes, ela não as encontra” (FREITAS, 2000, p. 51).

Para Maria Helena Bromberg, a perda de um filho irá desestruturar toda a família. Faz com que os pais sintam raiva e culpa pelo fato do filho ter morrido. Eles foram os culpados pela morte, não conseguindo salvar alguém tão importante. Esta perda quebra o padrão estabelecido: os filhos enterram os pais. O contrário é altamente inaceitável e dolorido para a nossa cultura.

Há um tipo de perda de difícil recuperação e também causadora de problemas familiares que podem ter impacto até trigeracional. É a perda de um filho, desde um aborto ou natimorto até de um filho já adulto. Parece quebrar uma sequência natural, em que os mais velhos devem morrer primeiro. Na verdade, essa crença é uma forma de defesa que busca estabilidade e controle sobre fatos que fogem do controle humano [...] Estas são particularmente formas de doenças que abalam profundamente a dinâmica e a estrutura familiar, por provocarem extensos sentimentos de fracasso e impotência, além de pôr em risco, com muita frequência, a estabilidade do casamento [...] a importância dessa experiência não causa impacto apenas nos pais, como também nos irmãos e na família estendida (BROMBERG, 2000, p. 95).

Independente da forma como o filho morreu (morte repentina, após tempos de sofrimento por uma doença, suicídio, aborto) e da idade que ele estava (criança, adulto, feto, natimorto), essa perda é sempre traumática para os pais. Para a autora não há como definir qual foi a mais difícil ou a mais fácil de suportar. Todas elas trazem sofrimento às vezes incomensurável.

Bromberg faz algumas divisões diferenciando as situações que podem vir a acontecer depois da perda do filho, levando em consideração as circunstâncias da morte e a idade do filho que morreu.

Há o caso da morte de um filho jovem, onde ele daria seus primeiros passos para sua independência. Essa situação “provoca forte dificuldade nos sobreviventes em se adaptar às mudanças de uma experiência oposta. Essa morte é considerada a situação mais difícil para a elaboração do luto pelos familiares” (BROMBERG, 2000, p. 46).

Para a família, essa experiência é vivida como uma injustiça, com grande peso nos conflitos preexistentes, como por exemplo, apoio insuficiente dos pais ao jovem, em seu processo de crescimento. No caso do adolescente, cuja morte mais frequentemente se dá por acidentes (comportamento de risco, como abusar e drogas ou álcool,

dirigir descuidadamente), suicídio, homicídio ou câncer, há o agravante de provocar sentimentos conflitantes em pais e irmãos, na tentativa de identificação de um sentido para essa perda precoce, porém de alguém já vinculado (BROMBERG, 2000, p. 46, 47).

Há o caso da morte de um filho com deficiência, onde se perde aquela criança que recebeu tantos cuidados e carinho, envolvendo, na maioria das vezes, toda a rede familiar. Pelo fato de sempre ter tido cuidados especiais, sempre esteve muito próxima aos pais e a quem mais cuidava dele. É uma morte que causa grande tristeza nos pais.

Há ainda os abortos naturais e provocados, que frequentemente acontecem no início da gravidez. Estudos apontam para uma tristeza maior da mãe, em relação ao pai, pelo fato da mulher ser a geradora da criança e senti-la no seu ventre desde o início da gravidez.

Existem as situações da criança já nascer morta, então “lida-se com o natimorto como se ele fosse um não-evento e o fracasso na elaboração do processo de luto leva a severas dificuldades para pais enlutados e seus filhos” (BROMBERG, 2000, p. 48). Na maioria das vezes, a equipe de saúde não sabe lidar com esse tipo de perda, criando um trauma muito grande nos pais que esperaram os meses de gravidez para receberem seu filho e, de repente, se veem enlutados. Este caso específico de morte tão prematura precisa de maior assistência, conclui a autora.

Para ela, há uma tendência para que todo o sofrimento por ter perdido um bebê recém-nascido continue por um longo tempo, culminando, às vezes, em depressão ou outros problemas psíquicos, como fobias. Este trauma pode ser reativado em datas específicas, fenômeno conhecido como reação ao aniversário ou também em casos de divórcio ou aposentadoria, que são transições importantes e marcantes na vida de uma mulher.

Bromberg salienta que o casamento pode ser profundamente afetado e pode ser desfeito, dependendo da fragilidade neste momento. O principal motivo é que podem surgir muitas acusações entre o pai e a mãe, que se não forem compreendidas podem promover um verdadeiro caos para o casal, já que ambos podem se sentir culpados pela morte do filho.

Neste caso específico da perda do filho recém-nascido, a autora salienta para o perigo da existência de cobranças por parte da família e da sociedade em geral sobre o casal para que tenha, imediatamente, outro filho, até mesmo com a função de reposição. No olhar da autora, esta cobrança pode ser um risco no sentido de não permitir aos pais que passem pelo processo de luto num tempo razoável para isso. A negação da morte

pode estar presente em casos assim, justamente pelo fato da nova vida ter o objetivo de fazer esquecer aquele que morreu.

A mãe corre o risco de identificar seu novo filho com o bebê que morreu. “Com isso, ela nega a perda e pode manter essa idealização pelo resto da vida, comprometendo gravemente o processo de aquisição de identidade do filho” (BROMBERG, 2000, p. 48-50).

3.6- Sobre o luto dos pais que perderam filho.

Serão analisadas a seguir as entrevistas dos pais enlutados que participaram desta pesquisa. Como já citado, a abordagem seguida será a análise de conteúdo sugerida por Bardin.

Para isto, foram divididas as características citadas pelos pais em categorias que serão vistas a partir de agora.

3.6.1- A dor de perder um filho

Nas entrevistas que subsidiam esta pesquisa, é nítida e unânime a confirmação de que a pior dor que existe é a dor de perder um filho. Nos relatos, todos os entrevistados se emocionaram ao serem questionados sobre isso.

A mãe Alegria diz que não tem definição. Que é “triste, triste, triste muitas vezes” (ALEGRIA, 2014, p. 2). A única forma que ela encontra de tentar definir é comparar a dor da morte da filha com o momento de seu nascimento, mesmo assim sem aceitar tal comparação. “A alegria que tem de ganhar bebê, que eu lembro até hoje, que demorou sete anos pra vir, que foi benção, a morte é mil vezes pior. Não tem como comparar”, (ALEGRIA, 2014, p. 2) diz ela.

Diz que passou pelo luto e pela dor com muita tristeza, muita mesmo, mas sem momentos de desespero. Foi difícil entender o que os médicos iam lhe dizendo. Eles alertavam para a família que a hora da morte estava se aproximando, pois, o quadro estava se agravando. Mas a mãe não conseguia entender aquilo. Para ela, nada de ruim aconteceria a sua filha, tamanha era a sua crença em ver a filha curada e saudável novamente. “Os médicos falavam comigo todo dia [...] não é que eu não acreditava, eu escutava aquilo e parecia que não era real, que não era ela que ia embora, que seria outra pessoa. Porque se a gente cair na realidade, a gente enlouquece” (ALEGRIA,

2014, p. 7). A mãe não conseguia nem chorar, ela não entendia que estavam falando da sua filha. Pode-se interpretar isso como uma negação da parte da mãe, de não querer entender que a filha iria morrer, que já não havia o que fazer.

Apesar de toda gravidade do caso, a mãe ainda nutria a esperança de que a filha seria convocada para um transplante. Esta esperança foi sua fortaleza até o final.

No momento da morte, no hospital, a mãe estava junto à filha, com o filho mais velho, a sogra e algumas amigas da filha. Ela cuidava da filha, com muito carinho, e as duas conversavam. A filha pedia beijo, abraço, carinho e a mãe correspondia. A mãe interpreta isso como a despedida da filha. Para ela, foi um lindo momento, momento abençoado e mágico, onde o que ficou evidente foi o mais puro amor.

Para a mãe, a morte da filha foi como uma vela que foi se apagando, aos poucos. “A vela estava acesa, iluminando todo mundo que estava ali, de repente ela foi apagando e apagou. Lindo!” (ALEGRIA, 2014, p. 8). A partir deste momento, a mãe relata que se comportou com muita tranquilidade e serenidade. Aceitou a morte da filha, com muita tristeza, mas se manteve tranquila.

Chorou nos primeiros dias, o sofrimento foi enorme, mas ela se manteve em casa com o filho. Segundo ela, todas as suas lágrimas secaram com a dor de ter perdido o marido e, também, durante a doença da filha. Por isso, disse que não chorou tanto depois da morte da filha. “Quando a lágrima está saindo, está lavando. Mas quando fica preso aqui, é horrível. Pergunta se eu choro. Não consigo. Já chorei tanto, tanto” (ALEGRIA, 2014, p. 10), diz ela lamentando o fato de não conseguir chorar tanto quanto antes.

O que a deixa tranquila e conformada é poder ter participado de todo o processo de doença junto da filha. Sempre a acompanhou e esteve com ela até o seu último momento. “Quando eu sei que alguém perdeu um filho, se for de acidente eu fico louca, porque aquela mãe não teve a oportunidade que eu tive de se preparar. Convivi com ela o tempo todo” (ALEGRIA, 2014, p. 11).

Então, Alegria entende que ela lidou da melhor forma que conseguiu com o choque da perda. “Com a maior serenidade, abraçando, segurando a mão dela. Prá mim esse momento foi lindo. O tempo todo foi assim depois. Triste, triste, triste, mas serena. Tendo que lidar com isso pra não passar essa tristeza pra todo mundo” (ALEGRIA, 2014, p. 18).

Ela relata, também, as outras perdas que vêm com a doença e a morte da filha. Foi muito difícil enfrentar a doença, já que ela foi obrigada a adentrar em uma realidade

muito triste, que é a vivência dentro de um hospital. Ver o sofrimento de sua filha e das outras pessoas leva à reflexão.

A sua vida, que era tranquila e tinha uma rotina agradável, muda completamente e ela se vê perdendo toda uma realidade agradável e harmoniosa. Apesar de se sentir solidária com a dor dos outros, é uma perda e uma mudança muito grande para ela.

Após a morte da filha, ela se sente muito vazia e sem ter a presença física daquela que ela amava, assim as perdas diárias vão sendo notadas. Ela não tem mais a oportunidade de cuidar da filha, de orientá-la, de poder cozinhar as coisas que ela gostava de comer. Enfim, ela sente que perdeu muito, além da morte concreta da filha.

O casal Tristeza teve uma reação imediata ao saber da morte do filho por acidente de carro: ajoelhar-se no chão e orar com muita fé. Logo pediram para ver o corpo do filho. Aconselharam para não ver, por causa da grande quantidade de sangue, mas mesmo assim eles quiseram ver. Beijaram o corpo, as pernas. Porém, dizem não se lembrar desses momentos. Estavam atônitos, “abobados”, nas palavras deles.

Para eles, a experiência de ter perdido um filho é muito triste, a pior coisa que poderia ter acontecido. A mãe diz que perdeu o pai com 92 anos, três meses antes do filho e a própria mãe há seis anos. Que ela sofreu muito, a dor é muito diferente de perder o próprio filho. É bem mais forte. Não tendo como medi-la. Para ela, só entende esta dor quem já perdeu, também, um filho.

Para ela, não há nada no mundo que possa substituir o seu filho. Se pudesse, daria a vida pelo filho e o traria de volta à vida. Não há como mensurar nem nomear a dor, de acordo com esta mãe. É uma dor que não passa e está presente o dia todo, em todos os momentos, segundo ela.

Depois do ocorrido, a vida do casal perdeu a graça. Eles passam o dia todo em casa, esperando a noite chegar e, finalmente, veem que mais um dia passou. O pai passa o dia todo no quarto, lendo a Bíblia ou vendo algum filme. A mãe passa o dia rezando para que a noite chegue, para que possa dormir e não sofrer pensando no filho.

Para o casal, a morte foi “um fechar de olhos, um piscar de olhos [...] num instante tudo muda” (TRISTEZA, 2014, p. 13). Para eles, agora o único sentimento que os acompanha é a tristeza.

Para a mãe Gratidão, foi um grande choque receber a notícia que seu bebê com apenas dois dias de vida havia falecido. Ela diz que foi “insuportável, achei que eu ia morrer” (GRATIDÃO, 2014, p. 7). Ainda de resguardo, ficou muito abalada. Passou uns dias na cama, muito triste. Ainda se restabelecendo do parto, com leite para

amamentar, sendo tudo muito doloroso. “Porque a gente fica com aquela energia toda prá doar e não tem mais o objeto amado” (GRATIDÃO, 2014, p. 2).

Chorava muito, todos os dias. O pior momento, para ela, foi o de ter que secar o leite. “Estava com todo aquele amor prá dar e você não tem a pessoa. É a pior hora” (GRATIDÃO, 2014, p. 5).

A mãe Saudade diz que a dor é imensa e o que ela mais sentiu após a perda do filho foi solidão. Ela e o filho eram muito ligados e com a sua partida ela ficou muito só. Afirma que queria ter morrido junto com o filho. Nada, nem ninguém, substituíram a presença do filho perdido. Para a mãe, a partida do filho “foi um pedaço de mim que partiu” (SAUDADE, 2014, p. 1).

A primeira reação que a mãe teve, ao saber da morte cerebral do filho, foi pedir para vê-lo, para poder fazer uma oração. Ela diz que a aceitação da sua morte foi imediata, que ela teve que ser forte, pois o marido não teve a mesma força e ela precisou sustentá-lo. Ainda tinha o filho caçula, que precisava muito dela também.

Foi forte, mas logo depois, quando ela sentiu a realidade da perda, começaram a aparecer várias doenças. Inclusive, mesmo hoje, após 14 anos de sua morte, ela ainda toma várias medicações por dia.

A mãe Sensatez perdeu dois filhos, sendo uma menina, gêmea de seu filho mais velho, que morreu no parto e um menino, que era seu caçula, com seis anos. Em relação à menina, ela não quis vê-la ao nascer morta e, por isso, diz que não sofreu pela sua morte. “Acho que se eu visse eu ia ficar mais (pausa), né? O problema foi chegar em casa com um, tendo dois berços. Mas foi tranquilo, porque eu não vi, então eu não tive” (SENSATEZ, 2014, p. 2).

Já a perda do filho foi altamente sofrida. “Já com o Anjo o negócio foi bem mais difícil. (Pausa, respira). É difícil. Isso não tem...” (SENSATEZ, p. 2). Não consegue se lembrar de como foram os primeiros dias após a perda. Ficou à base de calmante, praticamente dopada.

Para ela, não há maneira de lidar com a dor da morte de um filho. O dia a dia e a própria vida que vão ensinando a conviver com esta dor. “É um dia de cada vez. Depois com o tempo é que você vai melhorando” (SENSATEZ, 2014, p. 4).

A mãe Respiração foi a que expressou a sua dor da forma mais poética, longa e expressiva. Para ela, a distância que faz com que nos aproximemos de um filho é uma respiração. Ela usa esta forma de explicar, dizendo que quando uma mãe inspira o ar

dentro de casa, ela sente o cheiro mais familiar possível, que é o cheiro do filho. E esse cheiro que traz prazer e tranquilidade para a mãe.

Quando o filho sai de casa, por causa de trabalho ou estudo, a mãe pode buscá-lo através do pensamento. Ela tem a possibilidade de se lembrar de que o filho está bem, vivendo sua própria vida independente. Este pensamento também é confortador, pois dá à mãe a certeza de que o filho está bem. Já, quando acontece a morte de um filho, a respiração muda completamente se torna um longo e doloroso suspiro.

Interessante mostrar que alguns autores oferecem explicações a respeito da relação entre respiração e angústia, fato apontado pela mãe Respiração em sua entrevista. A respiração é um ato involuntário e vital, porém ela pode ser controlada e disciplinada, e assim causar efeitos positivos no organismo ou até mesmo a cura de uma doença, defende Gaiarsa (GAIARSA, 2010).

Gaiarsa enfatiza que “respirar, é o paralelo entre questões psicológicas e biológicas do corpo humano“ (GAIARSA, 2010, p. 5). Para ele, logo após segundos sem respirar, o desespero e aflição aparecem. Este momento é desesperador e a pessoa faz todos os esforços possíveis para respirar novamente. “Não estaria aí a explicação da angústia e, ao mesmo tempo, da permanência do eu?” (GAIARSA, 2010, p. 6).

Para o autor, o direito de respirar é único e universal, mas as relações humanas estão tão patológicas, que as pessoas passaram a apresentar problemas sérios por não conseguirem respirar em sua plenitude. A angústia é uma das patologias que estão mais relacionadas à forma de respirar, já que a pessoa não pode dizer o que sente, o que pensa, reprimindo seus desejos e, com isso, criando um padrão difícil de respiração. É como estar sufocado, sem ar, explica o autor.

Por isso, pensa-se na mãe Respiração como uma enlutada que só consegue expressar a dor de ter perdido o filho através de uma reação fisiológica, do ato de respirar, e de como este se modifica a partir do momento que a realidade da morte é sentida. E, por isso, consegue relacionar a sua respiração entrecortada, difícil, com a angústia de não mais encontrar o seu filho, de não poder mais sentir o seu cheiro.

E eu fui conhecer o outro estado assim terrível, porque quando o seu filho não está perto de você, você acorda assim de madrugada com aquela mesma respiração procurando. E você expira e cai num vazio (chorando). E você procura, não acha no pensamento, não acha na cama, não acha na casa (chorando) e aí vem o suspiro. E quando você vê uma mãe suspirando é porque ela buscou na respiração o filho, o cheiro, a presença dele. Aí vem o suspiro, porque volta vazio, assim, a

sua respiração sai e não encontra nada, prá dar um cheiro, pra se acalantar e você cai no vazio e volta o suspiro [...] essa sensação de que a respiração fica sem resposta é a sensação mais próxima assim sabe, que eu senti, comparando desde quando você tem seu filho perto de você, quando ele sai, quando você perde [...] Dói no peito. Dói, dor no peito. Sufoco. Sufoco. É um sufoco, sufoco no peito que dá (RESPIRAÇÃO, 2014, p. 1).

Trazendo para a discussão os autores citados na parte bibliográfica do tema, realmente a dor de perder um filho é indescritível. Parece ser uma dor sem nome, pois não há adjetivo que basta aos pais para relatar como é sofrível este acontecimento.

Como Parkes afirmou, em muitos casos que envolvem a perda de um filho, há a possibilidade de substituição deste por outro bebê, mas nada nem ninguém conseguem ser colocado no vazio que se formou. Então, é compreensível a dor imensa sentida por estes pais.

Como o mesmo citou o autor: “para a maioria das pessoas no mundo ocidental, a morte de um filho é a fonte de pesar mais atormentadora e dolorosa” (PARKES, 2009, p. 191). Desta forma, entende-se o imenso sofrimento no qual os pais enlutados entrevistados para esta pesquisa mergulharam.

3.6.2- A dor de enterrar um filho

Alegria lembra bem do momento do velório da filha. Ela continuou serena e querendo aproveitar todos os últimos momentos com a filha. “Eu fiquei ali do lado. Até os últimos momentos, porque eu sabia que depois daquilo nunca mais [...] Aproveitei cada minuto que eu pude com ela. Nenhum momento de desespero” (ALEGRIA 2014, p. 12).

O casal Tristeza também ficou ao lado do filho o tempo todo. Ficaram felizes com a quantidade de autoridades militares e colegas do Exército que estavam presentes. O velório lotado lhes trouxe conforto, fazendo-os pensar no quanto o filho era querido.

A mãe diz que ela não se lembra de muita gente que estava presente, mas se lembra de algumas coisas, pois estava com a sensação de estar anestesiada. Expressa arrependimento por não ter enterrado na segunda-feira, já que o filho morreu na madrugada do domingo e foi enterrado no domingo à tarde. Ela queria ter ficado mais tempo com o filho. Ver o filho no caixão foi a pior experiência pela qual passou.

A irmã que escolheu o caixão, o terno, pois ele não foi enterrado com a farda militar pelo fato dela ter optado pelo terno, que era a roupa que ele usava para ir à

igreja. A irmã se mostra feliz pela mãe ter lhe dado essa oportunidade, já que assim, pôde mostrar o carinho e cuidado com o irmão.

Gratidão não foi ao velório do filho. Optou por não comparecer. Estava de resguardo e preferiu não participar. Até hoje não visitou o túmulo do filho. E não está nos seus planos ir ao cemitério.

Saudade ficou ao lado do caixão do filho o tempo todo. Chorou muito, mas se manteve serena, sem fazer escândalo. Ficou do lado até a hora do sepultamento, fazendo carinho nos cabelos do filho, passando a mão em seu corpo para ver se estava inteiro, já que foi questionado se os pais não queriam doar os órgãos do filho.

Pelo fato de ter tido, primeiramente, a morte cerebral, o médico questionou os familiares em relação ao desejo da doação de órgãos, o qual a mãe rejeitou, por acreditar que seu filho pudesse ressuscitar enquanto estava na UTI. O passar a mão no corpo do filho morto foi, para ela, a certeza de que realmente não cortaram e não retiraram nenhum órgão do filho.

O fato de querer ressuscitar o filho que já não tinha condições de viver pode ser remetido à questão de que, sempre na história do cristianismo, os crentes clamam por milagres, desde os mais simples até os mais complexos, como pedir a vida de volta de alguém que já está morto (Cf. GRUDEM, 2009, p. 582-585). Para os religiosos, um milagre só será realizado através de alguém que tenha sido tocado pelo Espírito Santo, no momento em que seja determinado por Ele e não pela pessoa que deseja. Então, este milagre de ressuscitar pessoas não parte da vontade própria da pessoa, mas sim de um desejo divino (Cf. GRUDEM, 2009, p. 576).

Por isso, há a advertência aos fiéis de que nem sempre a oração terá uma resposta afirmativa. Para os religiosos clamar a Deus é importante, porém a obtenção de tal graça não é certa. O milagre pode não vir, como no caso da mãe Saudade, porém pedir a Deus por um milagre continua sendo uma importante ação para os que creem (Cf. GRUDEM, 2009, p. 582). Mesmo não obtendo a resposta afirmativa para a sua oração, a fé desta mãe permanece inabalável, o que ficou claro durante a entrevista.

Saudade diz que não se lembra de ninguém que participou do velório e de nada que tivessem falado com ela. A única coisa que ela conseguia enxergar, naquele momento, era o filho. “Que era dali só prá eternidade. Eu tinha que curtir bastante. Aí eu fiz assim, fiquei ali cantando” (SAUDADE, 2014, p. 9).

Ela assistiu ao sepultamento, vendo o caixão do filho descer à sepultura. As pessoas a abraçavam e ela cantava hinos de louvor a Deus. Assim que terminou o

sepultamento, ela desmaiou. “Aquele momento assim, eu caí. Aí fui acordar nos braços do meu pai, e da minha mãe me levando. Meu esposo me pegou, me colocou na cama. E ali eu comecei a viver meu luto” (SAUDADE, 2014, p. 10).

Para Sensatez, enterrar o filho foi o pior momento. Ela não falou muito sobre este momento, mesmo sendo questionada, o que foi respeitado pela pesquisadora.

Para Respiração, o velório foi o momento onde ela pôde desabafar e contar tudo o que se passou com o filho para os que estavam presentes. O velório aconteceu em uma igreja evangélica.

Você fica assim, pasmada, você fica, não tem como descrever. Assim sabe, é terrível mesmo, sem força, sem força mesmo [...] muito triste. É muito. As pessoas falam que o corpo quando tem uma dor muito grande ele desarma, e você não sente mais, não é assim? Quando você vê um acidente, a pessoa quebra tudo, anda e não sente. Não é? É assim, é uma coisa assim. É tão grande que você não acredita, que você, sabe? Porque se essa dor fosse transformada em falta de ar, você morria também. Então, o corpo desarma. Ele te “abobaca”. Você fica “abobacado” assim. Porque é uma coisa que você não tem como reagir. Se dependesse assim, seu eu pegasse ele no colo e sacudisse, ele melhorar. Se eu passar meu sangue prá ele e melhorar. Qualquer coisa eu faria. Se seu filho está prá morrer, você consegue tudo. Mas seu filho morreu ali, você se desarma. Desmonta (RESPIRAÇÃO, 2014, p. 27).

Em determinado momento do velório, uma colega perguntou à mãe se ela queria falar alguma coisa. Ela disse que não queria, que não teria nada para falar. Sentia-se passada. Olhando o filho no caixão, fazendo carinho nele, teve uma sensação boa, sentiu-se bem, leve e deu vontade de falar. O pastor permitiu que ela subisse e falasse. Ela não imaginava o que ia falar. Não se lembra de muito do que falou nem imagina como conseguiu, mas sabe que falou durante muito tempo, contou o motivo pelo qual o filho se suicidou, pois não queria que as pessoas especulassem sobre este caso, inventando falsas histórias sobre o filho.

3.6.3- A vontade de morrer junto com o filho

A maioria dos entrevistados teve vontade de morrer juntamente com o filho. Parece ser esta uma reação muito comum entre pais enlutados, já que a falta de motivação para continuar a vida juntamente com muito sofrimento faz com que pensamentos, até mesmo suicidas, façam parte da rotina destes pais.

Alegria não relatou vontade de morrer junto com a filha em momento algum da entrevista. Diz ela que precisava estar viva pelo filho, por ela mesma e para dar andamento às coisas. Relata, com felicidade, que não quer morrer tão cedo.

Ela relata nunca ter ouvido dizer que uma mãe morre porque o filho morreu. Para ela, a mãe não morre, porque tem algo que a motiva a continuar vivendo e porque existe “alguém lá no alto que não quer que a gente morra” (ALEGRIA, 2014, p. 15).

A mãe Tristeza afirmou, muitas vezes, que tem muita vontade de morrer. Não de se matar, porque, segundo ela, em todas as religiões o suicídio é considerado pecado. Mas vontade de morrer sim. Para ela, a vida não tem “gosto” nenhum. O único propósito que resta é a filha, mas só ela não é o suficiente para uma futura vida plena.

Para o pai Tristeza, nada mais de caráter material interessa. Todos os planos e sonhos foram cancelados. O que resta agora “é aguardar nosso espaço lá no céu” (TRISTEZA, 2014, p. 24). Apesar de dizer que não teve vontade de morrer após a perda do filho.

Gratidão achou que ia morrer logo após o filho, por causa de tanto sofrimento. A dor é tão grande que ela não acreditava que ia conseguir superar. Para ela, seu fim seria a morte também.

De vez em quando se sentia bem, e de repente tudo despencava e ela chorava copiosamente. Nessas horas, ela imaginava que a morte iria chegar para ela também, já que se sentia fraca diante de tanta dor.

Saudade “queria ir com ele embora” (SAUDADE, 2014, p. 1). Ela frisa que o filho era muito isolado e se mostrava bem tristonho, não tinha muitos amigos e era muito agarrado com ela, sendo seu protetor em muitas situações. Por isso, quando ele morreu, a mãe sentiu vontade de morrer também, já que a solidão foi a pior sensação que ela teve após a perda. Teve esta vontade durante muito tempo, mas não pensou em se suicidar em nenhum momento.

Respiração diz que entende o porquê da vontade de morrer junto com os filhos de muitas mães enlutadas. Usando-se da imagem da respiração que foi citada anteriormente, para ela, não é verdadeiramente morrer que estas mães querem, pois vai haver outras boas razões para continuar a vida. Seria uma vontade de parar de respirar, porque a mãe vai respirar, tentando encontrar o filho amado e não vai conseguir encontrá-lo. Então, ela vai começar com uma respiração mais curta e mais rápida e continuará não encontrando.

Desta forma, vem o sufoco no peito, que vai doer muito, por não ter encontrado o filho. Então, vem a vontade de não mais respirar, de ficar quietinha dentro dela mesmo. O não respirar seria a forma encontrada pela mãe de não mais se deparar com a dura realidade, de que o filho não voltará mais. Por isso, Respiração diz que não é a morte real que a mãe almeja, mas parar de respirar, para não sofrer mais a tristeza de não encontrar o filho procurado.

Esta vontade de morrer junto com o filho pode ter uma fundamentação religiosa, já que muitas religiões explicam que depois da morte se continua vivendo, num outro lugar ou numa outra dimensão. Então, morrer também se torna a solução mais adequada para que estes pais continuem do lado de seus filhos, mesmo sendo em uma nova forma de vida. O momento do reencontro com o filho é algo sonhado em demasia por muitos destes pais.

3.6.4- Os irmãos que ficam

Não pode haver dúvidas de que grande parte das perturbações registradas entre os filhos sobreviventes resulta mais das modificações no comportamento dos pais com relação a eles do que de qualquer efeito direto que a morte possa ter exercido sobre as próprias crianças. O fim do casamento, a depressão da mãe, as explicações de que Deus levou o filho que morreu podem provocar ansiedade sobre a separação, a recusa em se afastar de casa, e o comportamento de raiva. Culpar um filho pela morte do outro não é incomum e é muito prejudicial, embora isso tenha mais probabilidade de acontecer quando a morte é repentina (BOWLBY, 1993, p. 125).

Para o irmão daquele que morreu e que está ao lado do pai e da mãe, também passando pelo seu luto e vivenciando a perda de alguém que também era muito importante e querido, é muito difícil ter que conciliar tantas coisas ao mesmo tempo.

Alegria se mostra grata por ter o filho mais velho sempre perto e se orgulha muito pelo fato dele ter perdido o pai e a irmã e ter se tornado um homem de bem, honesto e trabalhador. Para esta mãe, o filho foi a grande força que ela teve para se manter bem após a perda da filha. E hoje são grandes amigos e companheiros de vida.

Ela acredita que o filho perdeu mais da metade da mãe dele, pelo fato dela ter ficado viúva e ter perdido a filha. Essas perdas fizeram com que ela não fosse mais do jeito que era antes, mas ela buscou estar bem para continuar do lado do filho, sendo ele uma grande motivação para a continuidade de sua vida.

O casal Tristeza exalta, a todo o momento, as qualidades do filho morto. A filha caçula, que participou de toda a entrevista, é vista como forte e confortada, por ser uma “serva de Deus” e frequentadora assídua de uma igreja. Em alguns momentos, os pais falam que vão continuar vivendo por causa da filha. O pai se mostra mais próximo a ela, exalta a sua fé.

A mãe, apesar de falar do amor e carinho que tem em relação à filha, às vezes se comporta de forma indiferente com ela, não entendendo que ela também sofre com a morte do irmão. A mãe diz que tem muito carinho pela filha, mas não tem o medo de perdê-la, medo que ela sempre teve em relação ao filho. E ainda frisa: “Amava ele demais, demais” (TRISTEZA, 2014, p. 23).

Notou-se, quando a filha saiu da sala, uma falta de entusiasmo da mãe ao falar da filha, que mesmo vivendo por ela, a vida não tem mais gosto nem entusiasmo. Quando se tocava em alguma questão sobre a filha, ela respondia rapidamente e voltava o foco para o filho.

Tenho muito carinho por ela, mas não tenho aquela preocupação doentia que eu tinha com meu filho [...] A vida não tem gosto nenhum. Nós vamos viver prá ela, em função dela. Nunca tive preocupação com ela. Só com meu filho. Pegar carona nem pensar. Meu filho, mamãe não sabe viver sem você. Sempre beijava a cabecinha dele (TRISTEZA, 2014, p. 24).

Gratidão perdeu seu primeiro bebê e engravidou três meses depois do segundo filho. O terceiro filho veio depois de dois anos e meio. Ela diz que os irmãos ficam com ciúmes quando ela comenta do filho mais velho, querendo mostrar para ela que depois da grande tristeza ainda vieram mais dois rapazes para lhe dar alegria e a oportunidade de ser mãe. “Como se a presença deles não tivesse garantido a minha alegria. Porque substituir não substitui não. Não tem como substituir não. Mas ameniza, né?” (GRATIDÃO, 2014, p. 4).

Ela se sente agradecida por ter tido mais dois filhos e também um casal de netos. Porém, a saudade, a expectativa de imaginar como estaria hoje seu filho mais velho é rotina na sua vida, independente do amor e alegria que sente pelos filhos mais novos e netos.

Saudade tem outro filho, dois anos mais novo do que o falecido, que hoje é oficial do Exército, mora em Juiz de Fora e vai se casar. Para a mãe, este filho foi um dos pilares de sustentação para que ela continuasse vivendo, pois, o garoto ainda

precisava muito dela. Ela diz que o ama muito e que ele é tão importante quanto o que morreu.

Porém, diz que ele é muito apegado ao pai, diferente do irmão morto, e que isso a faz se sentir muito sozinha. Este filho, para ela, não é tão brilhante intelectualmente quanto o irmão morto. Mas para a mãe, ele representa a esperança de ganhar netos, e um deles será parecidíssimo com o tio e terá o mesmo nome. Esse já é um combinado entre mãe e filho.

Sensatez vê que foram os filhos que a ajudaram, e ainda a ajudam, no processo de readaptação da vida. O mais velho, que era muito ligado ao irmão, não podia ver ninguém falando da morte do irmão com a mãe. Queria sempre protegê-la para não vê-la sofrendo. E age assim até hoje.

Após a perda do irmão, a mãe precisou levá-lo ao psicólogo, pois não chorava em momento algum. Após sessões psicológicas, descobriu-se que ele não chorava para não fazer a mãe sofrer. Ele queria protegê-la de mais este sofrimento, de saber que ele sofria pela morte do irmão. Mostrou-se forte e firme, e age assim até hoje ao se referir ao irmão morto, apesar de já conseguir expressar a sua saudade.

Já o menor, que veio após a morte do irmão, sabe que teve este irmão e a mãe sempre explica que o irmão virou uma estrelinha e que hoje mora no céu. É muito agarrado com a mãe e ela é muito carinhosa com ela. Parece que ele é sua grande motivação para viver.

Respiração tem mais duas filhas e um neto. Diz que provém deles a força que a impulsiona a continuar seus planos de vida. Que eles têm direito de usufruírem dos projetos que ela e o marido fizeram, quando o filho ainda estava vivo.

Para ela, seu coração é dividido em quantidade de filhos. Por isso, seu coração é dividido em três partes. A parte do filho nunca mais será preenchida. É um vazio eterno, independente das outras partes, que estão ocupadas. Então, ela consegue colocar esta parte vazia nas mãos de Deus.

Coloca uma ênfase muito grande no amor que ainda sente pelo filho, mesmo tendo as suas filhas do lado:

Se eu te falar que meu filho é a pessoa que mais amo, amo minhas filhas, mas ele era meu filho. Deus tirou a pessoa que eu mais amo na vida. É um amor enorme que tenho por ele. O amor que eu tenho é diferente. Filha é filha. Ele era meu amor maior do mundo, sabe? Ele é meu xodó” (RESPIRAÇÃO, 2014, p. 34).

Lembrando-se do que disse Parkes: “A literatura clínica sugere que a morte de um filho é o teste definitivo da família como um sistema de apoio para seus membros. Ela pode manter ou destruir uma família” (PARKES, 2009, p. 191). Neste momento de grande perda, há a possibilidade de se unir ou se afastar. Tudo vai depender de como estão os vínculos da família até o momento da perda.

Por isso, a relação dos pais com os outros filhos pode ser muito difícil. O pai ou a mãe podem estar imersos em tanto sofrimento que não conseguem reconhecer as necessidades dos outros filhos. Este fato pode gerar muita tristeza e até revolta para outros filhos, já que também estão vivendo o luto pelo irmão e não estão recebendo o carinho necessário dos pais.

Por outro lado, existem casos em que os outros filhos são o apoio principal para a resiliência dos pais, já que eles se tornaram a motivação para a continuidade da vida dos pais.

3.6.5- Exaltação das qualidades do filho morto

É comum notar na maioria das entrevistas a exaltação das qualidades do filho que morreu. Para os pais, o filho que partiu tinha características muito especiais e que nunca serão substituídas por ninguém, nem pelos filhos que ainda estão vivos, nem pelos filhos que vieram após a perda. Nenhum filho é substituível, ainda mais aquele que nunca mais será visto, nem tocado. Cada filho é único e tem o seu próprio lugar, mas o filho que morreu tem ainda mais valor e qualidades positivas fora do comum.

Os pais deixaram isso muito claro nas entrevistas para este trabalho. A todo o momento, eles citam características positivas dos filhos. Interessante é notar que não aparecem, em momento algum nas entrevistas, o pai ou a mãe reclamando de defeitos, desobediências, maus comportamentos dos filhos que morreram.

Alegria se refere à filha sempre como uma abençoada, iluminada. Para a mãe, ela foi uma vela, que “estava acesa, iluminando todo mundo que estava ali, de repente ela foi apagando e apagou” (ALEGRIA, 2014, p. 8).

A garota era muito alegre, dinâmica, inteligente. No seu processo de doença, queria saber todos os detalhes e perguntava tudo aos médicos. Segundo a mãe, ela tinha muita esperança de conseguir o transplante de fígado, mas, ao mesmo tempo, ficava triste pelo fato de alguém ter que morrer para salvá-la. Não reclamava do tratamento nem das dores e sintomas que apresentava. Mesmo debilitada pela doença, a mãe diz

que ela sempre saía com as amigas para passear. Ela era muito bem-humorada e muito querida por todos.

O casal Tristeza sempre fala muito bem do filho. Para o pai e para a mãe, o filho era excelente motorista, cauteloso na direção. O acidente aconteceu por vontade de Deus, pois o filho transmitia muita paz espiritual e tranquilidade por ser uma pessoa do bem.

A coisa mais importante dele sabe o que era? Caráter, amor que ele tinha à família, era um menino cristão, um servo de Deus, era obreiro da igreja [...] Ele era uma pessoa que era querida por todo mundo. Ele com 21 anos era respeitado pelos subordinados e superiores. O respeito dele era pela educação, pela inteligência, pela paz, a segurança que ele passava [...] ele era correto em tudo [...] ele é uma pessoa especial e ele tinha uma paz, um carinho com a gente muito grande, e demonstrava isso prá gente através de carinho, de respeito [...] Meu filho é uma coisa maravilhosa! [...] ele era realmente um menino muito especial. Ele sempre foi motivo de muito orgulho (TRISTEZA, 2014, p. 4).

Assim como o pai, o filho era militar do Exército. Para o pai, o filho o superou em tudo, pois era muito melhor que ele.

Eu sou metódico. Era um excelente militar, os outros acham e eu acho que eu fui um excelente militar. Era dosado, tinha uma postura firme. Então os genes puxaram a mim. Eu tenho certeza que ele me superou muito, porque eu via pelos depoimentos, que ele me superou e conseguiu assimilar em 5 anos o que eu demorei 30. E não cheguei aos pés dele ainda. Ele foi muito melhor que eu, tanto na vida como na vida militar [...] ele era diferenciado. Então eu me sentia orgulhoso. Eu percebia nele essa diferenciação, essa responsabilidade nas coisas simples [...] ele ia longe (TRISTEZA, 2014, p. 22).

Gratidão não relatou sobre as qualidades do filho, visto que ele morreu apenas com dois dias de vida. Fala muito sobre a beleza física do bebê.

Saudade diz que seu filho foi uma criança muito esperta. Destacava-se pela inteligência acima da média, tirava as melhores notas da sala de aula. Era tido como muito especial, muito querido e diferente, pelo fato de ser calmo e tranquilo. Era seu companheiro em tudo. Por isso, explica como se sentiu solitária após a morte dele. Nunca ninguém conseguiu ocupar este lugar do filho tão querido.

Sensatez diz que o filho também era diferente e que ela sempre achou que ele fosse assim, desde que nasceu. Ele era mais carinhoso, mais companheiro, mais

sosegado, mais tímido, mais tranquilo. Muito independente, gostava de fazer os deveres da escola sozinho, sem a ajuda da mãe. Nunca teve problema com ele na escola. Durante muitas vezes na entrevista, a mãe costuma dizer que o filho não era desse mundo, querendo demonstrar que ele realmente era muito especial.

Respiração repete, várias vezes durante a entrevista, a importância que tinha seu filho, suas qualidades e seus dons. Ela diz que o filho sempre foi muito questionador e que ia além do raciocínio colocado pelos professores, o que a fez ser chamada diversas vezes na escola onde ele estudava. A mãe comenta que nunca corrigiu estas atitudes por querer dar liberdade ao filho de questionar. E por estimular seu pensamento e o encorajar a enfrentar qualquer obstáculo.

Porém, hoje ela se arrepende, pois sabe que no mundo o que mandam são as leis e que as pessoas precisam introjetá-las. “A gente vive debaixo de regras. A gente precisa viver debaixo de normas e eu incentivei, com aquilo, meu filho a quebrar as regras” (RESPIRAÇÃO, 2014, p. 10).

O filho era extremamente inteligente, possuindo uma inteligência acima da média, o que lhe permitiu passar, na primeira vez e bem classificado, em uma seleção para se tornar um oficial da Marinha do Brasil, que é muitíssimo concorrida.

Além disso, a mãe diz que o filho sempre foi muito bonito, com uma beleza muito peculiar e reconhecida, e que, com isso, ele se tornou muito vaidoso. Gostava de cuidar da estética e buscava conhecer e usar produtos de beleza.

A mãe relata, também, que o filho era extremamente ético e, por isso, era contrário a fazer atos ilícitos. Teve uma proposta ótima de emprego para assim que se formasse, mas recusou por saber que a empresa não era idônea.

Para a mãe, o filho foi uma pessoa mais que especial. “Porque ele era muito, era carismático, não era uma pessoa que passou. Ele marcou. Ele era muito presente, ele era muito carinhoso” (RESPIRAÇÃO, 2014, p. 24). O filho tinha muitas qualidades a ponto de ser uma pessoa que marcou a sua presença por onde passou, e por este motivo também, continua sendo muito especial.

Aqui se vê uma exaltação das qualidades do filho que morreu, como se ele fosse um ser humano perfeito, sem defeitos e que tivesse feito tudo da melhor forma possível enquanto estava vivo. Como foi dito, esta característica é muito comum entre enlutados.

Como dito por Neli Freitas, as mães tendem a enobrecer as qualidades do filho, como se mais ninguém dentro da própria família as tivesse (Cf. FREITAS, 2000, p. 48). Assim, fica quase impossível colocar outra pessoa no lugar do filho que se foi, já que

ninguém consegue superar a genialidade dele. Não haverá substituto a sua altura. Não há ninguém melhor que o próprio filho. Ele atingiu sua plenitude em qualidades.

3.6.6- O pressentimento da morte do filho

Alguns entrevistados comentaram sobre prever a morte do filho. Para eles, o fato de “serem especiais” é um dado que fez com que esses pais sentissem que iam perder.

É o caso da mãe do casal Tristeza, que frisou várias vezes, que tinha muito medo de perder o filho, de tão especial e amado que ele era. Não deixava que ele viajasse de carona com amigos, por medo de se envolver em acidentes. “Eu acho que eu tinha um pressentimento. Não achava que ia perder, mas eu tinha medo de perder. Nem pensar em meu filho andar de carona. Muito preocupada” (TRISTEZA, 2014, p. 23).

Esta mãe reconhece que tinha uma preocupação exagerada pelo filho, o que não tinha e não tem em relação à filha. Ela chorava muito quando o filho ia viajar e ficava muito ansiosa pela sua chegada e por seu telefonema dizendo que chegou bem. “Tinha muita preocupação com ele. Amava ele demais, demais” (TRISTEZA, 2014, p. 23).

Saudade diz que o filho sempre foi muito isolado e, mesmo sendo muito inteligente, se mostrava muito triste. Parecia que ele não gostava de viver. Tinha o “olhar triste, molhado. Ele era uma criança triste. Ele tinha esse olhar caidinho” (SAUDADE, 2014, p. 5).

Refere-se também a uma conversa que teve com Deus, quando os filhos eram pequenos. Deus perguntou a ela se tivesse que escolher um dos dois filhos para lhe dar, qual ela escolheria. Nesse momento, ela olhou para os meninos, e seu primogênito desenhando, escrevendo, lendo e respondeu a Deus que daria aquele. Pois ele não era feliz nessa vida. O mais novo gostava, e gosta de viver. Sempre foi independente e sempre viveu com garra.

A mãe diz que lembra nitidamente deste momento. Relata também que teve outros sinais. Que no íntimo, ela sabia que ia perder seu filho mais velho. “Sentia uma angústia. Aquela angústia que dizia assim: falta pouco” (SAUDADE, 2014, p. 9).

3.6.7- A forma como o passar do tempo é notado pelo enlutado

Alegria relata que, ao completar 16 anos de morte da filha, ela entrou em desespero. Mesmo tendo serenidade durante todo o processo de luto, ela acredita que

esta data foi a mais difícil. Para ela, o tempo passou rápido demais e o tempo de morte da filha ultrapassou o tempo que ela viveu, pois morreu com 15 anos.

[...] de novembro prá cá fiquei muito mal, triste. Porque estou mais tempo longe dela do que perto. Não sei porque isso. Ela morreu com 15 anos e fez 16 anos que ela morreu. Passou muito depressa. Vivi 15 anos com ela e 16 sem ela. E os 15 com ela foram muito intensos. Foi muito intenso. Os 15 anos passaram num sopro. Parece um sopro. Mas ficou um vazio muito grande. Ela estaria com 31 anos. E passou depressa demais. De novembro pra cá foi o pior período desde a morte dela. Sempre foi difícil, mas de novembro pra cá foi que eu senti muito. Parece que de novembro pra cá eu entendi mesmo que ela foi embora. Como é que pode? É impressionante. Não teve nada que tivesse modificado (ALEGRIA, 2014, p. 14).

O casal Tristeza diz que não viu o tempo passar, desde o acidente que matou o filho, que, no momento da entrevista já fazia seis meses. Para eles, era tudo muito recente. “A fatalidade que aconteceu com meu filho pra mim foi ontem. E já vai pra 6 meses. Um dia está passando rápido também. A vida passa rápido e é uma passagem mesmo” (TRISTEZA, 2014, p. 22).

Saudade faz, assim como Alegria, uma relação com a idade do filho quando morreu com o tempo que se passou da morte. Ela se deu este tempo para reestruturar sua vida e sua própria forma de sentir a morte do filho. Afirma ela:

Meu filho tinha 12 anos de idade, 4 meses e 10 dias. Quando ele tiver 12 anos, 4 meses e 10 dias de morto, eu vou colocar numa balança e não tem dois pesos e duas medidas. Vai ser um peso só. A partir dali eu vou conseguir viver essa reconciliação. Essa data foi um marco. Foi quando eu consegui ir no cemitério e ver a lápide e colocar a flor (SAUDADE, 2014, p. 6).

Esta mãe conseguiu ir ao cemitério após os 12 anos de morte do filho. Sentia-se tratada e preparada para isso. Pediu que a sua mãe e sogra a acompanhassem. Comprou 12 rosas brancas e foi colocando uma a uma, cada uma delas representando um ano de sua morte.

Respiração diz que a forma como percebe a passagem do tempo oscila muito. Ela tem dificuldade de se lembrar do tempo transcorrido de um acontecimento, desde a perda do filho. Sente-se, às vezes, perdida ao ter que pensar quanto tempo se passou de um fato.

O filho morreu há nove meses, na época da entrevista, e para ela é tudo muito recente. “Não parece que tem nove meses. Parece que foi ontem. Está muito recente pra mim [...] É um rápido que não é rápido” (RESPIRAÇÃO, 2014, p. 24).

Independente do tempo transcorrido desde a morte do filho, fica nítido o quanto é difícil elaborar o luto. E para que isso ocorra, é necessário se dar este tempo, mesmo que ele esteja fora das expectativas criadas pelos próprios enlutados. O tempo passa e estes pais precisam reafirmar, todos os dias, que o filho realmente morreu.

“Para as pessoas enlutadas, o tempo foge ao relógio. Elas podem saber, pelo calendário, que um ano se passou desde a perda, mas suas lembranças da pessoa que se foi são tão vivas que ‘parece que foi ontem’” (PARKES, 1998, p. 97). É comum, e isso foi confirmado nas entrevistas, que o enlutado tenha memórias muito vívidas das situações que aconteceram antes e logo após a morte. E repetem estas lembranças muitas vezes, talvez com o objetivo de tentar reverter o acontecido e, conseqüentemente, a perda.

Estas lembranças são importantes no processo de luto. Elas têm o objetivo de colocar a mente em ordem, por meio da seqüência que, por exemplo, levou o filho à morte. Elas têm a finalidade de criar um sentido para a situação que não possui mais retorno. O fato de o enlutado repetir à exaustão tudo o que aconteceu e o que poderia ter acontecido caso ocorresse de outra forma faz com que ele explique, compare, classifique e entenda que não poderia ter sido diferente.

Ter consciência de tudo o que aconteceu demanda tempo e as lembranças são cruciais neste momento. “Esses padrões recorrentes de pensamento ou de atividade parecem permitir às pessoas se afastar da ansiedade enquanto simultaneamente tentam enfrentar o problema” (PARKES, 1998, p. 100).

Todos os autores que analisam o luto citados na parte bibliográfica são unânimes em afirmar a importância de se dar um tempo ao enlutado para que ele consiga criar um novo sentido para a vida, após a perda dolorosa.

Lembrar também que o luto “envolve uma sucessão de quadros clínicos que se mesclam e se substituem” (PARKES, 1998, p. 23). Pelo fato de que no luto se intercalam momentos de superação e recaída, é normal o longo tempo necessário para que a realidade difícil seja aceita. Por isso, podem-se entender os padrões utilizados pelos pais desta pesquisa em contar o tempo de uma forma diferenciada de quem não esteja passando pelo mesmo processo.

3.6.8- Problemas de saúde e medicações após a morte do filho

Alegria acredita que não desenvolveu uma depressão profunda pelo fato da mãe tê-la chamado para sair do cemitério, logo após o enterro da filha. “Minha mãe me tirou talvez de uma depressão profunda [...] ela me tirou do fundo daquilo que eu poderia hoje não ter reagido” (ALEGRIA, 2014, p. 2).

Não relata ter tomado qualquer medicação após a morte da filha. Também não comenta sobre alguma doença que teve, sobre algum mal-estar físico sentido durante o processo de luto.

A mãe Tristeza diz que logo após o acidente do filho ela só chorava. Precisou ir ao médico e começou a tomar antidepressivos de dia e remédio para dormir à noite. Segundo ela, o sono foi embora e ela emagreceu 10 quilos em cinco meses. No dia da entrevista, ela estava visivelmente muito abatida, com o corpo arqueado e muito magro.

O pai Tristeza também diz que seu sono acabou e que também está tomando antidepressivos para enfrentar o dia a dia. Encontrava-se, também, muito abatido no dia da entrevista.

Gratidão não relatou problemas de saúde após a perda de seu bebê nem a necessidade de medicamentos.

Saudade apresentou depressão após um mês e há quatorze anos toma muitos remédios controlados (durante a entrevista, mostrou uma sacola lotada de remédios). Hoje reclama que estes remédios trouxeram falta de memória e, por isso, necessita anotar tudo numa agenda para não se esquecer de nada.

Tem fibromialgia, que faz com que seu corpo doa. Apresenta também artrose no joelho e um problema sério na coluna, que já foi até operado. Sofre de síndrome do pânico e claustrofobia. Relata que todos os problemas de saúde e o uso de tantas medicações foram consequências da perda do filho.

Sensatez diz que depois da perda do filho apresentou dermatite de estresse. Comenta que o corpo todo ficava com pequenas feridas. Ainda apresenta este sintoma quando fica muito triste e angustiada. Faz tratamento, mas os médicos dizem que a causa é de fundo emocional.

Ela não teve depressão após a morte do filho, mas teve depressão pós-parto após o nascimento de todos os filhos. Não podiam deixá-la sozinha com os bebês, porque ela chorava o tempo todo.

Tomou Oprazolam, que é um medicamento ansiolítico e antidepressivo, indicado para tratar a ansiedade, durante muito tempo após a morte do filho. Todas as vezes que se sentia angustiada ao pensar no filho, recorria ao medicamento. Assim, não sentia nada. Depois de um tempo, ela mesma quis parar de tomar. E não tomou mais, por conta própria.

Respiração não relatou nenhuma doença ou necessidade de tomar medicamentos após a morte do filho. A sensação corporal que ela passou a sentir é um aperto no peito, que segundo ela, não é dor e sim uma sensação de sufoco.

Ela acredita que não adoeceu por causa de seu apego à fé. Porém, acredita que muitas mães podem desenvolver doenças sérias, como o câncer, se forem alimentando a dor da perda sem terem um suporte adequado.

Neli Freitas já havia salientado para a grande possibilidade de um pai enlutado vir a sofrer de uma doença ou um desequilíbrio na sua fisiologia corporal. Para a autora, é muito comum, após a perda de um filho, o pai ou a mãe apresentarem depressão, problemas com o sono, câncer, crises de ansiedade, problemas cardíacos. É importante reconhecer estes sinais e se tratar, já que um dos riscos mais sérios para os pais enlutados é o próprio suicídio, na tentativa desesperada de se encontrar com o filho morto (Cf. FREITAS, 2000, p. 54).

Então, qualquer que seja o sintoma produzido pelo pai enlutado no que diz respeito a doenças orgânicas e psicológicas, este deve ser tratado.

3.6.9- Laços continuados com o filho

No caso de pais enlutados, é muito comum o apego às lembranças, aos objetos do filho. Vê-se aí o que autores chamam de laços continuados (WORDEN, 2013 p. XII da Introdução). Muitos pais não querem se desvincular dos filhos que se foram; por isso, fazem questão de manterem tudo da mesma forma de quando estavam vivos. Chegam até a sentir a presença do filho na casa. Em contrapartida, outros pais não querem guardar nada do filho, não conseguem conviver com as lembranças materiais deixadas para trás.

No caso de Alegria, ela diz que usa, até hoje, objetos da filha, que ela fez questão de escolher e manter guardados. Ela usa um anel, que foi dado de presente quando a filha fez 15 anos. Tem o relógio que também foi da filha e o usa de vez em

quando. “Parece que estou com uma coisa dela, parece que estou com ela” (ALEGRIA, 2014, p. 16). Sente-se bem usando o que foi da filha.

As amigas da filha também pediram muitos objetos para guardarem de recordação. A mãe fez questão de dar, e frisa que estas pessoas guardam até hoje os objetos. Também gosta muito de ver as fotos da filha e afirma que todo enlutado tem prazer em ver fotos do ente querido que morreu.

A mãe Tristeza acredita que guardar tudo o que foi do filho, colocar a mão nesses objetos, beijar, continuar cuidando, está ajudando a superar a dor. E não quer, de forma alguma, se ver longe dos pertences e das lembranças do filho. Para ela, é impossível se ver nesta situação. Quanto mais ela puder falar e se lembrar do filho, mais ela se sente confortada.

Guardamos tudo que é dele. Tudo dele a gente tem o maior carinho. Guarda roupinha dele, as fardas dele, camisas, camisas que ele fez a dobrinha, eu guardo com o maior carinho. Eu cheiro a roupinha dele todo dia. Eu cheiro, eu beijo. É tudo cheio de foto. Eu sei que sou diferente de muita gente. Tem gente que fala que perdeu, a gente faz contato com pessoas que perderam filho, eles procuram a gente e tudo [...] Revelei mais de 500 fotos. Nunca quero fazer nada para procurar esquecer meu filho. Nem sair da casa. Quero lembrança bem viva dele. Faz muito bem (TRISTEZA, 2014, p. 4).

Já no caso de Gratidão, os familiares e amigos se reuniram e retiraram os objetos do bebê recém-nascido que morreu dois dias após o parto. Eles juntaram as roupinhas, objetos, móveis e deram para outras mães necessitadas. Segundo esta mãe, isso a fez se sentir bem. Ela gostou bastante das atitudes tomadas. O fato de não ter mais recordações do filho dentro de casa aliviou um pouco a sua falta.

Saudade conta que os amigos também retiraram a maioria dos pertences do filho, logo após a sua morte. Como ela tem dois filhos e o quarto deles era juntos, os amigos tiraram tudo que pertencia ao falecido. Para ela, isso também foi confortador. Ela se sentiu bem diante do quarto refeito, agora com uma só cama e com os objetos somente do filho caçula.

A mãe selecionou alguns objetos, roupas do filho, a bíblia, camisas do grupo jovem e guardou numa caixa onde ela escreveu: “Aqui jaz os últimos pertences da vida do meu filho” (SAUDADE, 2014, p. 12).

Sensatez relata que foi ela mesma que teve necessidade de retirar tudo o que era do filho morto. Ela também tem dois filhos, com menos de um ano de diferença entre

eles, o que fez com que fossem extremamente unidos. Temendo pela tristeza do mais velho em sofrer pela falta do irmão, por compartilharem o mesmo quarto, a mãe rapidamente se desfez dos móveis e pertences do caçula e providenciou um quarto novo para o mais velho. Esta atitude foi acalentadora, segundo ela, pois não tinha como passar o dia revendo coisas do filho falecido, o que aumentaria a sua tristeza.

Respiração ainda mantém todos os pertences do filho morto, inclusive veste suas roupas, afirmando que isso a torna mais confortada, pois se sente perto do filho. Costuma retirar alguma parte do dia para entrar no quarto do filho, ver suas fotos, mexer nos seus objetos, vestir suas roupas.

3.6.10- As fases do luto pelas quais os pais estão passando

Nenhum dos pais está vivenciando a primeira fase, que é a de torpor (BOWLBY, 1997, p. 115), dado o longo tempo já transcorrido desde a morte. No caso das entrevistas, a perda mais recente data de seis meses. Por isso, não se pode considerar nenhum pai vivenciando esta fase, visto que esta é vivida imediatamente após a perda, podendo durar dias, ou seja, um curto espaço de tempo.

3.6.10.1- Segunda fase: Fase da saudade, da busca, da procura, da raiva.

[...] durante essa fase inicial do luto, é comum a pessoa enlutada alternar dois estados de espírito. De um lado está a crença de que a morte ocorreu, com a dor e o anseio desesperado que isso acarreta. Do outro, está a descrença de que ela tenha ocorrido, acompanhada da esperança de que tudo ainda venha a estar bem e da premência de buscar e recuperar a pessoa perdida. A raiva é provocada, ao que parece, tanto pelos que são considerados responsáveis pela perda, como pelas frustrações enfrentadas durante a busca infrutífera (BOWLBY, 1993, p. 89, 90).

Pode-se considerar o casal Tristeza e a mãe Respiração vivenciando a fase da saudade, da raiva e da busca pelo filho morto. O casal entrevistado demonstrou inúmeras vezes a vontade de que o filho retornasse, passando a ideia de poderem estar negando, às vezes, o caráter irreversível da morte do filho. A saudade aparece na necessidade de a mãe ter os objetos do filho sempre por perto, não querendo se desfazer de nada. Necessidade também de vestir as roupas do filho, sentir seu cheiro, continuar cuidando de tudo do mesmo jeito que fazia pelo filho antes, quando ele vivia.

Outra situação apontada pelo casal é a situação de se sentir em estado de alarme, que tem como consequência a sensação de total insegurança decorrente da perda do filho. Esse quadro desencadeou uma série de danos à saúde deles, como perda de apetite, insônia, dor de cabeça. A mãe emagreceu 10 quilos desde a morte do filho. Essa é uma característica considerada comum nos primeiros meses de luto, segundo Parkes:

A perda de interesse pela comida e a secura na boca, típicas durante as primeiras semanas do luto, foram associadas a uma sensação de estar com o estômago cheio ou de ter um “bolo na boca do estômago” (epigastro), frequentemente acompanhada de eructação e azia (PARKES, 1988, p. 54).

Esta fase possui também a característica da procura. O enlutado, ansioso pela presença do morto e com uma enorme saudade, começa a procurar pelo ente querido, na esperança de que este retorne. Bowlby nomeia esta fase de procura e protesto (BOWLBY, 1997, p. 73, 74).

Parkes enfatiza que qualquer adulto enlutado, por mais sofrido que esteja, tem consciência de que será impossível reencontrar o ente perdido por morte, mas esse fato não o impede de procurá-lo. O referido autor entende que a origem desta reação são os “componentes irracionais do comportamento” (PARKES, 1998, p. 67).

Essa procura desenfreada pode ser observada no casal Tristeza. Quando a filha abre a porta da casa, o pai e a mãe sempre perguntam: “É a Dida ou o Dido?” (TRISTEZA, 2014, p. 18). Dido é o apelido carinhoso do filho que morreu. Por mais que saibam que o filho está morto, os pais ainda assim fazem essa pergunta, demonstrando uma esperança de que seja o filho entrando em casa novamente.

A mãe, em uma de suas idas à igreja, viu um jovem de costas e o achou muito parecido com o filho. Chorou muito, mas não quis se aproximar do rapaz nem conversar com ele. Os pais também relatam a dificuldade de ver militares fardados, pois automaticamente veem o filho. Eles ficam muito tristes.

Enquanto algumas pessoas enlutadas têm consciência de sua premência de buscar, outras não. Enquanto algumas aceitam essa premência, outras procuram sufocá-la como irracional e absurda. Qualquer que seja a atitude tomada pela pessoa enlutada com relação a essa premência, parece-me que ainda assim ela se sente impelida para a busca e, se possível, para a recuperação da pessoa que se foi (BOWLBY, 1993, p. 90).

Outra característica fortemente demarcada na mãe do casal Tristeza é que sua atenção está totalmente voltada para questões associadas ao filho. Tudo que veio ou foi do filho tem um valor imensurável para ela. Conserva as roupas e objetos do filho com tanto zelo e carinho, que estes se tornaram quase que intocáveis. Ela tem prazer em vê-los todos os dias, cheirá-los, arrumá-los, mantendo tudo do jeito que estava em vida. Afirma que, dessa forma, sente a presença viva do filho naqueles objetos.

A mãe Respiração também passa pela fase da saudade. Esta que vem o tempo todo, levando-a a vestir-se com as roupas do filho para senti-lo próximo. A saudade também se reflete na necessidade de ver as fotos do filho, entrar em seu quarto e relembrar dos momentos que passaram juntos. E, a cada manhã, ao acordar e relembrar que a morte do filho realmente aconteceu.

[...] durante essa fase inicial do luto, é comum a pessoa enlutada alternar dois estados de espírito. De um lado está a crença de que a morte ocorreu, com a dor e o anseio desesperado que isso acarreta. Do outro, está a descrença de que ela tenha ocorrido, acompanhada da esperança de que tudo ainda venha a estar bem e da premência de buscar e recuperar a pessoa perdida. A raiva é provocada, ao que parece, tanto pelos que são considerados responsáveis pela perda, como pelas frustrações enfrentadas durante a busca infrutífera (BOWLBY, 1993, p. 89, 90).

A respiração ofegante, os suspiros relatados pela mãe parecem ser a marca do que ela está vivendo após os 10 meses da perda do filho querido. Para ela, a busca pelo cheiro do filho é o que mais a faz sofrer. Respirar, buscar e não reencontrar este cheiro que tanto a fez feliz ao longo da sua convivência com ele. Parkes refere-se também a esta característica, vivenciada na fase da procura, como uma especificidade do luto:

[...] a respiração permeada por suspiros profundos, hiperatividade com inquietação, mas inoperante, dificuldade em se concentrar em outra coisa que não sejam os pensamentos relativos à perda, ruminação acerca dos acontecimentos que levaram à morte [...] pode-se vislumbrar o que é esta fase do luto, sofrida e causadora de sofrimento [...] essa dor é o componente subjetivo e emocional da urgência em procurar o objeto perdido (PARKES, 1998, p. 63).

Respiração diz também que entende outras mães que querem morrer após perder o filho, levando em consideração a questão do respirar. Para ela, essas mães não querem de fato morrer, mas o simples ato de respirar e não encontrar mais o cheiro do amado

desencadeia um cansaço tão intenso, que o que elas querem é ficarem quietas, sem terem a necessidade de respirar novamente, para não voltarem a sofrer a dor da perda.

Ir ao cemitério e visitar o túmulo do filho morto é característica também dessa fase de saudade e busca. A mãe Alegria, apesar de ter perdido a filha há 16 anos, mantém a visita, mesmo tendo diminuído bastante a frequência ao longo dos anos transcorridos. Ela refere-se à estranha preocupação com o bem-estar da filha que está enterrada como, por exemplo, em épocas de chuva.

As mães Gratidão e Saudade não conseguiram visitar o túmulo dos filhos, talvez por uma dificuldade em encarar a triste realidade da morte. Gratidão nunca foi e Saudade só conseguiu ir após 12 anos da perda do filho, tempo que está diretamente relacionado à idade do filho que morreu.

Mudar de casa não foi a opção das mães Alegria e do casal Tristeza. Para eles, permanecer na casa é ficar próximo às lembranças do filho. É o lugar onde se sentem bem, pois cada canto tem a história da vida do filho e isso lhes traz boas memórias.

Chorar é uma das atitudes mais comuns para demonstrar a tristeza e a saudade. E esse comportamento é vivenciado por todos os pais entrevistados, mesmo por aqueles que não choraram durante a entrevista, mas citaram o choro fácil, dias ou mesmo anos após a perda. O casal Tristeza, Saudade e Respiração choraram muito durante a entrevista. Isso aconteceu durante vários momentos. Apesar disso, conseguiram manter o equilíbrio para continuar falando sobre a perda.

Os hábitos e a rotina são totalmente modificados após a perda do filho, fazendo com que os pais os mudem completamente, até mesmo para evitar o sofrimento. O casal Tristeza não consegue mais ir a supermercados com a mesma frequência que fazia quando o filho estava vivo. Na maioria das vezes que os pais iam, era para comprar objetos e alimentos para o filho, que morava fora. Dessa forma, hoje não suportam ver aqueles produtos dos quais o filho gostava nas prateleiras do supermercado; por isso, diminuíram as idas a esse tipo de estabelecimento.

Da mesma forma, essa mãe não consegue cozinhar mais certos pratos dos quais o filho gostava, como estrogonofe. Apesar da filha e do marido ainda gostarem desse prato, ela nunca mais o fez.

A mãe Sensatez nunca mais sentou para assistir desenhos ou filmes com os outros filhos, pois o filho que faleceu amava filmes e na semana de sua morte ela havia prometido que o levaria para assistir “A Era do Gelo 2”, o que não deu tempo de fazer. Por isso, se sente mal ao lembrar que o filho morreu sem ter assistido ao filme que ele

tanto queria. Também nunca mais conseguiu voltar a determinado shopping da cidade, pois ali foi o último lugar onde o filho brincou antes de ser internado e morrer.

A saudade, à medida que o tempo passa, vai ficando diferente, às vezes até mais forte. Os pais entrevistados dizem que ela nunca mais tem fim. É uma companheira para toda a vida. Isso pode ser visto nas entrevistas das mães Alegria, Gratidão, Saudade e Sensatez, que são as que têm mais tempo de perda.

À medida que o tempo passa, se tudo correr bem, a intensidade da saudade diminui e a dor e o prazer da lembrança são sentidos como uma mistura “agridoce” de emoções, uma forma de nostalgia. Nesse momento, os dois componentes parecem ser experimentados simultaneamente (PARKES, 1998, p. 84).

Outro comportamento comum entre os enlutados e que apareceu no caso de Alegria e Respiração foi o de se agarrar ao trabalho, logo após a perda, para se defender do sofrimento. Alegria trabalhou durante todo o tempo de doença da filha e manteve essa rotina após a morte dela. Sendo costureira, ela relata que a visita das pessoas em sua casa para encomendar as roupas era extremamente valiosa. Conversando com essas pessoas, o dia passava, ela se alegrava e a dor pela doença e pela morte da filha era amenizada.

Respiração também foi auxiliada pelo próprio trabalho. Uma semana após a perda do filho, a filha entrou de sociedade numa malharia e esta foi montada na laje da mãe. Esta se esforçou para ser a cortadeira da empresa, profissão que também já possuía há muitos anos. No princípio não foi fácil, mas aos poucos foi se empenhando até mostrar toda a sua eficiência. E hoje diz que esse trabalho a salvou, nunca esteve tão ocupada e, devido a isso, não tem tempo de se entregar à dor pela perda.

As mães Gratidão, Saudade e Sensatez sentiram-se bem ao se desfazer dos objetos do filho morto. Gratidão relata que os parentes retiraram todas as roupas e objetos de seu bebê que morreu, não a deixando ver mais nada que despertasse sua lembrança. Ela disse que gostou dessa atitude. Sentiu-se melhor assim. Guardou somente as primeiras fotos que tirou do filho na maternidade e ao chegar à casa.

No caso de Saudade, os amigos também se desfizeram de tudo do filho falecido, o que também foi motivo de alívio para ela. Diz que não se sentiria bem ao retornar para casa e ver tudo o que foi do filho. Ficou com apenas algumas dessas coisas e as colocou numa caixa e escreveu nela “aqui jaz os últimos pertences” (SAUDADE, 2014, p. 12).

Sensatez diz que os filhos dormiam no mesmo quarto e quando o mais novo faleceu, trocou toda a mobília do quarto para que o mais novo não sentisse tanto a perda do irmão. Guardou poucas coisas. Desfez-se da maioria das coisas e sentiu-se melhor assim.

Desde a morte, ela gosta de ver as fotos do filho. Coloca muitas destas fotos nas redes sociais e nos porta retratos da casa. Quando vem a saudade, ela abre um álbum e fica olhando.

A sensação de como o tempo está passando é bem diferente para os enlutados. Para a mãe do Casal Tristeza e para Respiração, que estão em luto recente, o tempo parece não ter passado e a morte do filho parece ter sido muito recente. As lembranças antes da perda são mais vivas do que aquelas de depois da morte do filho.

Há, nessa fase, também, a tentativa de encontrar explicações para a tragédia de ter perdido um filho, de encontrar um sentido para essa perda terrível. Por isso, podemos observar como as explicações das mortes, por parte dos pais, estão tão repletas de detalhes e há a necessidade de se conhecer todos os acontecimentos que estão ligados à perda.

Os pais contam os episódios de perda, seja natural ou por algum acidente, com uma quantidade grande de riquezas, parecendo, com isso, buscar entender o porquê de tudo aquilo. Explicações espirituais, de dever cumprido por parte do filho são as mais recorrentes nas entrevistas.

As tentativas de buscar sentido para o que aconteceu podem ser vistas como uma forma de restaurar o perdido, se for possível encaixar a ausência em um outro padrão. Estas tentativas podem ou não dar resultados. Se não derem, a preocupação aumentará e pode tornar-se uma obsessão (PARKES, 1998, p. 101).

Os momentos logo após a perda são realmente os mais difíceis. Para os pais, o mundo se tornou um lugar sem alegria, sem graça para se viver. Voltar à antiga rotina é praticamente impossível e a saudade rasga o coração. Para Parkes, o início do luto é crítico e doloroso ao extremo.

Para a maioria das pessoas no início de um luto, o mundo é um caos. Como elas lutam para encontrar o que não pode ser encontrado, ignoram o que pode ser encontrado. Sentem como se a parte mais importante, mais central delas tivesse ido embora, ficando apenas o que é sem significado e irrelevante, o que faz com que o próprio mundo fique insignificante e irrelevante. No fundo do coração,

acreditam que a pessoa morta não voltará e, no entanto, estão envolvidas na tarefa de recuperar o que está morto. Não é de surpreender que sintam que o mundo tenha perdido seu propósito, e não faça mais sentido (PARKES, 1998, p. 102).

Muitos pais sentem raiva nessa fase. Raiva esta que pode ser em relação ao morto e também contra si mesmo, que não foi capaz de evitar a morte do ente querido. Esse é um sentimento muito comum para os enlutados. Ela pode ser explicitada através da culpa sentida que pode ser dirigida ao ente morto ou até mesmo às outras pessoas.

O casal Tristeza demonstra também certa raiva pelo fato de o filho ter morrido em um acidente de carro, aparentemente bobo, onde não puderam fazer nada. Raiva também por estarem vivos e precisarem passar pelos dias esperando as noites chegarem.

A mãe Respiração tem seus momentos de raiva quando pensa que sempre teve uma fé tão grande, levando seus problemas e orando no lugar onde seu filho cometeu o suicídio. Diz que foi lá tantas vezes, voltou fortalecida e, no entanto, aquele exato lugar foi o escolhido por seu filho para tirar a própria vida.

A amargura pode ser compreendida como uma variável da raiva, sentida nas primeiras fases do luto. Ela é sentida como uma irritação generalizada e essa sensação é bastante desagradável, já que faz o enlutado sentir o mundo como um lugar muito ruim de se viver.

Por causa dessa sensibilidade, qualquer estímulo pode se tornar insuportável, fazendo com que o enlutado se sinta extremamente alterado e irritado. Isso faz com que o enlutado sinta um mal-estar generalizado, sem, contudo, demonstrar sintomas físicos que corroborem este quadro. O casal Tristeza é um exemplo dessa vivência.

A culpa também pode ser vista como uma variação da raiva, já que muitos pais podem se cobrar pelo fato de não terem conseguido salvar o filho da tragédia. Ou podem achar que fizeram menos do que era preciso. Este fato se torna torturante e angustiante, trazendo sensações negativas para os pais, fazendo-os se sentirem impotentes e maldosos por não terem conseguido fazer nada para que o filho fosse salvo.

A mudança de identidade é vista no luto recente. Aquele mundo conhecido, onde tudo era previsível, com a presença do morto, nunca mais será o mesmo. No princípio do processo, é difícil visualizar um mundo onde não haja a presença do filho. É necessário, que o processo de luto fomente a necessária mudança de identidade, pois ela será inevitável.

O casal Tristeza deixa isso bem claro quando afirma: “Éramos um casal alegre, agora somos um casal triste” (TRISTEZA, 2014, p. 24). Nota-se, aí, que ele já vê essa mudança na própria identidade como casal. Não consegue continuar da mesma forma como era e já se auto intitula como “triste”.

No caso do casal Tristeza, por ter perdido o filho em um acidente de carro, existem alguns sintomas e sinais muito específicos para esse tipo de situação, como os que vêm descritos abaixo:

Shanfield e seus colegas (1984^a, 1984b e 1985) descobriram que mortes de filhos adultos, em acidentes de trânsito, foram associadas com luto mais intenso dos pais, mais sintomas de problemas de saúde, mais depressão e mais culpa [...] Entre os pais que perderam um filho em acidente de trânsito, as mães reagem pior do que os pais. A morte dos filhos jovens, solteiros, que ainda moravam com os pais, ou de jovens que morreram em acidentes automobilísticos quando estavam sozinhos no carro [...] foram considerados preditores de problemas na elaboração do luto (PARKES, 1998, p. 159).

3.6.10.2- Terceira fase

A próxima fase do luto seria a fase de desorganização e desespero. Bowlby (1993) argumenta que o processo de luto só é verdadeiramente favorável quando o enlutado se deixa ser tomado pela oscilação de emoções, pelo profundo abatimento e tristeza, para poder reconhecer que a perda, apesar de sofrida, é definitiva. E a partir de então readaptar sua vida.

O desespero vem exatamente da consciência de que a perda realmente aconteceu e de que não é possível revertê-la. Não há meios de trazer a velha rotina de volta. Há que se refazê-la, sem a presença querida do morto. Todos os atos de raiva, de protesto, de busca foram fatos importantes e que levaram o enlutado a reconhecer sua grande perda. Eles foram importantes para modificar a forma de olhar para a própria vida.

Este novo olhar fará com que o enlutado busque formas de enfrentamento adequados para a aceitação da perda e a consequente formulação da nova rotina. Isso não quer dizer que não sinta mais saudade ou tristeza. Elas podem continuar existindo, porém, a pessoa se coloca e se vê como alguém que realmente perdeu para sempre o filho amado. Vê-se como enlutado.

Essa redefinição do eu e da situação é tão dolorosa quanto crucial, ainda que pelo simples fato de que isso significa abrir mão, finalmente, de qualquer esperança de recuperar a pessoa perdida e restabelecer a situação anterior [...] É importante notar, aqui, que por mais diluída que esteja pela emoção mais forte, a redefinição do eu e da situação não é apenas uma liberação de afeto, mas sim um ato cognitivo sobre o qual gira tudo o mais. É um processo de “realização” (Parkes, 1972), de remodelação de modelos representacionais interiores, de modo a alinhá-los com as mudanças ocorridas na situação de vida do enlutado [...] Uma vez vencida essa etapa, a pessoa enlutada reconhece que é necessária uma tentativa para adotar papéis aos quais não está habituada e adquirir habilidades novas (BOWLBY, 1993, p. 97).

A fase de desorganização e desespero também é vivenciada pelo casal Tristeza, pois ainda não consegue exercer suas atividades cotidianas, tendo muita dificuldade de estabelecer novamente uma rotina. Sente-se incapaz de ir ao supermercado, pois as compras os fazem lembrar as coisas que o filho gostava e que ele comprava com todo prazer. A mãe não consegue cozinhar ao se recordar dos pratos prediletos do filho.

O desespero vem em muitos momentos durante o dia e quando choram, ligam para os amigos em busca de conforto e recorrem, também, à religião. Choram muito juntos e se questionam sobre o que aconteceu com o filho, como ele está, para onde ele foi.

A reconstrução dos papéis demanda muita energia e tempo, tensões e pressões recebidas, às vezes, até de quem estava apoiando o enlutado. A solidão é característica dessa fase por causar tensões e incômodos com os velhos companheiros, já que a modificação é apenas para o enlutado. A solidão é, na maioria das vezes, mais sentida à noite.

Essa situação é descrita pelo casal Tristeza, que passa o dia sozinho em casa, com o único objetivo de esperar a noite chegar para dormir. A sensação que eles têm é que possuem menos um dia para viver.

A retomada da vida social é muito difícil de ser feita. Reencontrar com velhos amigos é relembrar momentos vividos nos quais o filho estava presente. É reviver tantas situações corriqueiras, mas que no momento em que estavam sendo vivenciadas não tinham tanta importância. Porém, depois da morte do filho estas situações simples ganharam uma importância descomunal.

Esta fase também está sendo vivida pela mãe Respiração, fato ao qual ela se refere ao longo da entrevista. Apesar de ter sido quase obrigada a voltar a trabalhar já uma semana depois da morte do filho, sente ainda um pouco de dificuldade ao exercer

as atividades. O desespero, misturado com a saudade, também aparece todos os dias ao acordar, quando relembra sua perda.

À medida que o primeiro ano de luto vai transcorrendo, a maioria dos enlutados verifica ser possível estabelecer uma distinção entre padrões de pensamento, sentimento e comportamento que evidentemente já não são adequados e outros que podem, com boas razões, ser conservados. Na primeira classe estão aqueles que, como o desempenho de certas tarefas domésticas, só têm sentido se a pessoa perdida estiver fisicamente presente; no segundo, a manutenção de valores e a perseguição de objetivos que, tendo sido desenvolvidos juntamente com a pessoa perdida, continuam a ela ligados e podem, sem falsificação, continuar a ser mantidos e perseguidos em referência à memória dela (BOWLBY, 1993, p. 99).

Relembrar o filho morto, sentir saudade, e, às vezes, sentir sua presença é reconfortante para a maioria dos pais e mães enlutados. Esse comportamento é considerado normal, no que diz respeito a ter esse conforto. Esses pais e mães ainda gastam uma boa parte de seu tempo lembrando-se dos seus filhos, conversando sobre eles, buscando, assim, certo consolo.

Bowlby defende que é justamente essa sensação de proximidade com o morto que dá novo sentido à vida do enlutado, levando-o a um rearranjo de vida. Muitos pais enlutados dizem que o filho está “dentro deles”, como se não tivesse morrido realmente, mas tivesse somente mudado o lugar onde vive.

De acordo com esses sentimentos, as pessoas enlutadas podem começar a fazer as coisas da mesma maneira que eram feitas pela pessoa perdida; e algumas podem empreender atividades típicas da pessoa morta, apesar de nunca as terem praticado antes. Quando as atividades são adequadas à capacidade e aos interesses da pessoa enlutada, não resulta disso nenhum conflito, e ela pode obter grande satisfação com isso. Talvez esse comportamento seja melhor considerado como um exemplo, em circunstâncias especiais, da conhecida tendência de imitar aqueles que temos em alta conta (BOWLBY, 1993, p. 102).

Bowlby também considerou a probabilidade de, no fim do primeiro ano da morte, não haver uma recuperação bem-sucedida. Muitos enlutados, mesmo depois de três ou quatro anos da perda, ainda não conseguem se sentir bem, manifestando um desequilíbrio emocional e também da saúde física. Para alguns, ele frisa, o luto nunca termina. Ele vai surgindo, de tempos em tempos, com menos frequência. Nesta pesquisa, sustenta-se esse ponto de vista, levando em conta as entrevistas e mostrando que pais enlutados parecem viver um luto infinito.

3.6.10.3- Quarta fase: Fase da reorganização.

Pode-se perceber que as entrevistadas Alegria, Gratidão, Saudade e Sensatez estão nesta fase, pois conseguem levar sua vida de uma forma tranquila, pelo menos aparentemente para a sociedade. Pelo fato do luto destes pais parecer ser tão específico, durante as entrevistas sempre aparece a saudade muito grande do filho, independentemente do tempo transcorrido desde a morte.

Essas mães, hoje, conseguem ter uma vida dita normal, aos olhos dos outros, mas todas, sem exceção, reforçam que não passam um dia sem pensar no filho. A saudade é grande demais. O choro vem, a necessidade de ver fotos, tocar nos objetos que pertenceram ao filho é sempre evidente.

A mãe Alegria se mostra feliz e muito bem resolvida em relação à perda da filha. Sente-se extremamente grata pelos 15 anos que desfrutou da presença da filha na sua vida. Sempre foram muito unidas e amigas. Como mãe, ela foi presente o tempo que durou a enfermidade da filha, estando sempre do seu lado em todas as situações.

Conseguiu seguir sua vida, focando no trabalho profissional, no trabalho voluntário que exerceu, no filho mais velho, nas amizades e familiares. Apesar de se colocar como muito alegre e apesar da perda, enfatiza que não deixa de pensar um dia sequer na filha.

Sua caminhada até aqui foi de dor, mas também de superação, de busca de alegria, de se manter equilibrada. Porém, o que chama a atenção foi que ela teve uma grande recaída, quando se completaram 16 anos da morte da filha. Ela sentiu que aquele foi o momento mais difícil depois da perda e o interpretou da seguinte maneira: a filha morreu aos 15 anos. Quando completaram 16 anos de falecimento, a mãe percebeu que já tinha se passado mais tempo da morte do que da vida da filha. Isso a abalou profundamente, deprimindo-a e lhe causando extremo mal-estar. Foi quando ela buscou ajuda no grupo de enlutados.

A partir dessa experiência ela se reergueu, mais uma vez, e continua a vida da mesma maneira que sempre acreditou, buscando ser alegre e grata pela benção que foi ter convivido com a sua filha. Procura sempre estar rodeada de pessoas que lhe querem bem e é muito ligada à família. Continua trabalhando bastante, sempre tentando se aperfeiçoar. Está retornando a fazer viagens. A última foi à Terra Santa, em excursão com os amigos da igreja.

A mãe Gratidão diz que se sente bem em relação à perda de seu filho recém-nascido, mas que se lembra dele todos os dias e que no mês de seu nascimento e morte ela tem reações desagradáveis, fica triste e deprimida. Nos 32 anos desde a sua morte, é sempre uma expectativa para ela como serão essas reações. Há anos em que ela se sente melhor, em outros tem uma recaída grave.

Os dois filhos mais novos, os netos, o trabalho profissional, a vida acadêmica, a música e a dança foi o que deu alento na superação dessa dor. Mostra-se muito satisfeita por ter se formado em Psicologia e por poder ajudar as outras pessoas por meio de sua profissão. Estar cursando um doutorado também a enche de orgulho e faz com que ela se sinta bem.

Ela também é cantora e compositora e chegou a gravar um CD. Reconhece que algumas músicas foram inspiradas pela dor de ter perdido seu bebê. Então, alega que a música, assim como a carreira acadêmica, foi um dos recursos utilizados para abrandar a dor da perda. Através dessas atividades, sente-se produzindo, aprendendo, evoluindo e se tornando uma pessoa melhor.

A mãe Saudade, apesar de se mostrar extremamente bem-resolvida quanto à morte do filho, depois de 14 anos, ainda necessita tomar uma grande quantidade de medicamentos por dia, que são antidepressivos, ansiolíticos e ainda faz acompanhamento com um psiquiatra e uma psicóloga.

Ela justifica esse fato reconhecendo-se como necessitada de ajuda, por sentir-se muito frágil. Tem os apoios que acha fundamental como a religião e o apoio dos parentes e amigos, mas mesmo assim necessita de ajuda profissional e medicamentosa.

E dali prá cá (mostra um saco lotado de remédios) são remédios, remédios, antidepressivos, antidepressivos que eu tomo, por quê? Porque eu tenho um organismo, que e não sou forte, e que eu dependo, eu preciso de ajuda. Então eu tenho essa ajuda, que um dia, eu vou deixar de tomar na hora certa. Eu vou tomando. O médico diz que eu preciso de ajuda, então me ajuda. O importante é eu querer ser ajudada. Eu quero. Então, eu tenho toda uma assistência. Tenho assistência de psicóloga, psiquiatra, professor de educação física que eu faço hidroginástica, caminhada, pedalada, academia, e hoje eu sou feliz, apesar das adversidades (SAUDADE, 2014, p. 12, 13).

Uma reação citada por Parkes é a estigmatização. É comum nomear o filho que perde a mãe como um órfão, a esposa que perde o marido como viúva; mas e o pai ou a mãe que perde o filho, qual a designação recebe? Como a sociedade e as pessoas em

geral se comportam em relação a esses pais? O estigma está ligado à mudança das atitudes e comportamentos das pessoas com o enlutado.

É muito comum, nessa situação específica, que as pessoas não saibam o que falar ou fazer frente a um pai ou uma mãe enlutada. Esse fato faz com que, após um tempo depois da perda, essas pessoas se afastem. Então, é comum que esses pais se aproximem de outros pais que também perderam um filho, pois eles compreendem essa dor.

No discurso do casal Tristeza, essa busca por outros pais que perderam um filho é recorrente. Eles dizem que só aqueles que já passaram por essa dor podem confortá-los e que outros amigos que não viveram essa perda não sabem como confortar, usando, às vezes, um consolo vazio e desnecessário e cobrando atitudes que eles não conseguem ter. Um exemplo é o convite para ir passear no shopping. Esses pais acham um verdadeiro absurdo receber um convite desses, já que eles não sentem essa necessidade de passeios.

A hostilidade com relação aos que tentam reconfortar deve ser compreendida [...] Enquanto o reconfortador que não toma posição no conflito entre um anseio de reunião e uma aceitação da perda pode ser de grande valor para o enlutado, aquele que numa fase inicial parece favorecer a aceitação da perda é sentido como se tivesse sido o agente dessa perda. Com frequência, o que o paciente deseja, não é conforto em relação à perda, mas assistência para conseguir a reunião. Na verdade, a raiva e a ingratidão com relação aos consoladores têm sido notórias desde os tempos de Jó. Esmagado pelo golpe recebido, um dos primeiros impulsos do enlutado é recorrer à ajuda de outros – ajuda para recuperar a pessoa perdida. Porém, o consolador em potencial que atende a esse apelo pode ver a situação de maneira diferente. Para ele, pode estar claro que a esperança de reunião é uma quimera e que estimulá-la seria pouco realista, talvez mesmo desonesto. E assim, ao invés de se comportar como o enlutado deseja, parece fazer o oposto, provocando com isso ressentimento por parte do enlutado. Não é de surpreender que sua tarefa seja ingrata (BOWLBY, 1993, p. 94-96).

O apoio mútuo, entre o casal, facilita, e muito, o processo do luto. Para a família em geral é importante a proximidade e a facilidade de comunicação, permitindo o consolo. Bowlby enfatizou que o apoio partilhado entre o casal e os filhos vivos é de fundamental importância para toda a família se reorganizar após a perda.

Todos os estudos mostram que a boa ou a má evolução do luto depende, em grande parte, das relações dos pais. Quando eles podem partilhar o sofrimento, mantendo-se unidos a cada fase, transmitem

conforto e apoio um ao outro, e o resultado de seu luto é favorável. Quando, ao contrário, os pais estão em conflito e não há apoio mútuo, a família pode desmoronar e/ou cada um de seus membros tornar-se um paciente psiquiátrico (BOWLBY, 1993, p. 125).

Esse quadro é bastante característico do casal Tristeza, pois ele se apoia mutuamente e um não despreza a dor do outro. Entre o pai e a mãe há o respeito, a escuta dos sentimentos, a busca por pessoas amigas para confortá-los.

Importante frisar que a divisão em fases é uma estratégia didática utilizada por diversos autores. Estes também afirmam que o enlutado não vai passar, necessariamente, pelas mesmas fases, em tempos iguais. No que diz respeito ao luto, há a probabilidade de recaídas, nas quais o enlutado estava bem, por exemplo, e por algum motivo, volta a ter sintomas de fases anteriores. O processo é dinâmico e não necessariamente segue uma ordem determinada.

3.6.11- Luto antecipatório

John Bowlby dedicou uma parte do seu livro “Apego e Perda, volume 3: Perda: Tristeza e Depressão” para analisar, especificamente, as reações de pais e mães à perda de um filho. Para isso, ele focou os estudos em pais de crianças com doenças fatais, principalmente leucemia.

Nesse contexto, Bowlby fala que o luto antecipado é muito comum, já que o prognóstico do filho não dá margem a esperanças de cura e a morte ocorrerá mais cedo ou mais tarde. A partir do momento em que recebem o diagnóstico, esses pais passam pelas fases descritas na primeira parte desta pesquisa: fase de torpor, de busca e tentativa de modificar o resultado, de desorganização e reorganização.

O luto antecipado descrito por Bowlby ocorre a partir do momento em que os pais aceitam que o diagnóstico médico está correto e não há mais o que possa ser feito. “Depois de uma enfermidade de muitos meses, e de as esperanças terem sido repetidamente desfeitas, é possível que o pai faça algum progresso em relação ao reconhecimento da exatidão dos prognósticos médicos. Segue-se então luto antecipado.” (BOWLBY, 1993, p. 123).

Entende-se que Bowlby vê como positiva a ocorrência do luto antecipado. Ele seria como uma preparação para a perda definitiva, por morte, encorajando esses pais a passarem para as próximas etapas do luto. Em contraste, o autor cita que aqueles pais

que não aceitam o prognóstico desfavorável, não vivenciam o luto antecipado e, conseqüentemente, não têm como avançar nas etapas de um luto saudável.

Este luto específico pode ser relacionado às experiências das mães Alegria, Saudade e Sensatez, por terem recebido um diagnóstico desfavorável dos filhos. De certa forma, estas mães não foram pegadas de surpresa quando da morte de seus filhos. Resta saber se essa antecipação ou de uma preparação para a morte foi salutar para o processo de luto.

“Quando eu sei que alguém perdeu um filho, um pai, se for de acidente eu fico louca, porque aquela mãe não teve a oportunidade que eu tive de se preparar. Convivi com ela o tempo todo” (ALEGRIA, 2014, p. 11). A convivência e o cuidado durante a fase de doença da filha foram fundamentais para que Alegria se sentisse um pouco mais confortada. Para ela, se a morte fosse de repente, seria mais difícil de suportar.

3.6.12- Luto não autorizado

Há certo tipo de luto, conhecido como “luto não autorizado” que parece ter sido vivenciado pela mãe Gratidão. Este tipo específico acontece quando o luto não pode ser vivenciado de uma forma satisfatória, por causa da proibição da própria sociedade. Este foi um termo criado por Ken Doka e desenvolvido por Attig (WORDEN, 2013, p. XII da Introdução).

Como o filho de Gratidão morreu dois dias após o nascimento, algumas pessoas ao seu redor podem ter imaginado que não era necessário sofrer tanto, pois o tempo que passou com seu bebê foi muito curto para se criarem vínculos ou para mantê-los estáveis. Apesar desse tipo de cobrança ter existido, por parte de alguns familiares e amigos, sob a alegação de que se o bebê tivesse sobrevivido teria sequelas e que, por este motivo, Gratidão não deveria sofrer, esta mãe afirma que se permitiu passar pelo luto, sofrer, chorar, desesperar-se.

Tive que tomar injeção para secar o leite. Porque a gente fica com aquela energia toda pra doar e não tem mais o objeto amado. Aí eles providenciaram logo a doação das coisas dele. Pra não ficar com aquilo na casa, né? Desfez o quarto, o carrinho, as roupinhas, tudo. Eu nem vi. Quando eu levantei dessa cama e comecei de novo a vida normal eu já não vi mais nada dele. Foi bom. Me ajudou (GRATIDÃO, 2014, p. 3).

O fato de tirar todos os móveis e todas as roupas do bebê parece querer mostrar para aquela mãe que tudo continuaria bem, como antes e que nada tinha mudado. O cenário é o mesmo de antes. Então, a vivência do luto em um ambiente assim pode ser dificultada. Porém, mesmo com esta situação, hoje Gratidão se mostra bem em relação a esse fato.

3.6.13- Luto, uma ferida que vai cicatrizando...

Nas entrevistas, a maioria dos pais relacionou a perda do filho a uma ferida, que logo após a perda estaria em carne viva, sangrando muito, provocando uma dor excruciante, na qual não se pode tocar, pois doeria demais. Aos poucos, aquela ferida vai fechando, criando cicatrização, chegando ao ponto de formar uma cicatriz. Todas as vezes que se olha para aquela cicatriz é reativada a memória da ferida que ali existiu, mas que não está doendo mais, apesar de incrustada para sempre na pele.

Visto globalmente, o luto assemelha-se a uma ferida física mais do que qualquer outra doença. A perda pode ser referida como “um choque”. Assim como no caso do machucado físico, o “ferimento” aos poucos se cura. Ocasionalmente, porém, podem ocorrer complicações, a cura é mais lenta ou um outro ferimento se abre naquele que estava quase curado [...] Muitas vezes, parece que o resultado será fatal (PARKES, 1998, p. 22).

Para a mãe Alegria, o processo de luto é semelhante à tempestade, à chuva, onde se muda a gradação do fenômeno. Ela usou esta metáfora para explicar como, em comparação com o tempo, o luto vai se modificando:

E o coração da gente vai sossegando. Como diz assim, aquela chuva, tempestade, vai parando, parando, parando, aí você só vê chuvisco. Eu não sei se estou certa, mas analiso assim na minha vida. Uma tempestade, um tsunami né, leva tudo, transforma tudo. Hoje está bem tranquilo mesmo. Juro que está (ALEGRIA, 2014, p. 17).

A imagem escolhida pelo casal Tristeza é a de uma cicatriz. Tanto o pai quanto a mãe relacionaram o luto a uma ferida enorme que vai cicatrizando. Ela se inicia como uma grande ferida, em carne viva. “Mas ela vai cicatrizando, vai sarando, você nunca vai deixar de ver aquela mancha ali, porque houve uma ferida ali, mas vai haver somente saudades, lembranças” (TRISTEZA, 2014, p. 1). É justamente neste ponto de

entendimento e sentimento que o casal quer conseguir chegar, pois, no momento da entrevista, tanto o pai quanto a mãe ainda estavam numa fase muito sofrida do luto, como já foi mencionado anteriormente.

A mãe Saudade também relaciona o luto com uma ferida, mas nomeia este processo de “caminho do calvário”, em referência ao local onde Jesus foi crucificado e toda a via dolorosa pela qual Ele passou.

Segui meu caminho, que chamo de calvário. Você está na via dolorosa. Você vai chegar à cruz, você vai ter um momento em que você vai ser feliz, porque a ferida, parece uma ferida mesmo. O coração da gente dói, como se fosse uma ferida e quanto mais você mexe mais sangra. Só que essa ferida, ela vai cicatrizar. E você vai olhar pra ela, vai tocar e não vai doer mais. Ela vai virar uma cicatriz. Cicatriz não dói. É visível, mas não dói. Eu digo que é a conciliação da saudade (SAUDADE, 2014, p. 6).

A mãe Sensatez diz que chora, praticamente todo dia. O que sente hoje é uma saudade muito grande. Não sente mais o mesmo desespero que sentiu logo após a perda do filho.

3.6.14- Sobre o luto dos pais que perderam o filho:

A dor sentida pelos pais entrevistados realmente é sem tamanho e indescritível. As emoções que afloraram no momento da entrevista são de uma dimensão gigantesca e é impossível imaginar o que se passa naqueles corações tão sofridos.

Por outro lado, todos demonstraram uma satisfação muito grande em poder falar do filho amado, sem julgamentos, sem questionamentos, sem medo. Livres, o desenrolar das palavras foi ganhando forma e um singular toque de satisfação e alegria, misturado à dor foi se formando.

Diante das falas destes pais e do entendimento de como se deu ou como se dão seus lutos, algumas observações são pertinentes neste momento do trabalho. Entender como algumas características do processo são semelhantes e outras são totalmente distintas faz com que se reforce a afirmação de que o luto é um processo subjetivo e individualizado, sendo que cada enlutado se comportará de determinada forma.

Em relação aos vínculos com os filhos falecidos serem mantidos após a morte, como manter os seus objetos da convivência ou de não se mudar da casa onde o filho vivia, há abordagens que tentam entender como se dá este assunto.

Ao contrário de Freud, que defendia a necessidade de haver a desvinculação emocional do morto, para, só então investir a libido em outras relações, como citado na parte teórica desta pesquisa, alguns pais não concebem a ideia de estarem desconectados de seus filhos. É o caso do casal Tristeza e da mãe Respiração.

A mãe, principalmente, não consegue se desvincular de nada que lembre o filho, isso inclui as roupas, objetos, fotos, a própria casa. Faz questão de todos os dias cheirar as roupas, passar as mãos nelas, conversar com as fotos, fazer carinho. Isso alivia seu sofrimento e a faz se sentir próxima do filho.

Autores da área não chegaram, ainda, a um consenso sobre a validade e sobre as vantagens em se manter laços continuados com o morto. Para alguns, os laços continuados são adaptativos, promovendo efeitos positivos no processo de luto. São vantajosos na medida em que mantém uma razoável qualidade de vida para o enlutado.

Porém, alguns enfatizam a problematização em se manter laços continuados com os mortos, alegando a sua inutilidade para o transcorrer da vida depois da perda. Para estes, o saudável mesmo seria o enlutado abrir mão desses vínculos para continuarem a viver.

“Grande parte dessa controvérsia baseia-se na falta de boas evidências de pesquisa acerca da eficácia dos laços continuados. Na medida em que se fizerem mais pesquisas, algumas dessas perguntas serão respondidas” (WORDEN, 2013, p. XIII da Introdução). Vê-se aí a necessidade de mais pesquisas, no tocante às consequências positivas e negativas em se manter laços continuados com o filho morto.

O importante que se observou no fato de se manter laços continuados com o filho que morreu é que esse comportamento é bastante pessoal e subjetivo, focando o aspecto da individualidade ao se passar pelo luto. Dessa forma, não há como ditar regras de formas melhores ou piores para a superação da dor da perda por morte. Cada pessoa encontra sua forma própria de vivenciar esta fase. E uma destas formas é tentar manter, ou não, laços continuados com o filho morto.

Pode-se pensar, também, nesses laços continuados em relação à forma com que cada pai consegue guardar este filho na memória e nas lembranças. Há autores que defendem que o fato de se lembrarem, frequentemente, do filho é um dado que nunca irá deixar de existir para uma mãe ou um pai que perde um filho. Para eles, lembrar do filho é um ato cotidiano, diário e não há como viver sem executá-lo.

Até mesmo nas coisas mais simples, como comer determinada comida, os remete aos gostos e preferências do filho morto. Frear as lembranças e recordações seria

algo totalmente impossível, dado todo o amor envolvido, e também altamente patológico para esses pais, defendem alguns destes autores.

No que toca ao tipo de morte sofrida pelo filho, percebe-se que há mortes por doenças, por acidente de trânsito e por suicídio. As mortes causadas por doenças são as dos filhos das mães Alegria, Gratidão, Saudade e Sensatez. Há aquelas onde a doença durou muitos anos, como no caso da filha de Alegria, e aquelas onde a doença surgiu e após alguns poucos dias o filho faleceu. Estas são os exemplos de Gratidão, Saudade e Sensatez. Estas mães viveram o luto antecipatório, que foi explicado anteriormente e mesmo que sofreram ou ainda sofrem, tiveram tempo para se despedir do filho, de acreditarem na sua cura e de se imaginarem sem a presença do filho.

Para o casal Tristeza, que perdeu o filho em um acidente de carro, esta oportunidade de antecipação do luto não ocorreu. Para estes pais, a perda se deu de forma repentina, o que pode ocasionar consequências mais graves. Talvez este fato explique a grande dor e a falta de aceitação que ainda sentiam na ocasião da entrevista.

[...] as mortes inesperadas e precoces deram origem a um tipo característico de resposta ao luto. A reação inicial de entorpecimento e descrença permaneceu por um grande período de tempo e foi associada ao afastamento e a uma contínua sensação da presença do morto. Isto não evitou que o enlutado se sentisse solitário, ansioso e deprimido, reação que se manteve presente em metade do grupo, por um período de dois a quatro anos mais tarde. Os que sofreram perdas inesperadas ou precoces estão sempre envolvidos com lembranças da pessoa que morreu [...] Lembranças dolorosas e persistentes parecem impedir que surjam lembranças felizes, e desta forma, interferem com o trabalho do luto. É razoável assumir que está é uma das razões para a longa duração dessas reações traumáticas de luto (PARKES, 1998, p. 160).

A mãe Tristeza não consegue acreditar que o filho se foi. Para ela, os objetos e as roupas do filho têm um valor inigualável, já que ela ainda consegue sentir o cheiro do filho neles. A presença dele é real nestes objetos. E, com isso, ela criou uma rotina de cuidar, cheirar e beijar as roupas, parecendo querer demonstrar para o filho morto o quanto ela ainda o ama.

O luto, neste caso, é difícil, doloroso e o casal não consegue vislumbrar um futuro promissor. Tudo está imerso à dor, ao sofrimento. Nada lhes dá ânimo. Porém, levando em consideração a análise de Parkes acima, tudo está transcorrendo dentro da normalidade. Estes pais ainda terão um longo caminho de sofrimento pela frente, já que

o filho estava no auge de sua vida profissional, com casamento marcado e tantos outros planos quando morreu tão tragicamente.

A morte por suicídio também tem como consequência um luto muito específico. Não houve, também, tempo para se programar, não foi natural, visto que a decisão partiu simplesmente da pessoa que o cometeu. Para a mãe Respiração resta a dor, a tentativa, em vão, de entender o que se passou na cabeça do filho no exato momento em que tirou a própria vida, uma possível sensação de culpa por não ter conseguido evitar o autoextermínio do filho.

[...] a busca incessante, a esperança intermitente, o desapontamento repetido, o pranto, a raiva, a acusação e a ingratidão são características da segunda fase do luto, e devem ser encaradas como expressões da forte premência de encontrar e recuperar a pessoa perdida. Contudo, subjacente a essas emoções fortes, que surgem episodicamente e parecem tão desorientadoras, há a probabilidade de coexistir uma tristeza profunda e generalizada, uma reação ao reconhecimento de que a reunião é, na melhor das hipóteses, improvável. Além disso, como a busca infrutífera é penosa, também pode haver momentos em que a pessoa enlutada tente livrar-se daquilo que lembra o morto. Pode, então, oscilar entre atribuir grande valor a essas lembranças, e desfazer-se delas, entre receber bem a oportunidade de falar do morto e rezear essas ocasiões, entre procurar os lugares onde estiveram juntos, e perdê-los [...] Encontrar uma maneira de conciliar esses dois desejos incompatíveis constitui, em nosso entender, a tarefa central da terceira e quarta fases do luto. O êxito na realização dessa tarefa poder ser medido, pela maneira como o enlutado reage às condolências que lhe são manifestadas verbalmente: a aceitação agradecida é um dos indícios mais seguros de que o enlutado está atravessando seu luto satisfatoriamente (BOWLBY, 1993, p. 95).

Nesse sentido, levando-se em conta as teorias do luto abordadas neste trabalho, fica a questão: o luto dos pais tem fim? É possível dizer que findou o processo de luto de um pai e de uma mãe, visto a especificidade e complexidade dessa dor? Que se chega a levar uma vida normal, segundo os parâmetros culturais e sociais, onde se é possível continuar cuidando dos outros filhos, trabalhar, estudar, planejar o futuro, não resta dúvida. Porém, tendo como base esta pesquisa qualitativa, é possível ser feliz novamente após passar por essa dor?

Pode-se falar, talvez, de uma adaptação frente à perda, mas não em um fim do luto. Os pais parecem se adaptar à vida sem seu filho, Como falado na entrevista com Respiração, “a vida empurra a gente”. Então, não haveria outra forma de se viver: ou se morre ou se deixa ser empurrado pela vida. Porém, parece ter um efeito bastante negativo, como no caso da mãe Saudade, que se mostra forte e confortada, mas não

consegue viver sem suas sustentações, que são os medicamentos, a assistência do psiquiatra e do psicólogo.

É importante frisar que, simplesmente dividir o luto em partes e esperar que o enlutado passe por todas, na sequência exata e esperada, é não compreender a dinâmica intrincada do processo. Não há como prever a forma pela qual o enlutado irá lidar com a perda.

Nesse caso, apresentou-se a divisão em fases para ilustrar didaticamente como os entrevistados estão se sentindo em relação à perda de seus filhos. Os próprios autores das abordagens que utilizam as fases do luto são cientes desta problemática. Parkes preocupa-se com a forma pela qual se utiliza essa divisão, frisando que, infelizmente, o luto tem sido “amplamente mal-interpretado e tratado como se fosse uma sequência fixa pela qual toda pessoa enlutada precisa passar para se recuperar da perda” (PARKES, 1998, p. 15).

Cada fase do luto tem sua característica específica principal, assim como as pessoas possuem sua individualidade. Aliando estas duas questões, é óbvio que cada pai ou mãe enlutada passará de maneira diferente por cada etapa vivenciada após a perda do filho. A transição para uma próxima etapa não dá garantia contra recaídas ou regressões às fases anteriormente vividas. Essa questão pode ser percebida nas entrevistas. Às vezes, o simples fato de visualizar alguém na rua pode remeter o pai ou a mãe às dores ligadas às lembranças de seu filho, fazendo com que haja uma recaída considerável.

O importante é que no processo do luto ocorre um padrão, segundo o qual as características de cada fase podem ser observadas, o que fez com que os autores citados se conduzissem por elas ao nomear cada uma dessas fases. Esse padrão é o que constitui um auxílio para que autores e profissionais que lidam com enlutados se utilizem de tais teorias.

Conclusão

Pelo que foi visto no desenvolvimento deste capítulo, o luto é um processo dinâmico, complexo e dependente da personalidade do enlutado e das interações que ele fez durante o desenvolvimento de sua vida.

Qualquer ser humano já viveu, está vivendo ou irá viver este processo. Não há como fugir da especificidade do tema da morte, mesmo sendo ainda um tabu na

sociedade. Por este motivo, é importante que pessoas que têm a possibilidade de amparar e de cuidar se aprofundem no estudo do luto, a fim de poderem entender um pouco desta vivência.

A partir do entendimento da dinamicidade do processo é possível compreender as oscilações vividas pelos enlutados, sentindo-se bem em um determinado dia e logo após caindo numa mais profunda tristeza. No luto não existe um caminho único e correto a seguir, pelo contrário, ele é altamente específico e mantém as suas singularidades de indivíduo para indivíduo, de perda para perda.

Em relação ao luto dos pais, este é ainda mais abrangente e específico. Devem ser levadas em consideração as várias formas da perda, as circunstâncias da morte e idade do filho morto. Importante ressaltar que, independente dessas variáveis, haverá muita dor, sofrimento, dias difíceis, falta de esperança no futuro para os pais.

Embora o pai ou a mãe que sofreu a perda de um filho deva enfrentar o luto ao seu próprio modo, alguns perceberam que o trabalho, interesses diversos, outros relacionamentos, ou a participação num grupo de apoio ajuda a mitigar a dor. Alguns amigos bem-intencionados aconselham esses pais a não ficarem falando insistentemente sobre a perda; mas lembrar do filho ou da filha de maneira significativa talvez seja exatamente o que eles precisam fazer. Quando se perguntou o que mais os ajudou a lidar com a morte do filho, 73% dos pais cujos filhos morreram em unidades de tratamento intensivo deram respostas religiosas ou espiritualistas. Mencionaram a prece, a fé, conversas com clérigos ou a crença de que o relacionamento entre pais e filhos perdura após a morte. Os pais também disseram que eram guiados por *insight* e sabedoria, valores interiores e virtudes espirituais como a esperança, confiança e amor (PAPALIA; FELDMAN, 2013, p. 647).

A dificuldade de aceitar que o filho se foi para sempre e que não irá mais voltar é causa de um total desespero para os pais enlutados. Reconhecer que não haverá mais o retorno do filho, se conscientizar de toda a dor que a vida agora apresentará todos os dias são passos fundamentais para a aceitação da real morte de quem era tão amado.

A partir desta aceitação é que será possível encontrar forças para uma nova vida, agora sem a presença do filho. Através do sofrimento e do desespero é possível crescer como pessoa e descobrir importantes motivações para a continuidade do dia a dia, da rotina, da trajetória existencial?

Não há desenvolvimento sem dor e conflito; não há perda que não tenha sua compensação. Embora essa inter-relação seja a própria vida,

é difícil para aqueles que têm de enfrentar a perda de uma pessoa significativa aceitar isso [...] Ao contrário, temos de reconhecer cada vez mais a morte e usar a dor inevitável da perda para auxiliar o nosso crescimento (PINCUS, 1989, p. 241).

Neste trabalho, estar-se-á atento aos recursos utilizados pelos pais na tentativa de superação da dor da morte de um filho, em especial no papel da espiritualidade no caminho da resiliência. Porém, para que isso possa ser levado a cabo, será necessário empreender um entendimento metucioso dos conceitos de resiliência e espiritualidade, que serão os assuntos dos próximos capítulos.

CAPÍTULO 4- DISCUSSÃO TEÓRICA E DOS DADOS EMPÍRICOS EM RELAÇÃO À RESILIÊNCIA

4.1- Conceito de resiliência

Até agora se focou no entendimento do luto, principalmente por morte, e como serão as reações pelas quais passarão os enlutados. Viu-se que um pai ou uma mãe sofrem demais ao perder um filho e o futuro será como uma incógnita, visto o horror sofrido por estes pais. Apesar de todo desespero, há pessoas que superam de forma positiva as perdas, e a partir dali, podem emergir lições e aprendizados muito importantes. Aqui se pode falar da capacidade de resiliência.

O homem sempre se esforçou ao máximo para tentar amenizar suas dificuldades e adversidades. A história humana é marcada por estas buscas incessantes para aplacar a dor e o sofrimento. Em meio às desgraças e tragédias é comum que desponte uma pessoa que se sobressaia e supere as adversidades de uma forma mais fácil e natural. Os resilientes são estes indivíduos que conseguem se reerguer e readaptar sua vida frente a uma situação traumática.

Resiliência é um conceito oriundo da Física e que se refere à “propriedade pela qual a energia armazenada em um corpo deformado é devolvida quando cessa a tensão causadora da deformação elástica” (FERREIRA, 1975, p. 1223). Pode ser encontrado no dicionário também como a “capacidade de se recobrar facilmente ou se adaptar à má sorte ou às mudanças” (HOUAISS & VILLAR, 2009, p. 1651).

Portanto, referindo-se à capacidade de retorno ao estado original de um corpo após forte tensão e ao restabelecimento após transformações, pesquisadores das ciências humanas entenderam que o conceito pode auxiliar na compreensão dos processos de recuperação de traumas e se empenharam também no entendimento deste conceito.

Não faz muito tempo que a Psicologia começou a se interessar pelo conceito da resiliência, buscando entender quais características em comum possuem estes sujeitos que conseguem se desenvolver sadiamente, mesmo passando por traumas profundos. Há pouco mais de trinta anos que os primeiros estudos neste tema foram empreendidos. Desde então, diferenças culturais, acadêmicas e de linhas de pesquisa fazem com que este conceito seja de difícil consenso, havendo algumas divergências e diferentes perspectivas entre os principais estudiosos do tema.

Há três décadas, começaram os primeiros estudos que deram origem ao que atualmente se conhece como resiliência. O conceito nasceu e começou a desenvolver-se com Michael Rutter, na Inglaterra e Emmy Werner, nos Estados Unidos, espalhando-se depois pela França, Países Baixos, Alemanha e Espanha. A visão norte-americana teve uma orientação principalmente comportamental, pragmática e centrada no individual. A visão europeia apresentou uma visão preferencialmente psicanalítica e assumiu uma perspectiva ética. Mais tarde, o conceito entrou na América Latina, assumindo uma dimensão comunitária, desafiada pelos problemas do contexto social (ROCCA LARROSA, 2007, p. 9).

Muitas questões foram e são levantadas a todo tempo no que diz respeito ao como, por que e quem pode ou é considerado resiliente. O que constitui esta “força” ou “poder” superior? Quem pode desenvolvê-la? Há o que ser feito para se incutir resiliência nas pessoas, ensinando-as a se saírem bem frente aos problemas? Pode o ser humano, a exemplo dos objetos da física, recobrar seu estado originário e, até que ponto e sob quais condições, após sofrer um impacto severo? Estes questionamentos são frequentes quando o assunto gira em torno da resiliência.

É o estado de espírito de uma pessoa que contribui para a sua resiliência, ou é a resiliência que resulta em certo estado de espírito? Na verdade, os dois devem ser considerados, pois a resiliência se situa em uma rede não linear de causas e efeitos, com muitos efeitos em retorno também. Causa ou efeito, pouco importa, trata-se de um estado de espírito positivo e essencial para a resiliência, pois se trata de encontrar os pontos positivos que vão permitir a construção de algo. Enquanto repararmos somente nos estragos – uma coisa muito importante –, não construímos nada. As famílias de refugiados que centralizam sua atenção nas novas possibilidades de sua nova situação se saem melhor do que aquelas que centralizam a sua atenção no que perderam (VANISTENDAEL, 2008, p. 1).

Portanto, percebem-se, desde o início da contextualização do conceito, discrepâncias entre o entendimento do que é resiliência, como ela se desenvolve, quais as características das pessoas que a apresentam. Este quadro parece vir até os dias de hoje moldando a forma de pensar dos estudiosos atuais, o que poderá ser observado ao longo deste capítulo.

Com o interesse da Psicologia pelo tema, muitos pesquisadores buscam entender o que leva uma pessoa a ser ou a tornar-se resiliente. Para esta ciência, a resiliência é descrita, resumidamente, como sendo “a capacidade humana para enfrentar, vencer e ser fortalecido ou transformado por experiências de adversidade” (MELILLO; OJEDA, 2005, p. 15).

Os estudos acadêmicos sobre a resiliência são recentes, porém, pode-se afirmar que a luta para sobreviver, para enfrentar o sofrimento, para se recuperar após um forte trauma sempre existiu. O homem sempre buscou formas de se superar diante das tragédias. Portanto, falando-se em termos de humanidade, resiliência é um sentido abarcado desde sempre, mesmo que seu conceito esteja sendo construído recentemente.

O estudo científico sobre resiliência data das últimas décadas, quando as psicólogas Emmy Werner e Ruth Smith desenvolveram, durante 32 anos, um trabalho de acompanhamento dos moradores da ilha de Kauai, no Havaí. Neste lugar, a maioria da população vivia em situações extremas de pobreza, além de abusos, alcoolismo, famílias separadas. O que mais impressionou as pesquisadoras era que muitas destas vítimas de sofrimento conseguiam se desenvolver muito bem e construir uma vida sadia e positiva. Daí nasceu a vontade de compreender o que estas pessoas possuíam de diferente.

Diante do sofrimento, que muitas vezes é inevitável, a pessoa que demonstra resiliência consegue manifestar uma esperança de que tudo acabará bem, que a vida precisa e deve continuar. Por conseguinte, vem a superação, o levantar-se novamente, o reerguer-se. Isto não quer dizer que esta pessoa não sofra, que ela possua uma armadura que irá fazer com que ele fique imune às adversidades.

O sofrimento a acomete sim, ele se desespera, entristece, mas seu diferencial é justamente o querer reerguer-se, o querer dar a volta por cima. Desta forma, não é adequado dizer que quem possui a capacidade da resiliência seja invulnerável, totalmente protegido e isento de sentir as dores do sofrimento. Esta foi a ideia inicial dos pesquisadores.

Em um primeiro momento, acreditava-se na invulnerabilidade destas pessoas, já que elas possuíam “traços de personalidade e capacidades que tornavam invulneráveis as pessoas que passavam por experiências traumáticas e não desenvolviam doenças psíquicas, caracterizando assim, a qualidade de serem resistentes” (REICH; ZAUTRA; HALL, 2010, p. 25).

Neste momento inicial das pesquisas, o principal interesse era descobrir o que influenciava positivamente aquelas vítimas de tantas mazelas a ponto de fazê-las adaptadas a toda uma série de adversidades. Quais eram as características que aquelas pessoas tinham para que pudessem se desenvolver bem, e que as faziam diferentes das outras que não se reerguem frente às tragédias?

Fica muito clara a preocupação em se identificar qualidades e traços pessoais que constassem na personalidade dos resilientes, e que determinassem a superação dos infortúnios, nesta fase da pesquisa. Com este objetivo em vista, os pesquisadores discriminaram três grupos de fatores resilientes: características individuais, fatores familiares e aspectos do ambiente onde estas pessoas se desenvolvem.

A geração posterior de estudiosos se preocupou, também, em conhecer quais os aspectos pessoais que diferenciavam os resilientes, porém, entendendo resiliência como algo dinâmico, construído a partir de processos, e desenvolvido ao longo da vida. Nestes processos, atuam questões individuais, características do ambiente, suporte social, todos sempre em inter-relação.

Um das definições de resiliência mais características desta fase da pesquisa, e que explicita a importância da dinamicidade e da visão processual, é a enunciada por Luthar e que consiste em “um processo dinâmico que tem como resultado a adaptação positiva em contextos de grande adversidade” (LUTHAR, 2000, p. 543).

O conceito de resiliência passou a ser considerado como algo dinâmico, e não mais como um traço de personalidade, que já viria incutida na personalidade. Ela vai se delineando a partir das várias circunstâncias vividas pelo sujeito, levando-se em consideração o ambiente onde se vive, a trajetória de vida, as pessoas envolvidas desde o nascimento, as adversidades enfrentadas.

Na literatura especializada dessa época, encontra-se, com frequência, referências a uma personalidade resiliente, mas, na década seguinte, resiliência já não é confundida com um traço de personalidade. Passou a ser considerada como um constructo multidimensional e multideterminado, devendo ser entendida como um produto de múltiplos níveis sistêmicos ao longo do tempo. Considerando a interdependência entre os indivíduos e os sistemas sociais, os estudos mostraram que a relação entre seres humanos e adversidade não é nem linear, nem unidirecional. Fatores de risco e de proteção podem ser biológicos, psicológicos, sociais, espirituais, ambientais e qualquer combinação entre eles [...] Os riscos não são estáticos, pois variam em função das circunstâncias de vida. Riscos psicossociais sempre existiram ao longo da história da humanidade, e os estudos relativos aos fatores de estresse, como riscos significativos, ganharam muita evidência a partir das últimas décadas do século passado. Os fatores de risco estão relacionados a todos os eventos adversos da vida, mas sabe-se que a proporção do risco é extremamente variável de indivíduo para indivíduo, de grupo para grupo [...] Nem todos os tributos necessariamente deverão estar presentes e nenhum componente da resiliência é parte estável da personalidade. A própria resiliência não será sempre a mesma, presente e interminável. O nível

de resiliência modifica-se ao longo do tempo (ARAÚJO; MELLO; RIOS, 2011, p. 8-10).

A resiliência, sendo um processo dinâmico, é vista como um ir além da superação dos maus momentos, e como um possível crescimento a cada etapa difícil da vida, fazendo com que as adversidades sejam vistas como formas de aprendizagem. É um caminho que pode ser percorrido durante a vida toda, num processo de construção, desconstrução e reconstrução de significados após eventos traumáticos.

Analisando-se as diversas fases pelas quais passou o conceito de resiliência, percebe-se que há muito que ser pesquisado e entendido. A capacidade de se reestruturar após tragédias sempre foi marcante para o ser humano, porém a tarefa de defini-la é difícil. Como diz Rodríguez (in MELILLO, OJEDA, RODRÍGUEZ, 2004), entender e encontrar exemplos de resiliência é fácil. Difícil mesmo é definir este conceito, ainda mais em se tratando de ambiente acadêmico.

Um dos pontos cruciais no entendimento da resiliência é a retirada do olhar somente para os sintomas patológicos, os traumas, os problemas que fazem parte da vida humana para focar nos aspectos mais positivos da existência. As virtudes, a esperança, a força que emana do sujeito, tudo isso são aspectos saudáveis que fazem parte do desenvolvimento humano, mas que não foram os mais enfatizados pela Psicologia, ao longo de sua história como ciência.

Estudar o conceito de resiliência torna-se também importante neste sentido. O de olhar positivamente para a espécie humana e introduzir uma nova forma de compreender a sua dinamicidade. Entender que o homem não precisa ser uma vítima passiva de tudo que lhe acontece, mas pode se tornar o sujeito ativo de suas experiências, criando boas expectativas para o seu futuro.

Acreditar que momentos tristes e trágicos possam trazer algo de bom para o sujeito, e que com isso haja a integração de novos valores e novos sentidos que trarão novos conhecimentos pessoais, é acreditar que a resiliência, de fato, é um construto que vai trazer novos olhares para a ciência, e em especial para a Psicologia. Ela pode ser considerada como um novo olhar para velhos e antigos problemas do ser humano.

Muitos autores defendem que a resiliência é uma característica universal, ou seja, todas as pessoas a possuem, seja em um grau elevado, seja em uma porção mínima. Assim, pode-se entender que esta característica humana pode ser um fator

ínsito ao ser humano como também pode ser desenvolvida em interação com o meio onde se vive.

É importante frisar que a resiliência não é necessariamente fomentada e desenvolvida pelas adversidades. Não será o sofrimento que fará nascer a resiliência. Como foi desenvolvida anteriormente, a resiliência é construída no desenvolvimento com as outras pessoas e com o meio e será demonstrada em momentos oportunos, onde a superação precisará existir.

Muitas pessoas usarão os momentos de sofrimento para amadurecer e fazer despontar um sentido de vida e, com isso, a capacidade de resiliência poderá até aumentar. Porém, somente a existência de adversidade não fará nascer resiliência. É necessário um “aproveitamento” positivo de uma má fase ou de uma tragédia para se notar a existência ou não de resiliência naquela situação específica.

A resiliência também não é uma qualidade estável, que se apresenta sempre do mesmo modo. Um indivíduo pode se mostrar forte frente a uma situação e quando esta se repete, não ser mais resiliente. A capacidade de resiliência é variável em todos os sentidos, tanto em nível pessoal quanto em nível situacional.

Uma situação que se apresenta altamente traumática para uma pessoa pode ser totalmente leve e tranquila para outra. A resiliência, portanto, varia com as circunstâncias, com as pessoas, com o tempo.

[...] uma pessoa não é resiliente por si só. Tem de encontrar um objeto que convenha ao seu temperamento para se tornar resiliente. De tal modo que se pode ser resiliente com uma pessoa e não com outra, reiniciar o desenvolvimento num ambiente e fracassar noutro. A resiliência é um processo constantemente possível, com a condição de que a pessoa em curso de desenvolvimento encontre um objeto significante para ela (CYRULNIK, 2003, p. 85).

O processo de resiliência se dá de forma também dinâmica, a partir do momento em que a pessoa consegue dar um significado ou sentido para o sofrimento. Dessa forma, quando ocorre uma situação de trauma ou adversidade se faz necessário refletir seriamente sobre o acontecido e tentar tirar forças dali para refazer a situação e seguir a vida. É uma atitude consciente o querer aprender com o sofrimento.

Para Cyrulnik, é importante tanto compreender quanto agir para que o resultado seja a resiliência. Se qualquer um dos dois não existir, a resiliência não ocorre e o que vai resultar é uma perturbação que irá atrapalhar o todo desenvolvimento posterior da

pessoa. Para o autor, “compreender sem agir é propício à angústia. E agir sem compreender produz delinquentes” (CYRULNIK, 2003, p. 172).

Desta forma, entende-se que para que a capacidade da resiliência se torne explícita é necessário que haja dinamicidade e não comodismo. Observar passivamente o sofrimento sem tomar nenhuma atitude consciente em relação a ele não produz superação. Dar sentido e significado para aquela situação é o que marca o sujeito resiliente. Somente a vontade de se adaptar, sem a ação em busca de uma solução e sem a compreensão da circunstância negativa não se constitui a resiliência.

Se uma tragédia define a criança, a resiliência não será possível. Porém, se os que a rodeiam permitirem à parte sã da personalidade exprimir-se e retomar o desenvolvimento, a ferida diminuirá, para mais tarde se tornar, ao distanciar-se, uma mancha negra na memória, uma motivação íntima de inúmeros compromissos, uma filosofia de existência. O relato da tragédia passa, então, a ser um fator de agravamento ou de resiliência conforme as reações do ambiente [...] quando o agredido pode partilhar o seu mundo e mesmo transformá-lo em socorro, em militantismo, em intelectualização ou em obra de arte, então a criança traumatizada tornar-se-á um adulto reabilitado [...] O que faz com que um acontecimento continue a ser um acontecimento, é a emoção provocada pela relação dentro de um contexto humano e a significação que este episódio adquire na história (CYRULNIK, 2003, p. 189-219).

Alguns autores defendem que, para que haja resiliência, tem que haver uma adaptação positiva frente à situação de sofrimento. Esta adaptação fica evidente quando o sujeito não apresenta desajustamentos frente às condições insatisfatórias em que é exposto. Nesta situação, a adaptação é considerada resiliente.

Cyrułnik chama a atenção ao refletir que cada cultura tem a sua visão do que seja um desenvolvimento considerado normal. Por este motivo, defende que a resiliência pode ser vista na adaptação que é determinada pelo desenvolvimento de algum aspecto do indivíduo ou pela ausência de algum comportamento que rompe com o desenvolvimento do sujeito (Cf. CYRULNIK, 2005, p. 29-32).

Então, neste trabalho, compreender-se-á resiliência como um processo dinâmico, onde há a interação entre fatores de proteção e de risco, fazendo com que estes dois atuem mutuamente. O fator de risco, que neste caso é a perda de um filho, fará com que o pai ou a mãe se sintam totalmente vulneráveis, mergulhando numa dor sem tamanho, deixando-os perdidos e sem ação.

Por outro lado, o apoio social, o carinho dos familiares e amigos, a solidariedade para com os outros, a necessidade de continuar, o bom convívio, a autoestima

fortalecida, o desenvolvimento da espiritualidade, enfim, um conjunto de fatores de proteção pode fazer com que o luto, a dor e o sofrimento deem um novo sentido de vida para aqueles pais. Sem, no entanto, esquecer-se da dinamicidade e das oscilações que existem no caminho que fortalece a resiliência.

Desta forma, será válido analisar as recaídas e momentos onde parece que o pai/mãe não consegue mais caminhar, de tão sofrido que está. A resiliência não deve ser entendida como um processo acabado, sem oscilações e com um fim definido. Por isso, vê-la como um caminho dinâmico e repleto de sentimentos e comportamentos inconstantes e instáveis é fundamental.

Resiliência, nesta pesquisa, pode ser entendida como uma flexibilidade em lidar com os fatores adversos, que neste caso é a morte de um filho. Admitir que a perda de um filho é um grande fator de risco é unânime. Porém, mesmo assim, fortalecer-se, mobilizando seus recursos internos, que são próprios de cada um, e externos, que o meio circundante oferece, a fim de construir uma nova história, se readaptando ao sentimento mais sofrido. Resiliência, então, será analisada como

um fenômeno complexo que se constrói na intersecção entre os múltiplos contextos com os quais o ser humano interage de forma direta ou indireta e cuja presença é observada, com mais clareza, quando está vivenciando uma situação adversa, seja esta de caráter temporário ou constante em sua vida (SILVA; LACHARITÉ; SILVA; LUNARDI; FILHO, 2009).

Analisando-se a dificuldade em se conceituar o termo resiliência, é importante comentar da atual vulgarização do termo, sendo trabalhado e compartilhado de forma errônea e superficial. Vê-se muito desta questão, principalmente, em redes sociais, onde o alcance é alto.

Por isso, há uma necessidade urgente de se trabalhar o termo de forma científica e aprofundada. Por mais que os pesquisadores tenham se interessado pelo tema no Brasil, ainda há uma escassez de pesquisas nesta área. Por isso, a facilidade em se banalizar e vulgarizar o conceito (Cf. TROMBETA; GUZZO, 2002, p. 84).

Para um aprofundamento maior do conceito no Brasil, muitas dificuldades são encontradas. Uma pode ser reconhecida como a falta de incentivos para a pesquisa brasileira, pois um estudo que se refere à resiliência demanda tempo e trabalho para se acompanhar muitos sujeitos, por um tempo longo. Só assim seria possível avaliar as forças encontradas no sujeito para que seja reconhecido como um resiliente.

4.2- Principais características da resiliência

Como já foi dito, viver situações difíceis sempre fez e vai fazer parte da vida de qualquer ser humano. Um dos fatores que fará com que uma pessoa demonstre a capacidade de resiliência será o seu próprio entendimento do evento traumático pelo qual passou. Esta pessoa, portanto, transforma o que foi negativo em uma aprendizagem positiva, e esta faz com que a pessoa se sinta melhor, mais fortalecida, conseguindo reconstruir uma história favorável a partir de tanta tristeza.

As marcas do sofrimento e das situações traumáticas pelas quais a pessoa passou não sairão da lembrança, mas uma forma positiva de visualizar essa memória é o que fará com que uma pessoa seja considerada resiliente. Uma visão positiva do futuro e a disponibilidade de aprender com as marcas negativas deste sofrimento são características essenciais para a fomentação da resiliência.

[A] resiliência passa, então, a ser considerada como uma trajetória de vida que se constrói, de forma gradativa, a partir de uma seqüência de processos proximais de complexidade crescente, vivenciados desde o início da vida, os quais possibilitam que, mesmo em contextos de risco elevado, as pessoas, as famílias ou as comunidades administrem as adversidades que enfrentam, de forma a encontrar respostas aos seus problemas e suas necessidades. Trata-se, portanto, de um fenômeno complexo que se constrói na intersecção entre os múltiplos contextos com os quais o ser humano interage de forma direta ou indireta e cuja presença é observada, com mais clareza, quando está vivenciando uma situação adversa, seja esta de caráter temporário ou constante em sua vida (SILVA; LACHARITÉ; SILVA; LUNARDI; FILHO, 2009, p. 89).

“A resiliência implica ressignificar o evento adverso que causou o desequilíbrio, considerando-o como uma possibilidade de desenvolvimento e individuação e como uma oportunidade de fortalecer o vínculo com a vida” (ARAÚJO; MELLO; RIOS, 2011, p. 11). Por consequência, posturas vitimizadas podem se transformar em posturas otimistas, esperançosas e fortalecidas em relação a um futuro próximo. Esta é a maior característica da resiliência, o que demonstra a forma pela qual o conceito é compreendido atualmente: Transformação de algo ruim em algo positivo, deixando-se abater nos momentos de tristeza para depois ressignificar e conseguir se reerguer. O sofrimento diante dos traumas não é negado.

Outra questão que foi revista e reformulada diz respeito à invulnerabilidade versus vulnerabilidade. Nos estudos atuais, foi averiguada a vulnerabilidade daqueles

que sofriam os traumas, ou seja, aqueles que passaram por situações de sofrimento não eram dotados de uma blindagem especial, mas sofriam a pressão e conseguiam se reerguer após isso. Desta forma, os resilientes começaram a ser vistos como vulneráveis, porém tendo características pessoais diferenciadas.

Daí em diante a ideia de invulnerabilidade caiu por terra, já que a própria vulnerabilidade ajuda na criação da resiliência. Ver-se diante do sofrimento, sentir seus efeitos devastadores e fazer disso um motivo para continuar vivendo, formulando novo sentido de vida é a base para o entendimento do conceito de resiliência atual. “A ideia de invulnerabilidade foi descartada, pois os estudos revelaram que a vulnerabilidade acontece e é importante para eliciar o comportamento resiliente” (ARAÚJO; MELLO; RIOS, 2011, p. 8).

O simples facto de constatar que um certo número de crianças traumatizadas resiste às provações e, por vezes mesmo, as utilizam para se tornarem ainda mais humanas, pode explicar-se não em termos de super-homens ou de invulnerabilidade, mas associando a aquisição de recursos internos afectivos e comportamentais durante os primeiros anos com a disposição de recursos externos sociais e culturais (CYRULNIK, 2003, p. 28).

Uma das características muitas vezes citadas, quando se trata do assunto resiliência é a figura de proteção, rede de apoio ou figura de apego. Interessante frisar que na maior parte da literatura que trata do assunto fica clara a necessidade de se ter outra pessoa em quem se apoiar, alguém que forneça a base para se firmar na sociedade e no mundo.

Com base nesta perspectiva, Aldo Melillo, estudioso do tema, afirma que uma das grandes características da resiliência “é a ênfase na necessidade do outro como ponto de apoio para a superação da adversidade” (MELILLO; OJEDA, 2005, p. 64). O apoio incondicional de alguém, a aceitação irrestrita enquanto pessoa é considerada de vital importância para a superação de adversidades.

Segundo Cyrulnik, as pessoas que dão o apoio incondicional são chamadas de tutores de resiliência. Através da ajuda dada, os tutores permitem que o desenvolvimento da pessoa afetada por adversidade continue, sem muitos traumas. Porém, o tutor não pode ser visto como aquele que será paternalista, aceitando qualquer comportamento sem questionamento.

Ele será a figura que protege do mal, que oferece segurança e esperança, que luta para oferecer um futuro melhor para aquele que sofre. Vai promover a confiança e a

certeza de que é preciso lutar e de que não é saudável se colocar como a vítima da situação. O tutor irá mostrar que há uma nova forma de se viver, apesar do sofrimento e do fracasso, e através disso, ajudar a encontrar um novo significado de vida (Cf. CYRULNIK, 2003, p. 83).

Este apoio também pode advir de toda uma rede de proteção. Por esse motivo, instituições educacionais, religiosas, organizações não governamentais são vistas por muitos estudiosos como promotores de resiliência, por apoiarem o indivíduo, dando a sustentação e o apoio que ele necessita ao passar por momentos críticos.

Visto que um bebê precisa de vinculação para desabrochar, só se pode desenvolver no mundo sensorial emitido por outra pessoa [...] Esta bolha sensorial, composta pelos comportamentos dirigidos à criança, emigra do mundo íntimo do adulto e vai escorar os desenvolvimentos da criança. Esta herança subjetiva, apesar de necessária, nem sempre é fácil, porque é nos problemas conjugados dos dois progenitores que a criança vai ter de se desenvolver (CYRULNIK, 2003, p. 83).

Para que uma pessoa seja considerada resiliente, uma série de fatores precisa ser considerada. Partir-se-á da hipótese de que todo ser humano possui a capacidade de ser resiliente, em maior ou menor grau. E conforme Cyrulnik, este fator “se tece durante todo o ciclo vital” (CYRULNIK, 2005, p. 45). A resiliência vai sendo construída a partir das experiências vivenciadas, das pessoas envolvidas neste processo, dos sofrimentos enfrentados. Porém, a partir de pesquisas, observa-se que os resilientes apresentam muitas características em comum.

Algumas características pessoais citadas nas pesquisas que tratam sobre o tema são: bom humor, persistência, inteligência, altruísmo, otimismo, disciplina, perseverança, amor ao próximo, disponibilidade em ajudar, abertura para o novo, generosidade, autoconsciência, não se colocar como vítima de uma situação problemática, espiritualidade, ética, sentir-se querido, entre outras.

Susana Rocca sustenta que

para potencializar a resiliência de um grupo ou de uma pessoa, é preciso descobrir os chamados pilares de resiliência, isto é, os recursos próprios da pessoa, e os fatores de proteção do meio circundante, ou seja, as capacidades que há na família, no ambiente ou na instituição educativa, social, política ou religiosa. Esse processo de fortalecimento e capacitação é conhecido hoje como empoderamento (empowerment)” (ROCCA LARROSA, 2007, p. 4).

Neste âmbito, vê-se a necessidade de se observar toda uma rede de formação de resiliência, onde o ambiente e as pessoas relacionadas criam uma rede de proteção e formação de resiliência. Dessa forma, pode-se considerar que a resiliência seja o resultado de toda uma série de fatores que incluem o sofrimento e sua forma de enfrentá-lo. O enfrentamento será exercido a partir de uma gama de situações que o sujeito vivenciou, levando em consideração suas relações, os afetos recebidos, as frustrações e as pessoas e instituições envolvidas desde o seu nascimento.

“A resiliência é considerada como o resultado final de ‘processos de proteção’ que não eliminam os riscos experimentados, mas encorajam o indivíduo a lidar efetivamente com a situação sofrida e a sair fortalecido dela” (ASSIS; PESCE; AVANCI, 2006, p. 63). Para estes autores, os fatores de proteção possuem quatro objetivos: o de reduzir as consequências dos momentos negativos e seus impactos na vida pessoal através da alteração da exposição da pessoa à adversidade; o de reduzir os efeitos negativos logo após a exposição ao risco; o de fomentar a autoestima através de comportamentos de apego seguro; oferecer condições para regressar a situações mais tranquilas (Cf. ASSIS; PESCE; AVANCI, 2006, p. 63-65).

Quando se analisa o conceito de resiliência é importante relacionar e entender o que se compreende por fatores de proteção e fatores de risco. Os primeiros podem ser explicados como sendo tudo aquilo que protege e fortalece o sujeito nos momentos difíceis. Como exemplos, podem ser citados: os vínculos afetivos, os relacionamentos amigáveis e positivos, a autoestima fortalecida, flexibilidade para resolver problemas, possuir uma crença, desenvolver a espiritualidade, ter um projeto de vida bem estabelecido, ter satisfação na vida, viver em um ambiente social que lhe dê suporte quando necessário. Todos estes recursos se constituem como fortaleza frente às situações traumáticas. Eles também podem ser responsáveis pelo reerguer da pessoa após um grande trauma.

Por outro lado, há os fatores de risco, que são aqueles que deixam a pessoa em situação de vulnerabilidade, que estão presentes nas situações de alto estresse e que trazem desespero e tristeza para os envolvidos. Podem ser as perdas de pessoas importantes, pobreza, desemprego, situações de doença, tragédias naturais, violência.

Criando-se uma relação simples, pode-se dizer, portanto, que os fatores de proteção servem para resguardar o indivíduo do risco, protegendo-o dos seus infortúnios. Já a resiliência é o recurso utilizado para enfrentar o risco. É ela que

proporciona forças ao indivíduo para que ele vá de encontro ao risco, enfrentando-o e protegendo-o.

Então, para muitos autores, a resiliência se forma a partir do equilíbrio entre os fatores de risco e proteção, durante toda a vida do sujeito. É interessante enfrentar os riscos, desde a infância, mas o ideal é que sejam enfrentados com segurança, que é a presença dos fatores de proteção. Em um movimento dinâmico e contínuo, o sujeito resiliente seria aquele que atua com equilíbrio suficiente nos diversos momentos de sua vida, enfrentando as adversidades e utilizando o seu arsenal de segurança e proteção.

Verifica-se que a resiliência é construída a partir da vivência de muitos processos de sofrimento, sendo seu caminho dinâmico e variável. Em uma dada situação, a pessoa consegue superar as mazelas, podendo não obter o mesmo êxito numa situação seguinte. Portanto, é importante frisar a característica da dinamicidade da resiliência.

Já a necessidade de se ter outra pessoa ao lado é destaque mencionado na capacidade de resiliência, como já foi citado. Diante desta abordagem, torna-se interessante frisar e contextualizar a teoria do apego de John Bowlby, analisada no início desta pesquisa.

Antes mesmo do interesse da Psicologia pelo conceito específico de resiliência, Bowlby já denominava os indivíduos que possuíam uma personalidade saudável e que buscavam a superação nos momentos difíceis como tendo um “recurso moral, qualidade de uma pessoa que não desanima, que não se deixa abater” (BOWLBY, 1997, p. 144).

Para Bowlby, esta personalidade saudável vem do fato da pessoa possuir ou ter possuído uma base familiar segura, ter tido carinho e afeto na medida certa e, por isso, ter conseguido desenvolver características resilientes como autoconfiança, iniciativa e amor próprio.

Em primeiro lugar, essas personalidades bem adaptadas apresentam um perfeito equilíbrio entre, por um lado, iniciativa e autoconfiança, e, por outro, a capacidade para buscar ajuda e fazer uso de ajuda quando a ocasião requer. Em segundo lugar, um exame de seu desenvolvimento mostra que elas foram criadas em famílias estreitamente unidas, com pais que, segundo parece, nunca deixaram de lhes propiciar apoio e estímulo. Em terceiro lugar, embora neste ponto as provas sejam menos substanciais, a própria família foi, e ainda é, parte de uma rede social estável em que a criança em desenvolvimento é bem acolhida e pode misturar-se com adultos e companheiros de sua idade, muitos dos quais lhe são familiares desde os seus primeiros anos de vida [...] a autoconfiança e a capacidade

para confiar nos outros são fruto de uma família que fornece sólido apoio à sua prole, combinado com o respeito por suas aspirações pessoais, senso de responsabilidade e aptidão para lidar com o mundo [...] Esse mesmo padrão de autoconfiança baseada numa ligação segura com uma figura em quem se confia, e desenvolvendo-se a partir desta, pode ser observado desde o primeiro ano de vida de uma criança (BOWLBY, 1997, p. 145-147).

Importante notar que Bowlby já defendia que uma personalidade saudável só se desenvolve graças à rede de proteção. E que os indivíduos que cresceram em uma família atenciosa apresentam maior probabilidade de se desenvolver bem e de superar as adversidades mais tranquilamente.

Então, pode-se defender que a Teoria do Apego antecipa a conceituação da resiliência, traz as principais características da pessoa resiliente e demonstra como se pode desenvolver uma personalidade saudável. Diante disso, pode-se afirmar que Bowlby está na lista de precursores que tentaram, dentro da Psicologia, conceituar o termo resiliência.

Boris Cyrulnik, outro estudioso do conceito resiliência, também defende a importância dos primeiros vínculos para a formação de uma personalidade saudável e resiliente. Para ele, o meio ambiente e suas interações afetam muito mais o bebê e a criança do que a carga genética.

Quando o temperamento foi bem alicerçado por uma vinculação-segura de um lar parental tranquilo, a criança, em caso de provação, terá sido tornada capaz de sair à procura de um substituto eficaz [...] Porém, se o temperamento foi desorganizado por um lar parental infeliz, se a cultura fizer calar as vítimas e as agredir uma vez mais, e se a sociedade abandonar estas crianças que considera condenadas, então os traumatizados conhecerão um destino desesperado (CYRULNIK, 2003, p. 19).

Para o autor, todo o desenvolvimento embrionário se dá a partir da transmissão genética do pai e da mãe para o feto. O crescimento, a formação dos órgãos, os traços, as características fisionômicas são frutos da carga hereditária. Porém, o meio ambiente exerce sobre o novo ser muito mais influências, através da interação do bebê com o mundo e com as pessoas que o cercam. Por isso, as marcas do meio são fundamentais para o desenvolvimento da criança, defende Cyrulnik.

Ele acredita que já nos primeiros momentos do feto em formação, assim que ele adquire uma representação biológica, o bebê se inculca das características do meio que o circunda, aprendendo e armazenando esta memória. Esta marca do ambiente será

carregada pela vida a fora desta criança, sendo explicitada em suas escolhas futuras. “Mal é empurrado para a vida psíquica pela sua biologia, o bebê aprende, preferencialmente, o que o meio que o rodeia lhe ensinou a preferir!” (CYRULNIK, 2003, p. 61).

A formação da resiliência é feita desde a geração do bebê, defende o autor. Neste processo, os cuidadores vão impregnar na personalidade da criança estilos resilientes ou não. Isso vai depender da forma como ela foi cuidada. Mais tarde, quando esta criança sofrer uma perda ou um grande trauma, saberá sair em busca de uma figura de substituição necessária para auxiliá-la no processo de superação.

Desta forma, compreendendo que a resiliência pode ser reforçada e construída através do meio, torna-se premente enfatizar a importância dos primeiros vínculos na vida de uma criança. Pode-se pensar na possibilidade de um bebê, que teria grandes chances de se tornar um adulto resiliente, ser vítima de maus tratos, falta de atenção e rispidez por parte de seus cuidadores. Este poderia não desenvolver a resiliência, visto que não criou vínculos saudáveis com seus pais.

Outra criança que teve, desde o seu nascimento, carinho suficiente para construir uma base sólida para o seu desenvolvimento, que foi atendida em suas necessidades, que obteve respostas satisfatórias quando necessitou delas, tem chances bem maiores de se tornar um adulto resiliente e capaz de superar seus traumas de uma forma mais contundente.

O autor defende que quando há uma interação harmoniosa do cuidador com as características pessoais do bebê, há grandes chances de geração de ótimas experiências, estas que irão promover sensação de segurança e acolhimento para a criança. Caso contrário, quando estas interações são deficitárias, as experiências que vão surgir vão ser de desconforto, de sofrimento e de frustração. Quaisquer que sejam as experiências, tanto positivas quanto negativas deixarão marcas no sistema neuronal (Cf. BONAZZI, in ROCCA LARROSA, 2007, p. 94-96).

Quando as experiências negativas são frequentes, é comum que o desenvolvimento emocional da pessoa afetada seja marcado pelas seguintes características: baixa autoestima, baixa tolerância às frustrações, falta de esperança e de confiança. Com isso, estas formas negativas de viver e de se comportar vão sendo incorporadas e farão parte da personalidade.

Ao agir e se defrontar com situações sofridas, tensas, difíceis, a pessoa reagirá automaticamente de acordo com a personalidade que foi construída desde o seu

nascimento. Por isso, ela vai lidar com os momentos de sofrimento conforme o que foi marcado na sua personalidade. Por outro lado, pessoas que foram cuidadas por pai, mãe ou por outra pessoa, de forma terna e compreensiva, desde seu primeiro dia de nascida, tendem a ter melhores condições emocionais para lidar com a situação de trauma. Elas possuem autoestima, confiança e esperança num grau elevado, fazendo com que o efeito traumático seja um alicerce para conseguir conquistar o seu equilíbrio emocional novamente (Cf. BONAZZI, in ROCCA LARROSA, 2007, p. 94-96).

Ser aceito como se é, sentir-se amado, saber que faz parte de uma rede de pessoas queridas, ser confirmado naquilo que se tem de melhor, sentir confiança naqueles que cuidam são fatores essenciais para se desenvolver resiliência e que vão ao encontro da teoria de Bowlby, Cyrulnik e de seus sucessores.

Enfim, a promoção da resiliência faz parte de todo um processo complexo, onde a importância de uma figura de proteção é tida como essencial. Não é possível crescer, se estabelecer como pessoa sem ter tido um apoio, sem apego, sozinho e isolado. Emoções e sentimentos ficam emaranhados neste processo, tendo como destaque a presença e necessidade do amor, como bem afirma Aldo Melillo:

Promover resiliência implica a reparação do outro como um ser humano tão legítimo como si mesmo. A aceitação do outro como um legítimo outro na convivência é o *amor*, e sabemos que o amor é a fonte essencial da produção de resiliência [...] [resiliência] nasce da recepção de um amor profundo e um reconhecimento persistente que acrescenta às fortalezas do sujeito, seu bem estar e sua qualidade de vida (MELILLO; OJEDA; RODRÍGUEZ, 2004, p. 89).

A autora alemã Erika Schuchardt traz uma contribuição importante para a análise das pessoas que estão passando por uma crise. Ela não trabalha especificamente a questão da resiliência, mas seus apontamentos cabem muito bem a este tema.

Para Schuchardt, a pessoa em crise passa por oito etapas, desde o conhecimento da situação desagradável, que é a fase da incerteza, até a última fase, onde há a aceitação total da situação, que é chamada solidariedade. Iára Müller, que escreveu sobre a teoria de Schuchardt, analisa assim esta abordagem:

Através do conhecimento das diferentes biografias, a autora foi percebendo que as pessoas em crise passavam por semelhantes estágios, mesmo tendo diferentes fatores desencadeantes da crise, de forma que foi possível elaborar uma sistematização destes estágios ou fases. Para tornar mais compreensivo o desenvolvimento destas fases,

a autora usa a figura de uma pirâmide em espiral para ilustrar a dinâmica e a fluência do processo, também a superposição de uma fase sobre a outra, demonstrando-as interligadas no processo de elaboração da crise, e não estanques e sem refluxo. Esta imagem também proporciona uma visão tanto de degraus entre uma fase e outra, quanto de fases paralelas que se comunicam (MÜLLER, 1999, p. 35).

Então, ser solidário, se empenhar em ajudar quem precisa, ter empatia com os que estão sofrendo, criar projetos para ajudar determinadas situações específicas traumáticas pode levar aquele que é solidário a criar um processo resiliente. O ato de se colocar no lugar do outro e buscar a solução para aquela situação, cria mecanismos resilientes e auxilia a quem toma o lugar de cuidador.

Uma questão que deve ser sempre enfocada quando se trata de resiliência é sobre as diferenças individuais. A resiliência é uma capacidade em constante dinamicidade e de acordo com a personalidade e o desenvolvimento de cada pessoa.

Cada indivíduo irá se colocar de determinada maneira frente às adversidades. Pode ser que em uma ocasião uma pessoa se mostre altamente resiliente e em outra abatida e sem forças. Quando se trata de resiliência, não se tem a garantia de que se vai agir sempre da mesma forma ou de uma maneira melhor.

Especificamente em se tratando de luto paterno e materno, ainda é mais específico este questionamento. Há casos em que um pai ou uma mãe era reconhecidamente forte e valente, superando inúmeras dificuldades no decorrer de sua vida. Entretanto, ao perder um filho e sentir uma dor incomensurável, esta força se esvaiu e este pai ou esta mãe caiu numa tristeza profunda, não conseguindo se restabelecer. Portanto, invencibilidade e invulnerabilidade não fazem parte, atualmente, do conceito de resiliência.

No caso dos pais enlutados, parece que os fatores de proteção precisam ser ainda mais potentes, levando-se em conta a maneira que se deu o desenvolvimento do enlutado até o momento que se deu a perda. Refletindo-se sobre a união dos principais fatores de proteção para que se dê a resiliência, que são, entre outras, as próprias condições do sujeito, a situação e condições da família e o que o meio ambiente oferece, no caso de pais enlutados, pensa-se que a proteção deverá ser ainda mais eficiente.

As próprias condições do sujeito podem ser a autoestima, a forma com que cada um vivencia as perdas, de acordo com os vínculos que foram estabelecidos pela vida afora, a capacidade de controlar os próprios sentimentos nos momentos de estresse, a

flexibilidade em resolver seus problemas, o temperamento e a forma de interação com as outras pessoas.

Já nas condições familiares, pode-se pensar na facilidade ou não de encontrar alguém para dividir os problemas cotidianos, a forma como a pessoa é acolhida no seio familiar, se consegue se sentir aceita como realmente é.

No terceiro tipo de proteção, há o que o ambiente oferece de apoio. Para que esta ajuda aconteça, é necessário que se encontre uma boa comunicação com o meio ambiente onde se vive. Sentir-se seguro é outra questão importante. Ver que pode contar com as instituições e com as possibilidades que são oferecidas à população em geral é, também, ponto importante para que a resiliência se coloque em andamento.

4.3- Resiliência, luto e espiritualidade

Especificamente em relação ao luto, que é tema desta pesquisa, Bowlby enfatiza a necessidade substancial de se ter outra pessoa por perto para a recuperação após uma perda por morte. “Acreditamos que não só a criança, mas também o adulto, necessita da assistência de uma outra pessoa de sua inteira confiança, se quiser recuperar-se da perda sofrida” (BOWLBY, 1997, p. 126). Está aí a base para o que se chama de tutores de resiliência.

Conforme se analisou anteriormente, a capacidade de resiliência pode ser observada durante ou após o acontecimento de muitos momentos trágicos, tristes, desesperadores. A morte é um destes temas complexos que está em sintonia com o estudo da resiliência, já que a perda de um ente querido é profundamente dolorosa, abala a estrutura psicológica do sujeito, exigindo que este reestruture toda a sua vida.

A morte é uma realidade complexa para o ser humano. Evita-se ao máximo este assunto e a grande maioria das pessoas parece não estar preparada ao se defrontar com ela. O sofrimento pela perda é muito grande, mobilizando aspectos pessoais, sociais e da saúde dos enlutados. Entendendo dessa forma, pode-se afirmar que o estar de luto é visto como algo que muda completamente a forma de viver do sujeito, refletindo esta mudança em todos os âmbitos da vida humana. A pessoa pode se sentir com medo, desamparada.

A partir da perda de um filho, a capacidade de resiliência do pai ou da mãe pode ser apresentada ou não. Será no decorrer do luto que a pessoa se mostrará capaz de se readaptar à nova vida, agora sem o filho querido.

Ser resiliente depois de uma perda tão dolorosa e significativa, que é a perda de um filho, é mostrar-se capaz de construir uma nova vida, apesar da dor. É redescobrir um significado e um sentido para continuar vivendo. É se entregar às emoções que o sofrimento suscita logo após a perda, mas se reconciliar com a perspectiva de sair fortalecido para dar continuidade à caminhada.

As marcas e cicatrizes deixadas pela dor não serão arrancadas e a perda não poderá nem conseguirá ser esquecida, mas a vida não pode parar. É preciso se firmar para continuar a percorrer a trajetória que resta. Ser resiliente é este continuar, apesar de tudo. É se readaptar, apesar da falta e desamparo frente à dor, sem, contudo, tornar-se vítima, coitado ou doente, possuidor de transtorno psiquiátrico, focando apenas as características patológicas do luto.

Dessa forma, o conceito de resiliência propõe um olhar mais positivo e otimista frente às dificuldades, não focando apenas o sofrimento ou as emoções negativas, mas mostrando que as perdas também podem trazer crescimento, aprendizagem e maturidade. Uma das consequências dessa nova abordagem é não determinar que aqueles sujeitos que passaram por um grande trauma irão, necessariamente, desenvolver sintomas patológicos, visão que sobressai até atualmente na Psicologia.

Os estudos sobre resiliência sugerem uma mudança de paradigma ao propor uma ótica de observação centrada nas capacidades dos indivíduos e grupos para a superação das experiências traumáticas, uma perspectiva de esperança. Em lugar de priorizar o enfoque dos aspectos negativos, isto é, das fraquezas, sintomas, doenças, carências e meios de compensá-los, tenta descobrir e promover as forças e capacidades para reagir e superar as adversidades da vida (ROCCA LARROSA, 2007, p. 10).

Alguns autores fazem a relação da espiritualidade com a resiliência, defendendo que um dos pilares de sustentação nos momentos difíceis pode ser a fé ou acreditar que existe algo superior ou sagrado para proteger aqueles que passam por momentos muito difíceis.

Por isso, a espiritualidade pode dar sentido à vida, trazendo uma ressignificação positiva diante de momentos difíceis. Lembra ao homem que há algo além dele mesmo,

faz com que este homem se ligue a este além, a fim de se reconhecer como limitado, mas pleno e em comunhão com um todo, do qual faz parte.

Porém, apesar de existirem estudiosos que vislumbram uma relação positiva entre resiliência e espiritualidade, ainda são poucos os que se arriscam nesta empreitada. Susana Rocca refere-se a isso: “Há, no entanto, poucos autores que se detêm para descrever como a fé, a espiritualidade, ou a pertença a um grupo, comunidade ou instituição religiosa influenciam na hora da superação das dificuldades e sofrimentos” (HOCH; ROCCA LARROSA, 2007, p. 12).

Para os autores que analisam o tema, colocar a resiliência em relação à espiritualidade tem o objetivo de tentar entender qual o sentido que o transcendente traz que “conduz a um estado de comunhão com o universo e não somente à adoção de um sistema específico de crença ou prática religiosa. Como tal, a espiritualidade tem sido apontada como fator de resiliência, capaz de promovê-la e mediá-la” (ARAÚJO; MELLO; RIOS, 2011, p. 45).

A capacidade de dar sentido e significado à existência parece ser o aspecto comum dos fenômenos da resiliência e da espiritualidade, o ponto convergente no qual os processos passam a compor um movimento único no sentido do desenvolvimento humano [...] Os sistemas de crenças são forças poderosas na resiliência, pois ao enfrentarmos as adversidades extraímos significados dessas experiências e as vinculamos ‘ao nosso mundo social, às nossas crenças culturais e religiosas, ao nosso passado multigeracional e às nossas esperanças e sonhos para o futuro’. Tais sistemas de crenças são identificados como a capacidade para ressignificar a adversidade dentro de uma perspectiva positiva de transcendência e espiritualidade (ARAÚJO; MELLO; RIOS, 2011, p. 146).

Stefan Vanistendael é um autor que trata da relação entre fé e resiliência, defendendo que a primeira possibilita, e muito, o fortalecimento da resiliência. Para ele, “uma pessoa resiliente descobre, por meio da fé, a possibilidade de ser aceita sem condições” (in MELILLO; OJEDA, RODRÍGUEZ, 2004, P. 95).

E, através da espiritualidade, a pessoa consegue criar um sentido e significado para a vida, que lhe dará um impulso importantíssimo para a continuidade da vida após uma profunda tristeza. E o sentido criado deve ser válido, também, para a situação traumática. Quando se coloca sentido no sofrimento, quando se questiona “por que eu”, “por que esta situação tinha que acontecer comigo”, a amplitude da situação aumenta, fazendo com que se possa olhar por várias perspectivas.

Neste contexto, muitas opções de recursos para superar aquela adversidade ficam mais evidentes e disponíveis. “A pergunta pelo porquê remete a buscar o sentido nas causas, ajuda a esclarecer a verdadeira origem da situação traumática e a não se atribuírem falsas culpabilidades” (in HOCH; ROCCA LARROSA, 2007, p. 22).

Não são poucos os relatos de pessoas que afirmam que só uma forte experiência de amor conseguiu dar-lhes novamente uma razão para lutar e para continuar a vida, oferecendo-lhes um sentido para viver e superar-se. São depoimentos que, às vezes, se escutam não só em casos de perdas graves ou doenças, mas também em situações físicas aparentemente irreversíveis como pode ser o uso de drogas pesadas. A pergunta pelo porquê brota naturalmente do contato com o sofrimento inocente e leva à busca de uma resposta. O ser humano sofre ainda mais quando não encontra uma resposta satisfatória (HOCH, ROCCA LARROSA, 2007, p. 23).

Através das tentativas de se criar um sentido para o sofrimento, essas pessoas podem se tornar mais altruístas, colocando-se no lugar de outro que sofre e cuidando das necessidades daqueles que padecem. Vanistendael diz que cuidando do outro, cuida-se de si mesmo (Cf. MELILLO; OJEDA; RODRÍGUEZ, 2004, p. 99). O altruísmo, o amor ao próximo, o cuidado com o outro, o colocar-se no lugar de alguém são pilares de resiliência e podem ser desenvolvidas através da espiritualidade.

Porém, Vanistendael salienta que a espiritualidade que resulta em resiliência é aquela onde a fé não promove violência contra si e contra os outros. Se o contrário ocorrer, não há formação de resiliência, já que este conceito se caracteriza por um crescimento, evolução, busca por melhorias, aprendizagem positiva.

Autores como Grunspun também defendem que “crer, acreditar, perdoar em nome de Deus é a construção de um escudo protetor importante para adquirir resiliência na vida” (GRUNSPUN, 2005, p. 159). Portanto, acreditar que há alguém ou um ente superior que é responsável pela existência das pessoas e que dá sentido aos atos humanos é uma forma de lutar pela vida e melhorar vários aspectos do próprio desenvolvimento.

A concepção sobre força maior, divina, abre novas perspectivas e fé nos propósitos, nas inspirações e na intuição que tem. Espiritualidade com suporte congregacional permite suportar crises e superar com recuperação. Confiando num ente superior, alcança-se maior significado no que realiza e constrói e pode crescer com a adversidade, sentindo que não tem somente a força dos homens, mas uma força superior a todos os homens (GRUNSPUN, 2005, p. 143).

Para Grunspun, é importante que os pais estimulem a espiritualidade de seus filhos desde a mais tenra idade, independente da religião professada pela família, para que a criança cresça com a ideia de pertença a um universo ainda maior do que aquele conhecido no seu cotidiano. Através deste estímulo, a criança passa a se valorizar como pessoa, respeita os outros, assim como o Criador, nutre uma forte segurança interna e cria expectativas positivas e boas para o futuro. De acordo com o autor, esta forma de se criar os filhos ajuda a promover a resiliência desde a infância.

Há autores que focam na questão da esperança, como no caso de Susana Rocca que afirma que “a resiliência desafia e impulsiona para assumir conscientemente a necessidade de situar-se numa perspectiva de esperança” (HOCH; ROCCA LARROSA, 2007, p. 25). A força em acreditar que há ainda alguma chance faz com que a pessoa reaja ao sofrimento, no intuito de buscar por esta esperança.

A esperança é, muitas vezes, citada como sendo uma força motivadora para a superação. Peres defende que ela pode reduzir a sensação de perda de controle em momentos de elevado estresse, consolidando uma estrutura capaz de proteger aquele que sofre e que se sente desamparado, fortalecendo-o para que se sinta capaz de reconstruir a própria vida. A esperança, então, faz com que a pessoa consiga interpretar os acontecimentos ruins da sua vida e, conseqüentemente, atribuir-lhes significado e conexão (Cf. PERES, 2009, p. 248-250).

Outros autores acreditam que tudo aquilo em que o indivíduo crê vai estar diretamente ligado à construção, ou não, da resiliência e da força de superação. Como o sujeito vê suas escolhas, em que ele acredita, o que ele planeja e sonha tudo isso irá ser determinante para colocar em ação, ou não, o processo de resiliência. Por isso, a questão da espiritualidade e da fé está diretamente ligada à resiliência do sujeito.

Para Walsh, o coração e a alma da resiliência se encontram no *Sistema de crenças* do indivíduo. Ele está dividido em três aspectos: a) atribuir sentido à adversidade, valorizando as relações interpessoais e reconhecendo que as adversidades fazem parte do ciclo de vida; b) um olhar positivo, que implica desenvolver iniciativa, coragem, perseverança e esperança, confrontando o que é possível e aceitando o que não pode ser mudado; c) transcendência e espiritualidade: a fé e a comunhão como agentes de transformação e crescimento na adversidade (HOCH; ROCCA LARROSA, 2007, p. 127).

Neste sentido, há trabalhos que focam diretamente o tema da perda de filhos e de como a espiritualidade ajuda no processo do luto. Estes estudos defendem que a

espiritualidade ou crer em algo sagrado auxilia na resignificação da vida após uma perda muito dolorosa e faz com que os pais encontrem um novo sentido para continuar vivendo, mesmo sofrendo imensamente (Cf. GREEFF & JOURBERT, 2007; ROBINSON et al., 2006).

Para estes autores, a espiritualidade, a transcendência, a fé estão entre os recursos mais utilizados pelos pais enlutados, a fim de buscarem uma possível transformação e adaptação de toda uma vida após sofrerem a dor de perderem um filho. “A espiritualidade, a fé e a religiosidade tem sido reconhecidas como fatores de saúde mental justamente porque ajudam a pessoa a transcender, a enxergar além da adversidade” (HOCH; ROCCA LARROSA, 2007, p. 29).

Os autores afirmam que toda crise e toda adversidade traz com ela um sem número de oportunidades de crescimento e aprendizagem. Portanto, o fato de ter um filho morto também poderia ser uma ocasião desta. Porém, vê-se a dificuldade destes pais de conseguirem se reerguer após esta tragédia. Por isso, agarrar-se à espiritualidade pode ser, realmente, uma verdadeira “tábua de salvação” em um momento como esse.

Autores como Stefan Vanistendael, sociólogo holandês, defendem que a fé ajuda, e muito, no processo de luto dos pais que perdem um filho. Ele aponta o seguinte direcionamento para a defesa da crença em algo que transcende o ser humano como fator de resiliência:

Se uma pessoa é verdadeiramente muito querida, não podemos verdadeiramente compensar a sua morte. O ferimento de sua perda pode cicatrizar, mas a cicatriz fica. Todavia, com o tempo, nós podemos também descobrir pouco a pouco, em muitos casos, que a vida continua sendo possível para os sobreviventes, ou melhor, que esta vida vale a pena ser continuada e vivida. Tal descoberta é um processo de resiliência, um crescimento humano diante das grandes dificuldades. Trata-se de um crescimento paradoxal, na medida em que nós conseguimos assim integrar e positivar a fragilidade humana em nossas vidas – o que constitui um enriquecimento e um aprofundamento importante da vida. Em tal processo de resiliência, damos-nos conta de que a plenitude da vida é fundamentalmente diferente de uma vida sem problemas, muito mais profunda do que o perfeccionismo humano. Não se trata de uma fé aleatória ou ingênua. Ao contrário, a resiliência nos mostra que existe na vida uma dinâmica que busca a plenitude, mesmo através de situações muito difíceis e de ferimentos (VANISTENDAEL, 2008, p. 1).

Desta forma, a espiritualidade pode ser entendida como um fator de proteção dos mais eficientes para os pais enlutados, levando-se em consideração o apoio que o ambiente e a crença em algo transcendente podem fornecer. Seja na congregação de

uma religião institucionalizada, seja na busca pessoal pelo sagrado, qualquer forma de espiritualidade pode ser extremamente útil no sentido de oferecer ao pai e à mãe enlutada conforto, resposta, consolo, apoio.

4.4- Outros conceitos correlacionados à resiliência

Na literatura sobre resiliência há uma série de outros conceitos que apresentam relação direta entre si. Dentre eles estão *coping*, enfrentamento, *attachment*. No decorrer desta parte do capítulo, tentar-se-á elucidá-los a fim de haver um entendimento melhor posteriormente, quando ocorrerá a análise das entrevistas.

O uso do conceito de *coping* se originou ao se analisar situações bastante estressoras, como a guerra, e de como os soldados, por exemplo, conseguiam se reequilibrar a partir de experiências tão traumáticas. O estudo da saúde mental e como o indivíduo se coloca diante de situações muito adversas deram início à busca de conhecimentos sobre o estresse e suas consequências. O termo *coping* geralmente não é traduzido, porém, na bibliografia brasileira analisada foram encontradas traduções como “enfrentamento”, “adaptar-se a”, “lidar com”.

Richard Lazarus e Susan Folkman são autores que trabalharam o conceito de *coping*, trazendo ao questionamento a presença do estresse na vida das pessoas. Para eles, o *coping* se refere às estratégias utilizadas por indivíduos a fim de se protegerem das consequências de situações estressantes e adversas, sentidas e reconhecidas como ruins e negativas.

Os autores defendem que o estresse é “uma relação particular entre a pessoa e o ambiente que é apreciado por ela como excedente aos seus recursos, o que coloca em perigo o seu bem-estar” (LAZARUS & FOLKMAN, 1984, p. 19). O estresse tem, portanto, uma base subjetiva, pois o que é estressante para uma pessoa pode não ser para outra. A percepção da pessoa é que vai definir se a situação é ou não fonte de estresse, se ela vai dar conta ou não de administrar aquele momento.

Para Lazarus e Folkman, pessoas que passam pelos efeitos do estresse desenvolvem mecanismos e comportamentos para se protegerem das consequências ruins. Estas ações podem ser aprendidas, utilizadas e depois descartadas. São frutos de toda uma ação cognitiva consciente. Não são inatas, são aprendidas.

Os autores acreditam que os mecanismos são construídos através de um processo dinâmico que se dá entre o indivíduo e o ambiente. Neste processo, o sujeito tem a noção de como vai interagir com a situação estressora. Neste sentido, existe uma noção e avaliação consciente da situação para se chegar numa resposta, também consciente, de como amenizar o resultado negativo.

O sujeito vai empreender forças a fim de construir esta resposta de administração da situação adversa. Ele vai lutar conscientemente para dar fim à dificuldade. O estresse em si não é o fator mais importante para identificar o seu impacto, mas sim a forma que a pessoa atingida lida com ele. O *coping* é justamente esta forma de lidar com situações estressantes.

O *coping* pode ser focalizado no problema ou na emoção. Quando seu foco está no problema, o sujeito buscará formas de controlar o que causa este problema. Por exemplo, se for diagnosticado com uma doença grave, vai buscar informações de forma incansável a fim de tentar achar uma solução ou a possível cura. No caso do foco estar nas emoções, o principal objetivo é conseguir se manter equilibrado psicologicamente, com o intuito de reunir forças e chegar à possível solução.

Como será descrito no quinto capítulo, estudos científicos buscam relacionar a espiritualidade à saúde. Muitos destes estudos defendem que a prática religiosa ou espiritual traz benefícios tanto para a saúde física quanto para a mental (KOENIG, 2012). É nesse sentido que há uma tentativa maior de se analisar o que é o *coping* religioso/espiritual.

O *coping* religioso/espiritual pode ser observado quando uma pessoa se utiliza da espiritualidade/religiosidade, de sua fé ou daquilo em que ela crê, como meio de enfrentamento em uma situação difícil e estressante, seja ela uma doença, uma catástrofe natural, um ato de violência, a perda de alguém querido.

Kenneth Pargament, que é um autor de referência nas pesquisas sobre o tema, iniciou suas discussões utilizando apenas a denominação *coping* religioso. Porém, com o desenvolvimento das pesquisas envolvendo saúde e religião e com o aumento da adoção do termo espiritualidade, passou a se referir ao *coping* religioso/espiritual, ampliando assim o espectro de sua abordagem.

Para o autor, esta forma de nomear as estratégias que envolvem a fé, as crenças, as vivências religiosas como recursos para o enfrentamento de situações difíceis, faz menção tanto às doutrinas, rituais, práticas e instituições religiosas (*coping*

religioso) quanto à subjetividade na forma de buscar e vivenciar as questões espirituais (*coping* espiritual).

Pargament, no entanto, salienta para os perigos de uma brusca cisão entre espiritualidade e religiosidade, defendendo que a primeira tem, necessariamente, uma base religiosa. Para ele, esta relação estará sempre presente ao tratar de conceitos e termos como religiosidade/espiritualidade.

Os objetivos do *coping* religioso/espiritual são, então, a melhoria da qualidade de vida, a busca de um propósito existencial, o planejamento de um novo sentido de vida, a busca por superação, o equilíbrio emocional e físico, a intimidade com Deus, com o sagrado, ou com aquele que transcende, a crença de que um milagre possa acontecer, por exemplo, a cura (Cf. PARGAMENT, 1997 e PARGAMENT; KOENIG; PEREZ, 2000).

Para Pargament, as estratégias de *coping* religioso/espiritual podem ser positivas e negativas. As positivas são aquelas que levam realmente à melhoria da vida como um todo, que ajudam no entendimento do sofrimento vivido através da fé ou de orientação espiritual, que impulsionam o indivíduo a se tornar uma pessoa melhor. Estas estratégias podem ser a busca pela proteção divina, leituras de obras religiosas, participação em comunidades ou celebrações religiosas, pedir e dar perdão, orar ou utilizar pensamentos positivos para ajudar os outros.

Em contrapartida, as estratégias negativas do *coping* religioso/espiritual, de acordo com Pargament, são aquelas que trazem efeitos ruins na vida de quem as utiliza. Um exemplo poderia ser o fanatismo religioso, onde o crente não aceita cuidados médicos por causa de sua doutrina religiosa ou o fato de entender sua adversidade como um castigo divino (Cf. PARGAMENT, 1997).

Enfim, o conceito de *coping* está inteiramente entrelaçado com o de resiliência, já que esta é um processo dinâmico que envolve a superação, o ato de “dar a volta por cima” ao enfrentar um sofrimento, o *coping* pode ser entendido como a forma ou o recurso utilizado. Este conceito, assim como o de resiliência, ainda é pouco conhecido, mas vê-se um aumento do interesse por ele ao se encontrar muitas publicações recentes, nas áreas da psicologia, medicina, teologia.

Attachment também é um conceito que remete à resiliência, por se referir ao apego e aos vínculos que um sujeito faz desde o seu nascimento. A Teoria do Apego, formulada por Bowlby, e já citada neste trabalho, foi uma das precursoras da compreensão atual, no sentido de defender o valor do apego entre o bebê e seu cuidador,

afirmando a importância desta primeira vinculação e demonstrando o seu reflexo nas relações pessoais posteriores e durante todo o ciclo vital.

Para Bowlby, o apego é um comportamento que faz parte da espécie humana e também de algumas espécies de animais. Ele é um mecanismo básico, assim como a alimentação. É suscitado, num primeiro momento, pela necessidade de sobrevivência e, a partir daí, são estabelecidos também, fortes vínculos afetivos entre o bebê e seus cuidadores.

De acordo com a maneira como foram estabelecidos estes primeiros vínculos, as relações, pela vida afora do sujeito, tendem a seguir o mesmo modelo. Por isso, é possível estabelecer uma relação entre apego e resiliência, atendo-se ao fato de que uma das características mais marcantes da resiliência é a existência de uma outra pessoa que se coloca disponível para auxiliar na superação de situações de sofrimento.

A necessidade de apego se dá em todo o ciclo vital, acontecendo e sendo fundamental em qualquer etapa do desenvolvimento humano. O que se modifica é a forma e a intensidade em que acontece. No entanto, apesar da necessidade de apego na adolescência, na fase adulta e na velhice, o momento em que o apego é mais importante é nos primeiros momentos de vida do bebê e durante toda a sua infância. Este sim irá definir como se processarão os demais vínculos na vida afora do sujeito.

O autor afirma que a criança que obteve segurança e carinho nos primeiros anos de necessidade de apego tende a ser mais positiva frente às dificuldades da vida, perseverante, com uma boa autoestima, confiante, solidária com os outros. Estas também são características marcantes de uma pessoa resiliente.

A figura de apego seria, então, seguindo a reflexão de Bowlby, um tutor de resiliência, pronto a transmitir a segurança e o apoio necessários, aceitando incondicionalmente o outro, fortalecendo esta relação, fomentando, assim, a resiliência.

Apesar da importância do apego durante toda a vida, vínculos se formam e se quebram também em qualquer etapa do desenvolvimento. A forma como a pessoa passará pelo luto de uma perda de um vínculo importante dependerá da forma pela qual o sujeito vivenciou seu apego em momentos anteriores da sua vida.

Assim também, após desfeitos vínculos que foram importantes, a formação de novos relacionamentos dependerá do papel do apego formado durante toda a sua trajetória de vida. Enfim, o valor do apego para o ser humano é importantíssimo e incomensurável.

Será ele que promoverá um comportamento mais ou menos resiliente, defendem muitos autores. Neste sentido, tornou-se importante referir-se ao *attachment* ou apego, mostrando que a partir dele as relações posteriores e as conseqüentes perdas serão vivenciadas de forma salutar ou patológica.

Analisando-se mais profundamente a resiliência, vê-se que muitos outros conceitos poderiam ser correlacionados. Porém, levando-se em conta a especificidade deste trabalho, escolheu-se trazer à exposição somente os conceitos de *coping* e *attachment*. Porém, não se esgotam aqui as relações entre resiliência e seus pares e sinônimos.

4.5- Sobre a resiliência dos pais que perderam um filho

Parkes alega que, apesar do luto ser sofrido, que perder alguém muito querido causa uma dor avassaladora, o enlutado pode encontrar forças para continuar a vida, até de uma forma mais segura e humana. Está aí a relação do luto com a resiliência, onde aquilo que poderia destroçar uma pessoa pode ser o início de uma nova vivência mais positiva.

“Assim como ossos quebrados podem se tornar mais fortes do que os não quebrados, a experiência de enlutamento pode fortalecer e trazer maturidade àqueles que até então estiveram protegidos de desgraças” (PARKES, 2009, p. 22). No caso das pessoas entrevistadas para esta pesquisa, percebe-se que, a maioria, ou talvez todas, mostram uma capacidade de revisão positiva da própria vida, após a morte do filho.

Demonstram uma força em potencial em modificar o seu futuro, porém, nunca se esquecendo do passado, tornando o presente, incomensuravelmente dolorido. Demonstram que estão em busca de uma força interior que seja capaz de mostrar-lhes que vale a pena continuar vivendo, nem se for para se reencontrar com o filho, após a própria morte.

Pode ser confortador saber que os seres humanos são criaturas altamente adaptáveis e, a longo prazo, que a maioria é capaz de enfrentar até mesmo os acontecimentos que causam grande desorganização e sofrimento (PARKES, 1998, p. 45).

Encontrar um novo lugar para o ente querido que faleceu é uma das formas de conceber uma adaptação à nova vida após a perda. Ser grato ao tempo que passou com o

filho, de ter exercido a função de pai ou mãe da melhor maneira possível são maneiras de aliviar o sofrimento e de poder continuar vivendo harmonicamente com si mesmo. Esse processo demanda tempo.

[...] o trabalho do enlutamento pode ser uma atividade criativa, um gradual colocar de peças de um quebra-cabeças que, ao final, nos terão permitido encontrar uma imagem e um lugar em nossas vidas para as pessoas que amamos e perdemos [...] uma vez que são as lembranças felizes e os aspectos valorizados do relacionamento que guardamos e queremos perpetuar (PARKES, 1998, p. 93).

Desta forma, seguem as análises das entrevistas dos pais enlutados, sendo focadas as categorias que tratam dos processos de resiliência vivenciados por eles.

4.5.1- A resignificação da perda após a morte do filho

Como já explicitado, muitos autores defendem a ideia de que se pode tirar proveito de momentos de muito sofrimento para uma modificação positiva da vida. Não há como manter a vida da mesma forma após a morte de um ente querido, e em especial de um filho. Há que se fazer toda uma readaptação de como se vai seguir, em todos os aspectos.

Nas entrevistas notam-se situações clássicas de resiliência. Em todas elas, apesar da imensa dor sofrida pelos pais, a vontade e a necessidade de superação, embora algumas ainda bastante fracas, estão presentes.

A mãe Alegria, após dezesseis anos da morte da filha, inicia a entrevista afirmando que se sente feliz. O sentimento que norteia a sua vida é a gratidão e é este que fica evidente quando ela se mostra imensamente grata a Deus pela oportunidade de ter gerado uma filha tão desejada e por ter convivido com ela durante quinze anos.

Neste caso, é notável a reconstrução de uma vida significativa. Esta mãe, após 16 anos sem a filha, conseguiu criar uma forma de viver alegre e produtiva. Ela se coloca como uma pessoa feliz hoje, depois de passar longos anos de tristeza e saudade. Apesar da perda, ela consegue ser grata aos anos que passou com a filha e refez suas expectativas.

Viver de forma feliz é e sempre foi um grande objetivo para esta mãe. Ela não concebe uma maneira infeliz ou revoltada de viver. Para ela, é necessário fazer de tudo para se ter uma vida harmoniosa, tanto com os pais e irmãos, quanto depois, já com o

marido e os filhos. O fato de estar bem com a família é responsável pela maior parte de sua alegria.

Busca estar juntos daqueles que lhe fazem bem. A família, grande e unida, é o seu maior porto seguro. Deixa claro que teve uma infância muito feliz e que seus pais sempre foram muito carinhosos e equilibrados na educação dos filhos. Cresceu dessa forma e manteve esse jeito com a própria família que construiu, passando estes valores e forma de viver para seus filhos.

Os pais sempre foram muito religiosos e nunca permitiram um clima desarmonioso em casa. Os irmãos precisavam ser amigos e, caso ocorresse alguma desavença entre eles, era preciso providenciar a reconciliação o mais rápido possível.

A mãe rezava muito e sempre falava sobre paz. Pedia paz para todo mundo e sempre se dedicou muito à oração. “Minha criação foi com muito carinho, muita harmonia. Nunca ouvi meu pai gritar com minha mãe. Faziam questão da união na família. Então isso passa prá gente, a gente tenta passar pros filhos, né? (ALEGRIA, 2014, p. 1).

Pode-se relacionar a forma com que esta mãe foi criada com a teoria do apego de Bowlby. Relembrando, que para este autor, se uma criança foi criada no seio de uma família carinhosa, que lhe proporcionou segurança e afeto, que correspondeu às suas principais necessidades, ela tem maior probabilidade de criar vínculos estáveis e harmoniosos pela sua vida afora.

A tese de Bowlby é que esses apegos surgem da necessidade de segurança, desenvolvem-se precocemente na vida, costumam ser dirigidos a alguns indivíduos específicos e tendem a resistir por grande parte do ciclo de vida. A formação do apego com pessoas significativas é considerada comportamento normal, não somente nas crianças, mas nos adultos também. Bowlby demonstrou que o comportamento de apego tem valor de sobrevivência (WORDEN, 2013, p. 2).

E no tocante às perdas de laços importantes, a pessoa que desfrutou de vínculos saudáveis de apego também consegue compreender e lidar de forma positiva com a finitude da vida. Alegria se sentiu confortada por aqueles que tanto a queriam bem e que sempre estiveram presentes na sua vida.

O casal Tristeza, embora estivesse passando por um luto recente, tenta ressignificar a vida através da religião do filho, que, segundo ele, foi uma herança do

próprio filho, já que este se preocupava muito com a salvação dos pais através da religião.

Durante a entrevista, não foi citado sobre a família de origem dos pais. Como o luto é recente, parece que estes pais focaram somente na morte do filho e na dor que sentem. Mesmo assim, uma resignificação da própria vida após dor intensa pode ser considerada.

A mãe Gratidão, após 32 anos da perda de seu bebê, conseguiu resignificar a sua vida através dos outros filhos que teve, dos netos que estão chegando, através de sua vida profissional e acadêmica, através da música e, principalmente, como ela deixa claro, através de sua enorme fé, que nunca se abalou, mesmo nas circunstâncias de maior sofrimento.

O fato de ter recebido o pseudônimo de Gratidão mostra que esta mãe é grata a tudo o que lhe ocorreu, até mesmo pela dor intensa de ter perdido o seu bebê. Para ela, tudo o que transcorreu após a perda veio para lhe ensinar o quanto é bom viver e valorizar os momentos, as pessoas ao redor, as conquistas e a fé, já que esta é a base para tudo, segundo esta mãe. “Eu sou muito grata à vida, eu acho que eu sou muito otimista [...] eu vejo a vida me compensando muito, enfim. Deus também nessa história toda dando em dobro outras coisas e tal. Sempre tive esse olhar” (GRATIDÃO, 2014, p. 5-7).

Para Gratidão, tudo o que aconteceu depois da sua dolorosa perda veio para deixar claro como a vida continuou sendo gentil com ela, já que passou a valorizar os bons momentos, as pessoas com quem convive, as oportunidades profissionais e de estudo, a fé inabalável, que a motiva a viver todos os dias.

A mãe Saudade também resignificou a sua vida após a dolorosa perda de seu filho, já que hoje o seu filho mais novo juntamente com o seu marido são grandes motivadores para a continuidade de sua trajetória. Porém, a sua fé é algo que é mais forte e mais determinante, já que, para ela, a vida só tem sentido se for através de suas crenças, que são inabaláveis.

A solidariedade para com outros pais enlutados também se mostrou algo imprescindível para esta mãe. Poder compartilhar de sua experiência, auxiliando outros pais a terem força para continuar tornou-se algo elementar na sua vida. O prazer que isso dá aumenta as suas forças para continuar trabalhando a própria dor.

O fato de a solidariedade contribuir para o processo de resiliência está diretamente ligado ao que Erika Schuchardt defende em sua abordagem. Para esta

autora, a pessoa em crise passa por oito etapas, desde o conhecimento da situação desagradável, que é a fase da incerteza, até a última fase, onde há a aceitação total da situação, que é chamada solidariedade. O ato de ajudar as pessoas que passam ou passaram por sofrimento semelhante garante uma nova forma de visão da situação, tornando este sofrimento fonte de aprendizado, amenizando-o.

A mãe Sensatez buscou ressignificar a morte de seus filhos agarrando-se ao fato de ter outros filhos para cuidar. Quando perdeu seu bebê recém-nascido, tinha o irmão gêmeo necessitado de cuidados. Isso fez com que esta mãe se focasse totalmente no filho a fim de garantir a sua vida e, conseqüentemente, a própria vida. Passar dias na UTI de um hospital lhe deu ânimo. Após a segunda perda, sentiu necessidade de engravidar logo em seguida. O filho caçula chegou como um alento a sua vida, lhe trazendo novo sentido para viver.

A mãe Respiração também ressignificou a sua perda agarrando-se às filhas, ao neto e ao marido, ao trabalho e, principalmente, à fé, que, segundo ela, é o que traz sentido à vida. Esta mãe já trazia uma busca constante sobre como vivenciar esta fé de forma profunda. Interessante apontar para o fato de que uma prima, quando perdeu sua filha há muitos anos atrás, lhe despertou para a vivência espiritual ao aceitar a morte dela de forma serena, mas confiante a Deus.

Este fato fez com que Respiração tentasse entender esta prima e se tornou um exemplo a seguir. A mãe, na época, ainda disse que nunca gostaria de passar por esta dor, tamanha a incapacidade de pensar sobre ela.

Então, após o suicídio do filho, Respiração tenta olhar a sua dor como um desígnio de Deus, buscando estar junto Dele e de sua família, com o objetivo de conseguir forças para seguir.

4.5.2- A importância de uma outra pessoa para o processo de resiliência

Alegria relembra a importância de tantos familiares e amigos que compareceram ao velório da filha. Para esta mãe, é muito importante que as pessoas vão e deem o seu abraço. Segundo ela, este apoio é fundamental num dos piores momentos: o de enterrar um filho. “Tinha pessoas tão queridas lá com a gente que marca. Por isso que as pessoas têm que ir ao velório. A pessoa está tão triste que qualquer um que ele olha, vê que tem carinho. Não precisa falar nada” (ALEGRIA, 2014, p. 2).

Fica nítida aqui a importância da ajuda de outras pessoas, numa situação de tristeza enorme, para que a resiliência possa ser construída. Sentir-se aceita, amada, sem julgamentos ou críticas, é uma característica clássica dos indivíduos que desenvolvem a resiliência.

Alegria enfatizou um acontecimento que a ajudou muito em seu processo de resiliência, e que aconteceu logo após o enterro da filha. Ela esperou os amigos e familiares irem embora e resolveu sentar perto do túmulo da filha, para esperar escurecer e só depois ir embora. De repente, ela sente alguém tocando em seu ombro. Era a sua mãe. Ao se voltar para ela, esta lhe estendeu a mão e disse: “levanta”. Neste momento, sentiu-se obrigada a obedecer a mãe e reconhece que aquele gesto foi o que a salvou de uma possível futura depressão.

Ela me tirou do fundo do poço porque ela me pegou pela mão e falou “levanta”. Ela falou levanta e tinha que levantar. Levantei e falei que queria ficar mais um pouco com ela. Ela falou “vamos embora agora”. Eu fui. Essa mão da minha mãe me levantou. Aquela força. Ela já estava com 86 anos. Eu levantei e fui porque não tinha como desobedecer a mãe. Depois fiquei analisando. Minha mãe me tirou, talvez, de uma depressão profunda. Não foi só o levantar dali. Se eu ficasse ali eu não ia atender o pedido de ninguém, nem do meu filho, nem de um amigo. Foi a pessoa certa. Ela não me tirou só dali não. Ela me tirou do fundo daquilo que eu poderia hoje não ter reagido [...] Precisava tocar a vida. A gente tem que ter esse apoio. Tem que ter alguém que puxa pra cima (ALEGRIA, 2014, p. 2).

A rede de apoio que se estabelece como fundamental na formação da capacidade de resiliência fica nítida no caso da mãe Alegria. De acordo com as teorias sobre a resiliência apresentadas, pode-se considerar esta mãe como resiliente. Ela teve consciência de sua trajetória, mergulhou no mais alto grau de sofrimento após ter perdido a filha, permitiu-se ter esse tempo para sofrer e encontrou forças para dar a volta por cima, buscando recursos que a ajudassem a reconstruir sua maneira própria de significar a vida.

A resiliência é um processo de desenvolvimento onde existiu um entendimento e um atendimento às necessidades básicas de nutrição, proteção, segurança, valorização e amor ao longo da vida do sujeito., favorecendo a possibilidade de aproveitar os recursos do ambiente, para treinar as competências necessárias em cada fase da vida. O apoio de um adulto significativo, ou o amor recebido de seu entorno, está na base para o sucesso do desenvolvimento humano e do

comportamento resiliente (CHEQUINI in ARAÚJO; MELLO; RIOS, 2011, p. 135).

O casal Tristeza também relata como o apoio dos amigos é importante. É interessante notar que o pai, mesmo antes de saber da morte do filho, quando estava indo para o hospital, teve a companhia de um amigo, o qual perdeu um filho há quatorze anos. E este pai sabia que o filho do amigo estava morto. Então iniciou uma conversa sobre o fato de perder filhos. Ali mesmo no carro, este pai já começou a ter um amparo.

Aí meu amigo falou comigo: “Você sabe que eu tenho um filho que faleceu com 12 anos?” E eu falei que não sabia não. E ele explicou que o filho faleceu com 12 anos, com aneurisma. Ele disse que foi uma dor muito grande, uma ferida muito grande que abre. Mas ela vai cicatrizando, vai sarando, você nunca vai deixar de ver aquela mancha ali porque houve uma ferida ali, mas vai haver somente saudade, lembranças. Aí ele estava conversando esse assunto comigo. Ele já sabia. Ele estava me preparando (TRISTEZA, 2014, p. 1).

O fato de o filho ser um rapaz responsável, querido fez com que os pais se sentissem mais confortados. Até mesmo na hora do acidente, onde ele teve morte cerebral, as pessoas que o socorreram relatam o carinho que tiveram com ele. Os pais ficaram felizes ao saber que o filho teve carinho e cuidado até na hora da morte.

A mãe Tristeza diz que após a perda do filho conheceu muitas outras mães na mesma situação. E que isso é bom, pois forma-se uma corrente de apoio. Ali, todas entendem esta dor, pois já passaram pela mesma situação. “As pessoas que não passam, as palavras são outras, a forma de querer animar é diferente. As pessoas que não perderam filhos falam diferente” (TRISTEZA, 2014, p. 8).

Quando receberam a notícia da morte do filho, muitas pessoas amigas, colegas da igreja do filho, se dirigiram para a sua casa a fim de ajudar nos momentos mais difíceis, relacionados aos procedimentos burocráticos como, por exemplo, escolher caixão, arrumar o velório.

A mãe relata que logo após o sepultamento do filho, muitas pessoas iam até a sua casa confortar sua família. Parentes ficaram na sua casa e a ajudaram nos trabalhos domésticos, já que ela não conseguia fazer nada, só ficava na cama. Tudo isso foi muito importante.

Seis meses após a perda, estas visitas tornaram-se esporádicas. Poucas pessoas aparecem oferecendo apoio. “Apesar das visitas terem diminuído, ainda têm os bons amigos” (TRISTEZA, 2014, p. 16). Segundo o pai, as pessoas “vivem em outro mundo,

não entendem o que é perder um filho. O ritmo da vida das pessoas, os pensamentos, as coisas, são outros assuntos, que não nos interessam mais” (TRISTEZA, 2014, p. 14).

A mãe Gratidão também relata a sua experiência em relação ao apoio que recebeu de amigos. Logo após a perda, teve o apoio das colegas da faculdade (fazia faculdade de Psicologia e de História), que iam muito a sua casa. O retorno às aulas também foi de grande importância para a sua melhora, já que se sentia movida pelo propósito de se formar. “Retomar a rotina ajuda” (GRATIDÃO, 2104, p. 10).

Parentes e amigos a consolavam, explicando que o bebê poderia ter muitos comprometimentos por causa do mal que teve ao nascer. Que a morte foi a melhor opção, apesar de ser triste. Estas falas a consolavam e a deixavam mais forte frente à dor.

O casamento se fortaleceu frente à tragédia. Casados há pouco tempo, esposa e marido se uniram e sofreram juntos, porém mantiveram a convicção de que queriam ter mais filhos, que era este objetivo que eles iriam buscar sempre.

Esta união também foi muito importante para o processo de resiliência desta mãe. Sentir seu marido ao seu lado, também sofrendo por aquele filho, mas, ao mesmo tempo, construindo novos objetivos, apoiando, sendo companheiro. Este comportamento do marido foi visto por Gratidão como uma grande e importante contribuição.

A mãe Saudade relata que durante o tempo de internamento do filho e após a sua morte, ela teve que ser muito forte, porque o marido “despencou”. Ela foi a base firme, o alicerce da família. “Naquele momento eu tive que ser forte por causa dele, por causa do meu filho” (SAUDADE, 2104, p. 3).

Saudade também se sente muito bem amparando outras mães enlutadas. Faz esta atividade com o máximo de prazer. Ampara tanto espiritualmente, orando pela mãe, quanto com sua presença, ficando perto, conversando, ouvindo. “Eu só tenho uma tecla nesses casos: consolação. Meu objetivo é consolá-los. Sugerir a eles o que eles podem fazer que pudesse ajudá-los. E oferecer um ombro a qualquer hora” (SAUDADE, 2104, p. 15).

Sente-se bem ao ajudar esses pais, apesar de não ter sido ajudada da forma que queria e que precisava. Ela tece uma crítica quanto a isso, já que teve muitas pessoas por perto após a morte do filho, mas a ajuda que hoje ela disponibiliza para outros pais, ela não teve. Diz isso no sentido de que hoje, após quatorze anos, ela entende que o luto por um filho é um processo muito específico, muito subjetivo e individualizado.

A mãe Sensatez relata que teve muito apoio de amigos e conhecidos. Parentes, foram somente a mãe e a irmã que a ampararam. “Até vizinho que eu não conhecia vinha prá cá, trazia um bolinho, ficava batendo papo” (SENSATEZ, 2014, p. 3). Essa força demonstrada pelas pessoas foi muito importante para a sua recuperação.

Para a mãe Respiração, o apoio de muitas pessoas também está sendo essencial. O casamento, que passou por muitas dificuldades, tendo até uma separação que durou anos, hoje se encontra fortalecido. Na ocasião da morte do filho, o casal já estava junto novamente, mas a dor e o sofrimento uniram ainda mais marido e mulher, fazendo com que os seus sonhos e todo o planejamento de uma vida fossem revistos.

4.5.4- O trabalho e o estudo como fontes de superação

O trabalho como costureira é uma questão que sempre ajudou Alegria. Mesmo durante o período de doença da filha, as pessoas que iam até sua casa a ajudavam a descontraír, mesmo a filha que se encontrava doente, que sempre incentivou muito a mãe na profissão. As clientes e amigas chegavam e davam muita alegria para as duas. “Se a gente não trabalhar a gente adoce” (ALEGRIA, 2014, p. 3).

O mesmo continuou acontecendo após a morte da filha, pois segundo Alegria, ela lida com beleza e alegria e isso a faz se esforçar para ficar bem e receber a todos de uma forma alegre, comunicativa e atenciosa. “Eu quero ser feliz para atender as pessoas. Se eu ficar reclamando da vida, falando que perdi minha filha, ninguém volta. Ninguém quer lamentação. Tristeza cada um tem a sua” (ALEGRIA, 2014, p. 1). O trabalho, além da fé, foi o que mais lhe deu forças para a superação.

Se eu tivesse olhando pra parede, olhando pro chão. O que seria da minha vida? Se a gente ficar muito ociosa vai ter que fazer alguma coisa. Ninguém tem tempo pra gente. Todo mundo tem compromisso. O trabalho me preenche. Eu tenho essa profissão, graças a Deus. E com isso vem muita gente aqui. Isso incentiva. Eu não posso destrar as pessoas. Isso me ajudou muito. Se não fosse o trabalho, quem passa por qualquer tipo de dor, acho que até adoce (ALEGRIA, 2014, p. 17).

Alegria diz que sempre foi muito positiva e que esse jeito de ser sempre a ajudou muito nos momentos em que precisou resolver as dificuldades que surgiram. Afirma que sua vida não foi fácil, que passou por muitas dificuldades e perdas importantes, mas

que sempre olhou para isso como uma forma de aprendizagem. Cresceu muito vivenciando as adversidades e se mostra muito grata a todas estas intempéries.

A mãe Gratidão também relata como a profissão e o estudo foram de fundamentais importâncias na sua vida depois que perdeu seu bebê. A partir daí, buscou conduzir sua vida da melhor forma possível. Profissionalmente, sente-se satisfeita ao se colocar à disposição dos outros para ajudar, como psicóloga. Abraçou a vida acadêmica e seu mestrado e doutorado significam muito para ela.

A música foi outra forma de se manter equilibrada frente à dor da perda. Como compositora, fez muitas músicas que, reconhece, têm toques de poesia para o filho morto. Dessa forma, tenta elaborar a perda utilizando-se dessas maneiras construtivas, que lhe dão o suporte necessário para se ver como uma boa mãe, boa profissional, boa pessoa. Como ela diz: “Sou grata à vida” (GRATIDÃO, 2014, p. 5).

O ato de cantar está diretamente ligado ao centro de nossas emoções. É com a nossa voz que damos uma roupagem única à canção que escolhemos para executar. Da mesma forma, a nossa voz traduz muito sobre o nosso estado de espírito, não como um dicionário exato, mas como um sinalizador do nosso estado de espírito, quando, por exemplo, nossa voz está trêmula, contida, fraca, com brilho, embargada, entre outras formas. A canção que escolhemos para cantar ou para escutar, de uma forma ou de outra, está relacionada com a nossa trajetória de vida (DREHER, in HOCH; ROCCA LARROSA, 2007, p. 181).

Gostar de suas profissões, psicóloga e professora, também é um ganho que veio após a morte de seu bebê, e que a ajudou na superação de sua dor. Ser cantora, poder compor músicas, lançar um CD, também foram atividades prazerosas que permitiram uma reelaboração diante da dor. “Tudo que veio depois veio no sentido de superação, de alegria, de renovação mesmo. Amadureceu também. Me amadureceu. Me silenciou também prá outras coisas, mas no bom sentido” (GRATIDÃO, 2014, p. 9).

A mãe Respiração também afirma que o trabalho a preenche muito. O genro precisou montar uma empresa de costura na sua casa, já uma semana depois da morte do filho. No início, ela sendo costureira, resistiu a trabalhar. Mas, logo depois, teve que ajudar na confecção das roupas. Hoje ela diz que não tem tempo de sofrer, que sua vida é uma correria e que isso tudo é muito positivo.

Eu disse que não ia conseguir, não tenho cabeça prá isso. Quando trouxeram os panos, eu não sabia o avesso e direito do pano. Eu punha

o molde e não sabia pra que lado o molde ficava. Eu falei: “Eu não vou conseguir”. Aí ajoelhei e falei: ”Senhor, eu não sei porque isso está acontecendo agora, mas a gente tem que ficar forte. Eu não consigo. Meu raciocínio não está bom”. De repente, eu comecei a desenvolver o corte, que eu me surpreendi. Eu comecei a enfiar e cortar assim, melhor do que eu cortava. Comecei a mostrar produção. Então aquilo vai te preenchendo a cabeça (RESPIRAÇÃO, 2014, p. 20).

4.5.5- A importância do humor

Ser e se sentir otimista é outra característica do sujeito resiliente. O otimismo é possuir “a esperança no futuro e a crença de que se está no controle da direção de sua vida” (BARRETO in ARAÚJO; MELLO; RIOS, 2011, p. 193). Alegria se coloca desta forma, sempre acreditando que os momentos difíceis vão passar e que novos projetos serão alcançados. Sua esperança no futuro era e continua sendo um fundamento de sua vida.

Ela comenta da necessidade do sorriso, da gargalhada na vida de qualquer pessoa. Depois que perdeu a filha fez tratamento com um acupunturista e percebeu que não gargalhava mais. Somente sorria, mas não ouvia sua própria gargalhada. Sempre foi conhecida como muito alegre e brincalhona e não conseguia mais se mostrar desta forma.

Após este tratamento, se conscientizou da importância do riso solto, da gargalhada. Esforça-se ao máximo para sorrir muito e aproveitar os bons momentos que a vida proporciona e ser grata a tudo isso.

“O humor se torna escudo protetor frente a estresse ou trauma, desenvolvendo fatores de proteção e fatores de resiliência, ajudando o processo resiliente [...] o humor aumenta a resiliência desde a primeira infância” (GRUNSPUN, 2005, p. 111), defende este autor. Para ele, o senso de humor, o riso solto, a alegria, a risada são altamente benéficas no processo de resiliência. Trazem bem-estar e qualidade de vida.

O senso de humor devolve a alegria e o prazer da vida, desta forma ajuda a vencer a tristeza e o sofrimento. Também ajuda a aumentar a autoestima, sensação de bem-estar consigo mesmo. Através dela, a pessoa se sente confiante para buscar outros relacionamentos que lhe sejam positivos. Torna-se também importante recurso contra o estresse.

Temos todas as evidências de que nos adultos o humor ajuda a enfrentar o estresse. Com a escalada atual nos níveis de estresse, é mais importante do que nunca ter as ferramentas de resiliência para enfrentar e para lidar com estresse e crises, e o bom humor é fator resiliente que colabora nesse processo [...] Os estudos sobre benefícios do bom humor no estado físico dos adultos têm demonstrado estimulação do sistema imunitário com aumento da imunidade, em pesquisas médicas chamadas de PNI (psiconeuroimunologia). As investigações apontam que risada e bom humor contribuem para a estabilização da pressão arterial, além de reduzir a dor [...] Um bom senso de humor é plenamente reconhecido como poderosa ferramenta para habilidades interpessoais, servindo para boa convivência social, fácil e prazerosa [...] É um fator de resiliência que ajuda a enfrentar situações de conflito. O humor é uma fonte que serve tanto para exteriorizar sua raiva quanto para se defender da hostilidade dos outros (GRUNSPUN, 2005, p. 117-122).

4.5.6- Os outros filhos são motivações para continuar

Para Alegria, o filho mais velho também foi peça chave no processo de superação. A mãe o considera um herói. Perdeu o pai e a irmã e nunca foi uma pessoa irresponsável. Eles são muito amigos. “Se não fosse ele, como eu estaria? Então era ele por mim e eu por ele. Eu precisava estar viva por ele, por mim, e precisava dar andamento nas coisas. E eu não queria ser uma cruz na vida dele” (ALEGRIA, 2014, p. 3).

A força demonstrada por essa mãe é visualizada em toda a entrevista. Ela se forçou a ficar bem, trabalhando, cuidando da casa e do filho. Mas não se viu longe dos momentos mais tristes. Teve suas recaídas, sofreu e chorou muito. “A gente perde mas tem que fazer de conta que se está aqui inteiro” (ALEGRIA, 2014, p. 3).

[...] algumas mortes não desafiam a construção pessoal de significado de forma fundamental. Davis *et al.* (2000) conduziram pesquisas com duas populações diferentes de enlutados e identificaram que 20 a 30 % dos indivíduos enlutados parecem funcionar bem sem envolverem-se no processo de construção de significado. Daqueles que buscam um significado, menos da metade dos indivíduos o encontram mesmo após um ano da morte. Aqueles que conseguem encontrar um sentido, contudo, se ajustaram melhor do que aqueles que buscaram e não conseguiram encontrar, mas curiosamente, para alguns a busca de compreensão continuou mesmo depois do significado ter sido encontrado (WORDEN, 2013, p. XIV da Introdução).

A mãe Gratidão é grata à vida por ter lhe dado mais dois filhos, e consequentemente os netos. Ela viveu em função destes durante toda a sua infância e

adolescência, sempre muito preocupada com doenças simples que lhes afetavam, mas sempre muito feliz por ter tido a chance de gerar mais vida.

A mãe Saudade diz que seu filho mais novo também a ajudou, e continua ajudando, na reelaboração do seu sentido de vida. Esperar pelos netos que ela acredita que virão, lhe dá esperança e motivação para preencher um pouco do vazio que ficou. Porém, um detalhe importante, é que ela acredita que seu filho lhe dará um neto idêntico ao filho morto. Utilizando-se de referenciais genéticos, a própria médica lhe disse certa vez que esta possibilidade é alta.

Desde então, Saudade se agarra a esta esperança. Em conversas com o filho mais novo, já até pediu que o rapaz colocasse o nome do irmão falecido em seu primeiro filho homem, o que foi prontamente aceito. Ela disse que após ver o rostinho do neto, Deus pode levá-la, pois ela realizou o maior desejo: ver o filho falecido novamente.

A realização deste desejo seria uma reconstrução de vida de Saudade, já que é uma esperança construída, ou poder-se-ia pensar numa regressão, numa busca de continuação de vínculos com o filho morto, tão comum nas primeiras fases do luto? Pode-se pensar que este fato poderá trazer graves consequências para o filho mais novo e sua futura esposa, já que Saudade pode não conseguir lidar de forma tranquila com a frustração deste desejo. Neste caso, é válido dizer que a mãe Saudade pode vir a sofrer muito caso não nasça um neto semelhante ao filho que morreu.

A mãe Sensatez perdeu dois filhos. No caso de sua primeira bebê, que morreu logo após o parto, nascida aos seis meses de gestação, ela diz ter se recuperado muito bem pois não a viu após o nascimento. Então, diz ela, “eu não vi, então eu não tive” (SENSATEZ, 2014, p. 1).

Parece que todos os cuidados que ela precisou ter com o outro bebê gêmeo, que passou três meses na UTI, os fizeram se agarrar à luta pela sobrevivência dele. Este fato pode ter contribuído para a sua recuperação tão rápida.

Outro filho veio pra salvar a vida desta mãe. Isso aconteceu nas duas perdas.

Interessante notar que como no caso das mães Gratidão e Saudade, Sensatez também afirma que seu filho mais novo é muito parecido com o irmão falecido. Os gostos, a maneira de brincar, os gestos, a fisionomia são muito parecidos. Como essa mãe é da religião espírita, ela acredita que o filho, que hoje tem quatro anos, é a reencarnação do filho que se foi. Independentemente desse fato, essa nova criança teve uma importância muito grande para a tentativa de superação do luto de Sensatez.

A mãe Respiração, apesar do pouco tempo transcorrido da morte do filho, parece estar em processo de construção de um novo sentido para a vida. As filhas de Respiração são seu grande estímulo e motivação para continuar vivendo. São amigas, frequentam a mesma igreja e têm muita fé. Conversam abertamente sobre tudo o que aconteceu e são sempre muito unidas.

A filha mais velha estava grávida na época da morte do irmão. Então, esse primeiro neto é motivo de grande alegria para a entrevistada. Muito semelhante aos casos citados acima, é o fato de Respiração visualizar uma grande semelhança física do neto com o filho que morreu. Isso a enche de orgulho e felicidade. Será a busca do filho no neto? Ou, geneticamente, é possível que o sobrinho seja muito parecido com o tio, como afirmou a médica que atendeu a mãe Saudade? Pode-se pensar na possibilidade desta mãe estar projetando no neto a imagem, os sonhos e o futuro que o filho falecido não poderá mais ter e viver.

Para a psicanálise, a projeção é a “operação pela qual o sujeito expulsa de si e localiza no outro [...] qualidades, sentimentos, desejos e mesmo ‘objetos’ que ele desconhece ou recusa nele” (LAPLANCHE; PONTALIS, 2001, p. 374). Tudo aquilo que a mãe gostaria ainda de viver com o filho ou mesmo suas características físicas podem estar sendo projetadas no neto. Este mecanismo de defesa utilizado por Saudade, Sensatez e Respiração pode ser um empecilho no desenvolvimento dos outros filhos e netos, caso estas mães se relacionem com as crianças como se estas fossem os próprios filhos falecidos e projetem neles seus sonhos que não foram vivenciados com os que morreram.

Esta situação de buscar em outro filho ou até mesmo num futuro neto semelhanças com o filho que faleceu pode ser um aspecto muito negativo, já que se pode transferir um grande peso para aquele que veio para “substituí-lo”. Este pode vir a ter o seu desenvolvimento emocional prejudicado, já que terá como marca a realização de todos os sonhos de uma mãe ou uma avó sofrida, ansiosa por viver com ele tudo o que não foi possível viver com o outro que morreu.

Desta forma, estes filhos e netos podem vir a sofrer as consequências de uma possível falta de independência, de se colocarem como pessoa única e diferenciada dos irmãos e tios falecidos, a quem eles não conheceram. Porém, este fato é uma suposição do que pode vir a acontecer. Por outro lado, as mães citadas podem vir a elaborar este fato e terem um relacionamento muito equilibrado com os outros filhos e netos, observando nestes traços individuais, respeitando o jeito de ser de cada um.

4.5.7- Necessidade de construir novos sonhos

O pensamento no futuro fez com que Alegria sempre planejasse a sua vida. Sonhos e projetos são o que fazem com que ela siga a sua vida adiante. A preocupação com sua sustentação financeira fez com que ela reformasse toda a sua casa, com propósito de uma possível venda no futuro, caso as despesas aumentem muito.

Não quer ser dependente do filho, pois acha que ele não tem a obrigação de cuidar dela. Não quer dar trabalho, mas sabe que a velhice traz muitos gastos (por experiência de ter cuidado da mãe). E isso a impulsiona a se organizar para o futuro.

A mãe Gratidão mostra-se uma pessoa muito otimista, com grandes sonhos e projetos, tanto pessoais quanto profissionais. Vê a vida como sendo sempre muito compensadora, já que há a perda, o sofrimento, mas também existe aprendizagem, os ganhos, as alegrias.

Fala bastante sobre a vida sendo um processo infinito de construir, desconstruir, reconstruir. “Mas eu tento compensar muito isso. Me construir, reconstruir, construir coisas novas prá mim sempre, prá me salvar” (GRATIDÃO, 2014, p. 8).

Autores que trabalham a questão da resiliência são unânimes ao afirmar que ter sonhos e planejamentos para o futuro é essencial para o processo de superação. Para eles, quando a pessoa cria projetos ela se motiva para dar continuidade à vida e ganha ânimo para buscar o que planejou. O futuro ganha um sentido a ser conquistado e, mediante a esperança de se chegar até ele, a pessoa se sente mais forte a superar o momento atual sofrido (Cf. ARAÚJO; MELLO; RIOS, 2011, p. 146).

4.5.8- Esperança como recurso de superação

A esperança foi o que moveu Alegria durante todo o processo de adoecimento da filha. Esta também tinha esperança de ser curada. Tudo já estava pronto para o transplante de fígado, o plano de saúde já havia liberado todos os procedimentos, UTI aérea aguardando a qualquer hora. Só faltou o doador. “Porque até aquele último minuto se ela tivesse quatro horas de vida ela faria o transplante. Essa esperança move o mundo, não move? Ela teve esperança até o fim. A gente tinha essa esperança” (ALEGRIA, 2014, p. 10).

Mesmo assim, a mãe não se revoltou e não culpa ninguém. “Foi porque Deus não quis mesmo” (ALEGRIA, 2014, p. 6).

Até mesmo do momento da morte da filha, esta mãe tem belas recordações. Ela diz que a cena da morte “foi a coisa mais linda. Porque a gente passou tudo junto, eu não largava dela um minuto. Por isso eu sou serena” (ALEGRIA, 2016, p. 7). Poder acompanhar todo o processo de adoecimento da filha e estar sempre presente, até o último suspiro da filha.

Relata que não entrou em desespero em nenhum momento, apesar de estar muito triste. O fato de estar junto e de poder realizar os últimos pedidos da filha, como dar abraços e beijos, a fez ter muita paz e conforto. “Foi tudo assim tão natural. Acho que é isso que ficou comigo. Não teve aquela agonia, aquele desespero. Eu fui abençoada (com ênfase) com a partida assim” (ALEGRIA, 2014, p. 9).

Alegria relaciona esta esperança à vida de fé que sempre teve. E que foi e é a grande sustentação para a sua vida, em todos os momentos. Através de suas crenças, vindas da doutrina da ICAR, esta mãe interpreta os acontecimentos bons e ruins e lhes atribui significado positivo e os compreende como necessários, entendendo que as coisas que acontecem são de acordo com o que Deus quer dela.

A esperança a deixou mais forte para acompanhar o tratamento da filha, assim como a deixou grata por estar presente no momento da morte. Ela a capacitou a responder de forma afirmativa em um momento tão sofrido, promovendo nesta mãe a gratidão e fortalecendo-a para a reconstrução da própria vida.

A esperança no reencontro com o filho, em uma outra dimensão transcendente, também move o casal Tristeza, as mães Saudade, Sensatez e Respiração. Todos acreditam que após a própria morte terão a oportunidade de reverem os filhos e ficarem juntos novamente.

Esta esperança está extremamente relacionada com o uso da espiritualidade com o objetivo de se obter a resiliência psicológica. Por isso, será abordado com mais profundidade no próximo capítulo, que trata da questão da espiritualidade.

4.5.9- Chorar é lavar a alma

Alegria relata a importância do choro, das lágrimas. “Quando a lágrima está saindo, está lavando” (ALEGRIA, 2014, p. 10). Para ela, chorar tem muita importância nos momentos ruins, pois este ato faz com que as questões negativas possam ser liberadas e a possível solução encontrada.

Diz que chorou muito quando perdeu o marido e na ocasião da perda da filha não chorou tanto. Para ela, as lágrimas diminuíram com o tempo, após muita dor e sofrimento. Chorar traz sensação de alívio, segundo ela, e é também uma forma de se comunicar, mostrando que as coisas não vão bem.

Sentiu por não ter chorado tanto na partida da filha, pois não houve, segundo ela, a lavagem que seria tão fundamental. Chora pouquíssimo hoje, o que não quer dizer que é fria, mas que consegue se controlar diante de situações tristes, apesar de sentir dor e se abater quando fica triste.

O choro foi algo muito comum durante todas as entrevistas. Somente as mães Gratidão e Sensatez que não choraram, mas mesmo assim falaram da incontrolável vontade e necessidade de chorar após a morte do filho e durante o processo de luto.

4.5.10- Gratidão e resiliência

Alegria é grata pelo fato da filha ter passado quatro anos adoecida, pois assim, ela teve tempo de se preparar. Pôde conviver com ela o tempo todo, fazer tudo o que estava ao seu alcance para ela se sentir bem. “Quando eu sei que alguém perdeu um filho, se for de acidente eu fico louca porque aquela mãe não teve a oportunidade que eu tive de se preparar” (ALEGRIA, 2014, p. 11).

Até mesmo no velório, esta mãe continuou serena, querendo aproveitar todos os momentos com a filha, pois ela sabia que depois dali nunca mais. A identificação que a mãe utiliza em relação à perda da filha é com a Nossa Senhora, o que será explicado no próximo capítulo.

Após a morte da filha, o filho mais velho propôs à mãe adotar uma criança. Ela não quis, pois, aquela criança não substituiria a filha. A opção da mãe foi a solidariedade. Ajudar instituições filantrópicas trouxe uma nova forma de visualizar a vida. Contribuir com quem precisa a faz se sentir muito bem.

A mãe Gratidão recebeu este pseudônimo justamente por se colocar muito grata à vida, mesmo passando pelo sofrimento de ter perdido o seu bebê. Ela apontou esta característica muitas vezes durante a entrevista.

A mãe Saudade também se colocou como uma pessoa grata aos cuidados e palavras de força que recebeu após o falecimento de seu filho, mesmo que atualmente ela reconheça que poderiam ter feito algo a mais por ela. Por este motivo, gosta de ajudar e amparar pais enlutados, já que isso lhe traz alegria, pois conhece muito bem

esta dor. Faz esta atividade com muito prazer e trata os pais enlutados como gostaria de ter sido tratada na época de seu luto.

De acordo com muitos estudos, a solidariedade é vista como uma benfeitoria para a própria pessoa que é solidária. O ato de reciprocidade, que dá benefícios tanto para quem faz quanto para quem recebe, traz um vasto resultado positivo.

Como enfatizou Erika Schuchardt (Cf. MÜLLER, 1999), pode-se pensar que estas mães citadas tenham conseguido atingir a fase da solidariedade, onde conseguem se sentir bem ao fazer o bem às outras pessoas. Com esta postura, conseguem se sentir motivadas e aptas a se entregarem para o cuidado daqueles que necessitam.

Fazer o bem para o outro está diretamente associado à qualidade de vida, onde esta pessoa melhora seus relacionamentos pessoais e sociais, fortalecendo-se diante de si mesmo e com os outros (Cf. PERES, 2009, p. 288).

“O sentimento de pertencer a um grupo em que a solidariedade está presente permite que as pessoas lidem melhor, subjetiva e objetivamente, com eventos estressores como [...] falecimento de uma pessoa querida” (PERES, 2009, p. 288). Estar e se sentir parte de um grupo solidário faz com que haja maior motivação diante do sofrimento, pelo fato de que se torna mais fácil se planejar e sonhar com um futuro, com mais ânimo e alegria, já que as pessoas estão ali para apoiar-se mutuamente.

Pessoas que se envolvem em atos de solidariedade, têm a autoestima mais elevada e, por isso, se mobilizam em refazer sua própria vida e construir um significado maior para si mesmo (Cf. PERES, 2009, p. 289). Veem-se, como exemplos, muitos pais que perderam filho se empenhando em ajudar instituições que cuidam da mesma enfermidade pela qual o filho morreu.

4.5.11- Continuar morando na mesma casa para manter as lembranças

Alegria nunca pensou em mudar de casa após a morte da filha. A casa só traz lembranças boas e ela não quer se desfazer disso. Continuar morando no local onde a filha viveu a faz se sentir muito bem.

Quando quer se lembrar de algum fato corriqueiro da filha, é só olhar para aqueles cômodos, aquelas paredes e deixar com que as lembranças fluam. Mudar-se desta casa, como muitos a aconselharam na época da perda, é deixar tudo isso para trás, fato que esta mãe nunca quis.

Esta também foi a opção do casal Tristeza, que decidiu ficar na mesma casa após o falecimento do filho. Segundo o pai e a mãe, a casa tem muitas lembranças do filho, pois sempre moraram ali. Não querem ver estas recordações se dissiparem, já que em cada canto e cômodo há lembranças muito nítidas do filho.

4.5.12- O tempo para quem perde um filho

O tempo ajudou muito no processo de superação e de entendimento de tudo o que aconteceu, segundo Alegria.

E o coração da gente vai sossegando. Como diz assim, aquela chuva, tempestade, vai parando, parando, parando, aí você só vê chuvisco. Eu não sei se estou certa, mas analiso assim na minha vida. Uma tempestade, um tsunami, leva tudo, transforma tudo. Hoje está bem tranquilo mesmo. Juro que está. Tanto está que minha pressão está tranquila, graças a Deus. Porque a pressão sobe. Eu não deixo de tomar o remédio, mas toda vez que mede ela está bem, o cardiologista está feliz [...] Agora se eu ficar aqui com peninha de mim, sozinha. Nunca me fiz de vítima. Nunca fui negativa. Sonhar não custa (ALEGRIA, 2016, p. 17).

Hoje Alegria se diz feliz. Para ela, felicidade é a sensação do dever cumprido. É ter sossego, paz. É saber que poderia ter feito coisas muito melhores para a filha, mas reconhece que tudo tem limite e que ela fez o que pôde, da melhor forma. É feliz por ter uma casa, um bom salário, ter saúde, ter o filho saudável.

O casal Tristeza, pelo pouco tempo desde a perda, ainda está passando por momentos muito dolorosos, sem conseguir vislumbrar muitas situações onde a resiliência esteja explícita.

Geralmente, demanda um tempo até chegar a visualizar boas lições e aprendizagens vivendo um luto. No princípio, é muito comum que os pais não consigam ver nada de positivo na perda de um filho. Todas as mudanças foram para o mal e a saudade e os sofrimentos assumem um patamar tão alto que não conseguem nem visualizar como será o futuro.

Esse quadro é descrito e visto no caso do casal Tristeza, onde nem o pai nem a mãe enxergam nada que possa ser considerado como positivo na morte do filho. A única coisa que eles sentem é muita tristeza. Tudo para eles é tristeza. O futuro não é algo que lhes pertence. Vivem um dia de cada vez, ainda muito abalados.

Ainda não conseguem fazer a ressignificação do luto, não conseguem ainda fazer planos e imaginar que um dia sentirão felicidade novamente. Não possuem, ainda, uma vida significativa sem a presença do filho. Tudo ainda é muito envolvido de tristeza, dor, pessimismo.

O perigo existente é que estes pais não consigam sair deste ciclo, onde o sofrimento é que dita as regras, e o processo do luto se torne patológico. Colocar-se ou enxergar-se como vítima numa situação assim é bastante comum, ainda mais se levar em consideração que o luto é por um filho tão amado. Porém, é necessário que as pessoas que estão ao redor possam ficar atentas aos sinais de possível patologia.

A alegria contagia, mas a tristeza e o sofrimento também. Sofrimento também pode ser vício – quando alguém se ocupa com sua dor como se fosse o único a padecer. Não consegue se liberar para a vida, porque o sofrimento passou a ser o significado da própria vida – constrói um cemitério particular, ali vai enterrando os dias, os sonhos, os planos não realizados, e vai se enterrando junto um pouco mais a cada dia (WEISSHEIMER, 2013, p. 24).

Porém, mesmo diante de tanto sofrimento, que pode ser considerado normal em razão do pouco tempo transcorrido desde a perda e de toda a idealização dos pais em relação ao filho, observa-se algum sentido em se continuar vivendo, por parte do casal. E esta motivação em continuar seguindo está diretamente relacionada com a questão espiritual, quando os pais decidem viver e seguir a religião do filho.

Ao se depararem, após a tragédia, com a lista feita pelo filho, onde ele citava a preocupação com a salvação dos pais, o casal sentiu-se motivado a buscar a igreja que o filho frequentava. Esta busca criou um novo ânimo, pois além da questão espiritual, eles puderam preencher um pouco do tempo ocioso e também fizeram novas amizades num lugar onde se sentem confortáveis. Afinal, não é qualquer lugar. É a igreja na qual o filho congregava e era muito bem-querido.

Portanto, a espiritualidade pode ser a chave principal para a superação do luto destes pais. Exercer e conhecer a fé do filho alimenta a fé e a esperança do casal de, um dia, se reencontrarem com o filho na eternidade.

Já a mãe Saudade descreve assim seu luto e todo o seu processo de recuperação:

O coração da gente dói, como se fosse uma ferida e quanto você mais mexe mais sangra. Só que essa ferida, ela vai cicatrizar. E você vai olhar pra ela, vai tocar e não vai doer mais. Ela vai virar uma cicatriz. Cicatriz não dói. É visível, mas não dói. Eu digo que é a conciliação

da saudade. Aquele momento ali eu pude ver, a dor foi conciliada [...] Meu filho tinha 12 anos, 4 meses e 10 dias. Quando ele tiver 12 anos, 4 meses e 10 dias de morto, eu vou colocar numa balança e não tem dois pesos e duas medidas. Vai ser um peso só e uma medida só. A partir dali eu vou conseguir viver essa reconciliação. Essa data foi um marco. Foi quando eu consegui ir no Jardim da Saudade e ver a lápide e colocar a flor (SAUDADE, 2014, p. 6).

Só após este tempo exato é que a mãe conseguiu visitar o túmulo do filho. Foi um momento de extrema emoção, onde ela conseguiu colocar ali 12 rosas brancas, cada uma simbolizando um ano da partida do filho. Ela se sentiu muito bem, aliviada, confortada. “O senhor já me tratou. Estou tratada. Estou pronta. Obrigada senhor por me curar, curar a dor do meu coração, por estabilizar esse sentimento e guardar meu filho” (SAUDADE, 2014, p. 12).

A mãe Respiração aponta para o fato de que, todos os dias, precisa se lembrar de que seu filho não está mais na sua presença. Segundo ela, este dado tem que ser atualizado a cada dia que ela acorda pela manhã. Apesar do tempo que já passou desde o seu falecimento, para esta mãe parece que foi ontem que seu filho tirou a própria vida.

4.5.13- Necessidade de falar do filho e de ver as suas fotos

A mãe Tristeza frisa a necessidade de ter pessoas com quem ela possa falar do filho e desabafar a sua dor. Não são todas as pessoas que se colocam à disposição para isso. Os que se colocam, ela os consideram como amigos verdadeiros.

Eu falo muito, muito. Eu gosto de falar. Agora a pessoa que não gosta de me escutar falar sobre o meu filho, a pessoa não serve pra ser minha amiga. Eu tenho poucas amigas e boas. Porque tem gente que não é muito de ouvir. Fala: “Dá a volta por cima, a vida continua, seja forte”. Teve uma pessoa que falou: “Vai passear, vai ver vitrine” (TRISTEZA, 2014, p. 15).

Uma das ações que conforta a mãe é espalhar fotos do filho pela casa e ficar contemplando-as. Ela revelou mais de 500 fotos desde a morte e sente-se próxima a ele através delas. “Nunca quero fazer nada pra procurar esquecer meu filho. Quero lembrança bem viva dele. Faz muito bem” (TRISTEZA, 2014, p. 16).

A mãe Sensatez também gosta muito de ver fotos do filho. Costuma postá-las em redes sociais. Na hora que bate a saudade, ela abre os álbuns e fica vendo. Ela diz que isso ameniza um pouco. Costuma escrever relatos e depoimentos para o filho nas

redes sociais, em datas comemorativas, como o aniversário de nascimento, dia da morte, natal.

Em relação à mãe Respiração, uma questão que faz com que se sintam bem é poder falar do filho naturalmente na sua casa. Entre ela, o marido e as filhas é muito comum contar as histórias do filho, falar da saudade que cada um sente, de como o filho iria gostar de conviver com o sobrinho. “Ele continua muito presente aqui. Mas muito presente. A gente não evita de falar o nome dele. A gente não deixa de falar dele, as piadas que eram só dele” (RESPIRAÇÃO, 2014, p. 24).

Isso a deixa confortada e confortável por poder expressar seus sentimentos pertinentes ao filho. Isso ficou muito evidente durante a entrevista, quando as filhas entravam e saíam da sala onde ela era ouvida, sem interrompê-la. Percebeu-se que a entrevistada continuava falando normalmente, chorando às vezes e não se sentia acuada.

4.5.14- Uma nova gravidez

Gratidão também precisou ressignificar sua vida após perder seu bebê. Poucos meses após a morte de seu primeiro filho, ela já estava grávida novamente. E após 2 anos e meio engravidou de novo. Portanto, teve mais dois filhos homens, que no princípio eram tidos como a busca daquele que ela havia perdido. Porém, com o transcorrer do tempo, ela percebeu que não havia como preencher esse buraco que seu bebê falecido deixou e que não iria reencontrá-lo nos outros filhos. Que cada um seria único.

A gravidez a animou e refez a esperança de que teria alguém para cuidar. Que toda energia depositada no primeiro filho não havia acabado. Ela teria alguém para amar profundamente outra vez.

No caso de Sensatez, ela também quis engravidar logo depois da perda do filho mais novo, o que ela admite que foi muito confortador. A ressignificação de sua vida após a morte do filho está muito ligada a essa gravidez e ao novo filho.

Engravidando novamente ela precisaria cuidar de si mesma pra cuidar do novo bebê. E, com isso, não sofreria tanto pela perda do filho. E, também, ela acha que ter um filho só é muito complicado. “Ter um filho é a mesma coisa que não ter nenhum. Se eu só tivesse o Primogênito e se tivesse acontecido com ele, eu não teria nenhum” (SENSATEZ, 2014, p. 4).

A partir do nascimento dessa criança, Sensatez pode novamente fazer planos, sonhar e colocar em prática os cuidados maternos com o bebê, apesar de ter ainda o filho mais velho. Mas parece que ela precisava de outra criança para preencher o grande vazio que ficou.

Parkes defende que uma nova gravidez ajuda no luto das mães pois “dar à luz outra criança logo em seguida está intimamente correlacionado com luto reduzido, menor depressão e melhoras para a família” (PARKES, 2009, p. 193).

Ter um outro filho pode ser altamente benéfico para muitos casais que perderam o filho, porém, há aspectos negativos que precisam ser considerados. Ao depender de como a mãe ou como o pai pretendem reescrever a sua história, se pensam substituir a figura do filho que morreu, ter um novo bebê pode causar sérios prejuízos emocionais.

Quando os pais ainda são jovens, não é raro que resolvam substituir o filho perdido, tendo outro [...] Há muitas razões para duvidar da prudência dessas substituições muito apressadas, já que existe o perigo de que o luto pela criança perdida não se complete e que o novo filho seja visto não apenas como a substituição que é, mas como o retorno daquele que morreu. Isso pode levar a uma relação deformada e patogênica entre os pais e o novo filho. Melhor seria para os pais que esperassem um ano, ou mais, antes de começar de novo, para que pudessem reorganizar a imagem da criança perdida e assim conservá-la como uma lembrança viva, distinta de qualquer novo filho que possa ter (BOWLBY, 1993, p. 126).

A mãe Alegria diz que o filho mais velho, vendo sua tristeza com o fato da casa ter ficado vazia após a morte da irmã, sugeriu que ela adotasse uma criança. Porém, ela respondeu que não queria adotar, primeiro porque nenhuma criança seria a filha morta, nenhuma a substituiria, e em segundo lugar, não queria que o filho assumisse mais esta responsabilidade, em caso de sua falta.

O que adianta adotar, meu filho? Não vai ser ela. E outra, se eu adotar, qualquer coisa que me acontecer o responsável vai ser você. Você vai sempre carregar uma cruz que eu quis pra mim. Não é justo. Você vai ter a sua vida, eu tive a minha, fui feliz, vivi, fiz minha história. Você vai ter que fazer a sua. Sua irmã foi só sua irmã (ALEGRIA, 2014, p. 13).

A mãe Saudade disse que queria muito ter engravidado após a perda do filho, mesmo tendo seu filho mais novo, mas não conseguiu. Isso a deixou triste, mas não se revoltou e acredita que foi a vontade de Deus. Anos depois, ela precisou retirar o útero.

A partir desta cirurgia, ela entendeu que realmente Deus não quis que ela tivesse um outro filho. Agora aguarda ansiosa por um neto.

4.5.15- Seguir a religião do filho que morreu

Saber que o filho está bem, junto de Deus, na eternidade é o maior dos consolos para o casal Tristeza. Seguir a religião do filho, ler a bíblia, fazer curso de teologia e crer que o filho está na eternidade são as maiores motivações que dão forças para a família continuar. Acreditar que vai haver um encontro no futuro é o que nutre a família de esperança.

Autores defendem que alguma experiência altamente traumática pode levar a um aprofundamento da espiritualidade. O desespero toma conta e todas as respostas dadas não são suficientes para conter tal sofrimento. É neste momento que a espiritualidade pode desempenhar um papel de relevância para a superação de traumas (Cf. PERES, 2009, p. 249).

A participação na comunidade religiosa na qual antes o filho era atuante traz uma sensação de muito alívio e certa alegria para estes pais. Serem amparados por aqueles que eram colegas e irmãos na fé do filho traz uma sensação de continuidade da presença do filho.

O pai Tristeza tem consciência da transformação que a vida dele e de sua família sofreu, mas, pelo fato da tragédia ter acontecido recentemente (comparada às outras entrevistas desta pesquisa) ele ainda não consegue vislumbrar um futuro feliz. Ambos os pais, quando questionados se a experiência de ter perdido o filho lhe trouxe coisas boas, diz que não houve nada de positivo nesta vivência.

A vida mudou. Nossa vida é diferente agora. Estou percebendo que a vida é longa, a vida é passageira mesmo. A fatalidade que aconteceu com meu filho pra mim foi ontem. Um dia está passando rápido também. A vida passa rápido e é uma passagem mesmo. Não tem jeito não. O futuro é amanhã e a morte é um piscar de olhos. Se Deus acordasse ele não ia acontecer o acidente. E a morte dele foi instantânea. A vida dele era pra ser assim mesmo. É muito rápido. Porque nós somos ignorantes pra entender isso e aceitar e nós somos egoístas. A gente quer nosso filho do nosso lado. Somos egoístas nesse ponto. A vida muda a gente. A pessoa fala que o tempo faz esquecimento. A saudade fica mais fortalecida. A gente vai tomando noção realmente do afastamento, dele lá e a gente aqui, a gente percebe essa saudade mais forte. Eu não tinha noção do que era essa saudade, que ela podia aumentar (TRISTEZA, 2014, p. 21).

O pai salienta que foi Deus que determinou a morte do filho e, conseqüentemente, a sua tristeza atual e de sua família. Então, cabe a ele respeitar essa decisão, seguindo tudo o que a religião do filho diz, para que ele alcance, ele próprio, a sua eternidade e, com isso, reencontrar o filho no futuro.

Se Deus decidiu que os dois formassem, a partir da perda, um casal triste, então cabe a eles aceitarem esta decisão divina. A mãe manifesta a mesma opinião. “A gente não vivia alegre? Agora vamos ser um casal triste” (TRISTEZA, 2014, p. 24).

Para eles, todos os sonhos acabaram. Nada de material lhes enche mais os olhos. A única função, o único objetivo de suas vidas agora é “aguardar nosso espaço lá no céu” (TRISTEZA, 2014, p. 24). A vida deles se resume em encontrar a vida eterna e, desta forma, se reencontrar com o filho. E, de certa forma, é isso que lhes assegura a própria vida. É nisso que eles se agarram.

Neste ponto, a questão a ser pensada é na forma que a religião e a espiritualidade podem ajudar no processo de superação destes pais. Para eles, está sendo muito séria esta decisão de frequentar a religião do filho. A partir desta decisão, o casal começou a sentir esperança em ter alguns dias melhores após a perda, já que isso era impossível logo após a perda.

Vê-se, então, neste caso, que uma possível resiliência poderá ser processada a partir desta espiritualidade buscada pelo casal. A partir dela, os pais estão tentando compreender a própria vida, a perda, o que vale a pena a partir de agora e o que vão construir no futuro.

Com isso, a espiritualidade terá a função de oferecer a estes pais a construção de um novo sentido de vida. Assim, eles podem continuar vivendo, realizando a vontade do filho enquanto vivo e tendo certa qualidade de vida, conforto, segurança, apoio e motivação para os dias que lhes restam. “Centenas de estudos tem investigado a relação entre envolvimento religioso e saúde mental. A maioria deles revela que quanto maior o envolvimento religioso, maior o bem-estar e a saúde mental” (PERES, 2009, p. 246).

A mãe Tristeza diz que, por ter passado por tudo isso, “pegou muita experiência e aprendizado” (TRISTEZA, 2014, p. 26) no que diz respeito a perder um filho e como é este processo de luto. Aprendeu como falar do filho com as pessoas, já que a maioria não a escuta da forma que ela gostaria.

Neste caso, a própria experiência de vida do filho ajuda os pais a continuarem a vida, mesmo sem eles terem consciência disso. A busca pela religião, quando eles citam: “o que ele mais queria era a espiritualidade. O que ele estava buscando é a

eternidade” (TRISTEZA, 2014, p. 5), a honestidade, o conseguir controlar eficazmente o dinheiro (a mãe cita que o pai nunca conseguiu, mas agora ele vai vender o apartamento do filho, dar a metade do dinheiro para a noiva e com a outra metade vai comprar um apartamento e colocar no nome da filha).

4.5.16- Espiritualidade e resiliência

Em relação à mãe Gratidão, questionada se a perda do filho lhe trouxe coisas positivas, ela diz que sim. Afirma que após a perda, sua fé aumentou e ela se aproximou mais de Deus. “É o que mais me salva” (GRATIDÃO, 2014, p. 8).

Pesquisas demonstram que o fato de se ter fé, independentemente da religião e das crenças, traz importantes ganhos e benefícios. Autoestima, confiança, sentir-se amado e valorizado, ter esperança no futuro são características positivas que podem ser desenvolvidas por quem acredita em algo para além dele mesmo (Cf. PERES, 2009, p. 248). Esta mãe já se dizia espiritualizada e crente em um Deus que cuida e olha por todos. Após a perda de seu bebê, esta fé aumentou e se tornou a principal motivação para a continuidade de sua trajetória.

Questionada se hoje se sente feliz, Gratidão diz que está bem. Buscando se encontrar em seus projetos, um deles sendo o doutorado. Já tem netos e ver a família crescer é sempre muito bom.

Eu sinto que superei, que a gente supera todo dia, a saudade vem mesmo. Penso sempre nele, tem dias que menos, depois vem de novo a lembrança, sempre tem. Lembro muito da carinha dele, apesar das poucas horas que ele ficou comigo. Sempre lembro do que poderia ter sido. Penso no que poderia ter sido. A gente supera através do que a gente produz, produz com os filhos, com os netos agora, com a questão do conhecimento no doutorado e eu quero fazer o pós também. É isso que faz a gente superar. Também os relacionamentos que a gente tem, as pessoas que a gente convive, as novas que vão chegando. Tudo isso ajuda demais. Tudo isso me fez superar. Os meninos, a música, a fé, a arte (GRATIDÃO, 2014, p. 11).

A mãe Saudade, apesar de 14 anos terem transcorrido desde a morte do filho mais velho, ainda se sente muito sofreda. Porém, pode-se afirmar que conseguiu, também, resignificar sua vida após a perda e busca seguir amparando-se naquilo que encontra de bom.

Apesar de sua religiosidade a ajudar muito, ela se viu questionando o porquê do filho entrar vivo no hospital e sair morto. A resposta que ela teve é que só uma vida inteira crendo, tendo fé, tendo uma trajetória e um caminho dentro da igreja, é que fará com que esta fé seja o amparo neste momento tão difícil. “Aí você tem que viver uma vida, manter a sua fé pela sua convicção de vida. Vai contra a sua razão de ser” (SAUDADE, 2014, p. 4).

Diz que aceitou a morte do filho, entendendo que foi por vontade de Deus. Em nenhum momento se revoltou. Ficou firme durante o velório e enterro. Caiu, sofreu e começou seu luto logo após o enterro.

Para se levantar novamente, ela diz que sua fé foi o que a salvou. Os amigos da igreja e seus familiares a ajudaram muito também. Criou-se uma rede de proteção ao seu redor. Todas as famílias amigas, de todas as religiões, foram ao seu encontro. Ela se sentiu muito querida e cuidada, o que a fortaleceu diante do sofrimento. “Cada um segurava um pedaço de mim. Um a perna, outro o pé, outro o braço, cabelo, carinho. Cada um segurando um pedaço de mim e Jesus está segurando meu coração” (SAUDADE, 2014, p. 12).

Neste ponto, novamente fica nítida a importância da comunidade religiosa, onde as pessoas se veem como irmãs e se apoiam reciprocamente. O amparo social e espiritual vivido ali ajuda na superação de fortes traumas, como também, evita que comportamentos autodestrutivos arruinam a vida da pessoa, como um possível suicídio ou o uso de drogas (Cf. PERES, 2009, p. 250).

Saudade acredita que Deus não permite nenhum sofrimento a ninguém que não tenha capacidade de suportá-lo. Se Deus permitiu que seu filho morresse, Ele também deu forças a ela para superar. “Ele está comigo. Está me dando essa força” (SAUDADE, 2014, p. 8). Em todos os momentos relatados de tentativa de se manter forte, há a forte presença de Deus ou da sua religião.

Várias vezes, durante a entrevista, ela usa expressões como “Deus, me dá força” (SAUDADE, 2014, p. 8), “Deus me fortaleceu” (SAUDADE, 2014, p. 11), “quando o senhor me fortaleceu” (SAUDADE, 2014, p. 10), “Deus sabe das coisas” (SAUDADE, 2014, p. 9), “só o senhor é que pode nos dar essa paz. Não é a paz que o mundo dá, é a paz do senhor” (SAUDADE, 2014, p. 10), “a alegria do senhor é a nossa força” (SAUDADE, 2014, p. 17), “Eu não sou nada sem Ele” (SAUDADE, 2014, p. 17).

Saudade diz que “o momento mais importante da minha vida, enquanto ser humano, foi quando meu filho partiu, mas Deus me pegou no colo. Eu estava bem com

Deus. Sofrendo, sangrando, mas cantando e exaltando aquele que tudo fez” (SAUDADE, 2014, p. 11). Nesta afirmação, fica clara a necessidade da espiritualidade para esta mãe.

Apesar de seu extremo sofrimento, ela se sentia amparada por Deus e até se sentia bem por esse motivo. Sua consolação era saber que o filho estava melhor agora, ao lado do Senhor. Por este motivo, apesar do alto grau de tristeza, ela ainda exaltava de alegria por Deus estar com o filho.

Apesar desta mãe se mostrar forte e ter superado a dor da perda do filho, ela afirma que ainda precisa de muita ajuda profissional, como psiquiatra, psicólogo, professor de educação física. Como já citado, ela toma antidepressivos e ansiolíticos e diz que nunca conseguiu parar de tomá-los.

Afirma que, apesar de se mostrar forte e de ter sua fé concreta, ela ainda se vê com um organismo fraco, desde a morte do filho. Nunca teve depressão. Esta só se instalou após a perda. E que não se sente envergonhada de pedir ajuda especializada, mesmo após tanto tempo da partida do filho.

Neste ponto, pode-se questionar a verdadeira função da religião. Ela não subsidia todos os recursos necessários para o amparo do ser humano? Escaparia a ela o essencial, aquilo que, realmente, dará às pessoas o verdadeiro conforto? Levando-se em conta a teoria da resiliência, é possível que a espiritualidade dê àqueles que sofrem um amparo, uma resposta para os conflitos mais dolorosos?

O ser humano em geral necessita de recursos para conseguir lidar com as dores, adversidades, conflitos. Como é visto neste trabalho, a resiliência é uma abordagem atual que ainda necessita de muitos estudos. Por enquanto, pode-se afirmar que a espiritualidade é considerada um recurso para que a resiliência se instale nas pessoas em processo de sofrimento. Porém, esta não é uma característica imutável nem acabada e pronta, que resolverá todos os problemas de quem está passando por traumas.

Por isso, mesmo considerando uma pessoa resiliente num determinado momento, não quer dizer que ela esteja totalmente pronta e sem problemas a partir de então. Medicamentos, terapias, ajudas de outras pessoas e profissionais não podem ser dispensados em momentos de recaídas e de maior fragilidade. É importante que se lance mão destes recursos quando se fizer necessário. Saudade ainda diz que precisa destes cuidados, mas isso não retira dela a condição de continuar sendo considerada como resiliente.

Quando questionada se hoje ela é feliz, Saudade diz que sim. O que mais a ajudou foi Deus. “Palavra de ordem. Deus pai, Deus filho, Deus Espírito Santo. Foi o colo de Deus. Eu estava no colo Dele. Ninguém está melhor protegido do mal como quando está no colo de Deus” (SAUDADE, 2014, p. 16).

A segunda motivação em seu processo de superação foi o filho mais novo. Ele também precisava da mãe. “Depois de Deus, é o meu filho. E o meu marido precisa tanto. Eu vi que ele é tão frágil” (SAUDADE, 2014, p. 17).

Esclarece que, mesmo passando por todas as dificuldades, perdendo pessoas queridas, a única coisa que não se pode perder é Deus. “Eu perdi meu filho, eu devolvi meu filho a Deus, nada é nosso, tudo é Dele, mas eu jamais posso perder Deus. Porque ele está em primeiro lugar na minha vida” (SAUDADE, 2014, p. 19).

Em muitos momentos de tristeza, esta mãe pensou em se matar. Porém, a oportunidade de salvação, de encontrar a eternidade e, conseqüentemente, o seu próprio filho, a fez desistir de um possível suicídio. “Eu tenho muito medo de perder minha salvação. Isso me mantinha, até me impedia de cometer o suicídio” (SAUDADE, 2014, p. 25).

Eu nunca tive tanta certeza na minha vida como eu tenho hoje que Deus, eu não nasci em vão. Eu nasci porque Deus quis que eu nascesse mesmo. E Ele me mostrou que Ele tem um plano na minha vida. Sempre teve um plano na minha vida. Eu sempre coloquei na vontade, na direção do senhor, na brecha de Deus. Eu, como leio muito, especialmente a Bíblia, eu via ali alguns versículos que me davam respaldo para prosseguir. Um deles era até um versículo que fala assim: que se nós esperarmos apenas nas coisas desta vida, nós somos os mais miseráveis dos homens. Então, eu comecei a pensar assim: poxa, eu tenho que focar no céu. Chega uma hora que a bolha vai estourar. E é esse momento que me preocupa, que me dá temor. É quando a bolha estourar, é quando eu passar dessa vida para a eternidade. E se eu vou com Deus ou sem Deus. E aí essas coisas me davam motivação (SAUDADE, 2014, p. 24).

Perder seu filho foi uma dor insuportável, mas, apesar dela, ela não morreu e tenta se manter firme. “Eu perdi um filho e não sucumbi. Dei conta. Então, eu acho que vou superar qualquer adversidade que vir” (SAUDADE, 2014, p. 25).

Entende-se quando esta mãe comenta que, depois que perdeu seu filho, ela é capaz de suportar qualquer dificuldade que vier, pois já passou pela pior dor que um ser humano pode passar. Qualquer adversidade, por pior que for, não se igualará ao fato de ter perdido seu filho amado.

Para ela e para muitos autores, sobreviver à perda do filho já é sinal de resiliência, de superação. Somente o fato de sobreviver à pior dor do mundo já é visto como superação. Levando-se em consideração os casos analisados neste trabalho, todos os pais entrevistados devem ser considerados resilientes.

No caso da mãe Sensatez, quando questionada sobre o que a fez superar, em relação a hábitos ou práticas que ela considera importantes para ajudá-la, ela disse que não teve nenhuma prática como amparo.

Porém, disse que participava de uma reunião em homenagem aos entes queridos falecidos, numa casa espírita. Foi algumas vezes e achou muito lindo, mas muito triste. Disse que a crença espírita foi o que mais a ajudou. Acredita que só ela faz com que as pessoas compreendam a morte e a perda de pessoas amadas.

Sensatez acredita que não existe uma forma melhor ou pior de lidar com a dor de perder um filho. É a rotina e o dia a dia que vai colocando a vida em ordem novamente. “Não tem como lidar não. Você vive, você aprende no dia a dia, não tem como lidar não. É um dia de cada vez. Depois com o tempo que você vai melhorando. O segredo é viver um dia de cada vez. Não tem fórmula que possa ajudar” (SENSATEZ, 2014, p. 4).

Quando questionada sobre como se sente agora, se a dor já passou, se sofre, ela disse: “A dor sim. Agora não dói mais. Agora quando eu me lembro dele é saudade (pausa), essas coisas. Me sinto tranquila prá continuar minha vida. Se não tivesse meus filhos hoje poderia ser diferente. Ter um filho é como se não tivesse nenhum” (SENSATEZ, 2014, p. 9).

A mãe Respiração afirma que o trabalho, as filhas, o casamento, a religião são as principais sustentações que ela possui hoje e para as quais ela se mantém viva. Relata que após a morte do filho o seu trabalho aumentou, o que a assustou no início, mas que hoje é de grande importância, já que não tem “tempo nem de deitar pra chorar” (RESPIRAÇÃO, 2014, p. 24).

A igreja e a sua fé são o ponto forte de sua superação. Esta mãe cita inúmeras vezes o fato de que foi a sua fé a responsável pela sua sobrevivência. “Minha fé me salvou” (RESPIRAÇÃO, 2014, p. 30). Esta é a característica mais marcante da entrevistada.

Ela leva adiante e muito seriamente o pedido do filho, antes de se suicidar: “Mãe, não larga por nada a sua fé” (RESPIRAÇÃO, 2014, p. 14). Parece que isso a mantém viva, buscando apreender conhecimentos de sua religião e que a fortalecem na caminhada.

Ao ser questionada se houve algo de bom nesta dor, ela diz:

É tão difícil de falar, prá você falar que é uma coisa boa, como se você quisesse que isso acontecesse, nada melhor do que ter ele não. Nada melhor do que ter ele não. Mas da dor, é como se uma flor nascesse da dor, a dor aproxima, a dor comove, a dor move, a dor envolve. O que eu pedi a Deus? Meu Deus, salva meu filho. Eu acho que Deus me ouviu [...] Eu só queria que meu filho fosse salvo, que meu filho saísse dessa luta, que meu filho vencesse. Mas eu imaginei aqui, né? Não pensei dessa forma não. Mas, aumentou minha fé? Aumentou minha fé. Me aproximou mais de Deus (RESPIRAÇÃO, 2014, p. 30, 31).

Além disso, acredita que o filho lhe deixou de herança uma grande experiência com Deus. Através da perda do filho, ela pôde ver que sua fé é realmente concreta, aquela fé que ela sempre sonhou em ter. Ao pedir a ela que não largasse a sua fé, este filho lhe mostrou que ela conseguiria superar a tremenda dor através da fé, que é o seu maior recurso de resiliência após o suicídio do filho.

Eu estou me agarrando nessa promessa de Deus. E como Ele esteve presente na minha vida de uma forma extraordinária, tantas vezes. Não só na minha, porque senão podia pensar: eu sou doida, meu Deus. Mas na de outras pessoas, de outros irmãos (RESPIRAÇÃO, 2014, p. 35).

4.6- Sobre a resiliência dos pais que perderam o filho

“A construção de significado é um processo, não resultado ou conquista” (WORDEN, 2013, p. XIV da Introdução). Isso fica claro nos discursos dos entrevistados e pode ser consequência do tempo que se transcorreu desde a morte do filho. Para que o processo seja elaborado, pensa-se que quanto maior o tempo em que ocorreu a morte, maior a possibilidade dos pais de conseguirem ver algum significado neste evento tão sofrido.

Percebeu-se que as mães que perderam seus filhos há mais tempo (16 anos, 32 anos, 14 anos, 4 anos) tiveram mais oportunidades para ressignificarem suas vidas. O próprio tempo transcorrido fez com que elas pudessem ter mais momentos, atitudes e escolhas para repensarem a vida após a perda do filho.

No caso do casal Tristeza e da mãe Respiração, pelo fato de estarem num luto recente, ainda não conseguiram olhar para alguns possíveis aspectos positivos da perda. O casal Tristeza, ainda mais que a mãe Respiração, vive um momento de forte dor e

muita revolta, se rotulando de muito “tristes”, em qualquer situação onde esteja inserido.

Parece que não consegue se ver melhor ou feliz no futuro. Para o casal, a vida acabou quando o filho morreu. Nada mais faz sentido. Tudo é dor e sofrimento. As pessoas que não os deixam falar sobre o filho viram praticamente inimigas.

A única atividade que mantém, mesmo porque é considerada uma herança do filho, é ir aos cultos da Igreja Maranata e participar de um curso de teologia. Desta forma, pensa-se na possibilidade, de, através desta vivência na religião, conseguir se readaptar à nova rotina, sem o filho, e ressignificar sua vida.

A mãe Respiração, por parecer bastante esclarecida em relação à sua própria fé, só consegue ver seu futuro atrelado à vivência dos direcionamentos de sua igreja, que também é a Maranata. Tudo para ela está ligada à questão da fé. Seu futuro é visto como sendo uma escolha do Senhor e a sua ressignificação de vida e sentido depois da perda do filho é, até o momento da entrevista, unicamente de fundo religioso.

Outro aspecto observado em todas as entrevistas foi o fato dos pais e mães citarem estratégias utilizadas por eles que podem ser relacionados e classificados como mecanismos de defesa, que são analisados pela psicanálise desde Sigmund Freud até seus sucessores.

Na psicanálise, os mecanismos de defesa são reconhecidos, grosso modo, como as manifestações apresentadas pelo ego diante de exigências do mundo interno ou externo do sujeito. Diante de uma ameaça à sua desintegração, o ego se defende utilizando-se de atividades supostamente aceitas pela sociedade, de uma forma geral (Cf. LAPLANCHE; PONTALIS, 2001, p. 277-280).

Assim, mecanismos como a sublimação, fantasia, atividade intelectual, projeção, recalque são alguns exemplos de recursos que são utilizados e que, na maioria das vezes, não estão conscientes e racionalizados. As pessoas os utilizam no seu dia a dia e não reconhecem que fazem uso de tais refúgios.

No caso dos pais entrevistados, pode-se perceber o uso dos mecanismos de defesa, se analisados sob o viés psicanalítico. Há o uso, por exemplo, da negação, que é uma defesa no sentido de não reconhecer que algo ruim aconteceu. Em consequência, a pessoa se defende negando a ocorrência (Cf. LAPLANCHE; PONTALIS, 2001, p. 293). Sobre este, pode-se perceber em todas as entrevistas há o uso da negação, já que todos os filhos faleceram, mas há sempre uma forma com a qual a mãe ou o pai descreve tal situação, negando inconscientemente que a morte, de certa forma, ocorreu.

Um exemplo nítido é o caso da mãe Alegria, quando ela cita que Deus colocou uma barreira na sua frente no momento da morte de sua filha. Porém, como foi exposta na análise desta entrevista, esta negação não teve graves consequências para o desenvolvimento emocional desta mãe, já que ela conseguiu elaborar o luto da filha, posteriormente.

Outro exemplo do uso da negação pelos pais é no caso da mãe Sensatez, quando fala sobre a morte de sua bebê recém-nascida, a qual ela não teve contato nenhum após o nascimento. Pelo fato de não ter visto a filha, ela acredita que não a teve. Então, Sensatez pôde se dedicar exclusivamente ao filho gêmeo, que demandava cuidados especiais na UTI, sem sofrer o luto pela filha.

Neste caso específico, é complexo dizer sobre as consequências desta negação para Sensatez. Fato é que ela se dedicou ao filho e este zelo e maternagem contribuíram para a sua superação.

Outro mecanismo de defesa utilizado durante as entrevistas é a substituição. Esta fica evidente no caso das mães Gratidão, Sensatez, Saudade e Respiração. A substituição é vista pela psicanálise como uma busca, de forma inconsciente, de um substituto para satisfazer um desejo (Cf. LAPLANCHE; PONTALIS, 2001, p. 202). Nos casos citados, as mães buscam substituir o filho morto por outro filho, através de uma nova gravidez, ou até por um neto que já existe ou que está programado para o futuro.

Nestes casos, há riscos, pois esta nova pessoa (um filho ou um neto) pode vir a carregar tamanha responsabilidade de realizar todas as vontades da mãe ou da avó, já que não quer vê-la sofrer mais pelo filho morto. Há também a possibilidade deste substituto tornar-se frustrado ou revoltado por ter que suportar tamanha expectativa.

Em se tratando da questão trabalhada neste capítulo, a resiliência, tenta-se fazer um paralelo, já que os mecanismos de defesa parecem estar diretamente relacionados aos fatores de proteção ou às formas que os pais enlutados buscam para tentarem superar a dor e o sofrimento.

Como já mencionado, a resiliência ainda é um conceito considerado novo na psicologia, estando ainda em construção. Relacioná-la à psicanálise se torna complexo, pois nem Freud nem seus sucessores utilizaram diretamente este termo. Porém, é possível ver relações entre os construtos.

Como dito, sendo os mecanismos de defesa utilizados para abrandar situações dolorosas sofridas pelo ego, pensa-se que os fatores de proteção possuem objetivos

parecidos no processo de resiliência. Desta forma, a negação e a substituição tomadas como exemplos podem ser consideradas alguns dos fatores de proteção utilizados por estas mães.

Sendo assim, o processo resiliente é observado após a perda do filho, por meio das consequências que o trauma trouxe para os pais. A psicanálise procura investigar como um trauma atinge o funcionamento intrapsíquico do indivíduo, escutando-o em análise (Cf. ZUKERFELD, 2005).

Então, a psicanálise busca entender o traumatismo e aí se pode referenciar a resiliência como sendo um processo de reorganização psíquica após o sofrimento causado pelo trauma (Cf. ZUKERFELD, 2005). Tanto para a psicanálise quanto para o processo de resiliência, o trauma não é constituído apenas por algum impacto ou choque que aconteceu no mundo externo, mas também pela forma com que a pessoa reagiu a ele, devido às suas possibilidades internas e emocionais (Cf. ZUKERFELD, 2005).

A resiliência se constituiria, portanto, na possibilidade do psiquismo em barrar o evento traumático, criando outras condições mentais e psicológicas. “O aparelho psíquico apresentaria um potencial criador de valor determinante para uma ação transformadora. Essa ação modificaria condições adversas e destinos pré-fixados” (ZUKERFELD, 2005).

Para Zukerfeld, a falta de recursos do ego para lidar com situações traumáticas corresponderia à vulnerabilidade descrita nas teorias sobre a resiliência, que se relaciona às dificuldades de enfrentamento frente às situações adversas e traumáticas. (Cf. ZUKERFELD, 2005).

Para o autor, o processo pode ser considerado resiliente quando há a utilização de mecanismos de defesa como a sublimação, a criatividade, o humor, o altruísmo, que ajudam a gerar um equilíbrio intrapsíquico frente aos traumas e situações sofridas. Assim visto, a pulsão de vida pode ser reconhecida e a partir daí a pessoa encontra novas motivações para viver, assim o impacto do trauma pode ser reelaborado e visto como aprendizagem e crescimento (Cf. ZUKERFELD, 2005).

Portanto, percebe-se que alguns psicanalistas analisam o conceito de resiliência levando-se em conta a particularidade dos aspectos intrapsíquicos da pessoa, que faz com que ela se impulsione para a vida. Então, os mecanismos de defesa descritos pela psicanálise não podem ser olhados como algo negativo para o ser humano, sendo as causas para inúmeras patologias psicológicas, mas como possibilidades dadas às

pessoas de existir no mundo, já que eles têm o objetivo de aliviar as pressões exercidas pela sociedade.

Anna Freud se questiona sobre a função da utilização dos mecanismos de defesa, pensando sobre o seu não uso e a satisfação total da pessoa. “Não fosse a intervenção do ego ou daquelas forças externas que ele representa, todos os instintos conheceriam um único destino: o da gratificação” (FREUD, Anna, 1986, p. 37s.).

Desta forma, pensar os mecanismos de defesa como essenciais no processo de resiliência é algo possível, pois, como nesta pesquisa, os pais utilizam recursos diversos para tentarem superar a dor de perder um filho. Pode-se analisar que todos utilizam algum tipo de mecanismo de defesa, portanto, todos estão traçando um caminho resiliente.

Buscar um novo significado para a vida depois de uma perda tão trágica pareceu ser a questão mais próxima do que se pode chamar de resiliência. Ressignificar a vida, ressignificar as escolhas, ressignificar as novas oportunidades e os novos olhares.

Viver o que era vivido enquanto o filho estava vivo é impossível. Apesar de ser o grande sonho dos pais enlutados, essa vivência nunca mais será possível. A realidade é dura e dolorida, mas depois de um tempo no qual os pais veem e sentem tudo o que aconteceu, esta realidade tem que ser enfrentada.

O que se tem a fazer é continuar vivendo. Mas vivendo por viver não seria nada saudável. Então, como viver após o grande trauma? Ressignificar, readaptar, seria este o caminho mais salutar.

“Alguns não sofrem tanto, porque não amam tanto. Sofrer é para quem ama. Se eu não o houvesse amado, não haveria esta agonia” (WOLTERSTORFF, 1997). Diz-se que só se sofre por quem se ama. Nesta pesquisa este fato ficou evidente a todo o momento. Aqueles filhos que eram a grande alegria para os seus pais se foram e o que fazer com todo o amor que ainda resta?

Parkes defende que o amor está diretamente ligado à perda. Todos aqueles que amam alguém sentem muito medo de pensar em perder o seu objeto de amor. Em relação ao amor, cada relação é única e insubstituível. Quem perde um filho, pode vir a gerar uma nova vida, mas esta nunca irá substituir o lugar daquele que se foi.

A monotropia é um termo cunhado por Bowlby (PARKES, 2009, p. 13) para designar o vínculo específico com determinada pessoa. Aquela pessoa, e conseqüentemente, sua relação com ela é única e exclusiva. Não haverá outra similar ou

que seja capaz de substituí-la. Dessa forma, é incomensurável e incalculável o valor de cada pessoa amada.

O amor de uma mãe ou um pai por um filho parece ser o exemplo mais clássico deste tipo de amor, onde existe um doar-se sem querer nada de valioso de volta, só a constante presença do objeto de amor. Diz-se, cotidianamente, que qualquer mãe tira o que tiver na sua boca de alimento para poder dar ao seu filho. Nesta imagem, fica ilustrada uma relação de total devoção, doação, amor incondicional.

Através do amor, são criados vínculos fortes, que dão sentido à vida de cada um que está inserido nessa relação. Por isso, é altamente dolorido o rompimento desse vínculo, seja de que forma for, e especialmente maior e mais sofrido quando se é por morte.

Conclusão

Como foi analisada, a resiliência é um conceito relativamente novo e que ainda está em fase de construção. Pesquisadores de diversas áreas se interessam pelo tema e se desdobram em pesquisas para tentar compreender como fomentar formas e meios para que esta característica seja desenvolvida pelo maior número de pessoas, haja vista os benefícios trazidos.

Em alguns estudos já foi vislumbrada a saudável relação entre a resiliência e a questão da espiritualidade. Este debate atual traz a marca da esperança, no sentido de que a resiliência traz um olhar positivo frente ao sofrimento, e ao caos. Traz a possibilidade de se extrair aprendizagens, algo positivo após um trauma causado por uma grande tragédia.

Diante de um luto tão sofrido, como o dos pais enlutados, é possível criar um novo sentido para viver. Por este motivo, é necessário que se entenda como um pai ou uma mãe, após perder um filho, consegue se tornar um resiliente. O cuidado de alguém, o apoio religioso, a busca por uma resposta espiritual frente à dor, o trabalho, a família, os outros filhos, tudo isso é imprescindível para aqueles que sofreram um duro baque da vida possam se reerguer e continuar sua caminhada.

O aprofundamento desta temática leva ao objetivo de se encontrar meios para compreender o sofrimento de um pai enlutado e agir no sentido de auxiliá-los. O entendimento da resiliência pode, inclusive, auxiliar outros profissionais que lidam com

o luto, a fim de fazer com que estes possam auxiliar um maior número de enlutados a resgatarem valores importantes para o enfrentamento da dor da perda. É importante que o papel destes profissionais seja sempre enriquecido com estudos sérios e de alto nível no tocante ao tema do sofrimento humano e da superação.

CAPÍTULO 5- DISCUSSÃO TEÓRICA E DOS DADOS EMPÍRICOS EM RELAÇÃO À ESPIRITUALIDADE

5.1- Introdução

Viver um luto tão específico como o dos pais é uma experiência carregada de dor, sofrimento, desespero, saudade. Porém, vê-se que existem alguns que conseguem seguir sua vida com ânimo e projetos que os motivam a continuar vivendo. A resiliência destes pais pode ser fomentada através dos outros filhos, da família em geral, do trabalho, dos sonhos e projetos de ajudar alguém. Ter fé e crer que existe algo que transcende o humano pode ser um dos fatores de proteção nos momentos de desespero.

Por isso, o quinto capítulo tem o objetivo de discutir conceitos e questões relacionadas à espiritualidade. Então, conceitos como religião e religiosidade também precisam ser visitados a fim de estabelecer semelhanças e disparidades. No final, haverá a análise de conteúdo das entrevistas, no que diz respeito à espiritualidade dos pais enlutados.

A experiência humana é bastante rica em vários aspectos e os comportamentos das pessoas tem a ver com o momento e as circunstâncias vividas e experimentadas. O homem fundamenta-se em normas, leis, instituições, relacionamentos sociais para caminhar dentro de parâmetros considerados razoáveis.

O tema religião pode ser avaliado como um alvo de investigação científica dos mais profundos e complexos. Isso se dá porque ele é um fenômeno humano que se relaciona com as mais diversas instâncias: sociais, teológicas, psicológicas, históricas, antropológicas. “Implica abordagens e dimensões várias e de distintas espécies de vida coletiva e individual. Ela é, não se pode negar, fenômeno humano de decisiva centralidade e de complexidade incontornável” (DALGALARRONDO, 2008, p. 16).

Dessa maneira, existem incontáveis formas de definir a religião. Muitas conceituações são construídas a fim de tentar limitar e objetivar o que é realmente este fenômeno. Mesclado a ele, os conceitos de religiosidade e espiritualidade também surgem em meio a tantas formulações. Uma parecidas, outras inter-relacionadas, algumas totalmente independentes. Discutir-se-á aqui diferentes conceitos e definições para chegar àqueles que serão considerados mais adequados a esta tese.

5.2- Religião, religiosidade, espiritualidade. Campos distintos?

Percebe-se muitas concepções buscando conceituar o que é o sagrado, o transcendente, como as tradições religiosas se organizam e estas vão sendo construídas ao longo do tempo. É importante frisar que o contexto histórico e cultural é de grande relevância no que diz respeito à forma como o fenômeno religioso é nomeado e entendido.

Especificamente na área da ciência psicológica, é notável uma enorme dificuldade de se buscar ou mesmo querer se aprofundar em relação à questão religiosa ou espiritual. Pode-se compreendê-la levando-se em consideração a baixa discussão sobre o tema do fenômeno religioso e tudo o que o envolve, fato característico das faculdades de Psicologia no Brasil (Cf. PINTO, 2009, p. 69). Nota-se que as escolas superiores de Psicologia não favorecem a discussão sobre religião, fazendo deste tema algo sem utilidade para os discentes (Cf. ANCONA-LOPEZ, 2005, p.152 s.).

Esta dificuldade torna-se notável na formação do psicólogo, sendo firmemente notada durante e após a conclusão da faculdade. Este quadro tende a se perpetuar depois, no momento da entrada no mercado de trabalho deste profissional, onde a grande maioria dos psicólogos não se sente confortável em refletir sobre os temas da espiritualidade e da religiosidade com seus pacientes, nem na clínica e nem na continuidade de sua vida acadêmica.

A dificuldade é acentuada pelo pouco contato com os estudos da psicologia da religião proporcionado nos cursos de formação de psicólogos no país em nível de graduação. Os cursos de psicologia não dão acesso, ao estudante, a trabalhos nessa área, desenvolvidos no país ou nas escolas europeias e americanas, que poderiam facilitar um olhar psicológico não redutor ao fenômeno religioso. Usualmente, o psicólogo conhece apenas, e vagamente, algumas posições da psicologia que excluem as experiências religiosas do âmbito de seus estudos ou as focalizam como patológicas. O desconhecimento de estudos na área, aliado ao preconceito existente no meio acadêmico e científico contra as posições religiosas, consideradas pouco racionais, ingênuas e ultrapassadas, impede a discussão aberta do tema com professores e supervisores e termina por dificultar a elaboração e a assimilação reflexiva das vivências espirituais. Consequentemente, o hiato entre as experiências pessoais e a linguagem profissional é grande e dificulta o estabelecimento de um diálogo interno e externo consistente. Pode-se afirmar que hoje, no Brasil, os psicólogos encontram muito poucas possibilidades de inserir as suas experiências espirituais e religiosas em um universo acadêmico e profissional que as aceite, integre e compartilhe, o que acaba por gerar, nos psicólogos,

uma dificuldade para desenvolver uma ação psicológica congruente consigo mesmo no que diz respeito ao tema da espiritualidade e da religião (ANCONA-LOPEZ, 2005, p.153).

Este quadro, quase sempre, leva a uma simplificação na análise de questões espirituais daqueles que estão sendo atendidos clinicamente pelos psicólogos. Os pacientes não têm a oportunidade de aprofundamento e entendimento deste tema, pois, na maioria das vezes, o profissional o interpreta levando em conta somente sua visão pessoal da espiritualidade.

Autores afirmam que a postura adotada pelos clínicos, para entender a espiritualidade de seus pacientes, leva em consideração, primeiramente, as suas próprias convicções pessoais sobre o tema. Em contrapartida, esta reflexão deveria partir de estudos aprofundados, pesquisa científica, treino clínico nos apontamentos sobre religiosidade e espiritualidade. Desta forma, as atitudes do clínico perante as necessidades espirituais dos pacientes refletiriam em um aprofundamento substancial e proveitoso para ambas as partes (Cf. SHAFRANSKE, 1996, p. 160).

Ancona-Lopez afirma que a grande dificuldade dos psicólogos é o “medo da religião” (ANCONA-LOPEZ, 2005, p. 155) e seria este medo que incapacitaria a grande maioria dos psicólogos de aprofundarem tanto profissional quanto pessoalmente este assunto. As religiões seriam olhadas como verdadeiro retrocesso, imutáveis e em desarmonia com uma vida integrada e plena. Seria um retrocesso se aliar e fazer parte de uma instituição religiosa. “As hierarquias contrapõem-se à liberdade e ao pensamento democrático, as leituras literais desafiam a razão crítica. Conseqüentemente, as religiões, assim compreendidas, são bastante rejeitadas” (ANCONA-LOPEZ, 2005, p. 155 s.).

Hans Küng defende que a espiritualidade e a religião sejam o último tabu para a psicologia, como foi a sexualidade no início do século XIX. Para ele, as dificuldades entre os psicólogos para tratarem do tema religião e tudo o que advém dele é gritante e faltam debates entre os profissionais para se chegar a um respaldo científico do tema. O autor acredita que haja uma verdadeira repressão sobre os temas que envolvem a religião na área psicológica (Cf. KÜNG, 1987, p. 111).

De acordo com Edênio Valle, as dificuldades refletem em ambos os lados: tanto na psicologia quanto no tema religioso. Por um lado, a ciência psicológica enfatiza que a maioria dos comportamentos humanos é consequência de determinismo psicológico.

Desta forma, foca somente na dinâmica psicológica da pessoa do crente, encontrando assim todas as explicações para tal comportamento na própria psicologia.

De outro lado, os próprios religiosos procuram fazer uma interpretação dos comportamentos dos seus crentes, utilizando o ideal de uma imagem perfeita de ser humano, quase beirando a santidade. Dessa maneira, não existe uma verdadeira análise com profundidade sobre a dinâmica da personalidade do homem religioso. Para Valle, este quadro está provocando uma série de desentendimentos e desinformações, que culminam em vários mal-entendidos dentro da psicologia (Cf. VALLE, 2005, p. 85).

Michael Utsch (UTSCH, 2013) traz o embate entre a psicologia e a teologia na Alemanha, afirmando que ambas nutrem certo ceticismo entre si. Para o autor, a psicologia tenta se afastar completamente de qualquer raiz religiosa, em contrapartida a teologia busca aproximação com a primeira. A disputa pela alma humana e a dificuldade de se classificar cientificamente experiências religiosas são os principais pontos de tensão entre as duas abordagens.

O autor vê como benéfica a aproximação entre teologia e psicologia, no sentido de que cada uma se responsabilize por uma variante sobre o sentido da vida humana e os seus valores. A psicologia, para ele, não pode responder questões relativas ao sentido humano. Para que se tenha esta resposta, é necessária uma cosmovisão, que é dada pela teologia e pela filosofia.

Todavia, esta cosmovisão fica na utopia e só será transportada para a vida concreta através da psicologia, e assim, terá chances de ser concretizada. Desta forma, a complementação entre as duas áreas, teologia e psicologia, é possível se cada uma se responsabilizar pelas suas especificidades e seus limites, defende Utsch.

Como corretivo, a Psicologia assume a importante tarefa de “aterrar” criticamente a dimensão da espiritualidade, que é muito propensa ao desenvolvimento de imagens a partir dos desejos, no sentido de avaliar as reais chances de concretização de uma “hipótese de enfrentamento da vida” deduzida de determinados ideais cosmovisivos. Através de estudos empíricos, ela pode examinar as relações existentes entre uma orientação de vida fundamentada cosmovisivamente e a satisfação com a vida psicologicamente verificável. A vida é sentida como plena quando é possível viver os valores pessoais deduzidos de uma cosmovisão. Estes objetivos e ideais podem ser examinados através de um teste de realidade psicológico em relação à sua real possibilidade de concretização (UTSCH, 2013, p. 551).

Dentro do quadro demonstrado até aqui, vê-se que a falta de consenso sobre os conceitos como religião, religiosidade e espiritualidade têm raízes antigas e profundas. De um lado, autores sustentam que a própria psicologia não desenvolveu os conceitos por se perceber como detentora de todas as ferramentas capazes de compreender o ser humano. E por outro, a tradição da religião também não se abriu para a psicologia, pois também se julga como a única verdade em termos de condição existencial, não necessitando de nenhuma explicação a mais.

Por certo sentido, há uma forte tradição da psicologia sendo contrária a tudo que diz respeito ao religioso, defendendo, muitas vezes, inclusive o fim das próprias religiões. Sigmund Freud, pai da Psicanálise, é visto como um dos grandes críticos da religião, afirmando que tudo que diz respeito ao religioso é pura ilusão. Desde então, a psicologia mostra-se desconfiada em relação aos temas da religiosidade, espiritualidade, religião.

Para a psicanálise, o conceito de ilusão é diferente de como este conceito é trabalhado no cotidiano. Para Sigmund Freud, ilusão está relacionada à realização de um desejo, quando o autor relaciona o imaginar do adulto ao brincar da criança, com o intuito de ser uma compensação e uma proteção ao desamparo humano. Mais tarde, no texto de 1927, “O Futuro de uma Ilusão”, Freud irá defender que a religião se sustenta na ilusão de que é a fé irracional protege o crente de seu desamparo frente às questões que ele enfrenta no dia a dia.

Quando digo que todas essas coisas são ilusões, devo definir o significado da palavra. Uma ilusão não é a mesma coisa que um erro, nem tampouco um erro [...] O que é característico das ilusões é o fato de derivarem de desejos humanos [...] As ilusões não precisam ser necessariamente falsas, ou seja, irrealizáveis, ou em contradição com a realidade [...] Podemos, portanto, chamar uma crença de ilusão quando uma realização de desejo constitui fator proeminente em sua motivação e, assim, procedendo, desprezamos suas relações com a realidade, tal como a própria ilusão não dá valor à verificação (FREUD, 1927/1996. p. 43).

Então, para Freud, a religião seria uma ilusão no sentido de que é fruto de um desejo de proteção frente ao desamparo que ronda o ser humano desde seus primeiros momentos de vida, podendo ser considerada o protótipo do pai que é esperado sempre. Dessa forma, a religião faz parte do universo da ilusão, já que pode ser considerada como compensadora dos limites colocados da realidade.

Freud também defende que a religião tem suas utilidades, o que ele descreve como sendo a “tríplice função da religião” (FREUD, 1927/1996, p. 375). Estas funções seriam como proteções diante dos perigos sofridos pelo homem: tira os seus medos em relação aos fenômenos naturais e à natureza como um todo, busca reconciliar o homem com o seu destino sombrio e sofrido e recompensa as privações que a vida na sociedade impõe. Sendo assim, a religião consegue agrupar e oferecer segurança frente às situações adversas da vida.

Já autores como Carl Gustav Jung, Erik Erikson, Viktor Frankl, Erich Fromm, William James se interessaram pelo tema e se colocaram abertos à temática religiosa. Com isso, foram de fundamental importância para que a psicologia pudesse fazer uma abordagem mais positiva da religião. Desta forma, estes estudiosos abriram a possibilidade de um encontro mais harmonioso e interessado entre psicologia e religião.

Então, mesmo com todas estas dificuldades, um número crescente de publicações na área da Psicologia da Religião pode ser constatado. Autores se firmam na área e temas são analisados em profundidade. Um forte sinal de que a academia se abre à religiosidade é vista na inclusão no DSM-IV (de 1994) do “problema religioso ou espiritual” como instância diagnóstica. No próprio DSM-IV é enfatizada a importância de se entender como se processa a vivência espiritual.

Quando o foco da atenção clínica é um problema religioso ou espiritual como experiências estressantes que envolvem perda ou questionamento da fé, problemas associados à conversão a uma nova fé, questionamento dos valores espirituais, relacionado, ou não a uma igreja organizada ou instituição religiosa (AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 1994).

Mesmo diante desta situação atual de crescimento, conceituar os termos propostos se torna atividade complexa diante de tantos autores, dentro da própria psicologia, focando diferentes aspectos da vivência religiosa e espiritual.

Para que se tenha uma visão mais didática do tema, nesta pesquisa decidiu-se pela conceituação dos termos religião, religiosidade e espiritualidade separadamente. Assim, poderá ser mais bem aproveitado cada conceito, para que se faça, posteriormente, a análise qualitativa desta pesquisa.

5.3- Religião

Partindo da etimologia, entende-se que a palavra religião é derivada do latim *religio*, a qual, por sua vez, pode ser interpretada a partir de duas formas etimológicas: *relegere* e *religare*. A primeira, formulada por Cícero (106-43 a.C.), pode ser compreendida como o fato de “ordenar escrupulosamente e repetir conscienciosamente aquelas práticas que dizem respeito ao culto dos deuses. Esta explicação sublinha aquilo que conhecemos como fenômeno religioso” (ARAÚJO, 2007, p. 65).

Então, deste termo pode-se entender os rituais, as cerimônias, os símbolos, as práticas e as obrigações que precisam ser feitas e cumpridas numa religião institucionalizada. Dessa forma, as relações entre os homens são intermediadas pelas leis e dogmas da religião e todo este quadro forma a tradição e cultura de um povo.

Já o termo *religare* foi cunhado por Lactantius (250-325) e acentua uma ligação interior entre o homem e Deus, que se expressa depois numa vivência moral e ética. “Privilegia a relação com a esfera que ultrapassa o âmbito do humano, e considera as ações dos homens antes de tudo na ótica da inauguração e manutenção deste ligame” (ARAÚJO, 2007, p. 65).

Estas duas formas distintas de se conceituar a religião demonstram a importância e a relevância deste termo em qualquer fase histórica. Independente da cultura, da época e da sociedade, o termo religião proporciona debates e investigações. O homem, em geral, sempre se mostrou fascinado pelas experiências e fenômenos religiosos.

Disso tudo resulta evidente que o próprio conceito de religião se configura como um conceito histórico, conexo com um modo particular pelo qual, no interior de uma determinada cultura ou sociedade, foi feita a experiência das coisas divinas e codificada e regulamentada a relação com aquilo que excede o âmbito da iniciativa do homem. Assim, sendo, nossa investigação está profundamente marcada pela ideia de religião que provém da tradição em que nos encontramos inseridos e pela situação que caracteriza a experiência religiosa contemporânea [...] Consequentemente, a religião se divide e se dissemina em uma grande quantidade de diferentes manifestações, em uma série de jogos e de linguagens que se constituem relações de diferentes tipos (ARAÚJO, 2007, p. 66).

Na Psicologia da Religião também há um vasto número de publicações e autores definindo o que é religião. É sempre muito difícil e complexa a tarefa de buscá-los e trazê-los à discussão. Nesta pesquisa tentar-se-á buscar e analisar alguns autores sem o

intuito de defender este ou aquele ponto de vista, e sem pretender esgotar o tema. Será feita somente uma breve e rápida revisão.

Interessante pensar, para a área da Psicologia da Religião, a definição clássica de William James de religião. Para ele, a religião seria um conglomerado de “sentimentos, atos e experiências do indivíduo humano, em sua solidão, enquanto se situa em uma relação com seja o que for por ele considerado divino” (JAMES, 1995, p. 25). Observa-se que, para James, a religião é nitidamente fruto de relação entre alguém e algo que ele próprio escolhe e elege.

Este autor defende que a religião seja pragmática, ou seja, que tenha como critério sua eficácia ou utilidade. Então, a religião não deve somente explicar algo, mas permitir deduzir resultados aplicáveis e práticos. Além disso, James diz que o conceito de religião engloba o coletivo e envolve, também, o sentimento religioso. Este seria o motivo pelo qual as pessoas buscam as religiões.

Uma pessoa a liga ao seu sentimento de dependência; outra, a deriva do medo; outras a ligam à vida sexual; outras ainda a identificam com o sentimento de infinito; e assim por diante. Tais maneiras diferentes de concebê-la geram, por si mesmas, dúvidas quanto à possibilidade de ser ela uma coisa específica; e quando nos sentimos dispostos a tratar a expressão “sentimento religioso” como um nome coletivo para os muito sentimentos que os objetos religiosos podem despertar com alternância, vemos que ela, com certeza, nada contém de uma natureza psicologicamente específica. Existe o medo religioso, o amor religioso, o terror religioso, a alegria religiosa, etc (JAMES, 1995, p. 29s.).

James reconhece que a religião pode ser pensada tanto no âmbito individual quanto no coletivo. Porém, para fins de seu estudo, o autor preferiu buscar o entendimento somente da religião pessoal, deixando a institucional à parte.

M. F. Verbit é um admirador de James e concorda com sua conceituação de religião. Porém, seu principal foco é a consideração das relações sociais e da questão histórica para o entendimento deste conceito. Para ele “a religião é a relação do ser humano com qualquer coisa que ele conceba como sendo a realidade última dotada de significado” (VERBIT, 1970, p. 24).

Outro autor que analisa mais amplamente esta definição é Antoine Vergote. Ele constrói o seu entendimento de religião levando em conta diversos fatores:

A história põe em relevo que a religião jamais é a realidade mental de uma ideia, ou um sistema objetivo de práticas de culto, mas, sim, de um lado, um encontro com o divino e, de outro, uma resposta por meio de uma práxis. O encontro pode ter lugar pela via do conhecimento interior, pela leitura simbólica do mundo, pela escuta iniciática ou extática de uma palavra sagrada, por uma visão ou uma iluminação. Em todo caso, é sempre algo que se dá em um ser humano integral, ser da afetividade e da inteligência. A religião é um conjunto orientado e estruturado de sentimentos e de pensamentos. O homem e a sociedade tomam, por meio dela, consciência vital de seu ser íntimo e último e, simultaneamente, nela se torna presente o poder do sagrado (VERGOTE, 1969, p. 257).

Desta forma, Vergote valoriza a subjetividade ou as vivências internas do ser humano assim como as práticas coletivas oriundas da sociedade. A junção destas instâncias é que vai construir a complexidade e dar legitimidade ao religioso. Então, entende-se que, para este autor, a religião é constituída como uma realidade complexa onde estão inseridos aspectos pessoais e sociais.

O autor Ênio Brito Pinto sintetiza da seguinte forma o que é religião.

[A] religião é um sistema de orientação e um objeto de devoção; os símbolos religiosos evocam sentimentos de reverência e de admiração, além de estarem, em geral, associados a um ritual; na religião, encontramos também sentimentos, atos e experiências humanas em relação ao que se considera sagrado. No grande espectro de definições que podem ser levantadas para se entender o que é religião, encontrar-se-ão alguns elementos comuns, como a presença de mitos (especialmente mitos de origem e de fim), de ritos, de símbolos, da cultura e da congregação social de pessoas, além da associação que a religião pode ter com a espiritualidade, sem esquecer das normas morais sobre como lidar com a vida, com o mundo e com as pessoas (PINTO, 2009, p. 73).

Vê-se que Pinto coloca a religião como uma estrutura composta de símbolos e rituais capazes de evocarem sentimentos através da relação entre o sujeito e o que ele considera sagrado. Há também na religião o objetivo de mostrar ao ser humano aquilo que é certo ou errado, através de conceitos morais e de normas de como viver segundo aquilo que se compreende que o respectivo deus quer.

Então, para ele, religião é um conjunto que abarca culto, rito, doutrina, que são compartilhados por um grupo de pessoas que têm crenças parecidas. Elas se unem em torno de atividades pré-determinadas pela doutrina a que se referenciam. Formam uma comunidade onde há a troca de apoio, oração, e afazeres comuns, todos em busca da manutenção e alimentação da fé pessoal e coletiva.

A fé pode ser definida, segundo A. Benkő, por um lado como uma exigência presente em todas as religiões, e por outro como uma decisão pessoal livre para acreditar ou não. É uma atitude e que não está, necessariamente, ligada a um fato religioso nem espiritual. “Toda a nossa vida está relacionada à fé: relação em que a testemunha do outro é tão ou mais importante que demonstrações rigorosas, de um lado, e, de outro, relação absolutamente vital e fundamental para o homem” (BENKÖ, 1981, p. 93).

Para o autor, a fé cria uma relação pessoal com Deus ou com aquele que é crido. A partir da crença, um encontro é criado. E este é mantido a partir do momento em que se observa que o outro, o objeto crido, preenche as necessidades internas e as motivações para a vida, de uma forma geral.

A profissão de fé deve penetrar a raiz da vida humana e estender-se sobre os mistérios do nascimento e da morte e englobar a pessoa numa doação total. Assim, será realmente uma atitude, uma organização duradoura que predispõe a uma ação coerente com as cognições e afetos relativos a este objeto (BENKÖ, 1981, p. 97).

Harold Koenig, pesquisador das relações entre religiosidade e saúde, entende a religião como um sistema de crenças e práticas que ocorrem dentro de uma comunidade, onde há os ritos e os rituais específicos, que são utilizados para o reconhecimento daquele grupo como coeso e para a idolatria e comunicação com o ser superior, ou sagrado, ou transcendente, ou Deus.

Para ele, a religião é formada por um conjunto de leis e doutrinas que direcionam e explicam o propósito daquele grupo na condução destas regras. Ali estão especificadas as responsabilidades dos crentes com eles mesmos e com o próximo, qual o lugar de cada um no mundo, como é a morte. “A religião costuma oferecer um código moral de conduta que é aceito por todos os membros da comunidade que tentam aderir a esse código” (KOENIG, 2012, p. 11).

Então, Koenig afirma que a religião é exercida em grupo ou coletividade, pois necessita de atividades grupais para que se faça uma ligação com o sagrado, transcendente ou o que for nomeado para este fim. A religião tem o objetivo, também, de promover ensinamentos sobre a vida, através de seus códigos de conduta.

Para o autor, a religião é, na grande maioria das vezes, caracterizada por seu aspecto organizacional e doutrinal. O conjunto de normas, dogmas e rituais que dão

especificidade a tal vertente religiosa é o que mais parece se destacar no momento de conceituar o que é religião, dentre os autores citados acima.

Pensar a religião como doadora de sentido e significado para a vida, sendo o amparo nos momentos de aflição e sofrimento, é outra forma de se conceber este conceito, podendo-se também partir da psicologia.

Há certo consenso entre cientistas sociais, filósofos e psicólogos sociais de que a religião é uma importante instância de significação e ordenação da vida, de seus reveses e sofrimentos. Ela parece ser fundamental naqueles momentos de maior impacto para os indivíduos, como perda de pessoas próximas, doença grave, incapacitação e morte (DALGALARRONDO, 2008, p. 16).

Em momentos de dor e sofrimento, a religião oferece amparo e consolo. A oferta de um sentido para a vida é também próprio das religiões, dando confiança e proporcionando o continuar da vida daqueles que a procuram e que utilizam de seu cabedal de ensinamentos.

Hans-Georg Gadamer já enfatizava este sentido quando indagou o objetivo e sentido da religião em uma reunião de filósofos:

De toda maneira, um rápido olhar sobre as demais religiões ensina algo sobre a experiência religiosa, a qual parece não faltar em lugar algum. Não seria o conhecimento da morte, em toda parte, aquele que ao mesmo tempo inclui a impossibilidade de experimentá-la? Isto é o que distingue o homem. Esse conhecimento sobre seus limites falta a todos os outros seres vivos existentes na natureza [...] De toda forma, a impenetrabilidade e o caráter sinistro da morte permanecem dotados de todo pré-pensamento que diferencia o homem dos outros seres vivos – e este é um dom perigoso. O pensamento antecipador do homem leva, irresistivelmente, como parece, ao desejo de pensar para além de uma morte assim tão certa. Deste modo, os homens são os únicos seres vivos que conhecemos que sepultam seus mortos. Isto significa que eles procuram conservá-los para além da morte – e honrar em culto aqueles que guardam na memória [...] Trata-se de um ato simbólico – como aquela outra característica indiscutível do homem, a língua. Talvez ambos sejam inseparáveis, o pensamento para além da morte e o milagre da língua, que pode entregar o ser a qualquer coisa que não existe (GADAMER, 2000, p. 226 s.).

Leo Pessini também procura fazer a relação entre o que é religião e como ela pode ajudar a dar um sentido à vida nos momentos mais difíceis. Para ele, todas as religiões trabalham com mensagens que buscam dar uma resposta às questões existenciais que mais afligem os homens. Questões sobre vida, morte, amor, culpa,

sofrimento, perdão. Qual o sentido de nascer e depois morrer? O que se deve seguir para ter uma vida harmoniosa? Como será a vida após a morte? (Cf. PESSINI, 2008).

O autor afirma que todas as religiões procuram oferecer respostas a essas perguntas e por isso concedem consolo e amparo nos momentos mais angustiantes. Nos momentos de sofrimento, as religiões instruem sobre como superar e seguir adiante. Direcionam o comportamento no sentido de se conquistar uma vida sem problemas e sem tristeza.

Pessini traz uma reflexão para aqueles que não enxergam valor nas religiões. Segundo ele, estas pessoas também precisam levar a sério as religiões, pois elas têm relação direta “com o sentido e o não-sentido da vida, com a liberdade e a escravidão das pessoas, com a justiça e a opressão dos povos, com a guerra e a paz na história e no presente, com a doença, o sofrimento e a saúde das pessoas” (PESSINI, 2008, p. 5).

Pessini aponta, também, para as diversas características em comum existentes entre as religiões, e, no quesito que diz respeito a dar um sentido à vida, não é diferente. Todas elas oferecem caminhos pelos quais os homens conseguem conquistar um significado positivo de vida, ao caminhar segundo os parâmetros e regras oferecidos. Para o autor, a religião engloba todo e qualquer aspecto da vida humana. E para isso, utiliza-se de figuras ou “pessoas modelares” (PESSINI, 2008, p. 6) como Jesus Cristo, Maomé, Buda que são exemplos concretos de uma vida comprometida com o sagrado, transcendente ou Deus.

Para Maria Helena Franco Bromberg, as religiões têm função tanto para a sociedade como para o indivíduo: fornecem um enquadramento de realidade para a morte de forma a assimilar e tornar válidas as expressões de emoção inerente ao luto, de maneira aceitável pela sociedade e satisfatória para o indivíduo (Cf. BROMBERG, 2000).

Por isso, os rituais fúnebres propostos por várias religiões ajudam na aceitação da morte e no processo do luto. A partir de uma visão religiosa da morte, torna-se possível, assim, o reinvestimento do capital emocional em novos capítulos da vida e, assim, a sociedade não sucumbe à morte de um de seus elementos (Cf. BROMBERG, 2000, p. 15).

Importante conhecer os vários conceitos de religião, formulados por inúmeros teóricos e autores de várias ciências, em particular na psicologia. É difícil aprofundar em tantos, já que existem inúmeros. Para fins desta pesquisa, pretendeu-se formular uma breve revisão bibliográfica, dentro da abordagem da psicologia da religião, para

que, ao longo desta tese, e principalmente na parte qualitativa do trabalho, fosse possível analisar as entrevistas à luz destes conceitos e autores.

De imediato, percebe-se que o conforto e o alicerce que as religiões oferecem para aqueles que sofrem são, de tal maneira, interessantes e importantes para aqueles que se amparam em certas tradições religiosas frente às adversidades e sofrimento. Desta forma, entende-se que conceituar o que é religião, neste momento do trabalho, será de grande valia para o entendimento da relação entre religiões e resiliência.

5.4- Religiosidade

Outro termo importante e, igualmente, difícil de conceituar é religiosidade. Neste ponto da pesquisa, buscar-se-á alguns principais conceitos somente a fim de esclarecer a diferenciação entre este, religião e espiritualidade.

William James, como já foi dito, pode ser considerado um dos estudiosos pioneiros e um dos mais importantes na área da psicologia da religião. Para ele, a função da religião é pragmática, ou seja, tem relevância prática e objetivo focado na vida dos sujeitos que a utilizam. James não está preocupado se existe Deus ou quem ou o que é o sagrado, mas sim como este Deus ou o sagrado participam da vida humana no cotidiano, como eles ajudam ou não na busca da realização pessoal, como Deus é sentido na vivência diária de cada pessoa (Cf. VALLE, 1998, p. 77 s.).

Então, para o autor, a religiosidade humana é um fenômeno universal, vivenciada por todos os seres humanos, e que pode ser notada tanto positivamente quanto negativamente. James acredita que há muitas pessoas com problemas neurológicos e patologias psicológicas que manifestam estes quadros durante atividades ou participações religiosas. Apesar disso, o autor vai se concentrar na religiosidade saudável, aquela que ele acredita que a maioria das pessoas possui (Cf. VALLE, 1998, p. 77 s.).

A religiosidade, segundo James, deve ser vista a partir de seu componente emocional e não desde seu lado intelectual (que existe) e socioinstitucional (que condiciona o desenvolvimento concreto de cada caso individual). Usando um copioso material de casos e depoimentos pessoais de anônimos e de “santos” conhecidos, James estudou minuciosamente a conversão e a crise mística, ambas marcadas antes pela afetividade até certo ponto não-racional que pela razão. Chegou à conclusão de que são emoções poderosas que podem transformar por completo os rumos da vida de uma pessoa,

redimensionando-os inteiramente, de modo imprevisto e rápido, mas, muitas vezes, duradouro (VALLE, 1998, p. 78).

Para James, as emoções suscitadas nos momentos de vivência da religiosidade eram muito profundas e, muitas vezes, difíceis de serem explicadas até pela própria psicologia. Por isso, a religiosidade é muito pessoal e subjetiva, não podendo abarcar uma igualdade de sentimentos e formas de expressão. Portanto, ela deve ser considerada individualmente.

O que tem valor para James é a experiência direta e imediata do religioso. Só assim a religiosidade tem seu préstimo: nos resultados práticos que ela traz para a vida daquele que crê. Não tem a ver com questões metafísicas, mas ideias de validade prática. E são inúmeras as formas em que a religiosidade pode se manifestar.

James enfatiza a importância das manifestações religiosas, que acontecem de diversas formas, desde a religiosidade institucionalizada, com seus ritos, símbolos, dogmas, até fenômenos religiosos sem Deus, como é o caso do Budismo. Para o autor, estas manifestações da religiosidade apresentam, pelo menos, dois pontos em comum: explicitam uma forma de comportamento ou conduta e evidenciam sempre algo transcendente (Cf. VALLE, 1998, p. 77-80).

Hans-Jürgen Fraas é claro ao tentar explicar o principal objetivo da psicologia da religião. Para este autor, entender a psicologia da religião é conhecer o que vem a ser a religiosidade humana. Ele entende que “o objeto da psicologia da religião em sentido tradicional é a religiosidade do ser humano: a experiência religiosa e suas formas de expressão, o comportamento religioso do indivíduo e de grupos” (FRAAS, 1997, p. 9).

Percebe-se que Fraas conceitua a religiosidade como sendo a vivência pessoal das formas de religião. Para ele, os atos explícitos, como a pessoa vive e expressa aquilo que crê faz parte do que ele entende por religiosidade. Estas formas do comportamento religioso são encontradas em qualquer religião, independente de ser cristã ou não.

Embasando esta explicação, Fraas utiliza a expressão “homo religiosus” para designar a universalidade deste comportamento. Juntamente, defende a ideia de que a religiosidade é modelada pelo meio, a partir desta necessidade intrínseca do ser humano (Cf. FRAAS, 1997, p. 10). Portanto, o ambiente e o meio que circundam o indivíduo serão de extrema importância para a forma pela qual a religiosidade será expressa.

Edênio Valle defende que a religiosidade humana está diretamente ligada à experiência religiosa e que ela tem a ver com questões históricas e sociológicas e, por

isso, deve ser entendida dessa forma. Experiências religiosas vividas por indivíduos no passado são transmitidas a grupos e pessoas no presente. “É só por meio da vivência personalizada dessa experiência [...] que o transcendente e o inefável, típicos das religiões, podem adquirir vitalidade nos adeptos de cada religião” (VALLE, 1998, p. 41).

Por isso, o autor enfatiza que há uma diferenciação entre os termos “religião” e “religiosidade”. A principal diferença está diretamente vinculada à subjetividade, em como o indivíduo se sente vivenciando a sua religião. De acordo com Valle, na religiosidade estão em jogo as dimensões psicológicas, emocionais e subjetivas, tanto conscientes quanto inconscientes.

Também importante é o conhecimento do meio social onde o sujeito desenvolve sua experiência religiosa. Faz parte da compreensão da religiosidade, segundo o autor, entender onde cada pessoa viveu e desenvolveu esta experiência. Por este motivo, tem-se a necessidade do conhecimento do foco sociogrupal e institucional.

Valle ressalta a dificuldade de se conceituar também religiosidade e experiência religiosa, dada a infinidade de colocações que autores diversos elaboram especificamente para esta temática. Ele ressalta:

A denominada “experiência religiosa” [...] é atingida, de modo muito especial, por essa ambiguidade radical. A exemplo de outros conceitos de fundo da psicologia da religião (os de salvação, religião, conversão, mística, sagrado, violência, desejo, imaginário, pecado, culpa, oração, consciência, linguagem, símbolo, mito, ritual, valores, crenças etc.), ela se caracteriza por uma extraordinária poliformia [...] As experiências religiosas, nesse sentido, apresentam tensões constitutivas, como as seguintes: são (podem ser) estáticas ou dinâmicas, passivas ou ativas, cerradas ou abertas, intrínsecas ou extrínsecas, libertárias ou repressivas, emocionais ou racionais, sectárias ou universais, conscientes ou inconscientes, neuróticas ou sãs [...] Uma temática complexa como essa exige, portanto, uma série de distinções e explanações prévias, se se almeja chegar a alguma clareza e acordo mínimo em torno do que se está dizendo (VALLE, 1998, p. 17 s.).

5.5- Espiritualidade

Ao entrar em contato com diversos autores e obras que trabalham e analisam o tema da espiritualidade, percebe-se que este conceito está, também, longe de ser visto através de um consenso. Esse quadro é característico e clássico na psicologia e também

na teologia, onde existem várias formas de se conceituar o termo aprofundado nesta pesquisa.

Alguns autores preferem diferenciar o termo espiritualidade de religiosidade e, ainda, de religião. Outros mesclam todos estes conceitos em um só, sob o argumento de que eles possuem a mesma origem e função. Desta forma, o objetivo desta parte do trabalho é fazer uma revisão bibliográfica dentro de autores da Psicologia da Religião e também da Teologia para, ao final, escolher por uma definição de espiritualidade que será utilizada para compreender a parte qualitativa desta pesquisa.

Edênio Valle mostra um horizonte repleto de embasamentos e comparações entre o que é religioso e espiritual. Além disso, defende que o ser humano é, em sua essência, absolutamente espiritual, mesmo antes de se vincular a alguma religião institucionalizada.

Esse processo tornou evidente que a fé é uma preocupação humana universal. Antes de sermos religiosos ou não-religiosos, antes de nos concebermos como católicos, protestantes, judeus ou muçulmanos, já estamos engajados em questões de fé [...] já estamos preocupados com as formas pelas quais ordenamos nossa vida e com o que torna a vida digna de ser vivida. Além disso, procuramos algo para amar, e que nos ame: algo para valorizar, e que nos dê valor; algo para honrar e respeitar, e que tenha o poder de sustentar nosso ser. Numa palavra, procuramos dar um sentido espiritual a nós mesmos (VALLE, 2005, p. 89).

Fica claro que o autor amplia o conceito de espiritual para algo além de religioso, demonstrando que é algo fundante no ser humano, já constitutivo dele. Para ele, o fato do ser humano ser um grande mistério, já corrobora para que haja uma complexidade em si. Por este motivo, torna-se impossível compreender o ser humano de forma reducionista. Sendo assim, a espiritualidade não pode ser definida de forma rasa ou superficial, sendo ela parte importante deste mistério que perfaz o homem.

Antes de tentar definir o conceito de espiritualidade, o autor se dedica a explicitar o que ele entende por religião e religiosidade propriamente ditas. E foi da seguinte forma que ele as definiu:

As religiões são uma realidade culturalmente construída ante a qual seres dotados de consciência reagem, mas nelas entra em jogo interativo e proativo o homem todo (com seu inconsciente também) com todos e cada um dos componentes constitutivos de seu ser (o biológico, o afetivo, o cognitivo e o interpessoal). É dessa complexa síntese que emerge o *homo religiosus*, cuja experiência culminante é

sempre uma experiência “espiritual” única que o põe ante o Absoluto, seja qual for a definição que se dê a este último [...] Para falar da “religiosidade” torna-se necessária uma linguagem mais fenomenológica. Sendo algo inerente à experiência subjetiva do transcendente, ela é mais do que uma mera soma dos componentes normalmente considerados pela psicologia. Eu uso a palavra em um sentido não muito distante do senso comum. A religiosidade se refere, para mim, à experiência individualizada do transcendente e deve ser distinguida da religião, que é sua matriz instituída. As funções psicológicas e socioculturais das duas não são idênticas, mas se completam. Na religiosidade se dá uma explicitação, uma culminação e uma síntese, só possível porque existe no ser humano uma consciência e um *self* em condições de dar sentido ao que percebe em si, nos outros e no mundo [...] a religiosidade é ao mesmo tempo produto de um processo de socialização, conjugado segundo os termos de uma cultura concreta, e é uma experiência única: mística, apofática e poética (VALLE, 2005, p. 92-95).

Para Valle, a tarefa do psicólogo da religião é bastante específica, precisando estar atento às motivações, aos sentimentos, aos desejos e às atitudes que são expressas nos comportamentos religiosos. Para o autor, o principal objetivo do psicólogo da religião é conhecer o porquê do homem se ligar a algo que transcende o humano, como é essa realidade espiritual em termos de expressão no tempo e no espaço. Então, para o psicólogo da religião o seu principal objetivo é “compreender dinamicamente a experiência e o comportamento religioso da pessoa enquanto uma vivência que influencia de modo único o seu desenvolvimento pessoal e sua vida” (VALLE, 2005, p. 95 s.).

Valle também diz que esta relação do homem com o transcendente é impossível de ser medida pelo material teórico e metodológico do profissional da psicologia. Não cabe a ele fazer juízos de valor e de compreensão do que seja o sagrado ou o transcendente. O seu papel é dar o entendimento de como essa relação afeta a vida da pessoa. “O ‘inefável’ e ‘misterioso’ dessa experiência só pode ser considerado pelo psicólogo por meio da perspectiva daquilo que afeta e transforma a pessoa em seu ser e em sua vida de relação com Deus e consigo mesmo” (VALLE, 2005, p. 95 s.).

O autor defende que o psicólogo precisa e deve fazer uma “interpretação restauradora” das experiências espirituais do seu paciente. O profissional deveria estar preparado para isso e conseguir compreender. Este tipo de interpretação seria aquela capaz de “desconstruir e desmistificar as motivações neuróticas e narcísicas da religiosidade de seu cliente, libertando a espiritualidade de seus aspectos ilusórios e

direcionando assim o potencial vital para uma fé mais amadurecida” (VALLE, 2005, p. 97).

O autor faz uma relação entre autonomia e espiritualidade, defendendo que o sujeito maduro e autônomo é aquele que expressa e vive uma espiritualidade também madura, adulta.

A espiritualidade adulta supõe conhecimento e aceitação dos próprios limites e possibilidades. Não é um ato de resignação e sim uma atitude corajosa e humilde de alguém que sabe que sua vida é um projeto aberto ao ser mais, ao comungar mais, ao cuidar do que precisa ser cuidado. É uma experiência de despojamento que se coloca nas antípodas do poder, da autossuficiência, e do imediatismo egocêntrico (VALLE, 2005, p. 105).

O autor também tenta explicar o conceito pelo lado do que não é, portanto, tenta definir o que não é espiritualidade. Para ele, espiritualidade não é algo material, possível de ser palpável e tocada pelo corpo. Ela não tem uma forma mundana. É sentida e vivida através do sentido profundo que expressa. E não, necessariamente, a espiritualidade é identificada com o religioso. Através da religião nem sempre é possível expressar a espiritualidade. Ela vai além das instituições religiosas.

Para Valle, a espiritualidade é algo profundo que está encarnado no dia a dia da pessoa. Ela pode ser expressa por um silêncio contemplativo profundo, dando um sentido a tudo o que é vivido, porém não é algo que necessita de uma fuga do mundo para ser sentida. É no cotidiano e nos simples atos que ela aparece. “O espiritual, assim entendido, assume o corpo e permite que o homem ultrapasse o nível biológico e emocional de suas vivências, também das mais elevadas e sublimes” (VALLE, 2005, p. 101 s.).

Segundo o autor, a espiritualidade sempre foi expressa, em todas as culturas e em todos os tempos. “Todas as experiências humanas realmente criativas e profundas – até as negativas – podem chegar a propiciar ao ser humano um des-velamento (= tirar o véu que encobre) de sua espiritualidade” (VALLE, 2005, p. 102). Por este motivo, o autor defende que a espiritualidade é inerente ao ser humano.

Portanto, para Valle, a espiritualidade é algo que faz parte da existência humana e ela se manifesta independentemente da religiosidade ou da religião. Há inúmeros relatos de experiências espirituais que têm profundo sentido espiritual, mas não possuem nenhuma ligação com o que é religioso. Para ele “pessoas muito ‘religiosas’

podem não ter horizontes espiritualmente válidos, ao passo que um ateu pode ser uma pessoa espiritualmente rica” (VALLE, 2005, p. 102). Fica nítida a questão de se ter inúmeras formas de se fazer a experiência do transcendente, independente da questão religiosa institucionalizada.

Dessa maneira, Valle conceitua o que é, na opinião dele, a espiritualidade:

É, antes de tudo, uma necessidade psicológica constitutiva de todo ser humano. É algo tão básico e elementar como a necessidade de desenvolver a autoconsciência ou estabelecer relações saudáveis com os demais seres humanos. Ela consiste essencialmente em uma busca pessoal de sentido para o próprio existir e agir. Acha-se, por isso, unida à motivação profunda que nos faz crer, lutar, amar. Orienta-se para o porquê último da vida, mas sem fugir dos questionamentos e compromisso que a vida nos impõe, ajudando-nos a ter forças para nos comprometermos com eles (VALLE, 2005, p. 104).

Valle não vê possibilidade de se dar uma conclusão final para este tema tão complexo que é a espiritualidade. Para ele, são necessárias algumas reflexões que trazem à tona algumas considerações sérias a respeito desta temática. E foi o que ele tentou fazer ao analisar a relação da psicologia com o conceito de espiritualidade.

Outro autor interessado neste tema é José Paulo Giovanetti. Ele também traz a dificuldade de se definir o que é espiritualidade e que muitos autores não diferenciam este termo de religiosidade. Porém, para ele, o termo espiritualidade não tem, necessariamente, relação alguma com algo transcendente ou com uma realidade superior (GIOVANETTI, 2005, p. 136).

Ele defende que é possível vivenciar a espiritualidade a partir do momento que se experimenta a realidade. Para o autor, a espiritualidade é atividade autônoma do espírito, não necessitando, portanto, de determinada fé em algum transcendente para vivê-la.

Giovanetti afirma que a espiritualidade tem relação direta com valores e significados, sendo capaz de produzir uma transformação profunda no interior do homem. Uma das consequências desta transformação é a própria integração pessoal e a integração com outras pessoas.

A partir desta transformação, surge a possibilidade da experiência de profundidade, que demonstra a importância do espírito de ser capaz de descobrir o verdadeiro sentido para a vida e para a existência. E, segundo o autor, descobrir o que

fica no mais profundo do homem, através da meditação ou da reflexão é adentrar no seio da espiritualidade, é descobrir a sua essência.

Para Giovanetti, esta espiritualidade não precisa ter ligação com religião, nem com fé ou crença em alguém ou em alguma coisa. Ela pode ser arreligiosa, pois é independente da vivência pessoal religiosa, isto é, da religiosidade.

A busca pelos valores humanos mais profundos pode ser considerada uma manifestação da espiritualidade, de acordo com o autor. Portanto, tentar construir uma vida pautada por estes valores é desenvolver a espiritualidade. “Dessa forma, a espiritualidade pertence a todo homem, embora ela não seja cultivada por todo homem. Ela é própria do homem, mas nem todos fazem dela o direcionador da vida deles” (GIOVANETTI, 2005, p. 137 s.).

Vê-se que, para este autor, a espiritualidade se coloca além da religião, sendo uma instância de vivência onde o principal objetivo é a busca de um sentido para a vida, através de valores e significados que vão sendo descobertos na trajetória de vida de cada um. Desta forma, Giovanetti defende uma espiritualidade arreligiosa, que não precisa pautar em regras nem em subsídios de uma religião específica.

Ele faz uma relação com a Logoterapia, que é o nome dado por Viktor Frankl à sua compreensão psicoterápica. Para Frankl, o indivíduo é constituído por quatro pilares fundamentais: o biológico, o psicológico, o sociológico e o espiritual. Percebe-se que o que dá maior diferenciação para o sentido de ser humano é o pilar espiritual, aquele que irá proporcionar o que tanto os homens buscam: o sentido da vida.

Frankl afirma: “A humanidade só terá chance de sobreviver se encontrar uma tarefa que todos possam desempenhar solidariamente animados por uma mesma vontade de encontrar um sentido” (FRANKL, 1978, p. 59). Portanto, para Frankl, não é a vontade de prazer nem a vontade de poder que direciona o ser humano, mas sim a vontade de construção de sentido (Cf. FRANKL, 1978, p. 59-62). E para isso, o indivíduo deve estar aberto para a realidade da transcendência, que é uma realidade mais ampla, mais profunda e necessária para o pleno desenvolvimento do ser.

Nesta mesma direção, Ênio Brito Pinto afirma que a espiritualidade faz com que a pessoa encontre um sentido existencial para a sua vida. E esse sentido não tem nada a ver com religião em si, em vivenciar um tipo específico de fé. A fé atrelada à espiritualidade pode ser tanto religiosa quanto arreligiosa. Para esse autor, a espiritualidade faz a pessoa

[P]assar das perdas e apegos ao desprendimento radical, encontrar o além de si, entregar-se, pode ser entendido como o projeto final do desenvolvimento da espiritualidade e também da religiosidade, marcando um paradoxal ponto de encontro último dessas duas qualidades humanas. Isso porque desprender-se, desapegar-se, entregar-se, vislumbrar o além de si, são atos que compõe a vivência da fé. O paradoxo está em que essa fé tanto pode ser religiosa quanto arreligiosa, não importa muito. O que importa é que ela traga em seu bojo a possibilidade do sentido, a percepção do todo, do qual cada um de nós é ínfima e essencial parte. Se junto da fé vier a possibilidade do sentido último, tanto melhor (PINTO, 2009, p. 77).

Neste sentido, espiritualidade está intimamente atrelada à construção de sentido, descoberta de significado, que pode ser feita através de um relacionamento com o outro, com o mundo, com o transcendente. Sendo assim, espiritualidade se daria sempre em relação, com a necessidade de se atrelar a algo mais.

James Reaves Farris traz uma interessante discussão a respeito disso ao afirmar que a espiritualidade é aquilo que dá sentido e significado à vida, que transcende a existência terrena. A crença em Deus pode ser, para muitas pessoas, a própria espiritualidade, sendo que para outras, Deus não representa nada. Há uma divergência nesta questão. “Até mesmo para pessoas que acreditam em Deus há uma variedade de centros de poder e valor que dão significado à vida [...] Deus é proclamado como o centro de valor definitivo, mas a vida cotidiana revela muitos outros centros” (FARRIS, 2005, p. 166).

Então, pode-se entender, analisando autores citados, que espiritualidade é inerente à condição humana sempre que se busca por um sentido na vida. Desta forma, há necessariamente um relacionamento com algo ou alguém que é eleito para estar no lugar de quem doa este sentido. Muitas pessoas elegem Deus, porém, como diz o autor, outros “centros” podem ser colocados neste lugar, e não necessariamente elementos religiosos ou de conotação religiosa.

O filósofo Robert Solomon defende um conceito de espiritualidade totalmente independente da religião institucionalizada. Para ele, que nunca havia pensado sobre o que significava este conceito, “a espiritualidade pode ser separada tanto do sectarismo vicioso quanto de banalidades irrefletidas. A espiritualidade [...] é nada menos que o amor bem pensado à vida” (SOLOMON, 2003, p. 18).

Para mim espiritualidade significa as paixões nobres e reflexivas da vida e uma vida vivida em conformidade com essas paixões e reflexões nobres. A espiritualidade abarca o amar, a confiança, a

reverência e a sabedoria, bem como os aspectos mais terríveis da vida, a tragédia e a morte. Pensar na espiritualidade apenas em termos de nossa aterradora tomada de consciência de perda do controle e da morte iminente é mórbido, mas pensar a espiritualidade apenas em termos de alegria ou beatitude é simplismo, uma maneira de (não) pensar que é corretamente sintetizada como vã. Se é a paixão que constitui a espiritualidade humana, deve ser o espectro inteiro das paixões humanas – e paixões reflexivas – que devemos considerar. Assim, quando tenho de resumir espiritualidade naturalizada numa única expressão, ela é: *o amor reflexivo à vida*. A espiritualidade, vou sustentar, é em última análise social e global, uma noção de nós mesmos identificados com outros e com o mundo. Mas, em última análise, a espiritualidade deve também ser compreendida em termos da *transformação do self* [...] O modo como pensamos e nos sentimos tem um impacto sobre o modo como realmente somos. Os pensamentos e as paixões nobres da espiritualidade não apenas nos movem e informam, ou suplementam nossa já atarefada existência cotidiana. Eles nos transformam, nos tornam tipos diferentes de pessoas, tipos diferentes de seres (SOLOMON, 2003, p. 33 s.).

Solomon defende a existência de uma espiritualidade naturalizada, aquela encontrada em simples situações da vida, como na música e na natureza, e independente de ligação com religião ou transcendente ou sagrado. Além disso, o autor não nega a existência de espiritualidade em uma religião institucionalizada, mas este conceito, para ele, está além de qualquer questão religiosa.

O autor explica que a espiritualidade não é somente religião e não é, também, contrária à ciência, nem sobrenatural. Desta forma, a espiritualidade é tão natural para o homem quanto o ato de viver. Não é necessário ser alguém especial para vislumbrar as vivências da espiritualidade. “O lugar para procurar a espiritualidade, em outras palavras, é *aqui mesmo*, em nossas vidas e em nosso mundo, não alhures” (SOLOMON, 2003, p. 25). Por isso, para Solomon, a espiritualidade está presente nos atos simples e triviais do dia-a-dia.

A espiritualidade pode ser encontrada em nossas paixões mais nobres, em particular no amor [...] Há espiritualidade também em nosso senso de humanidade e camaradagem, em nosso senso de família, e ela pode ser encontrada nas melhores amizades. Há admiração e espiritualidade no sentimento de que não estamos no completo controle de nossas vidas, de que há forças que determinam nosso curso que não compreendemos mas que ainda assim parecem ter algum propósito (SOLOMON, 2003, p. 25).

Então, para o autor, é necessário que se busque a espiritualidade na própria vida, nos relacionamentos comuns do dia-a-dia, na prática do bem, na coragem para enfrentar

as adversidades, no reconhecimento da gratidão com o próximo, nas atitudes cotidianas como um todo.

Portanto, o exercício do amor, da liberdade, da solidariedade, da comunhão com o outro são práticas que levam o homem a conhecer e exercer a sua espiritualidade. Estas atitudes são reconhecidas como nobres pelo autor e indispensáveis para se conhecer e construir um sentido na vida, tendo a espiritualidade como base deste processo.

Solomon não entende a vida como sendo somente resultado de aspectos positivos, como se o ser humano tivesse que se sentir feliz o tempo todo. Ele acredita que os momentos ruins, sofridos, cheios de adversidades são também colaboradores no sentido de desenvolver a espiritualidade. O autor enxerga nestes aspectos do sofrimento ferramentas úteis e necessárias para o desenvolvimento saudável do ser humano, incluindo a dimensão da espiritualidade.

É nesse reconhecimento resoluto de uma tensão essencial em nossas vidas que a espiritualidade pode ser encontrada. Ela não requer a negação nem de um compromisso apaixonado nem de certo fatalismo, mas consegue, não obstante, driblar a oposição. Sofrimento e morte são reais [...] O sofrimento tem sentido, em suma, porque a vida tem sentido, e o sofrimento é apenas parte da vida [...] Na vida, sabemos que coisas más simplesmente acontecem. Nesse sentido, no mínimo adotar o sentimento trágico da vida é nada menos que aceitar a realidade. A espiritualidade começa com essa aceitação (SOLOMON, 2003, p. 177).

Maria Júlia Kovács, psicóloga que trabalha a questão das perdas, entende a espiritualidade também desvinculada das religiões institucionalizadas. Para ela, este conceito está atrelado à busca de um sentido para a vida e ao conhecimento de si mesmo.

A espiritualidade, na sua busca pela transcendência, vai para além do que está nos dogmas das religiões tradicionais. A espiritualidade é, também, uma busca humana em direção a um sentido, com uma dimensão transcendente. Envolve a tentativa de compreensão de uma força superior que pode estar ligada a uma figura divina ou força superior. Traz um sentido de pertença maior do que o âmbito individual. Os autores apontam que esta caminhada espiritual na busca pelo sentido da existência pode partir de um dogma religioso ou de uma construção interior [...] Espiritualidade, como possibilidade de o ser humano viver um sentido de transcendência, está ligada a uma compreensão do sentido da vida. Está relacionada com a religiosidade intrínseca, envolvendo a contemplação e reflexão sobre as

experiências da vida [...] Espiritualidade pode envolver, além disso, um sistema de crenças, por vezes ligadas às religiões tradicionais, mas, antes de tudo, em nosso ponto de vista, tem um elemento fundamental de construção do próprio sujeito (KOVÁCS, 2008, p. 145 s.).

Kovács entende a espiritualidade como parte de um processo de desenvolvimento positivo na vida de qualquer ser humano. É o que leva o sujeito a redimensionar a sua vida, buscando e encontrando o sentido de viver. A partir do momento que o indivíduo para e reflete sobre a sua vida, ele está exercendo a sua espiritualidade.

Para a autora, a espiritualidade pode até conter elementos religiosos, mas não são estes os principais componentes, mas sim a base para a reconstrução da vida humana. Por isso, ela é fundamental para a compreensão da sociedade atual, onde a ação reflexiva é mais importante que as normas e dogmas já prontos. “É o tempo da fé reflexiva, no qual os dogmas religiosos são questionados” (KOVÁCS, 2008, p. 147).

De outro lado, Paulo Dalgarrondo afirma que os conceitos de religiosidade e espiritualidade estão em evidência na literatura acadêmica. Estes dois conceitos seriam uma opção ao se querer falar sobre a não institucionalização da experiência religiosa humana. Eles teriam uma abrangência mais ampla, abarcando uma gama de comportamentos, atitudes e crenças e a utilização do termo espiritualidade é bastante recente.

O incremento da secularização, assim como a desilusão com as instituições religiosas no Ocidente, particularmente durante as décadas de 1960 e 1970, favoreceram que a noção de espiritualidade ganhasse sentido e conotação diferente da de religião [...] religiosidade e espiritualidade, embora constituam campos semânticos amplamente sobrepostos, podem ser diferenciados. A religiosidade incluiria as crenças pessoais, tais como a crença em um Deus ou poder superior, assim como as crenças e práticas institucionais, como a pertença a denominações religiosas, a frequência a cultos e o compromisso com um sistema doutrinário de uma igreja ou de uma religião organizada. Já o termo espiritualidade tem sido mais utilizado como um constructo com dimensão mais pessoal e existencial, tais como a crença em (ou uma relação com) Deus ou um poder superior. Muitas pessoas que rejeitam uma religião organizada ou formas tradicionais de culto, dando maior ênfase à experiência espiritual direta em contraposição à religião institucional, preferem se definir como “espirituais”, mas não como “religiosas” (DALGALARRONDO, 2008, p. 24).

Observa-se que Dalgarrondo defende uma distinção entre os termos por conta de que, no momento atual, muitas pessoas necessitam se apegar a uma crença ou a uma

fé pessoal, sem se identificarem com alguma religião específica. Ser denominado “religioso”, acredita o autor, não abarca a variedade de práticas e crenças individuais que muitos procuram. Melhor, neste caso, ser reconhecido como “espiritual”. Por isso, defende o autor, que o termo espiritualidade tem sido tão citado e utilizado para classificar diversas práticas e experiências, religiosas ou não.

Leo Pessini também alerta para o aumento do emprego do termo espiritualidade, tanto nas pesquisas acadêmicas quanto nas falas cotidianas, pois, para ele, há um cansaço de tudo o que diz respeito à religião institucionalizada. Este fato faz com que as pessoas optem por outros termos, especialmente espiritualidade, para se referirem às experiências profundas da vida.

A religião codifica uma experiência de Deus e lhe dá a forma de poder religioso, doutrinário, moral e ritual ao longo de sua expressão histórica. A espiritualidade se orienta pela experiência profunda e sempre inovadora e surpreendente do encontro vivo com Deus. Hoje, percebe-se no horizonte da humanidade um cansaço da religião entendida como doutrina, instituição, norma, dogma. Por outro lado, existe uma grande busca de espiritualidade, que vai ao encontro dos anseios mais profundos do coração humano em termos de transferência que dá sentido último da existência humana (PESSINI, 2008, p. 6).

Pessini remete, neste contexto, o conceito de espiritualidade à forma saudável e positiva de viver. Espiritualidade ligada a uma ética de vida feliz e equilibrada. “A espiritualidade faz com que a ética tenha mais a ver com sabedoria do que com a razão fria, a bem viver feliz mais do que o bem julgar e condenar” (PESSINI, 2008, p. 8). Por isso, entende a espiritualidade como um elo que pode ligar o homem a sua essência mais profunda, a ele mesmo, ao transcendente.

Por esse motivo, defende que a espiritualidade seja muito valorizada neste novo século. Todo o cuidado com si mesmo e com o outro é perpassado pela espiritualidade, que conduz à vida plena. Aí entram, então, conceitos como saúde e salvação, sendo amplamente determinados pela vida espiritual de cada um.

O autor afirma que, atualmente, o homem fragmenta e desintegra todas as circunstâncias e áreas da vida, não vendo uma relação próxima entre elas. Este fato causa várias complicações até na saúde, causando inúmeras doenças e problemas sérios. Para que tudo seja normalizado, Pessini defende a existência de “uma nova unidade integradora da existência e interconexão com a vida na sua globalidade. Estamos em busca do elo perdido, que tudo liga e *re-liga* (religião = *religare*)” (Cf. PESSINI, 2008,

p. 9). Só a partir dessa re-ligação que haverá o equilíbrio buscado pelo homem, em todas as áreas de sua vida.

Antoine Vergote aponta, também, para o que ele denomina como sendo certo cansaço da palavra Deus, existente nos tempos atuais. Por isso, haveria um aumento de pesquisadores e até mesmo de fiéis utilizando termos como espiritualidade. Segundo o autor, este quadro é mais predominante no ocidente, especialmente na Europa. As pessoas estariam buscando um transcendente que está difuso no mundo, encontrado, por exemplo, no universo ou na natureza e ao alcance de todos. Para o autor, a religião institucionalizada perde seus crentes ao mesmo tempo em que a busca desenfreada por este tipo de espiritualidade citada aumenta.

O principal objetivo desta busca seria encontrar o verdadeiro sentido da vida. Este, então, não estaria numa prática religiosa institucionalizada, dogmática e fundamentalista, mas numa liberdade para se refletir sobre a própria vida, utilizando de outros meios transcendentais para isso.

Porém, Vergote enfatiza que o interesse pela espiritualidade não substitui o abandono da religião institucionalizada. O objetivo pela busca da espiritualidade seria mesmo o cansaço das determinações impessoais e hierárquicas em torno do conceito Deus.

Para o autor, mesmo aquelas pessoas que se dizem contrárias ou não são adeptas a alguma religião específica, podem vir a desenvolver e vivenciar sua espiritualidade, tal como ele a denomina. Independente da pertença a qualquer religião institucionalizada, a busca pelo sentido da vida é inerente a qualquer ser humano. Desta forma, de acordo com o autor, está sendo vivenciada a espiritualidade (Cf. PAIVA, 2005a, p. 11).

Vergote denomina esta postura como um “ateísmo pré-cristão” (PAIVA, 2005b, p. 42). Seria, para ele, um ateísmo religioso, onde a sua essência tem extrema relação religiosa, mas a conduta cotidiana não precisa estar vinculada com uma religião específica ou institucionalizada.

Geraldo José de Paiva enfatiza e reconhece a atual proliferação do termo “espiritualidade” no ambiente acadêmico. O autor defende que este termo é mais propenso a angariar verbas para pesquisas científicas, se comparado com os termos “religião” ou “religiosidade”. Segundo ele, espiritualidade é um conceito mais favorável quando utilizado para buscar o reconhecimento científico. Dessa forma, está sendo mais utilizado em pesquisas atuais. Por poder ser desvinculado de religiões e instituições

específicas, o termo espiritualidade soa mais ligado à ciência e aos institutos de pesquisa (Cf. PAIVA, 2005a, p. 10).

Paiva acredita que foram os estudiosos americanos que iniciaram a difusão do emprego do termo “espiritualidade” em massa, tanto científica como cotidianamente. “Parece então que a discussão contemporânea da espiritualidade se desenrola nos Estados Unidos e só atinge outras regiões graças à influência das publicações norte-americanas, que levam para o resto do mundo grande parte de suas soluções” (PAIVA, 2005b, p. 37).

Para o autor, este panorama é o contrário na Europa. Lá não se vê muitas pesquisas utilizando o termo “espiritualidade”, com exceção da Bélgica, onde os estudiosos mais jovens estão preferindo este termo em suas pesquisas. Neste sentido, Paiva cita Vassilis Saroglou, diretor do Centro de Psicologia da Religião de Louvain-la-Neuve, que defende o nascimento de uma espiritualidade diferente daquela dita “clássica” e que é totalmente distinta e oposta à religiosidade, que contém os rituais, as regras, a doutrina.

Esta espiritualidade teria características bastante específicas, como a popularidade entre os jovens, os vínculos ao nome de Deus ou ao sagrado e religioso, a não obrigação de se inserir numa comunidade, autonomia frente às regras, não existência de hierarquia (PAIVA, 2005b, p. 37-39). Outras características citadas são as seguintes:

A espiritualidade implica autonomia da pessoa em face da tradição e da instituição do religioso, busca pessoal de sentido, afirmação de conexão entre todos os seres e afirmação de uma universalidade que depende, contudo, de um princípio transcendente [ao indivíduo e a este mundo]; implica também o aspecto experiencial, até mesmo com respeito à dimensão demasiado cognitiva dos ensinamentos religiosos, assim como mal-estar em relação à materialidade do mundo [...] A espiritualidade moderna e a religiosidade clássica, contrariamente a outras abordagens filosóficas e existenciais, acreditam na existência de um sentido e de uma finalidade da vida individual e do mundo, e postulam um princípio de transcendência [ao indivíduo e ao mundo material]. Mas as duas modalidades se diferenciam quanto à autonomia em relação à tradição e à autoridade, quanto à motivação integradora da busca e da construção do sentido, assim como quanto à facilidade em oferecer respostas aos grandes enigmas da existência (PAIVA, 2005b, p. 37).

O autor aponta também para as possíveis motivações psicológicas e emocionais deste novo tipo de espiritualidade. Para ele, nem as pessoas que optam em seguir uma

religiosidade clássica nem as que buscam a espiritualidade apresentam indícios de alguma instabilidade emocional. Principalmente no tocante à espiritualidade, que se apresenta independente da necessidade de vínculos sociais, não tem o objetivo de fornecer este tipo de apoio. Porém, em relação à ajuda em momentos de crise, o autor defende que tanto a religiosidade clássica quanto a espiritualidade podem fornecer ajuda.

Outra questão trazida por Saroglou é sobre o tipo de personalidade que é associada à espiritualidade. Para ele, pessoas com caráter extrovertido, abertas às novidades são as que buscam a espiritualidade. Este tipo de postura frente à vida favorece o conhecimento de novos tipos de crenças e experiências espirituais.

Em relação aos valores que estão associados com a espiritualidade, o autor aponta algumas semelhanças em relação à religiosidade clássica, mas também reflete sobre as suas divergências. O cuidado e o respeito com o outro estão presentes tanto na religiosidade quanto na espiritualidade.

Na espiritualidade há a autonomia dos valores e da construção da própria identidade, há a supressão do tradicionalismo, o que ocorrem ao contrário na religiosidade e na religião (Cf. PAIVA, 2005b, p. 39).

Paiva entende que Saroglou conclui afirmando que há muitas semelhanças entre a religião, a religiosidade e a espiritualidade. Porém, as diferenças não são vistas como opostas. Parece que elas são diferentes mais em nível de gradação. “Por aí se vê que religião e espiritualidade, quando investigadas [...] não se definem necessariamente por contraste em todas as latitudes do globo” (PAIVA, 2005b, p. 40).

Pelo fato dos dois conceitos apresentarem notáveis semelhanças, Paiva observa a dificuldade em defini-los de forma autônoma. Um parece ser sempre dependente do outro. E na área acadêmica isto se reflete nas incontáveis formas de se trabalhar estas questões.

Para ele, é legítimo afirmar que a espiritualidade está diretamente ligada a um aprimoramento humano, já que está atrelada à busca de autonomia, ao respeito pelo diferente e pela individualidade de cada pessoa, à abertura às novas experiências e ao novo. Desta forma, a espiritualidade engrandece o homem e faz com que ele aja contrariamente ao autoritarismo, à alienação, ao preconceito (Cf. PAIVA, 2005b, p. 43).

Jacob A. van Belzen, autor que trata da abordagem Psicologia Cultural da Religião, é enfático quando busca entender a relação entre espiritualidade e psicologia, acreditando que não deve ser pretensão desta conceituar o que é a espiritualidade. Para

ele, também, a espiritualidade consiste num fenômeno cultural e está diretamente relacionada ao ambiente onde vive cada ser humano.

Para este autor, é impossível chegar a qualquer conclusão ou conceito fechado do que é a espiritualidade, levando-se em conta a infinidade de conceituações encontradas. Por isso, ele defende que cada indivíduo, quando questionado, tenha a liberdade de expressar o que é a espiritualidade para ele.

Não é tarefa da Psicologia apresentar uma definição própria da espiritualidade. [...] como a Psicologia em geral estuda a conduta humana, ela pode considerar a espiritualidade como sendo *toda e qualquer operacionalização do compromisso com a Transcendência*. Os participantes da pesquisa podem estar envolvidos nas mais diversas formas de conduta, mas somente se eles mesmos circunscreverem seus atos como resultantes de seu compromisso com o que eles considerem ser a Transcendência [...] O que importa não é com o que o participante está envolvido, mas se ele realiza sua performance a partir de seu compromisso com o que ele considera a Transcendência (BELZEN, 2010, p. 164-166).

O autor defende que o papel da psicologia não é definir o que é espiritualidade, pois este conceito não é e não pode ser exato. A espiritualidade é dependente do que o sujeito reconhece como vital, dentro do ambiente que vive, levando em consideração sua cultura e contexto social.

Por este motivo, Belzen acredita que as pesquisas na área da psicologia da religião devem ter como foco o que o sujeito entende como fenômeno espiritual. Este sujeito é quem vai reconhecer se o acontecimento pelo qual passou é ou não ligado à questão da espiritualidade. O importante é o sentido dado à espiritualidade a partir de cada indivíduo envolvido em uma pesquisa acadêmica, dentro da área da psicologia da religião.

O conceito de espiritualidade é individualizado para o autor. Cada pessoa tem o direito de entender a sua própria espiritualidade. O significado é atribuído a partir de um contexto. Por este motivo, Belzen defende que a espiritualidade é um fenômeno cultural.

Cada pessoa atribui certo sentido quando está imersa em qualquer tradição religiosa ou religião institucionalizada. O significado é colocado de acordo com a sociedade onde se vive e o que se aprende culturalmente. Ele acredita que o sentido atribuído “que faz com que certo ato seja espiritual, e não a atribuição do sentido em si [...] É a estrutura e a natureza de um campo, daquela entidade cultural, com seus

valores, convicções, convenções e moralidade específicos que levam à especificidade” (BELZEN, 2010, p. 180) de cada experiência espiritual vivida por alguém.

Também no que diz respeito à espiritualidade, a presente hipótese é de que a Psicologia não pode esclarecer a diferença entre atividades espirituais e não espirituais mais do que nisto: diferentes sentidos são atribuídos, mas os processos psíquicos envolvidos são os mesmos envolvidos nos demais processos de *dar sentido*. Assim, mais uma vez: os diversos tipos de espiritualidade têm uma própria especificidade, eles são diferentes das demais atividades e atos outros não espirituais, porque eles estão relacionados a algo bem específico, a qualquer coisa que as pessoas consideram ser Transcendência; por isso, os diferentes tipos de atos e atividades espirituais não são todos iguais e a mesma coisa (BELZEN, 2010, p. 180 s.).

Belzen também acredita que não exista somente a espiritualidade em si, mas práticas e atos que são reconhecidos como espirituais por aqueles que os vivenciam. A partir do momento em que a pessoa pratica alguma atividade a fim de estabelecer uma relação com algo transcendente, aí está uma atitude espiritual. Não importa o nome que se dê a este transcendente: Deus, sagrado, mistério. O que interessa é o compromisso com este Outro e o reconhecimento que o ato teve o objetivo de se relacionar com Ele.

A psicologia, segundo Belzen, então teria o objetivo de ajudar na compreensão das várias experiências espirituais, atuando no entendimento profundo de cada uma delas. Para cada pessoa, haverá um sentido atribuído e uma interpretação do que se busca e do que se vive. “A psicologia não deve abstrair isso, mas tentar compreender suas peculiaridades a partir disto: ela vai ensinar algo tanto da pessoa envolvida quanto do tipo de sentido que ela atribui” (BELZEN, 2010, p. 182).

Pesquisador das relações entre espiritualidade, religiosidade e ciência, Harold Koenig afirma que o termo espiritualidade dá margem a muitas discussões e por ser muito amplo, permite que todos que têm interesse nesta área o classifiquem e o conceituem. Daí esta vasta discussão.

Ele vê como benigna esta gama de variedades de conceitos quando se trata de ambientes clínicos, onde o médico ou profissional da saúde pode se abrir às múltiplas conceituações trazidas pelos seus pacientes. Pois, durante consultas, anamneses, terapias, os pacientes trazem inúmeras questões religiosas, adotando o vocabulário que melhor lhes convier. Desta forma, podem citar e conceituar o termo espiritualidade da maneira que quiserem.

Porém, na pesquisa acadêmica esta forma ampla de discursar sobre estes termos tem que ser repensada, tendo que existir uma clareza acadêmica a fim de que as

pesquisas cheguem a conclusões exatas. “Sem definições claríssimas, a pesquisa sobre religião, espiritualidade e saúde não é possível” (KOENIG, 2012, p. 9). Por isso, ele optou por sempre utilizar os termos religião, religiosidade e espiritualidade compreendendo os mesmos aspectos da experiência humana.

O significado do termo espiritualidade foi ampliado recentemente para incluir conceitos psicológicos positivos, como significado e propósito, conexão, paz de espírito, bem-estar pessoal e felicidade [...] Essa nova versão de espiritualidade evoluiu para incluir aspectos da vida que não tem nada a ver com religião, além de, muitas vezes, excluir a religião por completo, como na afirmativa “sou espiritual, não religioso”. Isso pode tornar a espiritualidade indistinguível de conceitos seculares [...] Espiritualidade tornou-se um termo popular e flexível, sobretudo em círculos acadêmicos seculares, devido à sua imprecisão, amplitude dependência de auto-definição. Esse termo pode incluir a todos, mesmo os não religiosos (KOENIG, 2012, p. 10-12).

Espiritualidade significando busca de sentido, de significado para a vida, busca pelo sagrado, conexão consigo mesmo, independente de religiosidade ou religião institucional. Porém, para fins de qualquer pesquisa científica, Koenig defende o conceito de espiritualidade atrelada às suas origens religiosas.

Para facilitar a medição como conceito único e distinto, acredito que devemos devolver a definição de *espiritualidade* às suas origens na religião, seja tradicional ou não tradicional. Nesse uso histórico, o termo espiritualidade tem suas raízes na era patrística e, mais tarde, espiritual, derivada da vida monástica, dos mendicantes, do fim da Idade Média, de Lutero, Inácio, Teresa e João da Cruz. Como a palavra *espiritualidade* tem sido historicamente associada à religião ou ao sobrenatural e envolve linguagem religiosa, argumento que, para chamar algo de espiritual, é preciso haver alguma conexão com religião. Tenha em mente que minha definição de *religião* inclui expressões religiosas não tradicionais [...] Minha definição da palavra *religião* também inclui tipos pessoais e privados de crenças e de atividades não associadas ao culto organização ou institucional. Religião também inclui a busca ou a procura do sagrado ou transcendental, como a dimensão de busca religiosa mediria. No entanto, se não existir uma conexão com a religião ou com o sobrenatural, então eu não chamaria uma crença, prática ou experiência de espiritual (KOENIG, 2012, p. 16 s.).

Koenig ainda alerta para características consideradas positivas, como amor, gratidão, perdão, paz, que devem ser consideradas como consequências de uma espiritualidade praticada com devoção, e não como a espiritualidade em si. “Espiritualidade não pode ser definida por suas consequências” (KOENIG, 2012, p. 18).

Dessa maneira, para fins de pesquisa, o autor não concorda em relacionar os aspectos positivos derivados de uma vivência espiritual com o conceito do que é propriamente a espiritualidade. Se feito desta forma, só se encontrará características positivas e saudáveis dentro da temática. E comprovar somente o valor positivo de um conceito não é o objetivo da ciência.

No entanto, para fins clínicos, o autor não vê objeção em se utilizar uma gama de conceituações. Aí se pode levar em conta o que o paciente entende por espiritualidade, abrindo o leque para que tais conceitos sejam validados como pertinentes. O profissional da saúde pode e deve buscar compreender os fatores espirituais que ajudam o seu paciente no enfrentamento de uma doença.

No tratamento de pacientes, não é necessário definir espiritualidade de forma tão rigorosa como na condução de pesquisa científica. Em contextos clínicos, é mais útil definir *espiritualidade* da forma mais ampla possível para que todos os pacientes tenham a oportunidade de ter suas necessidades espirituais satisfeitas [...] Acredito que o objetivo geral do clínico é encontrar um terreno comum com todos os pacientes, e isso significa não tentar mudar crenças, mas, em vez disso, tentar apoiar crenças que ajudem o paciente a enfrentar a doença. O uso da espiritualidade em sua definição mais ampla, portanto, faz sentido na prática clínica (KOENIG, 2012, p. 18 s.).

Nas pesquisas que relacionam espiritualidade e saúde, Koenig defende um uso estrito do conceito espiritualidade, pois só assim o objetivo de se entender o que realmente interfere na saúde pode ser contemplado. Por isso, a defesa do autor por uma conceituação exclusiva, específica e direta do que seja espiritualidade.

Para ele, existe um problema metodológico quando se faz uma utilização vaga e superficial do termo espiritualidade, trazendo prejuízos para a ciência. Por isso, o autor defende que “uma nova clareza e especificidade serão necessárias para promover o conhecimento [...] devemos começar atendo-nos a uma definição de *espiritualidade* em pesquisa que tenha alguma conexão com a religião ou o sobrenatural” (KOENIG, 2012, p. 20).

Então, para a pesquisa acadêmica não se deve aceitar o relativismo do termo espiritualidade, onde tudo e qualquer coisa podem entrar no domínio desta temática. Elencar, rigorosamente, conceitos rígidos e que façam relação com a religião e a religiosidade é o grande desafio e desejo de Koenig.

Diante de tantos conceitos e abordagens, resta definir o que seria a espiritualidade para fins desta pesquisa específica. Para isso, é necessário fazer escolhas,

determinar os objetivos que se pretende chegar, levando em consideração o longo caminho percorrido pelos diversos autores referidos, e também os muitos que não foram, mas focando principalmente no olhar individualizado deste presente trabalho.

5.6- Espiritualidade e morte no contexto desta pesquisa.

Na presença de tantas formulações e opções, a tarefa de formular um conceito próprio a partir das bases referidas que seja condizente à pesquisa apresentada se torna árdua. A complexidade do tema obriga que se demarquem os limites e objetivos de forma clara e objetiva, pois, de outra forma, perde-se em conteúdo e profundidade de análise. Neste ponto, concorda-se com Dalgalarondo quando ele defende:

As definições aqui expostas, sucintas (até o ponto em que isso é possível nesse campo) e pinçadas arbitrariamente, revelam que na própria definição do tema trata-se mais de fazer opções do que de encontrar o mais correto. Há um certo consenso de que as noções de religião, religiosidade, fé, espiritualidade são, de fato, constructos multidimensionais, contendo diferentes aspectos que podem receber distintas ênfases, a depender da perspectiva teórica que se tome e do tipo de investigação que se deseja fazer (DALGALARRONDO, 2008, p. 24).

O risco de se analisar um conceito tão abrangente, neste caso o conceito de espiritualidade, é perder de vista o foco desta tese que é justamente o papel desta nos processos de resiliência. Têm-se o perigo do conceito vir a ser muito relativo, abarcando toda e qualquer situação vivida pelo entrevistado, que ao fim não se consegue objetivar tal estudo. Espiritualidade corre o risco de se tornar um termo popular, vulgarizado e empobrecido, diante de tantas formas de abordagem e formas de conceituá-lo.

Ao propor uma pesquisa onde o tema está centralizado na especificidade do luto, o sofrimento provocado por ele e o caminho até a superação desta dor, pretendeu-se especificar a espiritualidade como uma crença pessoal, uma fé na qual aquele que está vivendo uma tragédia se agarra com o propósito de continuar vivendo, dando sentido e significado à vida.

Desta forma, a espiritualidade, neste trabalho, foi sempre analisada em relação à religião, quando o entrevistado explicita sua pertença a alguma específica, à crença pessoal, à prática, à vivência, à experiência, à forma que ele vivencia sua religiosidade. No caso de não haver uma religião específica declarada, qualquer ritual, prática ou

crença em algo que o alivie do sofrimento e que lhe proporcione um sentido de vida, foi considerada espiritualidade. Portanto, espiritualidade aqui foi entendida como a crença ou a relação com o sagrado, com algo que transcende, com o sobrenatural.

O sentido da vida dá-se, também, pela percepção da finitude, pela morte. Muitas pessoas pensam, de maneira errônea, que a morte é o que provoca a falta de sentido, mas é justamente saber-mo-nos finitos que permite que vejamos o sentido da nossa existência [...] O sofrimento pode ser a possibilidade de buscar sentido, rever situações, chacoalhar a apatia. Observamos que, atualmente, há uma tendência de logo eliminar o sofrimento, como uma anestesia, impedindo um processo tão importante implicado na expressão e elaboração da tristeza, na compreensão do que pode ter levado à situação em questão (KOVÁCS, 2008, p. 149).

Portanto, se a morte de um filho trazer algo para a reflexão individual de um pai ou mãe enlutada, e se ele usar esta reflexão para entender algo além dele mesmo, algo que o transcende e que promova atitudes de crença, fé, conhecimento de um novo sentido para a sua vida, aí estará caracterizada a espiritualidade.

Rememorando Harold Koenig, a espiritualidade analisada será ligada à religião e religiosidade, pois, como o autor acredita, “para chamar algo de espiritual, é preciso haver alguma conexão com religião” (KOENIG, 2012, p. 17).

Assim, termos como sagrado, transcendente, fé, Deus, Jesus Cristo, Senhor, oração, eternidade, espírito serão considerados partes da espiritualidade de cada entrevistado. Lembrando que expressões religiosas não tradicionais como astrologia, práticas indígenas, rituais de alguma cultura específicas também seriam analisados da mesma forma, caso tivessem aparecido nas entrevistas.

Esta escolha não isentará a necessidade de se voltar a qualquer autor ou abordagem citado anteriormente. No decorrer da análise das entrevistas, poder-se-á citar determinada teoria a fim de aprofundar o debate.

Encontrar as distinções apropriadas entre religião, espiritualidade e outros conceitos psicossociais é de especial importância para a pesquisa [...] A utilização vaga da palavra *espiritualidade* tornou-se um problema metodológico [...] Uma nova clareza e especificidade serão necessárias para promover o conhecimento nesse campo de estudo [...] O que é certo, tendo em vista que é improvável que especialistas concordem sobre uma definição comum de *espiritualidade* no futuro próximo, é que é importante que pesquisadores, escritores e palestrantes sobre esse tópico digam explicitamente como estão usando esse termo (KOENIG, 2012, p. 20).

A experiência de perder alguém querido parece ser uma grande mola propulsora para a busca da espiritualidade. O sofrimento faz com que as pessoas busquem algo a mais para se confortar, é preciso se agarrar a algo maior e mais poderoso para conseguir reunir forças para continuar vivendo. Autores defendem que o mistério da morte é uma das causas da origem das religiões.

Certamente, um dos pontos mais centrais do sofrimento e da demanda por significado seja a morte, a morte das pessoas mais queridas e significativas e a consciência da própria morte. Não será por acaso que o fenômeno humano até hoje mais sacralizado de todos, que resiste à indiferença, mesmo nos ambientes mais seculares, seja a morte. Para Câmara Cascudo (1983), a constatação da morte é talvez o elemento fundante da religião: com sua vocação para a eternidade, o homem rejeitou o determinismo da morte e explicou a agitação de todas as coisas como uma prova iniludível de consciência, vontade e determinação [...] O religioso terá sempre, ao que parece, a sua presença reservada nesse território de sofrimento e significação, convivendo com a psicologia, com a psicanálise e com a psiquiatria, desafiando-as um tanto, mas ao final das negociações, estabelecendo pactos e acordos que garantam um lugar ao sol a todas essas formas de resposta à aflição (DALGALARRONDO, 2008, p. 249-256).

Durante o momento da perda e também no processo do luto, acredita-se que o apoio espiritual é bastante positivo no tocante ao amparo dos enlutados, fazendo com que se sintam capazes de ressignificar a vida após grande sofrimento. Um espaço onde o enlutado possa demonstrar sua dor e receber apoio espiritual e palavras de encorajamento é de grande valia no decorrer deste processo.

Por este motivo, esta pesquisa tem o objetivo de entender como a espiritualidade pode ser um elemento que fortalece a resiliência dos enlutados. Como, através da espiritualidade/religiosidade, mães e pais enlutados irão encontrar forças para continuar sua caminhada e refazer o significado de suas vidas.

Esta busca fica clara nos trechos seguintes, onde um pai lamenta a perda de seu filho, e será demonstrada, também, nas entrevistas que foram feitas para esta pesquisa.

Estou num impasse, e Tu, ó Deus, me trouxeste até aqui. Desde os meus primeiros dias, ouvi de ti. Desde os meus primeiros dias, cri em ti. Participei da vida do teu povo nas orações, nos trabalhos, nos cânticos, no ouvir das pregações e no buscar da tua presença. O teu jogo para mim era suave. Tua presença me fazia sorrir. Escureceu ao meio-dia. Tão rápido como se pode dizer 'ele está morto', a luz escureceu. E onde estás Tu nessa escuridão? Aprendi a te buscar na luz. Aqui na escuridão não posso encontrar-te. Se eu nunca te houvesse procurado ou se o tivesse feito sem encontrar-te, eu não

sentiria esta dor de tua ausência. Ou não é à tua ausência que me refiro, e sim à tua ilusória e perturbadora presença? Será que meus olhos se acomodarão a esta escuridão? Será que te encontrarei nas trevas? Não nas faixas de luz que ainda persistem, mas na escuridão? Alguns já te encontraram na escuridão? Eles gostaram do que viram? Será que viram amor? E há hinos para cantar quando a luz já se tornou ofuscada? Os hinos que eu aprendi são todos de louvor e ação de graças e de arrependimento. Ou nas trevas é melhor agradecer em silêncio? A fé continua, mas meu diálogo com Deus é desconfortável, perplexo, alterado. Está fora de foco, modificado. [...] Agora é diferente. Estou humilhado, perturbado, embora eu ache que aquela fé ainda não morreu. Então digo a mim mesmo: Espera em Deus, pois ainda o louvarei, a Ele meu auxílio e Deus meu. Mas minha angústia retorna e eu lamento outra vez: Digo a Deus, minha rocha: Por que te olvidaste de mim? Por que hei de andar eu lamentando sob a opressão dos meus inimigos?[...] Para trás e para diante, lamento e fé, fé e lamento, um ligado ao outro. Uma fé machucada, uma fé saudosa, uma fé vazia de intimidade [...] Em que circunstâncias devemos espelhar Deus? Em nosso entendimento, amor, justiça, vida social e criatividade. Estas são as respostas que a tradição cristã nos oferece. Há uma resposta que raramente entra nessa lista: em nosso sofrimento. Talvez o pensamento seja apavorante demais. Refletimos Deus no sofrimento? Devemos ser a sua imagem no sofrimento? É nossa glória sofrer? (WOLTERSTORFF, 1997, p. 70-82).

5.7- Sobre a espiritualidade dos pais que perderam um filho

Partir-se-á para a análise de conteúdo das entrevistas, focando no aspecto da espiritualidade dos pais enlutados. Neste tema, porém, decidiu-se por analisar cada caso separadamente, a fim de se aprofundar nas questões mais pertinentes para esta tese.

5.7.1- Mãe Alegria: a fé que tudo aceita

Alegria cita várias vezes a fé que ela possui e que isso lhe deu forças para enfrentar tanto a doença da filha quanto a sua morte. Ela diz que seus pais sempre foram muito religiosos e participantes na ICAR. Desde cedo, aprendeu que a oração era muito importante para se conseguir paz.

Percebe-se que esta mãe foi criada numa família tradicional católico-romana e que seus pais sempre fizeram questão de enfatizar a importância da religião na vida dos filhos. Crescer neste tipo de família deu uma importante base espiritual para esta mãe, que buscou passar os valores religiosos para os seus filhos.

Ter a fé católico-romana foi de grande valia nos momentos difíceis, não só durante a doença e morte da filha. Este alicerce espiritual lhe serviu de conforto em todos os momentos de dificuldades, motivando-a para continuar a luta do dia a dia e lhe dando forças quando o cansaço poderia vencer. Ela expressa este dado explicando que se fortaleceu através da fé quando o marido e a mãe adoeceram e faleceram.

Neste caso específico, pode-se pensar no uso prático da religião diretamente na vida de Alegria, aquilo que William James já defendia há tempos. Como já trabalhado, este autor defende a religiosidade como algo que seja pragmático, que faça sentido na vida daquele que crê em alguma doutrina específica.

Para James, cada pessoa se liga à religião através da dimensão que ela necessita no momento: aquele que tem medo procura explicações sobre isso; aquele que tem problemas familiares, busca por uma solução religiosa neste sentido (Cf. JAMES, 1995). Alegria precisou entender o motivo pelo qual perdeu sua filha tão nova para a doença. E a religião católico-romana lhe deu o consolo religioso que ela tanto necessitava.

Alegria diz que hoje quer viver da melhor forma possível, pois nunca se sabe a hora nem o dia da morte: “Eu estou aqui viva e não sei quando Deus vai me chamar [...] Ninguém sabe a hora que Deus chama. Não quero ir agora” (ALEGRIA, 2014, p. 3). Através desta fala, esta mãe expressa seu amor pela vida e a vontade de ainda viver muitos anos junto com aqueles a quem ama. Apesar das tristezas pelas quais passou, ela ama a própria vida.

Pela sua situação financeira mais humilde, ela diz que “só Deus” que a ajudou a conciliar os gastos para que ela pudesse comprar todos os medicamentos para a filha, que eram caríssimos. Se não fosse a sua fé e a crença de que Deus estava no controle, ela acredita que não conseguiria custear todo o tratamento.

A filha Benção, em seu estado avançado da doença, precisava fazer um transplante de fígado. Mas não teve tempo hábil para obter um doador, levando-a a óbito. Mesmo assim, Alegria afirma que não se revoltou por este motivo, que se o transplante não foi realizado foi porque “Deus não quis” (ALEGRIA, 2014, p. 6).

A voz suave e a tranquilidade com que se mostra corroboram para mostrar que realmente ela nunca se revoltou contra Deus, acreditando que tudo o que ela passou foi porque era da vontade divina. Aceitar e não se revoltar parece ser uma característica que sobressai nesta mãe.

Ela presenciou a morte do marido e da filha, no hospital. Nos dois casos, ela diz que “Deus coloca um vidro que não te deixa ver a realidade” (ALEGRIA, 2014, p. 7). Apesar de, tanto o seu marido quanto a sua filha estarem em estado terminal de doença, ela não conseguia acreditar que eles iriam morrer. Ela nutriu a esperança de cura até o último momento. E esta esperança vinha de sua crença de que Deus iria providenciar tudo para curá-los.

Na hora que ela percebeu que Benção havia mesmo morrido, ela diz que “o vidro quebrou” (ALEGRIA, 2014, p. 7) e foi aí que ela se deparou com a realidade do sofrimento: a dor de perder a filha. O vidro estava ali numa alusão ao cuidado de Deus para com ela, com o objetivo de fazer com que ela não se deparasse com a verdade.

Eu falo que Deus botou uma barreira. Você nunca vai passar por nada de dor, nem de tristeza, mas se você é religiosa tem que passar porque tem. Deus coloca um vidro que não te deixa ver a realidade. Os médicos falavam comigo todo dia e eu não acreditava. Não é que eu não acreditava, eu escutava aquilo e parecia que não era real, que não era ela que ia embora, que seria outra pessoa. Porque se a gente cair na realidade, a gente enlouquece. Enlouquece (ALEGRIA, 2014, p. 7).

Pode-se, talvez, fazer uma relação da afirmação sobre o “vidro colocado por Deus”, para que a realidade não seja vista, com uma tentativa de fuga da realidade. Muitos autores criticam a religião justamente por este motivo, de que ela não permite que o indivíduo veja a sua vida e seus problemas de forma condizente com a realidade. Neste sentido, estaria em ação um verdadeiro mecanismo de defesa.

Neste caso, pode-se supor que a fé faz com que a mãe utilize o mecanismo de negação, que segundo Anna Freud seria a tentativa de se recusar a aceitar uma situação muito dolorida, já que ela seria a causa de muito sofrimento. Desta forma, torna-se mais leve passar por um momento tão trágico.

Sob a influência de um choque, como a súbita perda de um objeto de amor, nega os fatos e substitui a realidade insuportável por alguma ilusão agradável [...] A capacidade do ego de negação da realidade é inteiramente incoerente com uma outra função altamente apreciada pelo ego: a sua capacidade para reconhecer e comprovar criticamente a realidade dos objetos [...] na esfera do afeto, cancelaram os dolorosos fatos objetivos e desempenharam uma hipercatexa da fantasia, na qual esses fatos foram invertidos para que o prazer que deriva da imaginação triunfasse sobre a “dor” objetiva (FREUD, Anna, 1986, p. 68).

O fato de pensar que Deus colocou uma barreira protetora, que não permite que ela veja que a filha está morrendo pode ser interpretado, então, como uma clássica negação. “O método de negação, no qual se baseia a fantasia de inversão dos fatos reais nos seus opostos, é empregado em situações em que é impossível evitar uma impressão dolorosa externa” (FREUD, Anna, 1986, p. 80).

Então, poderia ser questionado se esta mãe não faz uso inadequado de tal mecanismo de defesa, criando, para ela mesma, um mundo inexistente, afinal sua filha morreu e não há como sua vida estar tão bela, da forma que ela afirma. Poderia ser considerado humanamente impossível uma mãe considerar natural a morte da filha.

Porém, é necessário entender que o uso da negação, neste caso, não resultou em graves comprometimentos para Alegria, visto que ela se encontra bem e tranquila após a morte da filha. Então, pode-se pensar que o uso da negação, neste caso específico, também oferece um apaziguamento positivo para muitas pessoas que a utilizam frente a momentos sofridos.

A própria filha era também muito religiosa, diz Alegria. E isso lhe deu forças para suportar o tratamento e cultivar a esperança de cura e de se encontrar um doador. A mãe acredita que a religiosidade da filha fez com que, perto da hora de sua morte, ela só sangrasse um pouco pela boca, já que a especificidade do caso era ter muitos sangramentos, pelo corpo todo. A mãe sente-se muito grata pela fé que a filha possuía, já que não a presenciou tendo hemorragias fortes.

Para esta mãe, a cena da morte da filha foi linda, maravilhosa. Não teve momentos chocantes nem desespero de ninguém. Ela se sente imensamente abençoada por poder desfrutar de tanta beleza. Esta tranquilidade no momento da morte da filha deve-se, segundo ela, à sua fé e em acreditar no quanto Deus a ama e não a deixa passar por momentos traumatizantes.

Trazendo-se novamente Anna Freud para a discussão, seria viável e possível Alegria encontrar beleza na cena da morte da filha tão amada? Através do uso, mais uma vez, da negação é possível que esta mãe pudesse vislumbrar como um belo momento a morte da filha. “O seu método de dominar a ‘dor’ invertendo-a em algo agradável [...], renunciando a qualquer situação externa que pudesse dar origem ao tipo de ‘dor’ que ela mais temia” (FREUD, Anna, 1986, p. 81).

Para muitas pessoas que têm fé, que acreditam em um poder superior, a morte é vista como um grande ganho. O ganho maior seria poder encontrar Deus, o sagrado, o transcendente, que é o seu grande motivo para viver (MARTINS, 2007, p. 177).

Trazendo-se esta questão para o luto de pais, pode-se pensar na beleza da morte como a única forma destes pais conseguirem se reencontrar com o filho que partiu, futuramente.

Neste ponto, pode-se trazer à discussão o que Freud explica como a tríplice função da religião. Para o autor, a religião traz algumas utilidades que acabam por facilitar a vida daquele crê. Neste caso específico da perda de um filho, a crença em uma religião pode afastar o medo da morte, que pela natureza é algo completamente normal de acontecer. Sendo assim, a partir do momento que esta mãe acredita na doutrina da religião, ela se sente forte para encarar que a morte da filha foi algo muito maravilhoso e de que as duas se encontrarão num futuro próximo.

O tipo de morte que a filha teve, sem desespero e junto da mãe, do irmão, da avó e de amigas, confortou muito a mãe, fazendo com que ela se sentisse abençoada. Ela diz isso com muita ênfase na entrevista. Poder estar ali com a filha, abraçando-a, dando carinho nos últimos momentos foi essencial. Ela se refere a este momento como “graça do céu” (ALEGRIA, 2014, p. 9).

Logo após a morte da filha, muitas pessoas vieram à presença da mãe para explicar que a filha havia feito “a passagem direto” (ALEGRIA, 2014, p. 8). Que, no momento da morte, havia muitos espíritos de entes falecidos queridos no quarto do hospital. São pessoas da religião espírita. A mãe, apesar de não participar desta religião, respeita estas pessoas e confessa que estas afirmações a ajudaram a se sentir confortada, por fazê-la ver que realmente a filha era muito especial e que merecia esta forma de morrer.

Então foi isso que a minha sobrinha falou: “Não tinha só vocês ali não. O quarto estava cheio de gente, cheio de anjos e pessoas boas. A passagem foi direto”. Eu como católica não desfiz e nem tinha como questionar isso. Mas se ela foi direto, que benção! Foi tudo muito sereno (ALEGRIA, 2014, p. 10).

Alegria compara a filha a uma vela acesa, que irradiou luz enquanto estava viva e que, aos poucos, foi se apagando. Esta comparação a emociona e a deixa muito orgulhosa e grata por ter tido uma filha tão iluminada. “É uma vela. Acho que é por isso que eu fico com essa serenidade. A vela estava acesa, iluminando todo mundo que estava ali, de repente ela foi apagando e apagou. Lindo!” (ALEGRIA, 2014, p. 8).

Esta mãe compara a sua dor de ter perdido a filha com a dor de Nossa Senhora por ter perdido seu filho Jesus Cristo. Esta relação criada demonstra a forte influência católico-romana da mãe e a importância que esta religião tem em sua vida.

A dor de Nossa Senhora ao ver seu filho Jesus Cristo sofrendo e morrendo na cruz é bastante explorada nos rituais e dogmas da ICAR. A presença desta Mãe tão especial, chamada “Mãe da Igreja” (LARRANAGA, 2008, p. 31) é motivo de grande devoção de católicos em todo o mundo.

Mas isso aí eu acho que a maioria das mães. É a Nossa Senhora dando o que ela teve. Entendeu? Por que ela não ficou serena? A Nossa Senhora não se jogou, não se enfiou debaixo da cruz, não tentou tirar o filho dela da cruz, porque ela sabia que ele ia passar por aquilo. E a gente sabe se a gente tem que passar por alguma coisa é porque está escrito [...] A Nossa Senhora que eu falo, ela não me aguenta. Não tem uma missa que eu não lembro dela. Missa eu peço pra ela. Toda missa, toda missa. Agora comecei um terço da família (ALEGRIA, 2014, p. 12).

“Junto à cruz de Jesus estava, de pé, sua Mãe” (Jo 19, 25). E assim, na Bíblia, aparece a figura de Maria, a mãe de Jesus, ao ver seu filho sendo crucificado na cruz. Maria, para muitas mães enlutadas, aparece como um grande símbolo de identificação ou idealização de fé, de mãe forte, que aguentou calada, vendo o sofrimento do filho.

Em termos psicanalíticos, a idealização é trabalhada por Freud e este a define como um processo psíquico que tem o objetivo de elevar à perfeição qualidades de um determinado objeto (Cf. LAPLANCHE; PONTALIS, 2001, p. 224). Trazendo a questão para a situação de Alegria, percebe-se claramente que ela idealiza a figura de Maria como sendo um modelo de mãe forte, perfeita, que suportou a perda de seu amado filho. E isso a consola em sua dor.

“A idealização do objeto seria essencialmente uma defesa contra as pulsões destrutivas; neste sentido, ela seria correlativa de uma *clivagem* levada ao extremo entre um ‘bom’ objeto idealizado e provido de todas as qualidades [...] e um ‘mau’ objeto” (LAPLANCHE; PONTALIS, 2001, p. 224), afirma Melanie Klein. Neste sentido, deduz-se que Alegria escolhe a figura de Maria por lhe parecer perfeita, que a protege contra possíveis sentimentos negativos, sofrimento e muita dor, fazendo com que ela se veja como uma mãe enlutada forte e capaz de passar por tudo o que passou de forma tranquila.

Esta imagem de mãe forte, que, por causa de sua fé, se coloca como espectadora do martírio de seu filho, que aceita todo este sofrimento e apenas confia, é trazida por Alegria para expressar sua fortaleza ao ver a decadência de sua filha frente à doença que a vitimou.

A Mãe percorreu essa desolada via dolorosa vestida de dignidade e silêncio. Esteve simplesmente magnífica. Não reclamou, não protestou [...] Às cenas ásperas respondeu com doçura e silêncio. Nunca se dobrou. Em toda a travessia manteve a estatura e a elegância desses carvalhos que, quanto mais batidos pelos ventos, mais se firmam e consolidam. Foi compreendendo, passo a passo, que a maternidade no espírito é muito mais importante que a maternidade segundo a carne [...] A personalidade de Maria impressiona por seus relevos de humildade e valentia. Ao longo de sua vida, sempre procurou ficar oculta na penumbra de um segundo plano. Quando chega a hora da humilhação, avança e se coloca em primeiro plano, digna e silenciosa [...] João indica que a Mãe permanecia ao pé da cruz. No calvário, quando tudo já estava consumado e não havia mais nada para fazer, então sim, ela ficou quieta, em silêncio (LARRAÑAGA, 2008, p. 166).

Para muitos estudiosos católicos, Maria aguentou todo o sofrimento de ver seu filho morrer por causa de sua própria fé. Como diz um deles, Maria estava “aferrada em sua fé para não sucumbir emocionalmente. Não é importante o conhecimento, mas a fé, e a fé de Maria escalou então a montanha mais alta” (LARRAÑAGA, 2008, p. 86). Então, esta fé tão forte demonstrada por Maria no calvário parece representar uma grande força para as mães, como no caso de Alegria, de buscarem na religião e na própria crença certo alívio para a morte de seus filhos.

Não questionar a vontade de Deus, aceitando que o filho partiu somente pela vontade divina é outra característica também trazida por Alegria e que é aviltada como específica também de Nossa Senhora. A aceitação pacífica, sem questionamentos, sem racionalizar a situação. “O importante não era entender, mas entregar-se” (LARRAÑAGA, 2008, p. 86).

A ideia teológica de que tudo é vontade de Deus e que tudo já está pré-definido por Ele, até mesmo antes do nascimento, e que, por isso, os momentos sofridos precisam ser aceitos sem questionamentos, parece ser uma questão difundida em boa parte dos adeptos das religiões cristãs e também em outras religiões. Porém, para uma mãe que perdeu sua filha após longo sofrimento, torna-se terapêutico e até saudável acreditar que a vontade divina prevalece, já que tudo o que a medicina ofereceu como recurso foi utilizado.

Pode-se, então, através de Maria, trazer à tona a figura de Pietá, que é uma das mais famosas esculturas de Michelangelo, esculpida em mármore em 1499. Notam-se, ao se pesquisar sobre a dor da mãe por perder um filho, muitas comparações com a

imagem de Pietá. Percebeu-se, em muitos livros, clara referência a esta figura. Em sua maioria, a grande questão é: Como esta mulher suportou tamanha dor?

Observava a face de Pietá, o olhar sereno da mãe diante da certeza do filho morto no colo, o qual, outrora acalentava, dava carinho, dava amor, protegia, mas, naquela hora estava impotente diante da maior de todas as suas dores [...] *“Meu Deus, não consigo imaginar a dor das Pietás, como elas conseguem passar por isso? Como uma mãe pode ver o seu filho morto e não morrer também na mesma hora?”* – pensava eu a todo instante nessa dor de Nossa Senhora e das outras mães que perderam filhos. Parece até que as Pietás ficam com a mesma feição da Pietá que Michelangelo esculpiu quando fez aquele rosto sereno com um pensamento longe, sem saber o que fazer, para onde olhar, para onde seguir. A vida dá uma pausa naquele momento em que elas perderam seus filhos e parecem ficar imortalizadas em mármore também. Maria, a mãe de Jesus, viveu uma dor semelhante à que estou passando. Consegui ver de perto e bem na minha frente, a expressão que Michelangelo imaginou da face de Maria com o filho morto no colo. Também eu imaginei como através de sua face ela expressava os seus sentimentos maternais (GUERRA, 2013, p. 72, 73).

Nos momentos mais difíceis, Alegria se lembra da filha e do marido, também falecido, e pede a eles que a guiem. Ela deixa bem claro que não acredita em reencarnação e nem que eles falem com ela, espiritualmente. Apesar disso, ela acredita que estes entes falecidos a ajudaram a ter clareza de pensamento para conseguir solucionar algumas de suas dificuldades.

Aí aquela coisa de sentir a presença dela depois não é coisa de acreditar. A minha filha não falava pra mim, quando eu estava na escola fazendo prova e pedia proteção dela, mas eu acho que é a serenidade que ela me dá pra eu conseguir fazer a prova. Ela não veio me ajudar, mas é a serenidade, a tranquilidade. Porque ela era muito tranquila. Agora se existe ou não é outra coisa (ALEGRIA, 2014, p. 12).

Quando questionada sobre a principal fonte que a consola, após a perda, ela diz, com ênfase que é a fé. Que se não fosse a fé que ela tem, não conseguiria nem estar fazendo esta entrevista.

Se não fosse a fé eu não estaria como eu estou aqui contigo não. Se eu não tivesse eu não sei o que seria. E eu acho que é toda mãe. Você não ouve falar que uma mãe morre porque morreu o filho. É isso. Não morre. Por que não morre? Porque tem alguém lá no alto que não quer que a gente morre. Não quer que a gente despenque. Não pode

despencar porque tem outra pessoa que segura (ALEGRIA, 2014, p. 15).

A fé, como foi dito, expressa uma vontade pessoal e livre em se aliar com um outro, criando uma relação onde há total confiança (Cf. BENKÖ, 1981, p. 93). Desta forma, Alegria mostra-se totalmente confiante em Deus e na vontade Dele, e de que a filha faleceu por que Deus mesmo quis. Neste caso, não há o que debater ou discutir. A única ação plausível é aceitar, segundo ela.

Por isso, Alegria diz que nunca se revoltou contra Deus por ter tirado a sua filha. Ao invés disso, sente uma gratidão enorme pelo presente que Ele deu, que são seus filhos, e principalmente sua filha, que a encheu de alegria e orgulho por quinze anos.

Por que Deus tirou ela daqui? Não houve esse sentimento de revolta. Eu não fiquei de mal de Deus nem um pouquinho. Porque se eu nasci é porque ele quis, se eu estou aqui é porque ele quer. Se ele me deu aquele presente maravilhoso, foi tão rápido, mas foi tão intenso, da gente viver ali. Ele não me deu ela só por quinze anos, me deu muito mais (ALEGRIA, 2014, p. 18).

Alegria acredita que tudo que acontece é desígnio de Deus. Por isso, não se revoltou em nenhum momento, mesmo quando não foi possível conseguir um doador de fígado para a sua filha. Para ela, tudo vem de Deus. Se não aconteceu, é porque Ele não permitiu. Cita isso muitas vezes durante toda a entrevista.

Heimann (HOCH & HEIMANN, 2008, p. 44) afirma que o ser humano tem capacidade racional para entender que a morte é algo do qual não se pode escapar. Porém, a esperança e a certeza de que ela não é o fim, já que a ressurreição existe, e que tudo é vontade de Deus, até mesmo os acontecimentos ruins, são passados pela fé. E é neste sentido que a maioria das pessoas religiosas parece se apegar, quando perde um ente querido, especialmente um filho.

Tal fé tem o poder de ressignificar a vida humana, mesmo diante da certeza e inevitabilidade da morte. Claro que essa ressignificação é um processo muito subjetivo, que começa a ser internalizado pelo sujeito a partir de suas próprias experiências com a morte [...] A fé leva o indivíduo a uma preparação para a morte e, em alguns casos, até a desejá-la, na esperança do encontro definitivo com o Ser Criador (HOCH & HEIMANN, 2008, p. 44).

Alegria relata sobre a importância que teve, para ela, os rituais fúnebres. Cada pessoa que esteve no velório da filha e lhe deu um abraço e lhe disse palavras de

conforto foi de fundamental valia. Ela ficou ao lado da filha o tempo todo, mas guarda com muito carinho a presença de cada um que esteve presente naquele momento.

Os rituais fúnebres são, muitas vezes, cerimônias instituídas e normatizadas pelas religiões. Seguem um rito específico em cada uma delas, sendo conduzidos pelos líderes e pela comunidade religiosa. Emocionalmente, os rituais podem ser de grande ajuda e importância para os enlutados.

A maioria tem a função de trazer à realidade o enlutado, fazendo com que este tenha a certeza do que realmente aconteceu. Ver o corpo no caixão, presenciar o morto recebendo as últimas homenagens, conversar sobre o que aconteceu faz com que o enlutado possa expressar os primeiros sentimentos em relação à perda, manifestar as emoções referentes à pessoa falecida e dar seu último adeus.

Harold Koenig lembra que cada religião é formada por um conglomerado de práticas e rituais que têm o objetivo de ajudarem a seus membros a expressarem a sua fé. Estes rituais fortalecem a união da comunidade religiosa, de uma forma geral, e ajuda aqueles que estão envolvidos diretamente nos rituais, como no caso do velório, enterro ou missa, no caso de enlutados (Cf. KOENIG, 2012, p. 11).

Receber o abraço e carinho das pessoas presentes faz com que o enlutado se sinta acolhido em sua dor, entendido e fortalecido para vivenciar aquele momento. O funeral ganha a função de ajuda no processo de luto justamente pelo fato do enlutado poder ter a oportunidade de comunicar os seus sentimentos sobre a pessoa falecida.

Com isso, forma-se uma rede de suporte social, onde o enlutado pode buscar forças para a superação. Esta rede formada pode ser extremamente válida nos dias futuros, onde o enlutado se sente sozinho e confuso, já que a maioria das pessoas que prestaram solidariedade na ocasião do velório e enterro se dispersou. Saber que existem pessoas com quem pode contar é de extrema valia para aqueles que perderam alguém muito querido (Cf. WORDEN, 2013, p. 82, 83).

Para Alegria, uma prática religiosa que a faz se sentir melhor é ir à missa no cemitério, no feriado de Finados. Este era também o dia de aniversário de Benção. Então ela procura não ficar triste nesta data. O filho mais velho faz sempre questão de acompanhá-la neste dia.

Na ICAR, o dia de finados é celebrado em 2 de novembro. A escolha desta data se deu por ser próxima ao dia 1 de novembro, dia de todos os santos. Desta forma, para a ICAR, todas as pessoas que morrem entram em estado de graça (Cf. LEHMANN, 1935, p. 374-377).

A data para se homenagear os mortos pode mudar em função da religião e da cultura, mas costuma seguir as diretrizes católicas, que iniciaram essa tradição a partir do ano 998 DC.

O Papa Bento XV (1914-1922) exigiu que os sacerdotes rezassem três missas de intercessão pelos mortos no dia de finados. E essa tradição perdura até os dias de hoje, quando os fiéis lotam as igrejas e cemitérios buscando consolo e conforto para a perda de seus entes queridos.

O dia 2 de novembro é visto como um dia triste e de muitas lembranças para quem já perdeu um ente querido. Para os católico-romanos, é importante ir ao cemitério cuidar dos túmulos e ir à missa de finados (Cf. LEHMANN, 1935, p. 374-376).

Para a maioria dos pais entrevistados, como foi no caso de Alegria, o dia de finados passou a ser um dia ainda mais triste, dia de reflexão, de visitar o túmulo da filha e de ir à missa rezar pela alma dela.

A gratidão é um traço marcante em Alegria. Ela sempre diz ser muito grata a Deus pelo dom de ser mãe, pelo nascimento da filha e pelos quinze anos concedidos de convivência com ela. Após dezesseis anos de perda, esta característica é o que mais lhe ajuda na superação da saudade, diz ela.

A gratidão pode ser vista como expressão de bondade. Na maior parte das religiões, como a católica, espírita, protestante, ela é citada e se aconselha o seu emprego em atividades diárias como forma de se mostrar como pessoa altruísta, colaboradora, madura. Pode ser utilizada como sinônimo de dádiva, bondade, generosidade, doar-se, sem querer nada em troca, agradecimento.

Em sentido religioso, pode-se notar a figura de Deus como o doador da vida e de todos os seus desdobramentos, e por isso, o homem deve ser eternamente grato àquele que lhe ofereceu o dom da vida. Desta forma, a gratidão a Deus é um tema de relevante valor religioso.

Estudiosos do tema enfatizam que se sentir grato faz com que se aumente o bem-estar subjetivo, a qualidade de vida e a resiliência (Cf. EMMONS & MCCULLOUGH, 2003). Sentir gratidão tem a função de ligar as pessoas umas às outras, fazendo com que se pense numa sociedade mais harmônica, já que todos estão interligados. Ser grato a Deus faz com que se entenda que os acontecimentos ocorrem por intervenção divina, e conseqüentemente, os sofrimentos também são oriundos de força divina. Por isso, precisam ser aceitos e vivenciados.

Desta forma, pode-se entender que Alegria não sucumbiu à morte de Benção por acreditar que Deus quis que a permanência junto a ela fosse exatamente por aquele tempo, quinze anos. E, por isso, é grata a Ele por lhe ter permitido ser mãe de uma garota tão especial, de ter tido a oportunidade de aproveitar tanto a vida em sua presença. Se ela morreu tão jovem, foi por vontade de Deus.

Neste sentido, a gratidão deu a esta mãe forças para continuar a sua caminhada sem a filha. Ela se agarra aos momentos bons, onde pode ser feliz com ela e os valoriza imensamente, sendo eles os que lhe dão motivação necessária para seguir em frente.

5.7.2- Casal Tristeza: “Tudo está nas mãos de Deus”

Os pais que formam o casal Tristeza dizem que nunca foram de frequentar nenhuma religião. Apesar dos filhos terem ido para a Igreja Cristã Maranata, eles não sentiam vontade de ir. Desde a morte de Herói, quando leram nos arquivos do notebook dele a sua preocupação com a salvação dos pais, eles resolveram se dedicar a esta igreja em busca de alívio da dor e também para realizar a vontade do filho falecido.

Vê-se aqui um exemplo de que a busca por uma religião aconteceu devido a um grande sofrimento. Aqueles pais que não tinham nenhum interesse religioso receberam como uma herança do filho uma preocupação com a própria salvação. E, a partir disso, eles buscam a religião do filho.

Dalgarrondo defende que a busca por uma religião acontece após momentos de forte impacto emocional, como depois da morte de alguém querido (Cf. DALGARRONDO, 2008, p. 16). Desta forma, mesmo aqueles que não tinham alguma crença, tendem a buscar forças em alguma religião específica após algum sofrimento.

Por isso, parece bastante comum a busca por espiritualidade e religiosidade, após momentos de sofrimento. Isso reflete que a pessoa que está passando por algum momento difícil necessita de consolo e conforto, o que é, muitas vezes, o objetivo das religiões. Por isso, a religião aparece como “importante instância de significação e ordenação da vida, de seus reveses e sofrimentos” (DALGARRONDO, 2008, p. 16).

Criar um sentido para a vida também é, muitas vezes, o próprio sentido da espiritualidade. Por isso, busca-se tanto por ela a fim de entender o sentido existencial de se continuar vivendo sem aquela figura tão amada e necessária.

Porém, neste caso específico, o filho Herói registrou a sua preocupação com a salvação dos pais, já que este filho era profundamente religioso e seus pais não se interessavam pela religião.

Esta herança, após a descoberta das palavras do filho no notebook, sinaliza para os pais uma continuação da própria vida do filho, simbolizando que ele está presente no futuro direcionado aos pais. Estes se sentem como que realizando o grande sonho do filho, e, desta forma, há a sensação da continuidade do histórico religioso do filho, ou seja, a sua própria vida e interesses vão continuar.

Entretanto, esta busca por continuar a história do filho traz consequências positivas para o casal enlutado, já que ao serem acolhidos pela congregação onde o filho participava, estes pais começam a encontrar apoio e consolo em meio à tristeza pela perda.

Froma Walsh defende que a espiritualidade é um dos recursos mais efetivos para se construir a resiliência e transformações positivas nos momentos trágicos e sofridos: “A espiritualidade, a fé e a religiosidade têm sido reconhecidas como fatores de saúde mental justamente porque ajudam a pessoa a transcender, a enxergar além da adversidade” (HOCH; ROCCA LARROSA, 2007, p. 29).

No momento em que souberam da morte do filho, a mãe diz que sua vontade era só de ajoelhar no chão e conversar com Deus. E ela seguiu a sua vontade, realizando este gesto com a sua filha mais nova. Esta filha frequenta a Igreja Maranata há alguns anos e foi ela quem fez o convite ao irmão, que a atendeu e estava frequentando há tempos também. Os dois irmãos foram batizados nesta igreja.

O pai acredita que o acidente de carro com o filho só aconteceu, porque Deus quis e permitiu que o filho dormisse ao volante. Se não houvesse esta intervenção divina, nada disso teria acontecido, pois o filho era um motorista excelente. Aqui se vê, novamente, um caso onde o pai acredita que a morte do filho se deu por vontade divina. Sendo esta vontade impossível de ser refutada ou questionada, sendo aceita incondicionalmente.

O casal conta, ainda, que um vizinho viu o acidente e correu ao local para tentar ajudar. Quando chegou, reconheceu o rapaz, que estava de olhos abertos e com respiração ofegante. Conversou com ele, pedindo calma.

Esse amigo falou que nunca viu uma paz espiritual e tranquilidade naquela pessoa. Ele viu que era uma pessoa de bem, que Deus estava

iluminando ali e que o carro estava iluminado. Sentiu uma paz interior muito grande. Ele não sentiu aflição, não ficou desesperado nem nada. Ele sentiu paz vendo meu filho. O acidente aconteceu porque Deus permitiu (TRISTEZA, 2014, p. 3).

Os pais alegam que saber que o filho não ficou sozinho no momento da morte conforta muito. E ainda mais, saber que a paz que o filho transmitia, por ser cristão e frequentador da igreja, foi marcante naquele momento. Para eles, o filho morreu em paz.

O papel que a Igreja agora tem na vida dos pais é de valor fundamental, segundo eles. É ali que eles conseguem tentar entender o porquê de estarem passando por esta dor. E realizar o sonho do filho, em ver os pais frequentando a igreja, é o que os motiva a seguir.

“As tradições religiosas estabelecem os caminhos para o homem religar-se à origem verdadeira de sua natureza, podendo dessa forma viver em harmonia e equilíbrio” (PERES, 2009, p. 241). Desta maneira, percebe-se que pode ser benéfico sentir-se como participante ativo de uma congregação religiosa. O sentir-se amparado é de fundamental importância após o acontecimento de uma grande tragédia.

A gente está seguindo. Depois dele a gente está procurando o mesmo caminho dele. É isso que conforta a gente. Não frequentávamos antes não. Nunca tinha lido a bíblia. Agora leio a bíblia todos os dias. Procuro a igreja e me conforta. Estamos fazendo um curso bíblico e um curso de teologia. O curso bíblico já é outra denominação, lá no centro. Estamos indo aqui na Maranata. Estamos nos sentindo muito bem com isso. Você sabe o seguinte: ele procurava a eternidade. Era fiel à eternidade. Então ele alcançou a eternidade. Agora é nós que estamos procurando a eternidade (TRISTEZA, 2014, p. 4).

Congregar e estar junto à comunidade religiosa se mostra muito positivo para a superação destes pais. O consolo religioso recebido por eles por parte dos “irmãos” da igreja faz com que eles se sintam um pouco menos sofridos, conseguindo vislumbrar um pouco de normalidade futura para suas vidas.

Gadamer discute sobre os objetivos da religião, trazendo a discussão sobre os rituais que são necessários seguir, em determinadas crenças, em relação à morte. Segundo ele, o homem é a única espécie que enterra os seus mortos. Isso lhe distingue dos animais, já que o ser humano sabe de seus limites e de sua finitude (Cf. GADAMER, 2000, p. 126).

A congregação, em casos assim, é de fundamental importância no sentido de amparar aqueles que passam por momentos trágicos. O suporte emocional que surge em meio aos elementos religiosos é de grande valia para os que sofrem. Neste sentido, vê-se que as várias denominações religiosas precisam se engajar neste tipo de ajuda e cuidado, buscando conhecer o processo de luto a fundo, a fim de estabelecer recursos de ajuda neste momento.

Em diversas falas, os pais repetem esta questão: que o filho alcançou a eternidade, pela qual ele tanto lutava. Somente um bom cristão, como ele foi, merece tal prestígio, segundo os pais. Então, se o filho conseguiu alcançá-la, isto é uma das coisas que mais conforta, pois ele realmente foi um servo de Deus, trilhando seu caminho de forma honesta, justa, abençoada. “Meu filho era muito feliz aqui na terra. Mas ele está muito mais feliz lá na eternidade. A gente que está triste” (TRISTEZA, 2014, p. 6).

A eternidade, termo comum para os cristãos, pode significar, neste caso, a eternidade do próprio Deus, que é eterno ao longo do tempo, sendo infinita a sua existência. Transcende todas as limitações temporais. Então, no entendimento dos adeptos destas religiões, aquele cristão fiel, que segue a sua doutrina verdadeiramente e que tem Jesus como absolutamente tudo em sua vida, alcança, após a sua morte, a eternidade. Eternidade esta que significa viver eternamente na presença de Deus (Cf. BERKHOF, 2001, p. 44-52).

Pode-se pensar, segundo a doutrina da Igreja Maranata no Brasil, que após a morte têm-se dois destinos para a alma, que é imortal: o céu, que representa a eternidade com Deus, para aqueles que viveram de acordo com as regras da igreja; e a eternidade sem Deus, que será de extremo sofrimento e solidão. (Cf. IGREJA CRISTÃ MARANATA, 2015).

Esta é uma igreja cristã, que nasceu no estado do Espírito Santo, Brasil, em 1968. Os fiéis acreditam na Escritura Sagrada (Velho e Novo Testamento), no batismo nas águas, na salvação pela fé em Jesus Cristo, na obra que Jesus consumou quando estava na cruz. (Cf. IGREJA CRISTÃ MARANATA, 2015).

Esta igreja, que tem como base de referência a própria bíblia, defende a existência de três tipos de morte: física, espiritual e eterna. A primeira seria o término da vida física, através da separação entre corpo e alma. A morte espiritual preza pela imortalidade da alma. Para os crentes, logo após a morte física, a alma se direciona para Cristo e ali fica até a eternidade. E, após estar junto de Cristo, o morto dorme eternamente o sono da alma (psicopaniquia). Esta teoria afirma que “depois da morte, a

alma continua a existir como um ser espiritual individual, mas num estado de repouso inconsciente” (BERKHOF, 2001, p. 685). E, por isso, não há como um morto estar em contato com o mundo real nem com os entes queridos que estejam vivos.

A mãe Tristeza faz uma crítica às pessoas espíritas, pois não acredita que o filho possa estar junto dela, olhando-a, se comunicando com as coisas da terra, em espírito. Pois muitas destas pessoas a orientaram para não chorar, não demonstrar sofrimento, pois o filho não iria ter paz após a morte. Ela não acredita nisso e diz que, segundo sua religião, os mortos nada sabem. É um descanso eterno. O filho descansará em sono profundo e não vai manter nenhuma comunicação com os que estão vivos.

Por este motivo, hoje a mãe Tristeza filtra muito os conselhos que recebe, não dando ouvidos àqueles que a pedem para não chorar e não ficar falando no filho. Pelo contrário, ela se sente muito bem falando do filho e estando perto de seus objetos e fotos.

O fato de a bíblia explicar que os mortos não mantêm contato nenhum com coisas da terra, a deixa livre para expressar a sua dor da forma que ela achar melhor e mais confortável. Para esta explicação, ela utiliza a seguinte parte da bíblia:

Os vivos sabem que morrerão, mas os mortos não sabem absolutamente nada, nem têm mais recompensa, porque toda lembrança deles caiu no esquecimento. Tudo o que a sua mão achar para fazer, faça-o com toda a sua força, pois não há trabalho, nem planejamento, nem conhecimento, nem sabedoria na Sepultura, o lugar para onde você vai (ECLESIASTES 9:5, 10).

Desta maneira, saber que seu filho dorme em sono profundo e que não consegue manter nenhum tipo de comunicação com os vivos, lhe dá, mais ainda, a certeza de que ele alcançou a eternidade e de que não precisa de mais nada material. Segue o destino que ele mesmo escolheu, ao ser tão dedicado à sua escolha espiritual. Ele é merecedor da eternidade, segundo a mãe.

Para o casal Tristeza, o filho está na eternidade com Deus, pois escolheu, durante a sua vida, caminhos corretos e que só podem levar a esse fim positivo, pois Jesus escolhe estes, que são os capacitados, para estarem ao lado do Pai. Para os pais, isso é motivo de extremo conforto, pois sabem que o filho descansa eternamente ao lado de Deus.

O pai Tristeza afirma, algumas vezes, que ele e a família ficaram e estão muito tristes. Porém, Deus está feliz. Que no velório havia tanta gente que pessoas que não

sabiam o que estava ocorrendo, diziam que ali estava acontecendo uma festa. Para o pai, era realmente uma festa para Deus, por receber uma pessoa tão especial que era o seu filho.

Então ele não quis saber de AMAN, não quis saber de casamento, não quis saber dessa vida aqui. Encontrou a eternidade e foi. E na eternidade ele vai estar feliz pelo resto da vida. A gente está lutando pra alcançar a eternidade também. É uma luta incansável, porque não é fácil obter a eternidade. Você tem que mudar toda a sua vida. Em todos os sentidos. Seguir os mandamentos (TRISTEZA, 2014, p. 8).

Para os pais, a única coisa que dá forças para continuar a caminhada é Deus. “Só Deus mesmo. É a bíblia, a igreja mesmo. Procurar a Deus” (TRISTEZA, 2014, p. 6). Vê-se aí a grande importância, hoje, da espiritualidade e da vivência religiosa para estes pais. É a força necessária para continuar vivendo, mesmo sabendo que a tristeza será constante a partir de agora.

Seguir a vontade do filho, que estava preocupado com a salvação dos pais, é um acalento para a alma. Para os pais, esta decisão vale muito e é como uma herança deixada para eles pelo filho. “Ele realizou, mas ele não viu” (TRISTEZA, 2014, p. 7).

A mãe sente-se bem, também, recebendo orações pelo telefone. Tem uma amiga que mora no Amazonas e que é evangélica e que também já perdeu um filho, há quatorze anos. Quando a mãe está muito mal e sem conseguir dormir, o pai liga para esta amiga e coloca a esposa para falar com ela. As duas conversam durante horas, oram juntas e a mãe diz que isso a faz sentir-se muito bem.

O aconselhamento espiritual pelo telefone foi estudado por autores que, como Krause, defendem que encontrar uma pessoa disposta a escutar o problema, mesmo que por telefone, auxilia a “aliviar o sofrimento, a angústia, o desespero e a depressão de quem o procura, inclusive durante a noite, em todos os dias do ano” (KRAUSE, 2004, p. 163).

O aconselhamento por telefone pode não dar soluções para problemas, mas talvez possa ajudar para que a própria pessoa que telefona consiga resolvê-los. Pessoas que formulam os seus problemas em palavras podem vê-los com maior clareza. No diálogo, elas podem experimentar proximidade humana, confiança, incentivo para nova coragem de vida. Quando alguém as ouve, responde as suas inquietações, pergunta com interesse, aquelas pessoas que buscam ajuda por telefone percebem-se vivas e descobrem que há forças escondidas dentro delas. Muitas vezes, este é o primeiro passo para uma possível resolução de problemas (KRAUSE, 2004, p. 164).

Desta forma, para esta mãe, contar com a possibilidade de ter esta amiga disposta a ouvi-la, é altamente tranquilizador e reestabelece seu equilíbrio emocional, pelo menos naquele momento. As orações feitas, o tom acalentador da conversa, a total aceitação e entendimento da dor por parte da amiga servem como um verdadeiro bálsamo para a mãe. Por isso, essa ponte de contato pode ser considerada como um grande apoio, também, espiritual, pois há troca de questões existenciais, da pergunta sobre o porquê de Deus permitir que o filho morresse. A amiga, por ser também religiosa e por vivenciar sua fé, consegue amparar esta mãe em suas questões espirituais.

O pai traz a informação de que quando o filho foi batizado nas águas, em Campinas, o pastor disse que tudo para ele seria muito rápido. Tudo estava acontecendo muito rápido na vida dele, a vida profissional, a estabilidade financeira, o casamento. Porém, o pai diz que “não passava pela nossa cabeça que nesse muito rápido estaria incluído também a eternidade” (TRISTEZA, 2014, p. 17).

Para os pais, ter fé, neste momento, é necessário para a própria sobrevivência. “Se não fosse a fé não sei como a gente estaria sobrevivendo” (TRISTEZA, 2014, p. 18). . Pode-se pensar, fazendo referência ao conceito de *coping*, apresentado neste capítulo, que os pais utilizam o *coping* religioso frente à tristeza imensurável. Nitidamente, a fé é uma estratégia que ajuda no enfrentamento do trauma e da tristeza que se sucedeu.

Como analisado, o *coping* é utilizado como estratégia para enfrentar as adversidades cotidianas, sendo o *coping* religioso um dos recursos mais usados pelas pessoas que têm fé ou que são frequentadoras de uma doutrina religiosa. Como Pargament afirmou, um dos objetivos do *coping* religioso é o apaziguamento da dor ou do sofrimento através da crença em algo sagrado ou transcendental (Cf. PARGAMENT, 1997).

Desta forma, pode-se entender que o casal Tristeza faz uso das atribuições religiosas de que dispõe para que o sofrimento causado pela morte do filho possa ser diminuído. E as práticas que hoje oferecem consolo são o hábito de ler a bíblia, ir à igreja e buscar a eternidade.

Seguir a religião dele é o maior conforto para mim é saber que ele foi pra espiritualidade e conseguiu a eternidade. Que ele era muito feliz

aqui e está sendo muito mais, as pessoas dizem, é imensurável a felicidade dele. Que ele está no caminho de ouro da eternidade, nas ruas de ouro. Confiar que Deus fez o melhor e que ele seguiu o caminho. Que a gente sente muita falta e muita saudade mas a gente vai encontrar com ele. Eu sei que ele está vivo lá na eternidade, lá, eu entendo assim. Pra mim é como se ele estivesse perto de mim. Apesar de eu saber que ele não está. Essa convicção de que ele está vivo, apesar de não ser aqui (TRISTEZA, 2014, p. 18).

Para os pais, “o espírito é de Deus. Ele veio na pessoa e volta para Deus. E a alma, ela ganha vida pra eternidade [...] mas o que está salvo é a alma e o espírito que está no céu” (TRISTEZA, 2014, p. 22). O corpo não é mais nada e vira pó. Então, para os pais, o espírito e a alma do filho estão salvas, pelo fato de ele ter sido um excelente militar, e isso os deixa mais tranquilos.

A grande esperança dos pais é o reencontro com o filho, no futuro, na eternidade. Para isso, eles buscam, também, a eternidade por meio de boas ações. Eles dizem que não é fácil, demanda uma grande e profunda transformação de vida, mas que este é o grande objetivo da sua vida.

Respeitar a decisão e a vontade de Deus, que foi que o filho fosse para a eternidade, é uma tarefa que eles conseguem realizar. Não se revoltaram contra Deus e acreditam que tudo o que acontece é decisão Dele e não tem como ser mudada. Creem que nada acontece sem que Deus permita.

Muitas igrejas mantêm a crença de que experienciar a morte é algo positivo, levando-se em conta que esta experiência faz com que o ser humano se aproxime dos sofrimentos de Jesus Cristo, e por isso, a felicidade virá juntamente com a salvação que vem, também, com Cristo. De acordo com essa ideia, obedecer a Deus é mais importante que preservar a vida (Cf. GRUDEM, 2009, p. 1277). Sendo assim, entende-se que para pais que fazem parte desta religião é mais fácil acreditar que Deus permitiu a morte do filho do que se revoltar contra esse aprendizado.

Hoje, tanto o pai quanto a mãe Tristeza dizem que nada material os prende. Eles não têm nenhum sonho de obter coisas materiais. Não se interessam por roupas, festas, carros, viagens. A vida, agora, se resume em “aguardar nosso espaço lá no céu” (TRISTEZA, 2014, p. 24). Pode-se entender que o casal vive uma morte em vida, pois tudo perdeu o sentido. A única motivação é aguardar a própria hora de partir, parecendo viver uma vida para a morte.

Há, neste caso, uma busca constante pela religião que o filho escolheu para ele mesmo, e só desta forma é que estes pais conseguem vislumbrar um futuro para eles. O

único futuro aguardado parece ser a própria morte, onde também alcançarão a eternidade e, assim, poderão se reencontrar com o filho amado.

Por isso, a herança deixada pelo próprio filho é tão importante. Ela mesma dará as ferramentas para que os pais consigam encontrar o filho. Estas ferramentas são a prática religiosa, seguir fielmente a doutrina e assim Jesus irá encaminhá-los para a eternidade, onde terão o reencontro tão aguardado.

5.7.3- Mãe Gratidão: Em busca de uma espiritualidade própria

Gratidão relata que, após a perda de seu bebê recém-nascido, teve muito apoio de uma vizinha que era espírita. Ela dizia que o seu filho continuava perto da família e que se ele morreu, sendo ainda um recém-nascido, era porque tinha um espírito muito evoluído que já tinha cumprido sua rápida missão na terra. Na época, isto foi um grande consolo, mesmo hoje quando ela já não acredita em mais nada do que se prega no espiritismo.

Para a crença espírita, no momento da morte, o espírito se separa do corpo e segue rumo ao mundo espiritual, onde continuará a sua evolução e encontrará com outros espíritos com quem se encontrou em outras vidas (Cf. O ESPIRITISMO, 2015).

A evolução espiritual vai depender de como a pessoa viveu os seus dias, das escolhas que fez e das boas atitudes que teve. Por isso, sua vivência no mundo dos espíritos será agradável ou sofrida conforme estas questões elencadas. Segundo os espíritas, a alma mantém a sua individualidade, mesmo passando por várias encarnações (Cf. O ESPIRITISMO, 2015).

Por ter estas explicações da vizinha, após a morte de seu bebê, era confortador saber que ele estava bem, que havia cumprido sua missão na terra, que o espírito dele ainda estava entre a família. A possibilidade do espírito ainda estar em contato com a mãe era um alento para ela, já que “havia esperança de que ele estaria numa outra dimensão, estaria bem, estaria até em contato comigo” (GRATIDÃO, 2014, p. 3).

Participou de palestras espíritas, levadas pela vizinha, recebeu passes. Estas práticas durante o luto a ajudaram muito. Ela se sentiu cuidada pelos benfeitores do centro espírita e obteve esclarecimento sobre tudo o que estava se passando.

Essa crença durou pouco tempo. Logo depois, a mãe parou de pensar desta forma e entendeu, como cristã, que aquele era um propósito divino. Que Deus lhe daria

outro filho, na hora que Ele entendesse que fosse melhor. Que seu bebê havia morrido somente porque Deus quis.

E ela teve mais outros dois filhos. Agradece muito a Deus por esta dádiva. Porém, o vazio que ficou nunca vai ser preenchido por outros filhos, mesmo ela tendo muitos. Então, afirma ela, que este vazio só é preenchido pela fé.

Relata sua trajetória religiosa, começando pela ICAR, que frequentou durante grande parte de sua vida. Na época da morte de seu filho, ela já estava afastada da ICAR, indo raramente às missas. Teve o conforto do Espiritismo, quando ocorreu a perda, mas logo a sua crença foi enfraquecida.

Ficou muito tempo sem participar de qualquer religião, até que pessoas ligadas às Testemunhas de Jeová bateram à sua porta, oferecendo estudos bíblicos. Ela aceitou a oportunidade, pois sempre teve muita vontade de entender a Bíblia. Estudou muito tempo com eles, mas não aceitou ser batizada, por não aceitar certas posições.

As Testemunhas de Jeová se autocompreendem como cristãos, porém se colocam como diferentes de muitos grupos cristãos. Eles honram Jeová, o Deus do Antigo Testamento e Criador de todas as coisas. Procuram imitar a Jesus, por isso se consideram cristãos. Seus adeptos pregam seus ensinamentos para todas as pessoas de todas as religiões, em todo o mundo. Seu trabalho é feito, na maior parte das vezes, através de seus testemunhos de vida e de fé; por isso, se autodenominam de Testemunhas de Jeová (Cf. TESTEMUNHAS DE JEOVÁ, 2015).

Para eles, a morte é um sono eterno e profundo. Não há um lugar para onde a alma vá após morrer. Nem céu, nem inferno, nem purgatório. Há apenas um sono onde a pessoa que morreu não tem consciência de mais nada. E assim ficará até ser ressuscitada e viverá com a mais perfeita saúde e será muito feliz (Cf. TESTEMUNHAS DE JEOVÁ, 2015).

A mãe relata que, após a experiência com as Testemunhas de Jeová, que foi muito benéfica, passou a frequentar uma igreja evangélica. Lá estudava muito e participava de seminários teológicos. No momento da entrevista disse que não frequentava nenhuma igreja, por opção pessoal. No entanto, a sua fé continua inabalável, independentemente de qualquer religião institucionalizada.

Minha fé é muito grande. Mesmo eu não estando lá congregando, nem nada. Eu tive um conhecimento vasto dentro da igreja. Fui na Testemunha de Jeová também. Entender aquilo tudo. Sempre gostei de estudar e pesquisar isso, além de ter minha própria fé. Eu tenho

muita coisa do catolicismo, dos evangélicos também. Eu faço assim uma filtrada nisso tudo e tenho a minha intimidade com Deus. A minha experiência com Deus ela é muito marcante. Ela é testemunho mesmo, eu falo mesmo com um monte de gente o que essa experiência traz de bom pra vida da gente. A experiência da fé. Inclusive citando esse caso de perda (GRATIDÃO, 2014, p. 4).

Esta mãe diz que saindo de uma religião específica, conhecendo outras e filtrando aquilo que de melhor ela achava para colocar na sua vida, ela está buscando desenvolver uma espiritualidade. E, para ela, espiritualidade, seria o seguinte:

Eu acho que é a gente sempre procurar evoluir. Evoluir na forma de enxergar as coisas. Para mim isso é espiritualidade. Você está tendo a oportunidade de refinar, de polir, de ficar uma pessoa mais otimista, mais humana, mais compreensiva, mais generosa, mais altruísta, é isso. Aí não entra realmente nenhum dogma assim. Nenhuma doutrina. Eu procuro isso pra mim, sabe? E, à medida do possível, passar isso nas minhas lidas diárias com as pessoas (GRATIDÃO, 2014, p. 5).

Observando-se a conceituação de espiritualidade que Gratição formulou, após uma vida de experiências boas e ruins, englobando a morte de seu bebê, pode-se remeter a uma compreensão atual citada na parte bibliográfica e que é defendida por alguns autores: de que a espiritualidade em si independe de religiões institucionalizadas, de doutrinas ou dogmas de fé. Porém, no caso desta mãe, ela “formulou” sua própria conceituação de espiritualidade partindo de suas experiências religiosas institucionalizadas passadas.

Gratição vê a espiritualidade como algo altamente positivo, algo que a faz caminhar, a faz se tornar uma pessoa melhor. Algo que direciona a própria vida para um caminho mais feliz e harmonioso consigo mesma e com os outros.

Ela se sente autônoma na forma de conceber e viver a sua própria espiritualidade. Sua busca pessoal por sentido a levou a este próprio entendimento. Dessa forma, ela se sente altamente conectada com o universo, como um todo, e com as pessoas em geral, e constrói toda uma forma de viver baseada no que ela definiu como espiritualidade.

Neste ponto, pode-se relembrar o conceito de espiritualidade que Edênio Valle defende, de que é algo muito comum e básico na vida de qualquer ser humano. Para ele, a espiritualidade tem vários objetivos, sendo um deles o de promover relações saudáveis entre as pessoas e de ajudar a desenvolver uma autoconsciência, que leva a buscar um

novo sentido de vida, o que pode ser estendido à Gratidão, que fala sobre estas consequências na sua trajetória.

Porém, Valle faz uma ressalva, lembrando que a espiritualidade pode não ter somente frutos positivos, como os citados por esta mãe, sendo que existem consequências, também, negativas oriundas desta reflexão. Para ele, há “‘espiritualidades’ que são como jóias falsas: refulgem, mas não tem valor senão o das aparências. Não levam ao amadurecimento; podem, ao contrário, conduzir à ruína” (VALLE, 2005, p. 103).

No entanto, para esta mãe a vivência e a sua própria formulação do que é espiritualidade são altamente positivas e foram de fundamental importância para o seu restabelecimento após a morte do seu filho. A sua espiritualidade fez com que ela conseguisse visualizar novos objetivos de vida e de ser grata às oportunidades futuras que Deus lhe proporcionou, como ter seus filhos, seus netos, sua profissão.

A este respeito, Dittrich pode defender que esta mãe construiu sua própria noção de espiritualidade ao se deparar com as vicissitudes da vida, compreendendo também sua grande gratidão por todas elas. Para esta autora, espiritualidade é algo fundante no ser humano e que vai ser desenvolvida no decorrer da história existencial de cada um.

A espiritualidade tem tomado um rumo conceitual como experiência fundante do ser humano que perpassa as suas relações emocional-rationais, vital-cognitivas enquanto ser vivente, aprendente, conhecente. Este processo humano é uma caminhada do gestar e parir constante da espiritualidade, que vai paulatinamente se expressando pelo sentido que o ser humano atribui ao seu viver no mundo. Este sentido está enraizado nas profundezas do seu ser quando a criatividade da vida encarnada segue seu curso vital-cognitivo para o bem-estar, a harmonia no viver com tudo e com todos e especialmente consigo mesmo [...] Dentro dessa visão, a espiritualidade do ser humano é a expressão da sua maneira de ser no seu viver dentro da sua cultura, da sua história de vida que vai ser perpassada por uma necessidade de saber sobre a sua origem primeira, a razão originária do seu ser-no-mundo – o mistério da criatividade divina, a vida, Deus (DITTRICH, 2004, p. 46-48).

Ver incoerências nas instituições que frequentou, onde as pessoas, apesar de serem bem intencionadas, erram muito, foi o principal fundamento para ela chegar à busca pela sua própria compreensão de espiritualidade, da forma que ela descreveu. A decepção, a frustração a levaram a entender que não precisava de um lugar específico

para estar com Deus. Ela poderia estar com Ele na sua casa, na sua vida, em seus momentos de oração.

Neste sentido, pode-se pensar na explicação que Antoine Vergote oferece ao analisar a busca no ocidente por um sagrado mais difuso e não somente concentrado nas religiões tradicionais. Para ele, os ocidentais estão cansados da palavra Deus e, por este motivo, buscam uma espiritualidade desligada das instituições religiosas, fazendo uso daquilo que lhes traga sensações positivas e boas respostas.

Gratidão parece buscar o que Vergote descreve sobre as atuais maneiras de se ter uma experiência espiritual, que se baseia em “atingir uma liberdade interior e de encontrar para a vida um sentido que liberta do racionalismo estreito e das concepções tristemente utilitárias” (VERGOTE, 2003, p. 98).

Esta mãe diz que sente falta da congregação para orar. Nesses momentos, ela vai até alguma igreja onde se sente bem e faz suas orações. Alguns fiéis sempre a convidam para palestrar e ela aceita. Faz suas palestras relacionando a psicologia com a questão cristã, aborda assuntos sobre mulher, mãe, família e é sempre muito bem recebida.

Então eu contribuo dessa maneira. É minha doação pra eles. E a maior parte do tempo eu não vou. Cria ali uma obrigação, essa coisa do dízimo também. Eu sei que nenhuma instituição sobrevive sem isso, mas por outras coisas que andei observando, a questão do preconceito aos homossexuais, mais aos homossexuais do que às prostitutas e viciados são vistos de outra maneira. Isso também me deixa meio assim. Resistente a algumas coisas ali. Acho que não deveria ter esse tipo de preconceito e sim uma forma de abordar, de receber essas pessoas, de outra forma (GRATIDÃO, 2014, p. 5).

Vê-se aqui a necessidade do estar junto para compartilhar a fé e como o apoio e união entre aqueles que têm uma doutrina religiosa em comum é de grande valia. Pinto (PINTO, 2009, p. 73) já alerta sobre a importância disso, quando defende que a religião é formada por rituais e símbolos próprios de cada doutrina, e que através deles as pessoas se unem para compartilhar a fé, a crença de que algo maior que elas existem. A partir desta união forma-se uma rede de solidariedade e de ajuda mútua, o que pode garantir um alívio do sofrimento nas horas difíceis.

A gratidão por tudo de bom que aconteceu na sua vida, após a morte do filho, é um ponto característico desta mãe. Ela acredita que Deus a compensou muito, lhe dando mais dois filhos homens e uma vida de trabalho e estudo, onde ela pode se apoiar também.

Como já foi analisada, a gratidão é algo que faz com que as pessoas se conectem umas às outras, que traz força e tranquilidade nos momentos difíceis, porque aquele que é grato consegue ver, mesmo no sofrimento, o lado positivo das coisas (Cf. EMMONS & MCCULLOUGH, 2003). No caso desta mãe, a gratidão à vida e a tudo de bom que acontece é algo que a marca, já que foram repetidas as vezes que esta mãe amplia o seu olhar para tudo de bom que a vida lhe proporcionou. Por ser tão forte esta característica na vida desta mãe, optou-se por este pseudônimo Gratidão.

Após a morte do bebê, Gratidão se manteve afastada de qualquer religião, porém, sua fé se manteve muito forte. Nunca se revoltou contra Deus, pelo contrário, buscava forças Nele. E sempre agradecia muito pelos filhos que vieram logo depois.

Ainda quer adotar mais um filho, mesmo que seus filhos já sejam adultos. A única coisa que ainda atrapalha esta ideia é estar no meio de um doutorado. Mas assim que passar esta fase, ela e o marido pensam fortemente nesta possibilidade. Tem certeza que Deus irá encaminhar esta sua vontade.

Ao ser questionada sobre a forma que ela encontrou para tentar superar a dor da perda de seu bebê, ela foi enfática e disse: “No meu caso só foi pela fé” (GRATIDÃO, 2014, p. 7). Ao aceitar a ajuda da vizinha espírita, o que lhe fez muito bem, esta mãe imaginava sempre que o filho estava bem, que foi um anjo por ter tido uma vida terrena tão breve e que a família toda era muito abençoada por ter compartilhado da sua presença.

Ficava bem por acreditar que ele não tinha morrido, morreu pra essa vida, mas estava bem pra outra. E essa vizinha ainda dizia que ele ia voltar pra mim e eu acreditava. Ahhh... esqueci de te contar. Durante um tempo eu achei que o meu próximo filho era ele, depois eu achei que não, que era o caçula, quando ele veio. Depois eu tirei isso de cabeça. Cada um é um e pronto. Isso fica confuso. Igual te falei, nunca fui espírita, eu respeito quem seja, mas não é a minha praia. Ele teve o tempo dele aqui, né? Se um dia, em outro plano, se Deus quiser me resgatar, resgata. Eu vou entender isso melhor depois. Por enquanto o que eu posso é viver a vida do ser humano que eu sou (GRATIDÃO, 2014, p. 7).

Em relação ao cemitério, ela frisa que nunca foi ao túmulo do filho. Também nunca foi ao do pai nem da mãe, por achar que a questão física não conta depois da morte. Que frequentar o cemitério só vai reforçar toda a dor. Ela acredita que Deus não quer este tipo de sofrimento e que estudou este tema na bíblia, com as Testemunhas de Jeová. Por isso, prefere ser cremada quando morrer.

A experiência de ter perdido seu bebê trouxe coisas positivas também. Uma delas foi ter se aproximado de Deus e a sua fé ter aumentado. “Deus pra mim é o mesmo eu perdendo pai, mãe, filho, ele é o grande Deus. Isso me salva. É o que mais me salva” (GRATIDÃO, 2014, p. 8). Vê-se nesta fala o quanto a fé pessoal é importante em meios a catástrofes, já que ela se torna o referencial para a construção de um novo sentido de vida.

Gratidão mostra que sua fé é em Deus, mesmo afirmando anteriormente que a espiritualidade, mesmo sem ser relacionada a alguma doutrina específica, é o essencial na sua vida. Farris discute sobre ser Deus o mais importante na vida da pessoa, mesmo esta não pertencendo a nenhuma religião específica (Cf. FARRIS, 2005, p. 166). Segundo o autor, Deus poderia ser o referencial de sentido espiritual mais conhecido, e mesmo assim haver outros referenciais importantes.

Então, pode-se observar a mãe Gratidão com esta característica. Ela mostra que sua fé em Deus é incansável e interminável, porém não precisa proclamar uma religião específica como sua. Às vezes, não precisa de nenhuma para se sentir bem, em outras sente falta de congregar para orar, o que a faz buscar alguma forma de se inserir numa religião, mesmo que seja pelo lado profissional, fazendo palestras, por exemplo.

5.7.4- Mãe Saudade: Aceitar negando

Saudade é evangélica. Cresceu na Igreja Presbiteriana, onde todos da família sempre participaram. Aos 17 anos, passou a frequentar a Assembleia de Deus, onde conheceu seu marido e na qual se mantém até hoje.

A Assembleia de Deus é uma igreja cristã, que tem como único salvador Jesus Cristo. Acreditam que a bíblia é revelação de Deus, que foi enviada aos homens por meio da inspiração do Espírito Santo. Para seus adeptos, a bíblia é a grande autoridade que contém as verdades e condutas que direcionam a vida dos crentes. Acreditam na vida eterna, que será de eterno gozo para os fiéis e de muita tristeza e sofrimento para os infiéis (Cf. ASSEMBLEIA, 2015).

Foi criada nesta igreja e tem muita fé. Quando perdeu seu filho mais velho, não se revoltou contra Deus, nunca questionou o porquê de ter perdido um filho tão querido. “O senhor deu, o senhor tirou e bendito seja o nome do senhor. Porque nada é nosso. Tudo é do senhor” (SAUDADE, 2014, p. 1). Com essa convicção, segue sua vida nestes quatorze anos que já se sucederam após a morte de seu filho.

Na maioria de suas colocações durante a entrevista, ela deixa clara a crença de que nada acontece sem que Deus queira. Por isso, apesar de todo o sofrimento que ainda sente ao não ter mais seu filho, ela nunca questionou o motivo desta escolha divina. Seu amor e crença em Deus continuam inabaláveis e inquestionáveis.

Mais uma vez, fica bastante evidente a questão do pré-determinismo, que é também característico desta igreja. Aceitar que tudo é desígnio de Deus é aceitar a morte como aprendizado para que se possa ser igual a Jesus, que mesmo sendo perfeito, aceitou a morte como consumação da vontade divina (Cf. GRUDEM, 2009, p. 1275).

Para os crentes é explicado, também, que não é errado sofrer pela morte dos entes queridos. Após a perda é o momento de sofrer e sentir saudades, e esta reação não é considerada falta de fé (Cf. GRUDEM, 2009, p. 1277). A própria bíblia reflete e assinala este comportamento em situações como essa: “os homens piedosos sepultaram Estevão e lamentou profundamente por ele” (ATOS, 8:2). Porém, esta tristeza, de perder algum ente querido, deve ser mesclada com a alegria e a esperança.

“Enquanto lamentamos a nossa tristeza deve ser misturado com a adoração de Deus e ação de graças pela vida de um ente querido que morreu. A adoração é especialmente importante neste momento” (GRUDEM, 2009, p. 1280). E, apesar do corpo físico morrer, a alma vai direto pra Deus, e esta ida é feita com alegria. Portanto, a aceitação da mãe Saudade é pautada em ensinamentos que foram aprendidos durante toda a sua vida. Questionar a morte do filho em seu contexto religioso seria ir contra sua própria fé e origem espiritual, o que lhe causaria mais um sofrimento.

Durante a entrevista, Saudade demonstra, na maior parte do tempo, a sua fé. Orou ou cantou louvores várias vezes. Pregou passagens da bíblia, sempre com um tom emocionado e como se estivesse realmente pregando para uma plateia na igreja.

Para alguns pesquisadores, o ato de crer, de orar, de louvar gera uma sensação de conforto, no sentido de que o desamparo frente a crises é aliviado. A utilização de práticas religiosas por pessoas que passam por sofrimentos consegue fazer com que o sentimento de desamparo diminua, fortalecendo a pessoa para a reconstrução de sua história, motivando para a continuidade da vida (Cf. PERES, 2009, p. 248-251).

O ato de louvar, de cantar em conjunto músicas religiosas dentro de uma congregação é também uma prática comum entre os membros da comunidade e que, segundo alguns autores, traz sensações de paz, bem-estar, sensações de plenitude por estar servindo à algo maior, ao sagrado, a Deus, ao senhor, ao transcendente, ao Outro. “Ao ouvirmos ou cantarmos todos, simultaneamente, uma mesma canção, o resultado é

a diversidade de sensações, opiniões, percepções, lembramo-nos do aspecto altamente subjetivo do ser humano e de sua arte” (KUPKA; KRATOCHVIL in HOCH; ROCCA LARROSA, 2007, p. 191).

Na fala e no canto, não expressamos apenas o que sabemos, mas também o que somos e em que estado de espírito nos encontramos. Rir, gemer, suspirar, soluçar, chorar... comportamentos vocais espontâneos que envolvem um movimento do diafragma, se constituem no mesmo material utilizado quando cantamos: a respiração, a laringe e as emoções. E são “contagiantes”, pois partem do centro da pessoa, mesmo que inconscientemente. É impossível esconder: especialmente quando cantamos, a voz revela, pela intensidade sonora, pelo andamento, pelo fluxo respiratório, pela entonação, aquilo que vem de dentro, do fundo do baú dos nossos conhecimentos e de nossas emoções. Assim, cantar representa uma das possibilidades mais plenas e profundas de nos colocarmos em movimento, enfrentar a ansiedade e prosseguir no caminho de busca da saúde e do sentido da vida (KUPKA; KRATOCHVIL in HOCH; ROCCA LARROSA, 2007, p.187).

Então, pode-se entender o ato de cantar da mãe Saudade como uma forma de buscar alívio do grande sofrimento que foi a morte de seu filho. Apesar de já transcorridos 14 anos, Saudade deixa bem clara durante a entrevista a sua dor como algo muito atual e constante. E, ao mesmo tempo, cantou muito, citou muitas partes de músicas e disse que cantar e escutar louvores foi fundamental em seu processo de luto. Portanto, pode-se afirmar que, para esta mãe, a música religiosa tem uma importância fenomenal no seu processo de busca de resiliência.

Para esta mãe, muitas elaborações sobre o porquê da morte do filho, sobre o embate entre a sua própria fé e a realidade traumatizante da perda, sobre a busca de entendimento sobre a personalidade do filho que se foi, se deram ao entoar um hino de louvor ou ao escutar uma música onde a letra falava de algo que a tocava profundamente. Então, a música religiosa pode ser considerada um bálsamo para a alma desta mãe.

Os elementos fundamentais presentes na música nos oferecem suporte para enfrentar as crises e nos possibilitam visitar os espaços de segurança e de confiança necessários para aliviar a dor das feridas. A música proporciona subsídios para elaborar os conflitos, restaurar forças e potencializar os recursos pessoais psicoemocionais disponíveis e necessários ao processo de reconstrução da vida – de resiliência (KUPKA; KRATOCHVIL in HOCH; ROCCA LARROSA, 2007, p.188).

Sendo assim, Saudade se beneficia dos recursos citados acima, através do canto dos louvores. Os hinos e as músicas se tornam um amparo importante no seu processo de resiliência, sendo auxiliares para a elaboração de seu luto, vindo a ajudar na ressignificação e entendimento da morte do filho, de uma forma tão prematura.

De acordo com Kupka e Kratochvil, a música atua reforçando o sistema psiconeurológico, ativando as suas partes sadias e, com isso, auxiliando o controle da ansiedade e da depressão. Desta forma, cantar se torna um auxílio para o alívio do sofrimento e seus efeitos negativos (Cf. KUPKA; KRATOCHVIL in HOCH; ROCCA LARROSA, 2007, p.189). Então, a partir do momento em que a pessoa percebe a ressonância da música, ela modifica a sua respiração, e assim tem a capacidade de colocar “em movimento a elasticidade psicossomática e vitaliza a inteireza do ser e o potencial criativo de restauração. No ato de cantar, nós nos envolvemos por inteiro, desobstruindo o reservatório abarrotado de sofrimentos e conflitos” (KUPKA; KRATOCHVIL in HOCH; ROCCA LARROSA, 2007, p.189).

Como foi mencionado, durante toda a entrevista Saudade cantou trechos de músicas que foram e são importantes para o seu restabelecimento após a morte do filho. Ela cantou e explicou que os louvores a faziam se sentir no colo de Deus, sendo confortada, compreendida em sua dor, ouvida nas suas lamentações, respondida nos seus questionamentos. Então, há sempre uma música que marca determinado momento vivido por esta mãe, durante todos os 14 anos transcorridos desde a morte de seu filho.

Canções e hinos que falam do cuidado de Deus permitem um profundo processo de projeção e identificação daquele que canta com o compositor e o poeta. Podemos arriscar a afirmação de que cantar está no princípio e no fim do processo de transformação. No princípio, porque nos permite e nos impulsiona a entrarmos em contato com nosso material emocional, lá onde a verbalização está bloqueada, onde há dificuldades para falar sobre nossas dores. No fim, porque auxilia na organização e na elaboração criativa de uma “nova canção”, de uma reinterpretação do sofrimento e da ressignificação da existência (KUPKA; KRATOCHVIL in HOCH; ROCCA LARROSA, 2007, p.190).

Além das canções, Saudade também utiliza muito as orações pessoais a Deus. Ela cita o seu pedido de força a Deus, no momento em que o médico lhe informou da morte cerebral do filho. O profissional sugeriu que os órgãos do garoto fossem doados, já que estavam em perfeitas condições. Ela não autorizou por acreditar que Deus

poderia fazer um milagre e o fazer reviver. Para ela, o caso de seu filho poderia ter um desfecho parecido com o de Lázaro, a quem Jesus ressuscitou:

Eu disse: o senhor está dizendo que o coração do meu filho está batendo? Então eu vou dizer para o senhor que eu não vou doar os órgãos dele. Vou te explicar por quê. Eu creio num Deus que é poderoso e que Jesus é filho de Deus, e ressuscitou um homem chamado Lázaro que já tinha morrido há quatro dias, estava em decomposição. E ele ressuscitou aquele homem e muitos outros. Então, enquanto o coração do meu filho estiver batendo, eu tenho esperança daquele amigo chamado Jesus chegar e dizer: Filho, saia para fora. Que era assim que ele fez com Lázaro. Então, o senhor me desculpe (SAUDADE, 2014, p. 4).

Por causa de sua fé inabalável, ela não permitiu que os órgãos do filho fossem doados. Durante os dias em que ele permaneceu com o seu coração batendo, mas já com morte cerebral, esta mãe ainda acreditava que Jesus faria o milagre de trazê-lo de volta à vida. Mesmo atualmente, ela não se arrepende da decisão que tomou.

Logo após a notícia da morte cerebral, ela pediu para ir até onde o filho estava, pois queria vê-lo e fazer uma oração. Chegando lá, colocou a mão na cabeça do filho, fez uma oração, não pedindo a cura do filho, mas sim que Deus fizesse a sua vontade. E fez a seguinte oração, da qual diz que nunca esqueceu e que proclamou durante a entrevista: “Deus, eu creio que o senhor tem poder para curar o meu filho, restaurar esse cérebro, colocar um cérebro novinho, mas eu quero que o senhor faça o seu melhor. Em nome de Jesus, amém” (SAUDADE, 2014, p. 4).

Koenig afirma que a oração é um instrumento dos mais utilizados pelas pessoas que creem em algo transcendental, e a partir dela estas pessoas conseguem enfrentar e também reduzir o nível de estresse desenvolvido por algum tipo de sofrimento (Cf. KOENIG, 2012, p. 56). O autor também defende que pessoas religiosas e com fé conseguem tomar decisões acertadas após longo estresse, levando em consideração o que a sua tradição religiosa prega como o certo. Pelo fato das doutrinas religiosas possuírem normas e leis de conduta, aquelas pessoas que possuem fé nesta doutrina conseguem resolver questões de difícil decisão, em momentos com alto nível de estresse (Cf. KOENIG, 2012, p. 67).

Trazendo este fato para a vida de Saudade, ela menciona o momento em que orou pelo filho após a constatação da morte cerebral como crucial, porque ela sentiu raiva por abrir mão de lutar pela vida do filho e precisou dar lugar à fé. Aquela fé que

foi aprendida desde criança, era o momento de colocá-la à prova. Aceitar que o filho havia entrado vivo no hospital e estava saindo morto.

“Como entender a fé e a razão? Como entender quando você tem que usar a fé que diz que sim e a razão que diz que não? Aí você tem que viver uma vida, manter a sua fé pela sua convicção de vida. Vai contra a sua razão de ser. Tudo bem, entendi” (SAUDADE, 2014, p. 4). O embate que se deu ao colocar a sua fé acima de qualquer desespero pela morte do filho foi resolvido no momento em que ela apenas aceitou, sem questionamentos, e colocou a sua fé acima de qualquer dor.

Saudade deve este entendimento a uma vida inteira vivida dentro da igreja, o que lhe permitiu muitos ensinamentos e muita certeza de que sua fé era forte e verdadeira. Ela afirma que só assim uma pessoa consegue construir sua história espiritual. É necessário que se nasça dentro de uma tradição religiosa e que se caminhe ali, alimentando dia a dia a sua fé. Para que, quando ocorrer uma séria turbulência, esta fé possa ser colocada em primeiro plano na vida.

Por mais que ela tenha utilizado a sua fé para entender e aceitar a morte do filho, quatorze anos depois ela ainda carrega um histórico de doenças e de necessidade de muitas medicações para se manter equilibrada. Nesse momento, o questionamento na pesquisa é o seguinte: A fé dá conta da dor?

Já que ela afirma durante toda entrevista que a sua crença em Jesus é que a mantém de pé, que ela aceitou que a morte do filho tenha sido por vontade de Deus, por que ainda essa mãe sofre, mesmo após 14 anos? Por que ainda precisa de tantos remédios, de tantos acompanhamentos profissionais? O luto de uma mãe é realmente eterno, mesmo tendo amparo espiritual, como defendem alguns autores?

Esta mãe tem consciência clara desta questão, ao colocar objetivamente seus problemas sérios de saúde, mesmo na aceitação da perda do filho, resguardada pela fé:

Aí ele partiu. E mesmo assim eu aceitei. Eu falei: Deus, eu não quero que o senhor faça nada que possa trazer mais tarde, uma consequência ruim para mim ou pra ele. Talvez meu filho seria hoje uma pessoa infeliz, drogado, homossexual, não sei. O que eu sei é que Deus resguardou o meu filho e o resgatou. Até hoje eu aceito. Mas eu fiquei doente, né? Um mês depois caiu a ficha. Veio toda aquela onda que se levanta, em uma certa hora do dia (SAUDADE, 2014, p. 5).

O que a acalenta é imaginar que, acaso o filho tivesse sobrevivido, ele poderia ser hoje um jovem rebelde, consumidor de drogas ou até mesmo homossexual. Este tipo

de imaginação criada pela mãe também poderia ser visto como uma fuga da realidade, que tem o objetivo de justificar que a morte foi a melhor coisa que poderia ter acontecido com o filho, naquele momento, sendo que foi Deus que tirou o filho de possíveis consequências ruins.

Dessa forma, ela crê: “Deus não dá nada, nenhuma dor, nenhum sofrimento a um ser humano, filho dele, que ele não possa suportar. Se ele me deu é porque eu sou capaz de suportar. Porque Ele está comigo. Está me dando essa força” (SAUDADE, 2014, p. 8). E assim, ela não se sente sozinha.

A mãe chama seu luto de “caminho do calvário” (SAUDADE, 2014, p. 6), se referindo à dor de Jesus até a sua crucificação e morte. Para Saudade, seu caminho desde a morte do filho, foi feito de altos e baixos, onde havia momentos em que ela se sentiu forte para enfrentar a dor e em outros onde o luto a deixou deprimida e sofrida, sem forças para continuar a sua vida. Até hoje se sente assim, apesar de ter aprendido muito a lidar com o sofrimento nos últimos quatorze anos. Porém, ainda é muito difícil lidar com a perda do filho.

Saudade acredita que conseguiu passar muita força para seus familiares por estar, ela própria, recebendo muita força de Deus. Sempre que alguém desesperava durante o velório do filho, por exemplo, ela orava e a situação se acalmava. Credita esta calma e força somente a sua fé, que é inabalável.

Relata a vez em que ouviu, em seu coração, a voz de Deus perguntando, se ela tivesse que escolher um dos filhos para dar, qual ela escolheria. E, após muito pensar, ela respondeu que daria aquele que faleceu, por saber que ele não era feliz nesta vida.

Ela entende este questionamento de Deus no sentido de que esta premonição, tentando antecipatoriamente aliviá-la da dor de perder um filho, que “Deus foi pai, é pai e perdeu um filho. Ele deu o filho dele. Então, Ele sabe muito bem a dimensão dessa dor” (SAUDADE, 2014, p. 8). O fato dela já sentir, desde cedo, que algo poderia acontecer com seu filho, ela acredita que já era Deus agindo para antecipar o consolo que ela precisaria mais tarde.

Durante o velório, ficou do lado do filho o tempo todo, fazendo carinho, porque sabia “que era dali só pra eternidade” (SAUDADE, 2014, p. 9). Cantou louvores. Entendeu tudo de acordo com os dizeres da bíblia, que segundo ela, é “inerrável” (sic!) (ALEGRIA, 2014, p. 9). Ela não erra nunca e está correta em todas as suas colocações.

Por isso, essa mãe também acredita que o filho dorme em sono profundo e nada sabe do mundo terrestre. Não tem contato com ela, pois assim está na bíblia. Descansa

na eternidade. Apesar de procurar entender a bíblia, de estudar e estar sempre procurando se aprimorar neste sentido, acredita que há muitas coisas que as pessoas ainda não conseguem compreender completamente.

Para ela, as coisas que não se podem entender são os mistérios. “É só pra Deus. O que Ele deixou de revelação para o homem, é para o homem. Aquilo que nós não entendemos é com Ele. Só a eternidade poderá nos revelar” (SAUDADE, 2014, p. 9).

Apesar da tristeza sentida prestes a enterrar um filho, sentiu muita paz também. E esta paz, segundo esta mãe, é a paz do Senhor. Não é a paz que é buscada no mundo. “Paulo disse que a paz de Deus, que excede todo o entendimento, guardará os nossos corações e sentimentos em Cristo Jesus. Então, o nosso sentimento, a nossa dor está guardada em Cristo. É por isso que a gente consegue” (SAUDADE, 2015, p. 10).

Apesar de toda esta força encontrada na própria fé, assim que o filho foi sepultado e que as pessoas estavam indo embora, ela desmaiou. Ela caiu e ali seu luto começou.

Durante todo o processo de seu luto, ouviu muitos louvores, pois segundo ela, “louvor liberta” (SAUDADE, 2014, p. 10). Eles a ajudaram a compreender a sua dor e hoje, ao escutá-los novamente, não sente dor, mas chora e se emociona novamente.

Saudade relata que o filho, no início do ano que ele morreu, escreveu uma carta que ela classifica de “profética” (SAUDADE, 2014, p. 5). A professora pediu que os alunos escrevessem uma redação com o título “A Viagem”. Ela encontrou esta carta alguns dias após a morte dele, dentro da mochila que achou que os amigos tivessem jogado fora.

Nesta carta ele diz que fez uma viagem, a qual a mãe interpretou como sendo a morte. Ele estava num lugar comum, interpretado como sendo sua vida na terra. E de repente ele vê uma porta, um caminho e entra por ali. Ele encontra tudo tão bonito, tão perfeito. E de repente, um homem de branco se aproxima e o abraça. Era Jesus, pedindo a ele que fizesse um pedido. Entre o pedido e o desfecho final, ele desenhou muitas coisas que gostava, como animais, praia, comida. E termina dizendo “agora eu sou feliz” (SAUDADE, 2014, p. 7). Desenha borboletas e finaliza.

A mãe vê esta carta como um sinal de que o filho deixou comunicando-lhe que estava indo embora, mas que ia feliz, por não conseguir se realizar neste mundo. Ler esta carta confortou muito a mãe, pois ela está em sintonia com a fé e a crença da família.

Durante o luto, ela se diz confortada por saber que Deus estava com ela em todos os momentos.

Eu estava vivendo meu luto no colo de Deus. Deus estava me carregando no colo. O momento mais importante da minha vida, enquanto ser humano, foi quando meu filho partiu, mas Deus me pegou no colo. Passei o meu luto no colo de Deus. Falasse quem quisesse. Eu estava bem com Deus. Sofrendo, sangrando, mas cantando e exaltando aquele que tudo fez (SAUDADE, 2014, p. 11).

Teve muito apoio dos amigos, tanto os da igreja quanto os do trabalho do marido. Ela diz que cada pessoa segurava um pedacinho de seu corpo e Jesus segurava o seu coração.

Ela também é muito grata a Deus por Ele ter aliviado a dor de seu filho. Este foi um grande alívio para ela, já que era muito difícil no estado terminal que ele se encontrava. “Agora meu filho não sente dor. Obrigada senhor. O senhor aplacou a dor do meu filho. Agora eu preciso que o senhor aplaque a minha dor. Bálsamo, gota por gota, e Deus foi trabalhando” (SAUDADE, 2014, p. 12).

Ela afirma que acredita que o filho está guardado em Deus, e isso acalma o seu coração. Saber que ele está na eternidade e que Deus cuida. “Eu tenho essa esperança que meu filho está com o senhor. Eu também quero estar com o senhor” (SAUDADE, 2014, p. 13).

Sente-se feliz hoje e o que mais deu forças foi a fé em Deus. Sentiu-se no colo de Deus durante todo o seu luto e ainda hoje. “Ninguém está melhor protegido do mal como quando está no colo de Deus, se está no colo de Deus [...] Eu vivo muito o que a Bíblia ensina porque nela eu encontro palavras de vida eterna. Só Deus” (SAUDADE, 2014, p. 16).

Perguntada sobre as práticas que a ajudaram após a morte do filho, ela respondeu enfatizando sempre questões de Deus e religiosas:

Eu nunca tive tanta certeza na minha vida como eu tenho hoje, que Deus, eu não nasci em vão. Eu nasci porque Deus quis que eu nascesse mesmo. E ele me mostrou que ele tem um plano na minha vida. Sempre teve um plano na minha vida. Eu sempre coloquei na vontade, na direção do senhor, na brecha de Deus. Eu como leio muito, especialmente a bíblia, eu via ali que alguns versículos me davam respaldo para prosseguir. Um deles era até um versículo que fala assim: que se nós esperarmos apenas nas coisas desta vida, nós somos os mais miseráveis dos homens. Então, eu comecei a pensar assim: poxa, eu tenho que focar no céu, principalmente que eu vou

fazer 50 anos e a tendência, as pessoas até comemoram, mas está vivendo um ano a menos. É um ano a menos. Então, a tendência é você, como uma bolha, a bolha vai subindo, subindo, mas chega uma hora que a bolha vai estourar. E é esse momento que me preocupa, que me dá temor. É quando a bolha estourar, é quando eu passar dessa vida para a eternidade. E se eu vou com Deus ou se eu vou sem Deus. E aí essas coisas me davam motivação. Falava: Deus, por favor, não me abandone, não colha a minha alma junto com a dos ímpios. Então, eu tenho muito medo de perder minha salvação. Isso me mantinha até me impedia de cometer o suicídio. Pensei muitas vezes nisso. Muitas, muitas, muitas [...] E a solidão, ela fez parte da minha vida durante tanto tempo depois que o meu filho morreu. Eu fiz da solidão, até bom, eu gosto, eu posso falar com Deus, eu posso cantar, é um meio de estar bem. Se eu perder, vamos supor, se meu marido me deixar, eu não vou ficar que nem doida, desesperada, não. Eu perdi um filho e não sucumbi. Dei conta. Então, eu acho que vou superar qualquer adversidade que vir (SAUDADE, 2014, p. 24).

Fica evidente nesta fala que a sua crença na eternidade a manteve viva, apesar de pensar em se suicidar. No entanto, o medo de perder sua salvação foi maior. Pois para ela, dentro de suas convicções, a eternidade só é dada para aqueles que levarem a sua vida em conformidade com a bíblia.

Para que ela esteja junto ao seu filho, na eternidade, é necessário que ela mantenha uma vida digna, correta e em sintonia com os ensinamentos que acredita. E a busca por esta vivência é crucial para a própria motivação em continuar se fortalecendo espiritualmente.

Para esta mãe, a fé a mantém de pé e a ajuda a entender o motivo pelo qual o filho faleceu tão jovem. Sofre muito ainda, agora de saudade, mas mantém a sua prática religiosa e a sua fé inabalável, esperando ansiosa pelo dia do reencontro com o filho tão amado.

5.7.5- Mãe Sensatez: Tudo tem uma explicação

Sensatez é espírita e frequentou por algumas vezes o grupo de entes queridos de um centro espírita. Ela diz que esta reunião a ajudou muito a entender a perda do filho. “Eu acho que o espiritismo, em matéria de religião, é a que mais conforta a gente [...] O espiritismo foi o que mais me ajudou, porque para mim é a única que explica a questão da morte e te dá mais conforto. As outras é céu e inferno e mais nada” (SENSATEZ, 2014, p. 2).

Ela disse também que o Espiritismo conforta, porque defende que o filho está bem, está sempre próximo da família, que pelo filho ter morrido ainda criança, ele já era

um espírito evoluído que só precisou vir à terra para cumprir a missão dele. Diz também que a família que acolheu este espírito é, também, uma família iluminada. Todas estas afirmativas, diz a mãe, trazem muito conforto.

Para o Espiritismo, uma criança morre ou desencarna para completar a sua encarnação passada, que pode ter tido alguma intercorrência séria. Segundo “O Livro dos Espíritos”, esta é uma explicação citada por Allan Kardec, o codificador dessa crença: “A duração da vida da criança pode representar, para o Espírito que nela está encarnado, o complemento de uma existência interrompida antes do término devido, e sua morte, quase sempre, constitui provação ou expiação para os pais” (KARDEC, 2004, Questão 199).

De certa forma, pensa-se que esta mãe se sente até uma privilegiada no sentido de ter tido dois filhos que morreram bem pequenos, já que a família que recebe um espírito que necessita de uma breve evolução é considerada, pelos espíritas, uma família escolhida e privilegiada. Este fato, porém, não parece aliviar a dor desta mãe pela perda dos dois filhos, principalmente o filho que faleceu com seis anos.

Sensatez foi batizada, fez primeira comunhão e foi crismada na ICAR, a pedido do pai, que também era espírita, mas que queria manter a tradição da família. Cresceu aprendendo que teria liberdade para escolher a própria religião. Ia ao centro espírita com o pai, gostava e se sentia muito bem. Decidiu seguir a religião do pai.

Desde a morte do filho, mantém uma vela de sete dias acesa junto à foto dele, na sala da casa. Extraordinariamente, no dia da entrevista, a vela estava se apagando e bem no final. A mãe, rapidamente, disse que iria substituí-la, pois não gosta de deixar a foto do filho sem a vela.

Sensatez relata que teve um grande histórico de perdas, incluindo a de um noivo, por acidente de carro, dois meses antes do casamento. Por isso, diz que “se eu estava devendo alguma coisa pra Deus, eu já paguei, tamanhos foram os apertos que já passei” (SENSATEZ, 2014, p. 7).

Relembra que nos momentos mais angustiantes, rezou para Santo Expedito e foi atendida. Diz que tem uma simpatia grande pela ICAR, mas acha que esta forma de crença ainda tem questões muito complicadas. Por isso optou pelo Espiritismo, porque “te dá uma base, uma sustentação para alguma coisa” (SENSATEZ, 2014, p. 7).

Acho que a mãe católica tem muito mais dificuldade em falar da perda do filho. Por causa de tudo aquilo da Igreja, céu e inferno, purgatório,

fez aqui e vai pagar, vai pro inferno, essas coisas. Na hora da dor a gente vai pra qualquer lado. Mas tem religião que não me desce. Não brigo, não discuto, mas [...] Já tive amiga adventista, mas nunca conversei de religião. Eu não converso de religião. Porque eu acho que religião cada um tem a sua. Evangélico também não desce. Gosto de todo mundo mas é... Tenho muitas amigas evangélicas. Mas aquele negócio de Deus toda hora também não é assim não. Acho que não é bem assim. Converso com todo mundo sobre isso mas também não quer dizer que vou brigar. Vou ouvindo, deixo falar, vou fingindo que estou concordando (risos) (SENSATEZ, 2014, p. 8).

Vê-se, aqui, um exemplo de trânsito religioso, fenômeno bastante atual no campo religioso, tanto brasileiro quanto mundial (Cf. PORTELA, 2006). Este se caracteriza pela intensa migração de pessoas e crenças nas religiões, constantemente, ao buscar diferentes respostas para os conflitos existenciais ou pessoais. O vasto cenário religioso passa a ser constantemente visitado e revisitado com o objetivo de resolver questões variadas.

Uma das principais motivações deste fenômeno é realmente a busca de um sentido de vida. Por isso, as pessoas procuram, em várias religiões e em diversas formas de religiosidade, as respostas que sejam mais gratificantes para o seu atual sofrimento ou questão existencial.

Resolvido esse sofrimento, e surgindo outro, uma próxima visita é feita, novamente às mais variadas formas religiosas, até suprir, também, este novo conflito. E por aí continua o caminho e o desenrolar da vida. Diante de certo vazio ou sofrimento, se vai até às opções religiosas ofertadas procurar a resposta que mais cabe àquele dilema.

“O próprio trânsito religioso tolerado e admitido como natural, sem culpas e/ou maiores impedimentos, mostra a ‘libertação’ do indivíduo em relação à religião, sua autonomia” (PORTELA, 2006, p.81). Diante de tal realidade, vê-se que o fiel entende que não necessita prestar uma fidelidade comprometida para com a sua religião, podendo transitar, livremente, entre aquelas que lhe fazem bem.

As amarras culturais religiosas, dantes firmes, que congregavam as pessoas e sociedades numa visão coesa da vida, numa plausibilidade consagrada e bem conversada, se desgastam, e as instituições perdem as lealdades a elas dirigidas em antanho. As pessoas se sentem livres para buscar, de forma autônoma, o seu próprio universo de significações diante de um mundo fragmentado. Mundo de mosaicos. Assim, a própria multiplicidade de movimentos religiosos atuais e adesões livres e trânsitos em meio deles mostra essa secularização (PORTELA, 2006, p. 80).

Bartz, Bobsin e Sinner também utilizam o termo trânsito religioso em seus estudos, mas também defendem a utilização de figuras de linguagem como o “caminho”, o “peregrino” e o “nômade religioso” para explicar o fenômeno (Cf. BARTZ; BOBSIN; SINNER, 2012, p. 4). Para os autores, há uma grande diferença entre os fiéis que fazem uma conversão de sua doutrina religiosa, mudando totalmente de uma tradição para a outra, daquele que sai de sua religião de origem e vai até outra, sem ter se convertido totalmente.

Como o campo religioso atual é enorme e diversificado, os autores apontam para uma semelhança com o mundo capitalista de livre-mercado, onde todos têm a liberdade de escolher o que é considerado melhor, frente à variedade de ofertas. E esta escolha será feita independentemente de etnias ou da própria criação religiosa. Ela vai ser feita de acordo com o bem-estar que a opção religiosa trazer, naquele momento, podendo ser modificada totalmente num futuro muito próximo. “Neste caso, a conversão não estaria ligada à mudança de pertença, mas a um sentimento de ter encontrado uma forma mais adequada de se viver a fé” (BARTZ; BOBSIN; SINNER, 2012, p. 21).

Desta forma, Sensatez diz que faz parte da congregação espírita, mas reza para os santos da ICAR, sem, com isso, se sentir mal ou culpada. Pelo contrário, atribui a Santo Expedito o milagre de seu filho mais velho ter saído da UTI vivo e sem sequelas. Ela se tornou uma grande admiradora deste santo, pedindo sua ajuda em muitas outras vezes quando havia algum problema.

Após a morte do filho, a mãe afirma que tiveram muitas pessoas querendo convertê-la para a religião a qual elas pertenciam. Esta tentativa de conversão foi feita principalmente por evangélicos. Sensatez não aceitou. “Queria que eu fosse pra igreja deles. Que lá eu ia conseguir a redenção de não sei o quê. Pra mim é o espiritismo e o católico só. Eles não conseguiram me levar, nem com calmantes, nem eu muito mal” (SENSATEZ, 2014, p. 8).

As reuniões de entes queridos, promovidas pelo centro espírita que ela frequenta, foi o que mais a ajudou a suportar a dor da perda. Sensatez diz que não frequentava mais nada. Nestas reuniões, segundo a mãe, há a explicação de como o espiritismo vê a morte e há também a psicografia de mensagens de entes queridos por médiuns.

Psicografar é conhecido como o ato de escrever mediante sugestão ou ditado de um espírito já desencarnado, como define o dicionário (Cf. HOUAISS; VILLAR, 2009, p. 2326). Na compreensão espírita, é comum existirem reuniões onde vários médiuns se reúnem e colocam no papel falas ou visões que ouvem ou veem de espíritos.

No caso de Sensatez, ela frequentou essas reuniões e se sentiu muito bem ao fazer isso, mesmo sem ter recebido nenhuma carta de seu filho falecido. Só o fato de estar junto com pessoas que passavam pela mesma dor e de escutar explicações sobre a morte da doutrina espírita já foi de fundamental importância para que o luto desta mãe se desenvolvesse sem maiores problemas para ela mesma.

5.7.6- Mãe Respiração: A busca pelo filho amado

Respiração tem muita fé e durante toda a entrevista ela fala desta e conta muitas experiências espirituais que teve, como por exemplo, ao reconhecer o lugar onde o filho se suicidou. Segundo esta mãe, sempre que ela passava por tribulações, ela ia a um determinado lugar para orar e pensar sobre a sua vida. Ali encontrava respostas e voltava reconfortada para casa. E foi exatamente neste lugar que o filho se matou enforcado.

Para ela, esta experiência foi uma resposta de Deus, mostrando-a que, apesar de ter sido este o triste fim de seu filho, que no seu ato há algo de espiritual, há a mão de Deus de alguma forma. Segundo a mãe, Deus amparou o filho, da mesma forma que a amparava nos seus questionamentos e nas suas buscas por uma resposta consoladora.

Respiração cita a oração como uma grande forma de ajudar quando um filho está numa situação difícil, seja no casamento, na situação financeira. “Porque a oração vai onde a gente não pode ir, né?” (RESPIRAÇÃO, 2014, p. 1).

Para aqueles que creem, a oração é um ato especial e indispensável para se manter conectado com Deus e com as outras pessoas. Através dela, os crentes fazem os seus pedidos diretamente a Deus ou aos seus intermediários, no caso, aos santos. A oração é entendida, para os que têm fé, como uma ponte entre o transcendente e o imanente (Cf. PERES, 2009, p. 247-249).

No sentido emocional, a oração tem a função de “reduzir a sensação de perda do controle e de desamparo; pode fornecer uma estrutura cognitiva capaz de atenuar o sofrimento e, ainda, fortalecer o indivíduo para reconstrução de sua vida” (PERES, 2009, p. 249).

Em alguns estudos direcionados à área da saúde, a oração é utilizada como recurso para o enfrentamento de situações de dor, de sofrimento. A oração também é usada durante conflitos pessoais e existenciais, onde o indivíduo quer encontrar uma

resposta para uma dúvida urgente, diminuindo, assim, o estresse que esta condição pode vir a causar (Cf. KOENIG, 2012, p. 55, 56).

Assim, se as crenças e as práticas religiosas, como a oração, ajudam as pessoas a enfrentar e reduzir o nível de estresse, então tais atividades também devem estar relacionadas à saúde física, considerando o que sabemos sobre os efeitos do estresse psicológico e da depressão sobre o corpo (KOENIG, 2012, p. 56).

No caso desta mãe, ela se sente muito bem ao fazer suas orações, desde o início do dia. Desta forma, se mantém conectada com os filhos e com aqueles a quem ama e recebe de Deus as respostas para ajudar no enfrentamento dos problemas. A oração, para ela, é um bálsamo confortador e a certeza de que Deus a escuta e lhe responde.

Ela relata que todos os dias, quando acorda, ela precisa se convencer de que o filho não está mais ali, pois acha que tudo não passou de um sonho. Neste momento, em oração, ela se lembra do filho e fica sabendo, novamente, de tudo o que aconteceu. Só assim ela se convence da realidade para começar seu dia.

Neste caso específico, a oração tem a função de levar esta mãe ao encontro da realidade do filho ter falecido, todos os dias, ao acordar. Só assim é que ela consegue encontrar um fio condutor que a leva, novamente, para a realidade, que é a da vida sem a presença do filho.

Durante este momento de oração matinal, ela se lembra da rotina com o filho amado, do quanto a saudade é grande, mas pede a Deus forças para se manter de pé, para continuar sua missão. Portanto, para os que creem, “na oração dá-se o encontro entre Deus e o ser humano, duas realidades que vão se desvelando mutuamente a cada encontro” (WEISSHEIMER, 2013, p. 53). Então, a cada dia que passa, desde a morte do filho, esta mãe se fortalece através do ato de oração, como ela mesma cita diversas vezes na entrevista.

Ela acredita que existe um momento na vida de qualquer ser humano quando se tem que escolher entre se espiritualizar ou se materializar. E se este momento acontece antes de ter passado uma grande dor, é ainda melhor.

Tem uma hora na vida da gente que você tem que escolher. Ou você se materializa ou você se espiritualiza. Se essa hora chegar pra você antes de uma dor muito grande, é a melhor coisa. Porque quando a dor vem, se você escolheu se espiritualizar, é o que te traz a recompensa, sabe? Porque ali se você não escolheu, você peca. Obrigatoriamente

você tem que escolher espiritualizar, porque não tem outra coisa (RESPIRAÇÃO, 2014, p. 2).

Porque no seu caso ela escolheu se espiritualizar muito antes da morte do filho, pois sempre buscou Deus nas religiões, sempre gostou de estudar sobre o tema. Até se encontrar na religião que frequenta hoje, a Igreja Maranata. E, para ela, não existe outra escolha.

Pois, depois da perda, se cai num vazio tão grande, em que se busca conforto nas coisas materiais, como cheirar as roupas, olhar as fotos, mas nada disso preenche o vácuo deixado. O vazio só vai aumentando e piorando. Quando se tem fé, esse vazio é um pouco preenchido, segundo ela. E é o que tem consolado esta mãe.

Porque hoje quando eu respiro, eu busco em Deus. A existência do meu filho num lugar melhor é tanto quanto eu acredito em Deus. E quando você pensa assim o que é Deus, onde ele está, o que é fé, até quando a minha fé pode ajudar, o que é uma fé mesmo, porque você acreditar em Deus, orar por ele, com seu filho nos seus braços é fácil. Mas você orar sabendo que seu filho não está mais, essa fé tem que ser até palpável, sabe? Ela tem que ser concreta, ela tem que ser verdadeira, ela tem que existir, ela tem que sair daquele plano imaginário e tem que fazer parte de sua vida muito forte. Porque senão você se perde de novo, você não sabe em que você acredita, muita gente fica revoltada com Deus (RESPIRAÇÃO, 2014, p. 2, 3).

Respiração diz que sempre frequentou muitas religiões, que sempre gostou de estudar a bíblia, que sempre procurou um Deus concreto, mas nunca havia achado um lugar onde pudesse alcançar tudo o que queria.

E que, por coincidência, conseguiu alimentar a fé que desejava quando uma prima perdeu uma filha de cinco anos, estuprada, há mais de vinte anos. Esta prima, uma mulher de muita fé, não se revoltou contra o estuprador e assassino da filha, e deu uma grande lição a todos que estavam presentes ali, revoltados com tamanha violência. Esta mãe disse aos presentes, o que impactou muito a entrevistada:

Gente, esse homem não conhece Jesus. Porque se ele conhecesse, ele não faria isso com a minha filha. Então, a gente não pode desejar pra ele a mesma coisa porque a gente conhece Jesus. Então, se eu encontrasse esse homem, eu ia falar pra ele de Deus (RESPIRAÇÃO, 2014, p. 3).

Esta fala, que veio de uma mãe em seu momento de maior sofrimento, a fez despertar para aquilo que ela já procurava. E ainda pensou: “eu não quero passar nunca

pelo que essa mulher passou, mas eu quero conhecer o Deus que ela conhece. Porque esse Deus é que eu acredito que existe e é nessa hora que ele tem que estar presente” (RESPIRAÇÃO, 2014, p. 3).

Encontrou a Igreja Maranata e é esta que ela frequenta até hoje. Esta é a mesma igreja que o casal Tristeza passou a frequentar após a morte do filho. Então, desta forma, a mãe segue os preceitos desta igreja e, por isso, crê na bíblia e não acredita que o filho interceda por ela e pela família depois de morto.

Eu não acredito, por exemplo, que meu filho interceda por nós. Sabe? Igual quando ele morreu, muita gente veio e falou: ele vai te ajudar, ele vai olhar pra vocês. Isso ia de encontro com o que eu acreditava. Porque eu pensei: Meu Deus, se ele estiver num lugar que ele vê o meu sofrimento, porque eu sei que eu vou sofrer o resto da vida, porque a saudade e a perda não tem como tirar. Ia contra o que eu acredito, porque seria mais sofrimento. E eu acredito na bíblia e a bíblia fala que ninguém chega ao Pai se não por mim (RESPIRAÇÃO, 2014, p. 4).

Respiração relata uma série de experiências espirituais pelas quais passou. Acredita que estas vivências aconteceram antes da morte do filho justamente para que ela entendesse tudo o que transcorreu um pouco antes e depois da morte do filho. Se elas não tivessem ocorrido antes, e só acontecessem depois da perda, ela se sentiria como uma maluca ou desequilibrada.

Em estudos científicos, vê-se uma grande literatura que aborda a presença de experiências espirituais que podem se confundir com transtornos mentais. No entanto, alguns autores defendem que há experiências de viés religioso que não podem ser comparadas com sintomas psicóticos ou alucinações. Dá-se o nome de experiências anômalas extra-sensório-motoras, ou, também, experiências psi (Cf. ALMINHANA; MENEZES JR.; MOREIRA-ALMEIDA, 2013).

Elas podem ser vividas por meio de telepatias, de sensação de saída do corpo, de visões, de escutar vozes sem saber de quem são. A pessoa que as vivencia fica confusa em meio a tantas sensações estranhas e desconhecidas; no entanto, elas não denotam, em um primeiro momento, patologia. Para que o diagnóstico seja feito, há que ter toda uma junção de questões psiquiátricas e psicológicas vivenciadas pelo paciente (Cf. ALMINHANA; MENEZES JR.; MOREIRA-ALMEIDA, 2013).

Neste caso, o importante é ter a amplidão da vivência da fé desta mãe, que demonstra uma familiaridade com este tipo de experiência, classificando-a como

positiva no decorrer de sua vida. Após a morte do filho, Respiração conseguiu entender os motivos pelos quais Deus lhe permitiu vivenciar tantas experiências espirituais.

Percebe-se que estas tiveram um efeito de antever o sofrimento desta mãe, de lhe mostrar que ela iria precisar, mais tarde, se agarrar à fé para se salvar da dor de perder seu filho. Desta forma, estas experiências são interpretadas, hoje, pela mãe, como um amparo na continuidade de sua saúde mental e como uma demonstração de que ela escolheu o caminho certo, que é continuar na sua religião, após o falecimento do filho. Este aspecto é relevante e pode ser entendido observando como a fé oferece uma hermenêutica de vida que implica a reinterpretção do passado, à luz do presente, em vista ao futuro, sob o cuidado de Deus.

Os pedidos do filho, em meio a sua própria dor, ao se descobrir soropositivo e já se decidindo pelo suicídio, para que a mãe não perdesse a sua fé, são combustíveis que a mantém ainda mais voltada para a sua espiritualidade. A mãe também acredita que o filho lhe deixou esta herança, direcionando-a para aquilo que ele mesmo achava de fundamental importância na vida.

Para a mãe, o filho lhe fez este pedido já vislumbrando o sofrimento dela, e também, porque naqueles dias de seu sofrimento, ele repensou toda a sua vida e refletiu sobre a importância fundamental da fé e da crença para qualquer pessoa. Para o filho, a fé que a mãe sempre teve era “a coisa mais linda que ele tinha conhecido na vida” (RESPIRAÇÃO, 2014, p. 34).

Respiração reflete sobre uma preocupação que tem: de que uma mãe, sentindo a pior dor do mundo, possa ser levada para um caminho que não seja bom ou confiável. Pessoas ou religiões podem aproveitar do momento de maior fragilidade de uma mulher e lhe apresentar falsas promessas. “Porque uma mãe sem o filho e sem Deus, ela se agarra a qualquer promessa. Qualquer pessoa que chegar e falar: ‘você vai ver seu filho’, ela vai. É perigoso. Extrema dor” (RESPIRAÇÃO, 2014, p. 4).

Diante desta preocupação, ela se diz agradecida a Deus por já ser conhecedora de um bom caminho, o que não a fez desviar-se. “Agradeço a Deus por ter conhecido um caminho que não me deixou agarrar a qualquer coisa” (RESPIRAÇÃO, 2014, p. 4).

E faz uma crítica aberta ao Espiritismo: “Eu conheço pessoas que depois dessa dor falam assim: antes eu era dessa religião, hoje eu sou espírita, porque assim que meu filho morreu foi a espírita que me ajudou, foi lá que eu falo, que eu vejo” (RESPIRAÇÃO, 2014, p. 4).

Diz que sua igreja é a Maranata e que lá encontrou o Deus que sempre procurou: um Deus que vive com ela, que sente, um Deus vivo. O casal Tristeza, que também frequenta esta mesma igreja, chegou até esta igreja após a morte do filho, através de uma herança encontrada em seu computador pessoal.

Ao relatar seu histórico na igreja, Respiração diz que o filho foi o primeiro a se converter na família. E que ele sempre a chamou para participar, mas ela nunca deu valor àquilo. Sempre dava uma desculpa e nunca foi. O filho frequentava a Igreja Adventista e se batizou lá.

Após ir pra EFOM (Escola de Formação de Oficiais da Marinha), ele se distanciou da igreja e começou a questionar a fé. Neste momento, a mãe e as outras duas filhas se aproximaram da Igreja e passaram a frequentar a Maranata. Houve aí uma inversão na família: o filho, agora distante da igreja e questionando tudo e a mãe e as filhas se entregando à fé e vivendo muitas experiências espirituais.

Atualmente, após o suicídio do filho, a mãe se culpa por não ter ido à igreja junto com ele, pois segundo ela, ele estava em busca de discernimentos sérios, como no caso da sua escolha sexual, que foi algo que o fez sofrer muito, a ponto, de quatro anos antes, ele ter pensado e comentado com a mãe sobre se suicidar.

O filho não entendia o porquê de sua homossexualidade e isso lhe custava a paz e o sossego, segundo a mãe. Para ela, o filho vivia uma guerra espiritual, onde tanto o bem quanto o mal lhe perturbavam. Analisando esta questão, pode-se pensar sobre a questão da fé que mata. O fundamentalismo religioso, por exemplo, que pode ser pensado como sendo uma obrigatoriedade de um praticante de determinada doutrina religiosa de seguir à risca suas normas e leis sem questioná-las.

Para este filho, talvez fosse muito difícil ter que seguir as normas de sua igreja, já que a sua sexualidade estava ainda confusa, conforme relatos da mãe. A culpa, o medo de fracassar pode ter levado a muitos conflitos existenciais e religiosos, fazendo-o com que ficasse triste, desmotivado, sem saber qual caminho seguir, o que a mãe nomeia de guerra espiritual. Esta guerra pode representar a vontade e necessidade de continuar seguindo a tradição religiosa escolhida por ele, mas ao mesmo tempo a dúvida em continuar, por se considerar diferente do que pregam e exigem, levando em consideração a sua homossexualidade.

Respiração sempre dizia para o filho que viver fora da presença de Deus é uma roleta russa. E, após o suicídio, o amigo que fez companhia ao filho nas suas últimas horas lembrou a essa mãe que tudo o que ela havia dito, o filho escutou e guardou com

ele. Que nas últimas horas, o filho elogiou muito a mãe pela sua fé, por ser tão guerreira, que aquela fé era o que de mais bonito ele vivenciou na vida.

O filho chegou a fazer a mãe prometer que ela não largaria a sua fé por nada. Ele disse à mãe uns dias antes de se suicidar: “Não larga a sua fé mãe. Você me promete? Porque de tudo o que eu vi no mundo, a coisa mais certa e mais verdadeira, mais linda é tudo o que você vive. Não larga a sua fé mãe, você me promete?” (RESPIRAÇÃO, 2014, p. 14).

Porém, mesmo escutando isso, a mãe não fica tranquila. “Isso não me consola a ponto de eu imaginar que eu acertei porque se eu tivesse acertado não tinha acontecido o que aconteceu” (RESPIRAÇÃO, 2014, p. 11).

Ao relatar os dias que se passaram desde o diagnóstico do filho até o seu suicídio, ela enfatiza que todos estes fatos aconteceram em três dias, mas que foram tão intensos que, para ela, parece que durou uma semana. Ela sempre se questionou sobre ter tido só três dias com o filho, após tantos novos acontecimentos.

Foi quando ela foi ouvir a pregação de um pastor na sua igreja com o título “Três dias na terra. O que significa?” Ela diz o quanto foi importante escutar esta pregação, pois o pastor explicou que “três dias na terra significa pai, filho e espírito santo. Jesus no terceiro dia ressuscitou” (RESPIRAÇÃO, 2014, p. 15). A partir daí conseguiu entender a importância destes três dias passados com o filho e teve a certeza que o filho estava bem. “Eu tenho que acreditar, porque Jesus tem me mostrado” (RESPIRAÇÃO, 2014, p. 15).

Como dito, Respiração relata que tem um lugar específico onde ela sempre gostou de fazer caminhadas. É neste lugar que ela sempre orou e falou dos seus problemas. “E todos os problemas que eu tinha eu ia orar nesse lugar e falava: Senhor, trouxe tudo aqui e o senhor resolvia da melhor maneira. Eu sentia a presença de Deus em tudo” (RESPIRAÇÃO, 2014, p. 8, 9).

Respiração tem este lugar como um refúgio, onde leva todos os seus problemas e, após fazer as suas orações, encontra a solução do que a aflige. Pode-se dizer que ali é seu lugar simbólico, no sentido de que ela construiu um significado importante para o lugar. As paisagens que o compõem e seus símbolos fazem uma mediação entre o mundo imanente e transcendente.

Respiração se identificou com este lugar, que é uma entrada de um sítio, com muitas árvores e uma casinha bem simples e ali desenvolveu suas atividades cotidianas, como caminhar e orar. A partir das respostas que obteve, que para ela vieram de Deus,

ela elegeu afetivamente este recorte, este lugar e se identificou com tudo o que o espaço lhe proporcionava (Cf. BOURDIN, 2001, p. 33). Para a mãe, aquele lugar compreende um conjunto de símbolos que representam um conjunto de significados que são exatamente o oposto de seu mundo real e físico.

Respiração conta que após alguns dias, recebeu o atestado de óbito do filho e foi caminhar, pois queria refazer os últimos passos do filho, seguindo o que estava registrado no documento. Foi caminhando e descobriu que o filho se suicidou exatamente naquele lugar onde ela costumava orar, onde ela levava seus problemas e pedia a Deus uma orientação.

Aí eu entendi que Deus estava me mostrando que ele que estava guiando meu filho, que meu filho não fez uma covardia com a vida dele, porque meu filho amava a vida, ele amava a vida. Aí eu cheguei em casa e desabei Falei: meu Deus (chorando muito), eu fui naquele lugar, eu levei meu casamento, eu levei minha vida, levei a vida dos meus filhos, eu levei tanta coisa e o senhor resolveu da melhor maneira. Por que dessa forma com meu filho? Eu levei lá também, eu pedi, eu orei, eu orei, eu orei. Meu Deus, não era dessa forma que eu queria que você tivesse dado a solução. Não era assim. Eu queria que meu filho tivesse visto o que ele viu de outra forma, enxergado Jesus de outra forma, mas se ele tivesse ficado aqui e tivesse falado para as pessoas, tivesse pregado, sabe? Aí eu peguei a bíblia e deu Isaías, não sei a passagem, falava assim: acabou a luta, acabou a guerra, quebrou-se a espada, descansa em sono profundo. Aí eu entendi de novo. Que meu filho não tinha escolha. Ele não suicidou, o caminho dele foi esse, Deus estava com ele e está, mas Deus quis tirar ele dessa luta (RESPIRAÇÃO, 2014, p. 16).

Apesar de quase todas as religiões condenarem o suicídio, ela acredita que o filho tem a salvação. Porque ela acredita na misericórdia de Deus. Que nada acontece sem que Deus queira. Que se não fosse para o filho morrer naquela hora, não aconteceria. Até a corda arrebentaria e ele não se enforcaria. Aqui fica evidente, mais uma vez, a questão da vontade divina, de que tudo acontece porque Deus quis, até mesmo o suicídio do filho.

O conforto, o alívio de saber que todos os acontecimentos são a partir de uma vontade soberana divina é muito comum nos relatos dos pais entrevistados. Respiração também acredita que o desígnio de Deus é que explica as ações humanas, sendo reconfortada com esta máxima e esta fé. Ela apazigua a sua dor, trazendo as respostas necessárias dos motivos que levaram o filho amado ao suicídio.

Sabe, Deus me confortou, porque se Deus não está comigo, se meu filho não pede para largar a minha fé, eu acho que eu teria largado. Eu nunca mais iria na igreja. Se não tivesse acontecido na minha vida tudo do jeito que aconteceu, eu sinceramente me desesperava. Porque eu ia pensar: meu filho não tem salvação, que Deus é esse que eu sirvo, que não me ouviu, que solução é essa, você ora dez vezes, quantas vezes mais, e você vê seu filho resolver dessa forma. Eu não ia ter fé em nada nessa vida. Se eu não conhecesse tudo isso, eu ia revoltar com Deus (RESPIRAÇÃO, 2014, p. 17).

O que lhe dá forças para continuar é a sua fé e as experiências espirituais pelas quais já passou. São elas que lhe dão a certeza da existência de um Deus vivo. E é nisto que ela se segura para vislumbrar um futuro. “Para mim tudo o que aconteceu é real, como Deus é real pra mim. O que eu pedi a Deus? Meu Deus, salva meu filho. Eu acho que Deus me ouviu” (RESPIRAÇÃO, 2014, p. 30).

Então, a esperança de uma outra vida, de uma misericórdia, de um Deus misericordioso é o que me segura. É saber que Deus está agindo, que ele está no controle, as promessas dele, que Deus é fiel e que ele me prometeu o que eu pedi. Eu estou agarrando nessa promessa de Deus. É como se ele estivesse presente na minha vida de uma forma extraordinária, tantas vezes. Não só na minha, mas de outras pessoas, de outros irmãos, com experiências lindas (RESPIRAÇÃO, 2014, p. 34, 35).

5.8- Sobre a espiritualidade dos pais enlutados

Analisando-se a questão da espiritualidade dos pais que perderam o filho, vê-se que este conceito, definido como algum tipo de crença e fé em Deus transcendente ou ao sagrado, foi de suma importância no processo de luto dos pais entrevistados.

Todos, por unanimidade, apontaram que foi a fé que os manteve de pé após terem sofrido a pior dor para uma mãe ou um pai: a morte de um filho. Todos afirmaram que a saudade não passa e que os dias não são mais tão agradáveis quanto antes, mas que a motivação para continuarem a caminhada vem de algo superior em que eles creem.

Importante notar que quase todos, com exceção do casal Tristeza, já tinham uma religião antes da perda do filho. Pode-se dizer, então, que estas mães já eram religiosas e que a família já contava com um apoio espiritual nos momentos tristes e difíceis, antes da morte do filho.

Pode-se dizer que isso se manteve, pois em todas as entrevistas, são citadas experiências oriundas de religiões tradicionais, como foi no caso da Católica, Maranata,

Testemunhas de Jeová, Assembleia de Deus, Espiritismo e que apareceram explicitamente nas questões levantadas.

A mãe Gratidão foi a que formulou, explicitamente, um conceito próprio de espiritualidade, oriundo de suas experiências com as religiões citadas por ela. Até mesmo este conceito vem de uma herança religiosa trazida e vivida pela própria mãe. Então, ele não foi criado à parte de uma base religiosa. Foi necessária uma vivência religiosa anteriormente para que ela chegasse à formulação própria, atualmente sem a necessidade de uma vinculação em uma religião específica.

O sofrimento causado pela perda de um filho pode levar a uma maior busca pela espiritualidade no sentido de que esta pode dar respostas consoladoras para os pais. Ao se sentir destruído interiormente pela morte de um ente tão querido, inicia-se um processo de reflexão descomunal, onde a principal pergunta é a seguinte: Por que com meu filho?

Neste momento, as religiões e a espiritualidade podem ser vistas como um lugar onde muitas destas perguntas conseguem ser respondidas de forma muito tranquila, serena, e, a partir disso, ganhar um entendimento muito fácil para aqueles que passam por esta turbulência.

Saber que o filho está com Deus, que dorme em sono profundo, que haverá um encontro futuramente, que o espírito do filho ainda está convivendo diretamente com a família são possibilidades muito consoladoras para os pais. Pode-se dizer que são alentadoras.

Fato marcante, ocorrido em praticamente todas as entrevistas, é mencionar que a morte do filho foi por vontade de Deus. Essa ideia teológica de que a sina dos seres humanos é determinada por Deus, inclusive, em algumas vertentes já pré-determinada mesmo antes do nascimento, é amplamente difundida na cultura religiosa popular e certamente é transversal nas diferentes igrejas e religiões.

A questão da comunidade religiosa também é um importante auxílio para dar suporte àqueles que sofrem. A união, o apoio e as orações dos irmãos na fé fortalecem os que estão sofrendo. Saber que há pessoas que estão unidas na fé e que se preocupam umas com as outras, pessoas com as quais é possível desabafar e falar da sua dor, e principalmente de seu filho, é extremamente confortador.

Os rituais religiosos também foram apontados como muito importantes na superação do luto. O momento do velório, a missa de sétimo dia, o culto, a missa do dia de finados ajudam na compreensão da morte, segundo aquela religião específica. Os

pais dizem que tudo isso é altamente positivo e lhes dá energia e vigor para continuar a vida.

“As instituições, os ritos e as formas do luto têm a função de acolher, guiar e condicionar a condolência, permitir a elaboração da separação e redefinir as relações com a pessoa desaparecida” (GRAPPIOLO, 1988, p. 269). A tradição cristã tem uma longa história no que diz respeito à realização de rituais fúnebres. Estes têm toda uma simbologia relacionada à explicação do por que da morte, como é a existência após, como comportar-se durante o tempo de luto, como superar a tristeza após a perda de alguém querido.

A história da tradição judaico-cristã fixa suas raízes em um quadro de práticas rituais, muitas vezes apropriadas do universo pagão, que permitiam dar vazão à dor. Diversos episódios de morte apresentados no Antigo Testamento colocam em evidência a índole comunitária do luto [...] Os ritos de sepultamento e o período de luto podiam durar sete dias (1Sm 31,13), ou setenta dias (Gn 50,3) e terminavam muitas vezes com cerimônias de purificação (Nm 31,19). Os episódios de morte trazidos pelo Novo Testamento são menos numerosos e também mais moderadas são as expressões de luto que os circundam [...] Alguns dos elementos recorrentes na prática cristã são: honra dada ao corpo do defunto considerado como templo do Espírito Santo; o acontecimento da morte sendo iluminado pelo anúncio do mistério pascal; a leitura da Palavra de Deus, de salmos e de orações; o uso de símbolos religiosos, para dar um significado de esperança a eventos carregados de mistério. A finalidade dos ritos cristãos não é de venerar os corpos, mas de celebrar a memória do defunto, de afirmar o valor da vida e de colocar o acontecimento da morte no horizonte da esperança cristã (PANGRAZZI, 1998, p. 143, 144).

Durante estes momentos em que os rituais fúnebres são realizados, o enlutado se sente reconhecido pela sua comunidade religiosa, podendo se sentir livre para pedir apoio no momento em que precisar. Ali ele é, publicamente, anunciado como enlutado e, por conseguinte, alguém que precisa de carinho, compreensão, atenção, de ser ouvido e atendido em seu sofrimento. Isto é altamente confortador.

Sobre estes momentos mencionados, “a celebração ritual dá oportunidade a que o sofrimento e o luto sejam manifestados mais livremente do que em outras ocasiões. Ora, tendo uma função de catarse, de alívio, terá também uma função curativa” (HOCH; HEIMANN, 2008, p. 65).

Antes e após a celebração, seria interessante, para fins de apoio espiritual, que o líder religioso estivesse mais próximo à família e pudesse conversar mais livremente com esta, a fim de tentar responder as principais dúvidas e principais anseios para,

posteriormente, ofertar um melhor apoio espiritual àquela. Nesta pesquisa, percebeu-se que este tipo de apoio é de fundamental importância para os enlutados, sendo, também, uma possível pretensão de conscientização para o acompanhamento espiritual de enlutados.

Estudiosos do tema se mostram preocupados com esta questão, já que percebem que os líderes religiosos, infelizmente, não conseguem fazer o acompanhamento com os enlutados na pós-morte. Uma das razões pode ser falta de tempo, já que hoje a administração das igrejas demanda um grande cuidado, ou falta de preparação do clérigo, pois muitos não aprofundam o tema da morte e não conseguem conversar com naturalidade sobre este tema.

Igualmente importante é que a igreja estabeleça um contato com os enlutados após o sepultamento. Muitas vezes, a dor da perda, o vazio que a pessoa falecida deixou, irá manifestar-se de forma mais intensa dias ou semanas após o sepultamento. Nesse ponto, nossas igrejas deixam a desejar. Ou porque os clérigos não encontram tempo para uma tal visita, ou porque não temos pessoas leigas e agentes de pastoral treinados para fazer uma visita de solidariedade e de apoio, quando a dor do luto é mais aguda [...] Há sinais evidentes de que as igrejas históricas estão perdendo parte dos seus fiéis justamente por não conseguir oferecer o cuidado e a atenção de que eles precisam justamente nas horas de crise, seja familiar, de doença ou de morte (HOCH; HEIMANN, 2008, p. 66).

As pessoas responsáveis para acompanhar os enlutados devem possuir um mínimo de noção e conhecimento sobre o processo de luto. A Bíblia e O Livro dos Espíritos (no caso da presente pesquisa, únicos livros sagrados citados pelos pais) fornecem várias passagens interessantes para aqueles que passam por momentos de intenso sofrimento e que buscam na espiritualidade um consolo para a sua dor e tristeza. “É importante que o padre, o pastor, o agente de pastoral que, em nome da comunidade cristã, trabalha com enlutados seja capaz de transmitir o conforto que esses textos bíblicos oferecem [...] efetivamente imbuída do espírito que está contido nos textos” (HOCH, HEIMANN, 2008, p. 71).

Respeitar a dor daqueles que perderam, principalmente quando os pais perdem seus filhos, é se mostrar como um verdadeiro religioso e um homem ou mulher de fé. Como já trabalhado em capítulo anterior, o processo de luto é algo muito subjetivo e individual. Por isso cada um passa por ele no seu tempo e a sua maneira. Não será com cobranças e com força que um amigo ou um religioso irá ajudar. Perder quem se ama dói, e muito.

O sofrimento é o preço que pagamos por amar. Na realidade, quando escolhemos alguém para amar, deveríamos também saber que corremos o risco de lhe dizer adeus... e deixar partir... É quando o sofrimento começa. Assim como leva tempo para se amar, também leva tempo para se deixar partir (PESSINI, 1991, p. 31).

Os mesmos autores chamam a atenção, porém, para os efeitos negativos que a fé pode trazer para os enlutados que estão em processo de superação. Sabe-se da importância de se falar da perda, de chorar de saudades e desespero, de pedir ajuda e de encontrar pessoas que possam aliviar a dor e o sofrimento.

Dentro deste contexto, é importante salientar que, em algumas igrejas, cristãs ou não, o fato de chorar e de pedir ajuda nos momentos sofridos é visto como sinal de pouca fé. Neste sentido, a participação na congregação religiosa pode inibir o luto e, conseqüentemente, reforçar um processo complicado para o enlutado. (Cf. HOCH; HEIMANN, 2008, p. 70, 71).

Os aspectos negativos trazidos pela espiritualidade podem ser a falta de questionamento, por exemplo, em casos de uma doença grave. Ou de fazer com que as pessoas que creem não debatam com médicos ou profissionais da saúde sobre medidas favoráveis para a cura ou controle de algum quadro grave. A crença cega e sem questionamento torna-se perigosa no sentido de não buscar outros respaldos e recursos que poderiam ser importantes, após a perda. Por exemplo, uma psicoterapia ou um tratamento médico durante um luto complicado, por acreditar que só Deus irá curar a sua dor.

Interessante notar que todos os pais citaram que têm fé e que acreditam que após a morte do filho haverá um dia em que eles se encontrarão e ficarão juntos. A esperança do reencontro é como combustível para a vida destes pais. “A relação entre esperança no futuro e fé religiosa é provavelmente a pedra angular do motivo pelo qual a fé afugenta o desespero e aumenta a felicidade” (SELIGMAN, 2004, p. 78).

O homem, ser pensante e afoito por conhecer tantas coisas, se mostra questionador sobre o porquê da morte. Para que viver, para onde se vai após a morte são questões que sempre circundaram a mente dos homens. Ouviu-se, muitas vezes, durante as entrevistas, a pergunta “Por que meu filho?”, como se a resposta fosse possível.

Percebeu-se, no entanto, que as religiões fazem muito bem este papel, de conseguirem responder a todos estes dilemas, com precisão e consolo. O fato de saberem que o filho está com Deus, com o Pai, é de grande alívio, já que não existiria um melhor Pai para cuidar de sua maior preciosidade.

O fato desses pais e mães não poderem mais cuidar do filho tão amado, não haveria melhor substituto do que o próprio Deus para fazer isso. Ele, na visão destes pais, cuidará muito melhor e os filhos estarão muito mais felizes na sua presença do que na vida terrena. Esta afirmação perpassa todas as entrevistas, já que estes pais se sentem consolados pelo fato dos filhos estarem com Deus. O cuidado com os aspectos terrenos já não é necessário, já que Deus é o melhor cuidador. Isso traz alento para os pais entrevistados, como eles mesmos disseram.

Relembrando Solomon, que diz que a espiritualidade é um amor bem pensado à vida, pode-se compreender que este sentimento se desdobra em algumas atitudes, e uma delas é a gratidão. Esta é citada em algumas entrevistas, como algo de bom e que ajuda na superação da dor de perder um filho. A gratidão por ter tido a possibilidade de conviver com o filho, ser grato a Deus por isso, e se sentir bem através da maternidade ou da paternidade mostra que a espiritualidade, concebida desta forma, é algo positivo para estes pais.

Desta forma, a espiritualidade abre possibilidades para uma nova e melhor compreensão da vida, desde a concepção do filho até a sua morte, alargando a consciência que a finitude do ser humano é algo do qual não se pode escapar. Portanto, esta nova consciência encontra um sentido para a vida e, também, para a morte, mesmo na mais profunda dor.

Para estes pais, esta nova consciência é transformadora e faz com que eles se tornem pessoas mais harmônicas consigo mesmo, trazendo plenitude de sentido diante de um momento tão sofrido. Conseguir responder às suas angústias mais profundas, através do entendimento da espiritualidade, capacita estes pais e pensarem no futuro, que abarca o reencontro com o filho, em uma dimensão que vai além do humano.

E assim, eles entram numa roda viva, onde se insere toda uma complexidade de normas ou regras institucionais ou criadas pela própria experiência de vida, que precisam ser seguidas para que contemplem a permissão de viver este reencontro.

Diga-se isso, em relação às leis religiosas e também às leis morais construídas a fim de que as pessoas possam viver para merecer algo em troca. Nesta circunstância trabalhada na pesquisa, a maior dádiva, para os pais, é merecer o reencontro com o filho.

E, por isso, estes pais buscam tanto viver de forma correta, de acordo com as regras de sua religião, para que sejam merecedores do reencontro do filho. Para eles, Deus julga a todo mundo, sejam seus atos, seus pensamentos, para que no fim possa

decretar como será a sua vida eterna. E é aí que entra o merecimento de se reencontrar com o filho, na dimensão do mistério.

A questão da culpa, que pode ser vista como um dos pontos importantes para a teologia cristã e também para a psicologia, de uma forma geral, apareceu também em alguns depoimentos da base empírica desta pesquisa.

De acordo com Parkes, os enlutados tendem a ficar com raiva daqueles que têm alguma culpa na morte do ente querido. “A morte é personificada como algo que foi feito para elas e procuram alguém para culpar. A culpa é dirigida contra qualquer pessoa que possa ter contribuído para o sofrimento ou para a morte” (PARKES, 1998, p. 106). Então, para tentar minimizar a dor da perda e encontrar uma explicação plausível para o acontecimento, busca-se um culpado para a morte, seja por negligência médica, seja por omissão de socorro, seja, também, por vontade divina.

Esta última, porém, ameniza o sofrimento, pois a morte por intervenção de Deus oferece consolo e atenua a dor, para aqueles que creem em algo transcendente. Saber que o filho está com Deus é a melhor explicação, para todos os pais entrevistados. Não há ninguém melhor para cuidar agora do filho, segundo eles.

O arrependimento por não ter feito algo parece também ser um dos motivos para a culpa voltada para si mesmo. Muitas vezes, o enlutado acredita que deveria ter feito algo para salvar a vida do ente querido, e, após a morte este arrependimento reverte-se em culpa extrema.

No caso da mãe Sensatez, este fato fica explícito quando ela cita o filme que o filho queria tanto ter assistido, mas ela não teve tempo de levá-lo. Após a morte do filho, Sensatez nunca mais conseguiu entrar numa sala de cinema, de tanto que se arrependeu de não ter levado o filho para assistir aquele filme antes dele adoecer e falecer. “A tendência é a de superar os acontecimentos que levaram à morte e encontrar alguém para culpar, mesmo que esse alguém seja a si próprio [...] Não é tanto a expressão de impotência, mas a tentativa de influir nos fatos, acusando seu autor” (PARKES, 1998, p. 109).

Segundo autores, a culpa no caso de pais enlutados pode ser dividida em alguns tipos: culpa pela morte, culpa pela doença, culpa pelo papel parental, culpa moral, culpa por sobreviver, culpa pelo luto (Cf. MILES; DEMI, 1997). Dentro desta divisão, pode-se entender que nas entrevistas foi citada, explicitamente, apenas a culpa pelo papel parental, quando a mãe Respiração ressentiu-se de não ter alertado o filho para que ele tivesse mais humildade em relação às críticas que recebeu na escola e por não ter

participado e apoiado o filho quando este começou a participar da Igreja Adventista. Ela cita que não foi ao seu batizado e atualmente é um arrependimento muito grande que carrega.

Os outros tipos de culpa não foram expressos. Até mesmo no caso de luto recente, como no caso do casal Tristeza, não foi mencionado sentimento de culpa conforme classificação citada acima. Pode-se pensar que a falta de culpa reflete um processo de resiliência dos pais entrevistados, já que, apesar da tristeza, sofrimento e saudade estarem evidentes, há o caminho da superação, da reconciliação, da adaptação frente à vida após a perda.

A culpa em relação à questão religiosa está ligada ao fato de receber alguma punição divina, por exemplo, não poder se reencontrar com o filho amado na eternidade por cometer algum erro ou pecado. Aí entra a questão de que muitos pais falaram sobre não se suicidar, mesmo sofrendo muito e querendo o fim da própria vida, para que não fossem punidos por Deus e não pudessem rever o filho amado.

Fica evidente, também, que entre os pais há uma busca de espiritualidade a fim de responder os seus anseios últimos sobre o sentido da vida. Sobre a necessidade de criar novos parâmetros para se viver, novos anseios pelos quais lutar, novas expectativas que poderão ser o alicerce para a continuação da própria vida sem a presença do filho amado.

Conclusão

Levando-se em conta tantos autores que trabalham a questão da espiritualidade, vê-se que um conceito específico está longe de ser criado. Parece que por se tratar de algo tão subjetivo e individualizado, há um mar de roupagens quando se fala ou se trata deste tema.

De forma geral, vê-se que a espiritualidade está ligada à questão do sentido da vida, sem estar, necessariamente, ligada à questão de uma religião institucionalizada. Buscar um novo sentido frente à perda do filho amado parece responder os objetivos principais da presente pesquisa. Porém, não se pode simplificar um tema tão vasto, que ficou explícito observando-se a quantidade de autores citados nesta parte do trabalho, mesmo tendo-se pretendido resumir ao máximo a quantidade deles.

Aliar este tema com os conceitos de luto e resiliência é possível e observa-se que há um grande interesse, tanto da comunidade acadêmica quanto dos enlutados para que haja esta conciliação. A espiritualidade pode estar ligada a uma aceitação maior da morte, no sentido do reconhecimento de que a vida é finita.

A presente tese procura aprofundar em qual sentido a espiritualidade é um fator de resiliência para os pais enlutados, procurando entender como estes buscam formas de amparo diante de tal fatalidade.

É conhecido como tanto a religião, ou a religiosidade quanto a espiritualidade podem ajudar em processos dolorosos para aqueles que creem em algo. E esta relação é comprovada ao final desta tese, levando-se em conta a análise de conteúdo das entrevistas. Pode-se perceber claramente que todos os pais e mães possuem na espiritualidade um apoio, conforto, segurança, explicação após a morte do filho.

6- CONCLUSÃO GERAL E PERSPECTIVAS

Esta pesquisa teve o objetivo de entender a espiritualidade como fator importante de resiliência para pais enlutados. O luto pode ser considerado como uma reação a uma perda de alguém querido por morte. Como já analisado, o luto foi e é estudado por diversos autores e diferentes abordagens. Cada qual analisa este processo sob formas diversas de vivências.

Alguns modelos tradicionais, como o de Freud, defendem que é necessário existir um desligamento em relação a quem faleceu. Os modelos considerados atuais, como o Processo Dual de enfrentamento do luto, colocam a ênfase na identificação do que pode ser abandonado e no que pode ser continuado, cabendo ao enlutado decidir o que é mais adequado naquele momento.

Sempre importante é frisar que o enlutado não percorre o processo do luto de forma linear. Há sempre as oscilações e estas se dividem entre duas importantes orientações emocionais: quando existe o enfrentamento orientado para a perda, que é marcado, por exemplo, por uma busca desenfreada pelo ente falecido, e quando há o enfrentamento orientado para a restauração, que é demonstrado através de uma reorientação em um mundo onde não existe mais o ser amado. É neste segundo âmbito que se pode relacionar o processo de luto à resiliência.

Como já analisado, o termo resiliência vem da física e diz respeito à capacidade que um corpo tem de reagir frente alguma pressão e logo após voltar ao seu formato original. Da mesma forma, resiliente é aquele indivíduo que sofre um grande trauma e mesmo assim consegue refazer a sua caminhada, seguir seus planos com uma qualidade satisfatória de vida.

Entende-se que o grande impulso para se desenvolver a resiliência seja a percepção e a elaboração da situação traumática. A forma como a pessoa resiliente lidará com a situação adversa vai depender da compreensão que tem de si mesmo e da capacidade e da forma como ela vai lidar com o evento traumático logo após o seu acontecimento.

Então, o que pode ser considerado resiliência para os pais entrevistados? Usar-se-á a linguagem de Boris Cyrulnik, que tão bem conseguiu explicitar este complexo conceito:

Há muito tempo que o conceito de resiliência é novo mas, desta vez, pode analisar-se. Trata-se de um processo, de um conjunto de

fenômenos harmonizados em que o sujeito penetra dentro de um contexto afectivo, social e cultural. A resiliência é a arte de navegar nas torrentes. Um trauma empurrou o agredido numa direção para onde gostaria de não ter ido mas, visto que caiu numa vaga que o enrola e o leva para uma cascata de mortificações, o resiliente tem de fazer apelo aos recursos interiores impregnados na sua memória, tem de lutar para não se deixar arrastar pelo declive natural dos traumatismos que o fazem cansar-se de lutar, de agressão em agressão, até que uma mão estendida lhe ofereça um recurso exterior, uma instituição social ou cultural que lhe permita sair da situação. Nesta metáfora da arte de navegar nas torrentes, a aquisição dos recursos deu ao resiliente confiança e alegria. Estas aptidões, facilmente adquiridas durante os anos da infância, deram-lhe a vinculação segura e os comportamentos de sedução que lhe permitem estar à espreita de qualquer mão estendida [...] poderá constatar-se que aqueles que foram privados destas aquisições precoces poderão estabelecê-las mais tarde, mas mais lentamente, com a condição de que o meio circundante, depois de compreender como se molda um temperamento, disponha, em redor dos agredidos, alguns suportes de resiliência. Quando a chaga está aberta, há a tentação da recusa. Para recomeçar a viver, é preciso não pensar demasiado na ferida (CYRULNIK, 2003, p. 225, 226).

Nas entrevistas com os pais enlutados percebeu-se que são necessárias algumas características para que se dê a resiliência. Estas são otimismo, gratidão, autoestima, autoconfiança, confiança no outro, fé. A partir delas, torna-se possível ressignificar o futuro após a dor de perder um filho. Sempre chamando a atenção para o fato de que o caminho da resiliência não é estático nem linear. Ele é uma constante, uma dinâmica de aprendizados, de recaídas, de saudade, de reviver, de confiar, de renovar, de acreditar que amanhã possa ser melhor.

Um dos fatores que mais colaboram com o processo de resiliência é ter a percepção que se é capaz de enfrentar o trauma, reconhecer a auto capacidade de superação. Sentir-se forte e capaz pode ser reconhecida como chave para que a resiliência possa ser fomentada.

Para os pais enlutados, foi visto que construir um significado sobre a morte do seu filho é apontado como um atributo importante para a fomentação da resiliência. E a crença de que há algo que transcende e que ajuda neste processo foi, para os entrevistados, fundamental e de suma importância. Por isso, a espiritualidade é reconhecidamente um recurso para a resiliência destes pais enlutados.

Especialmente para o campo da psicologia, a grande diversidade de conceitos que abrange a espiritualidade dificulta a abordagem com os próprios pacientes em uma psicoterapia, por exemplo. Autores como Harold Koenig defendem, por isso, que este

conceito seja mais coerente e acessível tanto aos pacientes quanto aos profissionais da saúde. Por este motivo, adotou-se neste trabalho o conceito estruturado por este autor, que defende que a espiritualidade como “uma busca pessoal de respostas sobre o significado da vida e o relacionamento como o sagrado e/ou transcendente” (KOENIG, 2012, p. 34).

Como já trabalhado no capítulo 5, as dificuldades de integrar o tema da espiritualidade em uma psicoterapia residem em alguns fatores importantes, como as escolas tradicionais psicoterápicas que têm certa resistência aos temas que envolvem a religiosidade em geral, ou o próprio desconforto dos profissionais ao abordar este tema com os seus pacientes ou clientes (Cf. PERES, 2009, p. 254). Porém, esta realidade está sendo mudada, basta observar a longa lista de estudiosos citados nesta pesquisa como referência nas abordagens que envolvem os temas espirituais.

As abordagens que contemplam a espiritualidade e a espiritualidade acolhem as crenças dos pacientes e estabelecem uma aliança terapêutica a certos enquadres cognitivos que favorecem a superação ou a atenuação do sofrimento, com os seguintes diferenciais: utilizam argumentos racionais religiosos para contrapor pensamentos disfuncionais; encorajam a leitura de textos e escrituras sagradas, conforme a crença do paciente (Bíblia, Torah, Alcorão, etc.): aceitam a interpretação do paciente a respeito de seus sintomas e discutem exemplos de estilos de vida saudáveis postulados pela religião; evitam a pregação e a oposição em relação à visão religiosa do paciente; além de trabalharem com técnicas de visualização [...] Propostas de terapias de grupo e terapia familiar que inserem temas espirituais e religiosos também têm sido pesquisadas, assim como programas de intervenções psicoeducacionais semiestruturados em que o paciente discute sobre recursos religiosos, espiritualidade, perdão e esperança (PERES, 2009, p. 255).

Com a inclusão da categoria “problemas religiosos ou espirituais” no DSM-IV, fica reconhecido que estes temas podem ser o destaque e o foco das consultas e do diagnóstico psicológico e psiquiátrico. Porém, para que isso ocorra, é necessária uma postura ética e profissional, fundamentadas em uma formação sólida, equilibrada e séria, também na área da Ciência da Religião.

A própria Associação Psiquiátrica Americana, ciente do tema, confeccionou um guia informativo onde aborda a necessidade do respeito ético e empático para com os pacientes que trabalham as questões religiosas e espirituais com seus médicos e psicoterapeutas. Enfatiza a premência da formação profissional ser embasada em

cuidados éticos, com treinamento adequado, atenção voltada para a pessoa e não só para a doença apresentada.

A Associação recomenda: identificar se variáveis espirituais e religiosas são características clínicas relevantes às queixas e aos sintomas apresentados; pesquisar o papel da espiritualidade e da religião no sistema de crenças; identificar se idealizações religiosas e representações de Deus são relevantes e abordar clinicamente tais idealizações; demonstrar o uso de recursos espirituais e religiosos no tratamento psicológico; utilizar procedimento de entrevista para acessar o histórico e o envolvimento com espiritualidade e religião, treinar intervenções apropriadas a assuntos espirituais e religiosos e atualizar quanto à ética sobre esses temas na prática clínica [...] a habilidade de inquirir sobre a vida espiritual e religiosa dos pacientes é um elemento importante da competência psicoterapêutica; a informação sobre as vidas espiritual e religiosa dos pacientes revela quase sempre dados extremamente importantes para superação de suas dificuldades; o processo do inquérito sobre esse domínio deve ser respeitoso; e há um potencial significativo para faltas éticas quando o terapeuta exagera suas convicções pessoais (PERES, 2009, p. 256, 257).

Diante do exposto, vê-se que é impossível fechar os olhos para a realidade da espiritualidade na prática clínica. Apesar de preconceitos, resistências e dificuldades, é preciso avançar nas pesquisas. A dimensão religiosa abarca grande parte da vida humana e este fato é inegável. Nas entrevistas deste trabalho este fato é corroborado.

Especialmente no Brasil, onde a raiz religiosa e o sincretismo das religiões são absolutamente presentes e reais, é necessário que competências profissionais para a abordagem deste tema sejam oferecidas para os profissionais da saúde e que as pesquisas neste campo sejam cada vez mais fomentadas e realizadas.

Existem no país vários grupos que estudam as relações entre ciência e espiritualidades que produzem vastos materiais e publicações. Isso mostra que o tema tem avançado e interessado um número grande de pesquisadores que buscam compreender a relação do ser humano com a religiosidade e a espiritualidade, como estas influenciam no comportamento da pessoa (Cf. PERES, 2009, p. 157-159).

Voltando-se diretamente ao tema e à tese desta pesquisa, viu-se que a espiritualidade pode ser considerada como um fator de resiliência para os pais enlutados. Em todas as entrevistas, sem exceção, a espiritualidade, a religiosidade ou a religião foram explicitamente citadas como algo que ajudou, e ainda ajuda, a todos os pais a superarem a imensa dor de ter perdido um filho.

Ao término deste trabalho, conseguiu-se comprovar a hipótese inicial. Neste sentido, a resiliência foi vista como um processo dinâmico, sem um caminho pré-definido, com recaídas e superações diárias, mas que direciona os pais para uma possível construção de novo sentido de vida, agora sem a presença do filho.

Levando-se em consideração as várias teorias que explicam a resiliência, pode-se entender a espiritualidade como sendo um fator de proteção diante da perda de um filho. A fé, a crença em um ser superior, a religião foram descritas como a grande força capaz de fazerem com que os pais conseguissem continuar vivendo após intenso sofrimento.

Compreender a relação entre espiritualidade e enfrentamento, face a situações adversas, como é o caso de uma pessoa querida [...] e de tantas outras perdas que podem ocorrer de maneira previsível, ou imprevisivelmente levar a pessoa à condição de enlutada, passa a representar um desafio para todos aqueles cujo foco de interesse é o desenvolvimento de uma relação de ajuda, seja ela estabelecida informalmente ou assuma caráter formal através de contrato psicoterápico (GIMENES, 2002, p. 56).

Os fatores de proteção ajudam o indivíduo em situações altamente estressantes e fazem com que os vínculos com os outros possam ser fortalecidos, que a autoimagem possa ser redefinida, reconhecendo-se como uma pessoa capaz de enfrentar os obstáculos colocados pelas adversidades. No tocante aos sonhos e projetos futuros, os fatores de proteção fazem com que estes possam ser redesenhados, mostrando que o futuro pode ser promissor e que um novo sentido de vida deve ser construído.

Ao serem questionados sobre a principal motivação que encontraram e encontram hoje em dia, no sentido de resistirem à tão profunda dor, todos os pais e mães se referiram a algo no sentido da espiritualidade. Desta forma, pode-se concluir pela afirmação da hipótese colocada para a pesquisa atual.

Para Viktor Frankl (1978), o homem é constituído de corpo, mente e espírito, sendo que há uma intensa inter-relação entre estas partes. A porção espiritual é a responsável por esta unidade e também pela própria essência humana, onde estaria a capacidade humana de escolha.

O autor nomeou esta de dimensão noética ou noológica, sendo ela superior às demais, e dedicada à liberdade e responsabilidade do ser humano. Responsabilidade esta entendida como o uso da liberdade para se posicionar. O posicionamento da pessoa espiritual diante das adversidades será definido não pelos condicionamentos sociais,

mas pela liberdade que tem de se colocar diante das mais variadas situações (Cf. FRANKL, 1978).

Frankl defende a existência de um indivíduo único, exclusivo, que dará a sua resposta, num momento de extremo estresse, de forma imprevisível e única. Por isso, ele acredita que o ser humano busca sempre a transcendência. Esta é no sentido de ir além de si mesmo, de buscar algo que está além do próprio homem.

Utilizando-se desta afirmação de Frankl, corrobora-se a ideia de que a resiliência é altamente subjetiva, individual, e vivida de forma diferente de acordo com o momento e situação enfrentada. Portanto, a busca e resposta espiritual será, igualmente, algo diferenciado e dado em conformidade com a ocasião.

Desta forma é imprescindível olhar com atenção e respeito para as várias formas de aspectos resilientes e espirituais apresentados pelos entrevistados, a fim de se fazer uma análise livre de julgamentos a priori e com possíveis preconceitos.

Levando-se em consideração os estudos atuais, citados na parte teórica deste trabalho, pode-se afirmar que não existe um consenso sobre o que é resiliência. Não há um único conceito. Há diversas facetas do tema, e cada análise leva em conta aquilo que se pretende compreender com tal estudo.

Pode ser considerada uma abordagem universal, atrelada às ciências da saúde, às do comportamento, etc. Os seguintes dados são, na maioria dos estudos, levados em conta: características individuais, contexto ambiental, fatos que ocorreram no percurso da vida e os fatores que serviram de proteção para o sujeito nos momentos de adversidades. Estes dados podem ser reconhecidos, em seu conjunto, como recursos para a proteção e ajuste do indivíduo frente ao sofrimento.

Durante a pesquisa, ficou bastante nítida a dificuldade de se encontrar um conceito definitivo do que seja a resiliência. Diante da novidade do tema para a psicologia, considerado algo ainda muito novo na área acadêmica ao mesmo tempo chamando a atenção de diferentes pesquisadores, fica claro que este obstáculo ainda irá transitar por muito tempo.

Porém, é importante se atentar para o que é unânime e comum entre os pesquisadores. Resiliência engloba sempre dois polos: a existência de um lado negativo, que é o sofrimento ou adversidade, e a força para transformar este em algo positivo, construtivo, em ensinamento para um crescimento pessoal.

A resiliência engloba dois constructos básicos: adversidade e adaptação positiva. O primeiro constructo, a adversidade, também referida como risco, abrange as circunstâncias negativas da vida, as quais estão estaticamente associadas às dificuldades de ajustamento. O segundo constructo, a adaptação positiva, é comumente definido em termos de competência social ou sucesso no evoluir frente às exigências para ajustamento social (ARAÚJO; MELLO; RIOS, 2011, p. 11).

Então, especificamente, para fins desta pesquisa, resiliência foi entendida como a capacidade para se recuperar das adversidades, superar traumas e sofrimentos, no caso da perda de um filho, e conseguir dar um novo sentido para a vida, apesar da dor. Sair fortalecido, capaz de reencontrar novos motivos para viver, se readaptar à vida, mesmo sofrendo, é o que se pretende nomear de pai ou mãe resiliente. Em nenhum momento pretende-se negar ou esquecer que este, talvez, seja o momento mais sofrido e delicado pelo qual os entrevistados estejam passando. A dor não pode e não vai ser esquecida.

Importante salientar que o fato de ter perdido um filho ou ter passado por outro tipo de catástrofe não promove, necessariamente, a resiliência. Para que esta seja formulada e explicitada é necessário que os atingidos desenvolvam certas habilidades no decorrer do processo de luto. Habilidades estas que vão capacitá-los a responder de forma positiva aos sofrimentos decorrentes da perda, assumindo um novo olhar frente a este evento trágico.

Este fato é visto claramente em muitas entrevistas, como no caso da mãe Alegria, que se agarrou ao filho mais velho e ao seu trabalho, onde se relaciona com muitas pessoas, para construir novos sentidos para a sua vida, após a morte da filha. Também se pode trazer o exemplo do casal Tristeza, que vive a herança do filho, frequentando a sua religião, para buscar forças para continuar a vida. A mãe Gratidão também desenvolveu habilidades importantes, como cantar, estudar e estar sempre em busca de aperfeiçoamento profissional para tentar superar a dor de perdido o seu bebê.

Uma marca dos indivíduos resilientes é o não esquecimento da dor. O sofrimento deixa uma marca para sempre, que não pode nunca ser apagado. Por isso, mesmo os pais entrevistados que se reconhecem como fortes, não esconderam sua emoção ao lembrar-se do filho que se foi. Todos choraram, lembrando os momentos de maior desespero, denunciando a saudade que ainda sentem e a vontade de que tudo fosse diferente e que aqueles filhos ainda pudessem estar presentes no dia-a-dia.

A história vivida por cada pai e cada mãe está ainda muito viva na memória de cada um, não importando o tempo transcorrido. A dor pulsa, ela se mostra escancarada

em cada lágrima, em cada fotografia mostrada, em cada objeto guardado com tanto carinho. Mas não é por isso que estes pais deixam de ser considerados resilientes.

Sufrimento é o que nos desorganiza, tira o chão – é tempestade que arrasa. E depois de tudo, só resta juntar tijolo por tijolo, caco por caco e reconstruir, como fizeram as mulheres que ficaram conhecidas como “as mulheres dos escombros” na Alemanha [...] Reconstruir é sempre possível, não sobre os escombros, negando-os como se não existissem, varrendo a dor e o sofrimento para debaixo de algum tapete. Ao contrário, é preciso aceitar a destruição para poder, a partir dela, encontrar matéria-prima para uma reconstrução. Chega o momento em que é preciso olhar o que restou e ali vislumbrar a vida possível. É preciso uma reconciliação com o passado, com nossos sonhos, pesadelos e amores desfeitos, pois só assim é possível abrir-se para o amanhã. Fazer as pazes com o passado para poder seguir em frente. Não só com alegrias, altos, ganhos e sucessos vamos escrevendo e reescrevendo; e construindo e reconstruindo nossa vida; as tristezas, os baixos, as perdas, os fracassos são importante matéria-prima. Reconciliar-se com a parte dura, doída de nossa história é indispensável para se conseguir ir adiante e não ficar empacado diante de uma árvore quando a floresta toda está li ao nosso redor (WEISSHEIMER, 2013, p. 22, 23).

A resiliência é justamente isso, o se deixar abater, indo diretamente ao “fundo do poço”, sem negar nenhum sofrimento e depois conseguir redimensionar a própria vida, criando um novo sentido para tudo. O resiliente carrega as suas marcas, mas não se entrega, não se deixa levar somente pelo sofrimento e pelas adversidades. Ele busca e encontra forças para conseguir ter um novo olhar após a fatalidade.

“Em minha vida, a morte do meu filho não será a última palavra. Mas enquanto me levanto, sofro as mágoas da morte dele, pois minha ressurreição não as remove. Elas me marcaram. Se você quer saber quem sou eu, ponha a mão nessa chaga” (WOLTERSTORFF, 1997, P. 93). Esta imagem da chaga, da cicatriz foi repetida algumas vezes durante as entrevistas, querendo mostrar que a ferida em carne viva, presente no primeiro momento, vai melhorando com o passar do tempo, até se curar e ficar somente a cicatriz. No entanto, esta ficará marcada para sempre, nunca poderá ser apagada. E, sempre quando é vista, a dor é lembrada. Está fixada para sempre.

Entretanto, a força para continuar vem de inúmeras fontes de ajuda, como foi dito, das pessoas com quem convive, das instituições, dos profissionais a quem procura, e até mesmo do transcendente, do sagrado, do imanente, do espiritual. É neste encontro do sofredor com a mão que o acolhe que nasce a resiliência, a força necessária para se fazer da dor um impulso novo e diferente.

“Mas o que aprendi é algo mais estranho ainda: o sofrimento pode estar entre as bênçãos do homem que sofre [...] O desespero se forma no vale do sofrimento. Mas é lá também que se plasma o caráter. O vale do sofrimento é a forja da alma” (WOLTERSTORFF, 1997, P. 95, 96). Neste ponto, aquele que pode ser classificado como resiliente se sente grato até pelo sofrimento que lhe arrasou como pessoa ou pai. Através do mais alto grau de amargura e perplexidade causadas pela dor, é construída uma nova forma de viver e de pensar. Assim, desponta-se a resiliência.

Tanto na teoria quanto nas entrevistas feitas para esta tese fica clara que a resiliência engloba uma mudança profunda de vida, apesar do sofrimento. Os pais entrevistados mostraram que o luto pelo filho transformou sua vida por completo. A perda do filho existe como um grande divisor. Após a fatalidade, existe o antes e o depois da morte do filho. A resiliência pode ser entendida como essa transformação e aprendizagem através de dores tão profundas.

Resiliência como um fenômeno que acontece a cada adversidade colocada diante do sujeito, desde o início de sua vida. Neste ponto, volta-se à questão da necessidade do apego saudável, tão bem trabalhado por Bowlby e outros autores. Trazendo a questão das diversas formas de perda que acontecem desde o nascimento, durante o desenvolvimento humano, e de como o sujeito vai lidar com elas, de acordo com o apego desenvolvido através do relacionamento com os seus cuidadores.

O valor do vínculo e do apego é algo extraordinário em qualquer teoria que trabalha o conceito de resiliência, pelo simples fato de que a sua existência só se dá quando aquele que sofre se vincula a um outro que o acolhe. E desta forma, há a descoberta de que se pode continuar vivendo, apesar da dor da fatalidade.

E a vida volta a acontecer. Novos planos, novos sonhos, até mesmo com a “presença” do filho morto, como nos casos em que os pais escolhem prestar algum serviço em homenagem ao filho querido, o que não foi relatado, especificamente, neste trabalho.

Outra questão que merece destaque neste trabalho é estar atento àquilo que o entrevistado traz como história, como memória, como seu sofrimento e sua dor. Apesar de haver instrumentos de medida para a resiliência, enfatiza-se que nesta pesquisa específica eles não foram utilizados em nenhum momento, face à escolha por se fazer desta uma pesquisa qualitativa e um estudo de caso. A entrevista foi a única ferramenta utilizada (vide o capítulo sobre Metodologia) e foi através dela que toda a parte qualitativa foi efetuada.

Não se pode identificar objetivamente a trama interior do indivíduo, de sua experiência, seu sofrimento, seus sonhos, seus fantasmas. Não há instrumentos, questionários e escalas que objetivem tais dados no tempo, apenas no momento, escapando o dinamismo que o conceito para ser mensurado, requer (ARAÚJO; MELLO; RIOS, 2011, p. 210, 211).

O processo de superação do luto por um filho parece ser uma história de reconciliação consigo mesmo e com a sua história de vida e não necessariamente de cura. A necessidade que os pais parecem ter é de poderem se sentir, novamente, dignos de continuar vivendo, reconciliados com sua própria história, agora marcada, para sempre, por uma perda incomensurável.

Esta perda oferece um questionamento sobre a própria vida, sobre o continuar vivendo, sobre o que se pretende a partir de agora. Totalmente curados parece não ser um adequado rótulo para estes pais, já que não há como esquecer tamanha dor.

Isso é o que afirma, também, Maria Helena Franco ao defender que o luto propicia uma reconciliação, mas não a cura definitiva de uma situação altamente sofrida. Reconciliação com a própria vida, compreendendo que se pode viver, mesmo sem uma parte tão amada e especial.

À medida que for ocorrendo a reconciliação, o enlutado poderá se dar conta que a vida será diferente sem a presença da pessoa que morreu. Mas para isso será necessário perceber que a reconciliação é um processo, não um evento. Além da compreensão intelectual, existe a compreensão emocional e espiritual. Ou seja: além de entender na mente, vai entender no coração: a pessoa amada morreu. A dor sentida vai deixar de ser onipresente e aguda, para se transformar em um sentimento de perda que pode ser reconhecido e dá vez a um significado e um propósito renovados. O sentimento de perda não desaparece completamente, ele é atenuado e as crises de pesar, antes intensas, tornam-se menos frequentes e mais suaves. À medida que o enlutado começa a fazer novos envolvimento, emerge a esperança de continuar a viver. É possível perceber que, embora a pessoa que morreu jamais virá a ser esquecida, a vida pode e deve continuar a ser vivida. Não se trata de “superar” o pesar. Quando o enlutado começa a mergulhar no trabalho do luto, ele irá se reconciliar com ele (FRANCO, 2002, p. 35).

Nesta pesquisa, ao se tentar entender o percurso de dor e tristeza dos pais enlutados, buscando saber se eles eram resilientes ou não, esta explicação de Franco sintetizou exatamente aquilo que se concluiu: Que o caminho destes pais continua sendo doloroso, porém, eles acharam um sinal de que podem continuar vivendo. A reconciliação que cada um teve, e outros que estão em busca, é um readaptar-se à

vivência diferenciada, triste, agora sem o filho, mas com uma porção de esperança e motivação para o que ainda virá. E a espiritualidade entra como recurso fundamental para que esta reconciliação seja possível.

Durante as análises das entrevistas feitas para esta pesquisa, pensou-se em não conseguir classificar as reações dos pais como resilientes, visto que a dor e sofrimento ainda eram muito intensos e alguns precoces, como no caso do casal Tristeza e da mãe Respiração, pelas perdas terem sido tão recentes.

No entanto, após muitas leituras e muitas controvérsias colocadas e pensadas, refletiu-se sobre a resiliência ser, também, a descoberta de que se pode continuar vivendo, apesar da dor. O fato de se descobrir que vale a pena continuar vivendo, seja por qual motivo for, mesmo sendo em homenagem ao filho querido, já é uma forma de se mostrar como resiliente.

Aqui se nota como o olhar do pai enlutado é modificado após a tragédia. Se a felicidade, antes, era, por exemplo, obter bens materiais, viajar, ter boa saúde, ver aqueles a quem amam felizes, após a perda do filho a felicidade pode estar em poder assistir um vídeo onde o filho apareça feliz, ver fotos, fazer algum trabalho voluntário, ajudando muitas pessoas que precisam, poder apoiar outros pais que passam pela mesma dor.

Autores defendem que é possível se recuperar muito bem após a perda de uma pessoa muito querida, inclusive de um filho. Para eles, aquela pessoa que lida bem com a morte e vê a finitude da vida como algo natural, vai entender que os relacionamentos são passageiros, cabendo a quem fica entender e agradecer pelo tempo que lhe foi permitido conviver com aquele ente querido.

Ser resiliente, então, para estes autores, é compreender que toda vida terá seu fim, mesmo a vida de filhos tão amados.

Não faltam exemplos edificantes de homens e de mulheres que enfrentam com serenidade a morte e aceitam a realidade da separação com sabedoria e realismo. São, na maioria, pessoas que manifestam gratidão por tudo que receberam da vida e são fortalecidos por uma esperança que vai além da morte (PANGRAZZI, 1998, p. 80).

Pode-se lembrar, aqui, da mãe Alegria que se coloca como muito grata pelos quinze anos que Deus a proporcionou de conviver com a sua filha. Ela olhou para o seu futuro, sem lamentar o seu passado. Construiu planos e projetos e fez da gratidão a sua

grande motivação de vida, agradecendo por ter gerado em seu ventre uma filha tão sonhada e amada.

Para Pangrazzi, a grande questão que pode vir a produzir resiliência para um enlutado é: “Agora que sofri esta perda, o que posso fazer?” (PANGRAZZI, 1998, p. 88). A perda é real, não tem como fugir dela, então o que fazer, já que a vida foi totalmente transformada a partir daquele momento? A questão central para buscar forças para o futuro parece residir nesta questão tão real, doída, mas altamente necessária.

Para esta tese, o principal aprendizado que fica é como uma situação totalmente desesperadora, altamente sofrida, às vezes difícil até de ser classificada e nomeada, pode ser interpretada por aqueles que passaram por ela e como a capacidade de ressignificação desta mesma situação está presente no ser humano.

A grande questão sobre a resiliência não é sobreviver após o trauma, mas como foi e está sendo esta sobrevivência. O valor está na forma como o enlutado entendeu sua dor, quais as direções que resolveu tomar na vida e qual o aprendizado que leva após a imersão total no sofrimento.

Ficam nítidas nas entrevistas as várias formas de continuação da vida encontradas pelos pais enlutados. Cada um, a seu modo e de acordo com a forma que viveu até o momento da perda, já que se entende resiliência como o resultado de múltiplos níveis sistêmicos que ocorreram ao longo do desenvolvimento pessoal, conseguiu criar um novo significado para a sua existência, sem nunca se esquecer de seu amado filho.

Esta capacidade é sempre reativada, de tempos em tempos, na vida destes pais. Para eles, há sempre um novo aprendizado com a dor e com a saudade. A cada etapa do luto, eles parecem encontrar meios de se mostrarem resilientes. Os fatores de proteção também mudam conforme o tempo e, assim, dia a dia a vida vai sendo construída, onde há espaço para os dias mais tristes também.

Aqui cabe demonstrar que o caminho da resiliência não é definitivo, nem segue um percurso pré-definido, colocando sempre o enlutado frente e frente com a sua dor. É um processo dinâmico, que permite ao pai ou à mãe lutar contra as suas próprias tristezas e vontade de se entregar para ressignificar aquilo que sobrou e que é a realidade desde então.

A resiliência como um processo dinâmico, transcende o superar a adversidade, pois passa a existir o processo constante de reconstrução que é colocado em marcha, depois do evento traumático. É um processo determinado pela construção de si mesmo ao longo da vida, reconhecendo-se que existem fatores externos e internos que permitem a potencialização das capacidades. O que permite ao indivíduo ser ou se tornar resiliente é, portanto, a construção de si mesmo na relação com os que estão ao seu redor, possibilitando perspectivas positivas sobre si mesmo e sobre a realidade. Viver situações difíceis faz parte do fato de estar nesse mundo e crescer implica resolver situações de conflito e de crise durante a existência. À resiliência implica ressignificar o evento adverso que causou o desequilíbrio, considerando-o como uma possibilidade de desenvolvimento e individuação e como uma oportunidade de fortalecer o vínculo com a vida. Posturas vitimizadas podem ser substituídas por posturas otimistas em relação ao futuro (ARAÚJO; MELLO; RIOS, 2011, p. 11).

Ser resiliente, no caso dos pais enlutados, é conseguir reescrever a sua história, criando este novo sentido de vida, apesar da morte e do sofrimento. Por este motivo, a espiritualidade entra como uma forte e importante aliada na resiliência. Ter fé e acreditar em algo além do humano amplia o horizonte do sujeito que sofre, fazendo com que ele consiga pensar e planejar a sua vida tendo como parâmetros situações que vão além de seu entendimento.

A plenitude de vida para estes pais passa a ser medido através de características peculiares, significativas para aqueles que, talvez, passaram pelo mesma situação. Coisas simples da vida começam a ter um valor significativo, promovendo uma reconciliação consigo mesmo, com a própria história, com o que é considerado sagrado ou soberano.

Para esta pesquisa, especificamente, focou-se nas vivências espirituais e religiosas que ajudaram os entrevistados na formulação da resiliência e de um novo sentido de vida. Entrou-se em outras questões também, como foi visto no decorrer dos capítulos, mas o ponto central foi entender como a espiritualidade auxiliou neste processo.

Através do encontro pesquisadora-pai/mãe enlutado é que se tentou entender se a espiritualidade ajuda no processo do luto. Se cada pai/mãe saiu fortalecido da maior dor que já sentiu. Tudo isso valorizando cada depoimento, cada palavra, cada lágrima, cada história.

A espiritualidade passa a ser sentida como um valor fundamental na vida dos pais enlutados, levando-os à direção do filho falecido. A fala destes pais sobre questões

espirituais parece ter um único objetivo: levá-los a reencontrar o filho amado, que está na dimensão transcendental, às vezes também aguardando por este momento.

Se uma pessoa é verdadeiramente muito querida, não podemos verdadeiramente compensar a sua morte. O ferimento de sua perda pode cicatrizar, mas a cicatriz fica. Todavia, com o tempo, nós podemos também descobrir pouco a pouco, em muitos casos, que a vida continua sendo possível para os sobreviventes, ou melhor, que esta vida vale a pena ser continuada e vivida. Tal descoberta é um processo de resiliência, um crescimento humano diante das grandes dificuldades. Trata-se de um crescimento paradoxal, na medida em que nós conseguimos assim integrar e positivar a fragilidade humana em nossas vidas – o que constitui um enriquecimento e um aprofundamento importante da vida. Em tal processo de resiliência, damos-nos conta de que a plenitude da vida é fundamentalmente diferente de uma vida sem problemas, muito mais profunda do que o perfeccionismo humano. Não se trata de uma fé aleatória ou ingênua. Ao contrário, a resiliência nos mostra que existe na vida uma dinâmica que busca a plenitude, mesmo através de situações muito difíceis e de ferimentos (VANISTENDAEL, 2008, p. 1).

Nesta pesquisa, verifica-se que a espiritualidade desempenha um papel fundamental para a resiliência dos pais enlutados, o que ficou comprovado com as entrevistas. Ela pode ser considerada um recurso de intensa força, onde os pais se amparam para continuar vivendo.

A possibilidade de se encontrar respostas para a precoce perda de um filho, o consolo com a promessa do reencontro que muitas religiões oferecem abre um leque de possibilidades para estes pais tão sofridos.

A ideia de que tudo que acontece é por vontade divina foi unânime nesta pesquisa. Os pais acreditam que nada acontece sem ser pela vontade de Deus, e isso ajuda no processo dos lutos, já que esta vontade não deve ser questionada, segundo os pais. Não se pode ir contra os desígnios divinos, de acordo com os entrevistados.

Se a filha não encontrou doador compatível a tempo, se ocorreu um acidente de trânsito, se o bebê recém-nascido faleceu com dois dias de vida, se o filho foi vítima de aneurisma com 14 anos de idade, se a bebê morreu assim que nasceu, se o filho saudável adoeceu e de repente faleceu, se o filho se suicidou foi porque Deus permitiu que fosse assim.

Crer sem questionamentos foi o comportamento de todos os pais entrevistados. Importante também assinalar que nenhum deles mostrou qualquer revolta contra Deus,

o que poderia ter acontecido. Todos frisaram que a fé até aumentou após a perda do filho, e que foi e é através dela que a vida continua.

É a partir das possibilidades colocadas pela espiritualidade que um panorama de planejamentos se abre para restabelecer os sonhos destes pais e mães. Portanto, a espiritualidade pode ser considerada, sim, como um recurso para a resiliência de pais que perderam um filho.

Pode-se questionar a espiritualidade como sendo uma defesa contra a dor de perder um filho, como sendo apenas um consolo imaturo ou algo negativo que não trará ganho para o pai enlutado. Porém, como já mencionado, os mecanismos de defesa, abordados principalmente pela psicanálise, devem também ser olhados como essenciais em qualquer caminho de superação e de resiliência.

Segundo Parkes, atualmente o termo defesa pode ser reconhecido como enfrentamento em diversas correntes psicológicas e psiquiátricas, visto que é reconhecido que o ser humano necessita de recursos emocionais para enfrentar situações de trauma e sofrimento.

Acredito que a maioria dos fenômenos que categorizamos como defesas tem uma função importante para ajudar a regular a quantidade de novas informações desorganizadas e, de certa forma, desorganizadoras, de que um indivíduo tem de dar conta em um período específico [...] Assim considerada, a “defesa” pode ser vista como parte do processo de “ataque” do problema, de se haver com ele de maneira segura e efetiva (PARKES, 1998, p. 95).

Então, para os pais entrevistados, que afirmaram ser a espiritualidade um recurso de resiliência, é importante reconhecer que esta pode ser um importante recurso de enfrentamento, e não somente uma forma anômala de encarar a realidade da morte. Apesar de não ser olhado somente pelo lado negativo, o enfrentamento não elimina ou cessa a dor. O sofrimento vai estar presente e não poderá ser evitado.

Mas as ferramentas utilizadas no enfrentamento auxiliam o enlutado a buscar formas menos agressivas de encarar a realidade da perda, não necessariamente fazendo daquele luto algo patológico ou o enlutado sendo visto como alguém desequilibrado emocionalmente. Então, se a pessoa consegue manter certo equilíbrio entre o que pode ser reconhecido como “facilitação e defesa, o trabalho de elaboração do luto continuará, os padrões de pensamento e de comportamento que tiverem sido reconhecidos como

excessivos serão incorporados ao hábito, e novos padrões adequados desenvolvidos” (PARKES, 1998, p. 97).

Para Parkes, certo esquecimento e negação são importantes no processo de luto, principalmente em situações de morte recente. Ao negar o fato, o enlutado vai em busca do morto e cria esperança de que ele vai voltar. A partir do momento em que o enlutado percebe que isso não é mais possível, ele volta-se à realidade e confirma o que de fato ocorreu. A negação o prepara para a aceitação da realidade, que não ocorre tão facilmente. “Ao negar a realidade da perda, eles dão a si mesmos a oportunidade de se preparem para ela [...] uma mudança de maior importância, como é o caso do luto, não pode ser totalmente conscientizada de uma única vez” (PARKES, 1998, p. 97).

As próprias tentativas de dar sentido à vida após a perda do filho são entendidas por Parkes como forma de restabelecer o morto. Porém, esses ensaios não devem ser vistos como uma fuga da realidade, mas como investida de superação e de uma readaptação da vida. São importantes sob o ponto de vista psicológico, restabelecendo certo equilíbrio para o futuro do enlutado.

Um sentido de imortalidade não é simplesmente a negação da morte. Na verdade reflete uma busca universal e determinada por uma relação simbólica contínua entre nossas vidas individuais finitas e aquilo que se foi antes, e que virá depois. É a busca de continuidades simbolizadoras, apesar das descontinuidades da morte (LIFTON, 1979).

Portanto, pode ser que haja alguém que defenda espiritualidade como recurso de infantilização para os pais enlutados, como mecanismo de negação. Porém, para os pais entrevistados percebe-se que ela foi utilizada para a ajuda, para o consolo, para fomentar motivações positivas em relação à explicação para as mortes prematuras dos filhos e em relação a visualização de um futuro possível. Com saudades, mas sem tanto sofrimento.

Observou-se também que muitas das vezes a espiritualidade é vivenciada em grupo. As religiões têm em comum o fato da necessidade de congregação, que mostra a característica de que seus membros estejam juntos para orar, louvar, aprender, comungar. O estar junto, em grupo, é altamente confortador.

No grupo, as pessoas se sentem amparadas, observando que existem muitas outras com as quais se pode chorar, lamentar sobre a perda, questionar sobre a fatalidade, pedir uma resposta que seja convincente.

A comunidade eclesial, por meio do suporte da dimensão religiosa, de seus ritos e dos valores da solidariedade humana oferece um espaço onde a dor não é negada, mas reconhecida e celebrada. Além da dimensão religião, no interior da comunidade há uma rede humana formada de amigos, voluntários, profissionais que estão à disposição para oferecer conforto e guia aos familiares em luto. Os amigos e os voluntários podem garantir a sadia objetividade de que a família carece; os profissionais – sejam médicos, psicólogos, sacerdotes, terapeutas – oferecem informações e contributos específicos que permitem aos parentes que sofrem superar os momentos críticos desse luto (PANGRAZZI, 1998, p. 39).

Concorda-se com o autor quando ele afirma que na própria instituição religiosa pode-se encontrar apoio profissional. Hoje se vê um grande número de igrejas, católicas, evangélicas, centros espíritas que oferecem atendimentos por profissionais, como psicólogos, médicos, assistentes sociais, advogados, que, juntamente com o apoio espiritual oferecido pela instituição, também colaboram oferecendo estes tipos de apoios, que são de grande valia em um momento de perda de um filho.

De acordo com a literatura pesquisada, o resultado da resiliência parece ser sempre um ganho. Porém, no caso de pais enlutados, o que poderia ser considerado um ganho? Na morte do próprio filho, algo tão terrível, pode existir algum ganho, algum aspecto bom? Esta é uma questão que leva à reflexão de quais são as possíveis consequências positivas. E estas serão aquilo que os próprios pais nomearam como algo que seja positivo.

Cabe demonstrar que a própria espiritualidade foi olhada, em muitas entrevistas, como sendo um ganho. Para alguns destes pais, foi somente após a morte do filho que a questão espiritual foi despertada, sendo esta busca um grande amparo na dor. Para eles, a morte do filho abriu os seus olhos para ver uma nova dimensão da vida, a espiritual, e fez com que a fé fosse despertada e usada para entender os desígnios de Deus ou do sagrado.

Esta mesma espiritualidade refletiu em uma nova forma de entender o mundo e a si mesmo, fazendo com que alguns entrevistados se vejam como mais fortes, mais empáticos em relação à dor dos outros, especialmente à dor de outros pais enlutados, mais determinados em seguir em frente, acreditando que Deus não os abandona e que um novo significado Ele dará à vida de cada um.

Autores defendem que a empatia e o altruísmo são resultados positivos do processo de resiliência, o que vai ao encontro desta pesquisa. A solidariedade é também um traço marcante para os resilientes, já que fazer o bem à outra pessoa favorece, e

muito, a própria vida. Poder amparar outro pai ou outra mãe em um momento de desespero é de grande satisfação para a maioria destes pais.

Este fato fica nítido nas entrevistas, onde estes começam a se relacionar com outros pais enlutados a fim de os ampararem e os sustentarem no momento de dor. A compaixão envolvida nestes relacionamentos e o fato de terem passado por situações semelhantes fortalece a amizade e a troca de ajuda, de força, de apoio, que promovem a superação.

Dentro de todas estas questões levantadas, a espiritualidade foi entendida como um recurso demasiadamente importante para a resiliência de pais enlutados. Ela permite que o processo de ressignificação e a criação de novos valores se ampliem, através de um entendimento maior da própria vida e sua terminalidade.

“A capacidade de dar sentido e significado à existência parece ser o aspecto comum dos fenômenos da resiliência e da espiritualidade, o ponto no qual os processos passam a compor um movimento único no sentido do desenvolvimento humano” (ARAÚJO; MELLO; RIOS, 2011, p. 145, 146). Com a consideração da espiritualidade nas suas vidas, os pais conseguem se sentir ligados a um todo, colocando Deus ou o sagrado como aquele que orienta qualquer ação humana, sendo o responsável também pela morte.

E a morte, como uma etapa da vida, passa a ser reconsiderada e vista como aquilo que liga os seres humanos, já que todos passarão por ela. A espiritualidade tem a importância de fazer com que estes pais reflitam como querem continuar vivendo até chegar a própria morte, já que após ela haverá o tão esperado e idealizado encontro com o filho amado. O sentido de existência e o sentimento de estar vinculado a um todo, que é movido por um Outro, favorece, então, o processo de resiliência.

O número de trabalhos, que relacionam diretamente a resiliência e a espiritualidade, vêm aumentando nos últimos anos e, dentre tantos, um dos estudos empíricos que merece atenção foi realizado por Peres et al. (2007, p. 141), mostrando que as práticas religiosas podem ter influência importante em como as pessoas interpretam e lidam com eventos traumáticos, promovendo percepções resilientes, aprendizagem positiva da experiência e autoconfiança para lidar com as adversidades. Os autores citam estudos científicos que associam a religião, espiritualidade e traumas psicológicos, segundo os quais, “o manejo religioso positivo, a prontidão para enfrentar perguntas existenciais e a religiosidade intrínseca relacionam-se com a superação psicológica pós-trauma”. Segundo os autores a espiritualidade ou religiosidade pode reduzir o desamparo, diminuindo

o sofrimento e desenvolvendo a finalidade e significado em face ao trauma (ARAÚJO; MELLO; RIOS, 2011, p. 147).

A convicção de que se pertence ao universo, a um todo maior que si mesmo, cria responsabilidade nestes pais no sentido de que eles se sentem como os únicos que tem o poder de decidir como vão ficar depois da perda do filho. Isso traz sentido e significado profundo para a vida. E com esses atributos, estes pais conseguem refazer planos e sonhos futuros.

O ponto que parece unir o conceito de resiliência à questão da espiritualidade é a capacidade de dar e criar um sentido e significado para a vida. Diante de tantos questionamentos e sofrimentos, tanto a resiliência quanto a espiritualidade oferecem subsídios para que o homem possa se reconhecer, se reconstruir e se reerguer.

É nesse sentido que a espiritualidade representa a alma da resiliência, como disposição humana capaz de despertar o sentimento de unidade para com o próximo, com o mundo e com a natureza, permeando as inter-relações de afetos mais profundos, promovendo vínculos mais efetivos, capazes de desenvolver competências necessárias para resultados mais resilientes. A fé, a convicção de pertencer ao universo, de fazer parte de um propósito supremo, traz responsabilidades, sentido e significado para a existência e são capazes de dotar o indivíduo de dispositivos fundamentais no trato das adversidades (ARAÚJO; MELLO; RIOS, 2011, p. 154).

Não se trata, aqui, de mostrar a morte como algo que traz alegria, que abarca a felicidade, mas de olhar a morte como parte do desenvolvimento da vida e renascer através dela. Ela, vista como invencível, traz um novo panorama para estes pais.

O inimaginável aconteceu. Não há como negar. A resiliência trata justamente do depois, da continuação da própria vida, levando para sempre a dor da perda do filho amado. Ela nos mostra que é possível viver e caminhar, apesar da vontade cotidiana de se entregar e partir, também, desta vida.

Toda esta contradição de sentimentos é vivida diariamente pelos pais, lembrando-se da falta de uma continuidade crescente do caminho da resiliência. Tristeza, depressão, desânimo, falta de motivação é contrastada com pequenas alegrias, vontade de continuar, novos planos, saudade, muito amor.

A brisa da morte traz consigo toda a contradição dos nossos sentimentos, da nossa razão. Então, nessa hora, aqueles dois minutos de amor são salvadores. O amor é o germe da ressurreição que trazemos em nós desde o primeiro minuto de vida. A ressurreição é a

explosão transcendente desse germe amoroso. Não é a vida desperdiçada ou a que errou o seu sentido que será ressuscitada e transfigurada, mas a vida vivida no amor (FERNANDO; REZENDE, 2002, p. 134).

Ao final, pode-se perceber que não há teoria que abarca todas as consequências do luto de pais. Pouquíssimos autores se debruçaram sobre o tema, talvez pela dificuldade em se encontrar pais que falam normalmente sobre o tema, ou porque este assunto é permeado de tanta dor, que às vezes os próprios pesquisadores não conseguem lidar nem sentir.

Entende-se que ser resiliente, no caso dos pais enlutados, é encontrar dentro de si mesmo forças para continuar e motivos para continuar vivendo com qualidade de vida. É tirar forças, a cada dia, para ressignificar a própria vida, valorizando as coisas simples e singulares.

É acreditar que se pode sobreviver mesmo depois de uma tragédia inimaginável ter acontecido, e tirar desta uma aprendizagem nunca antes pensada. Antes de tudo acontecer, era impossível imaginar a força tão grande que cada um possuía.

A espiritualidade pode ser considerada como facilitadora da construção de um futuro para os pais enlutados, trazendo motivação e sentido de vida. Se cada pai ou mãe conseguir buscar deste objetivo de vida, pode-se já ser considerado um ser humano resiliente, visto o tamanho de sua dor e sofrimento.

A finitude, a temporalidade não é apenas, por conseguinte, uma nota essencial à vida humana, é, também, constitutiva de seu sentido. O sentido da existência humana funda-se no seu caráter irreversível. Daí que só se possa entender a responsabilidade que o homem tem pela vida quando compreendemos como responsabilidade por uma vida que só se vive uma vez (FRANKL, 1992, p.109).

REFERÊNCIAS

ALEGRIA, Mãe. Entrevista concedida a Tatiene Ciribelli Santos Almeida, 03 de abril de 2014. (A entrevista encontra-se transcrita no cd anexado nesta tese).

ALMINHANA, Letícia ALEGRIA Oliveira; MENEZES JÚNIOR, Adair; MOREIRA-ALMEIDA, Alexander. Personalidade, religiosidade e qualidade de vida em indivíduos que apresentam experiências anômalas em grupos religiosos. In: *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 62(4):268-74, 2013.

ALVES, Rubem. *O médico*. Campinas: Papirus, 2002.

AMATUZZI, Mauro Martins (org.) *Psicologia e espiritualidade*. São Paulo: Paulus, 2005.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. *Manual de diagnóstico e estatística de distúrbios mentais DSM-IV*. São Paulo: Manole, 1994.

ANCONA-LOPEZ, Marília. A Espiritualidade e os psicólogos. In AMATUZZI, Mauro Martins (org.) *Psicologia e espiritualidade*. São Paulo: Paulus, 2005, 147-160.

ARAÚJO, Ceres Alves de; MELLO, Maria Aparecida; RIOS, Ana Maria Galvão. (Orgs.). *Resiliência: teoria e práticas de pesquisa em psicologia*. São Paulo: Ithaka Books, 2011.

ARAÚJO, Paulo Afonso de. *Apostila para a disciplina Filosofia da Religião da Especialização em Ciência da Religião do PPCIR da UFJF*. 2007.

ASSEMBLEIA. *A morte que gera vida*. Disponível em: <<http://assembleia.org.br/?s=morte>>. Acesso em 17 de agosto de 2015.

ASSIS, Simone Gonçalves de; PESCE, Renata Pires; AVANCI, Joviana Quintes. *Enfatizando a proteção dos adolescentes*. Porto Alegre: Artmed, 2006.

ÁVILA, Antonio. *Para conhecer a psicologia da religião*. Tradução Maria José Rosado Nunes, Thiago Gambi. São Paulo: Loyola, 2007.

BARDIN, Laurence. *Análise de conteúdo*. Lisboa, Portugal: Edições 70, LDA, 2004.

BARRETO, Márcia. Resiliência nas organizações. In: ARAÚJO, Ceres Alves de; MELLO, Maria Aparecida; RIOS, Ana Maria Galvão. (Orgs.). *Resiliência: teoria e práticas de pesquisa em psicologia*. São Paulo: Ithaka Books, 2011.

BARTZ, Alessandro; BOBSIN, Oneide; SINNER, Rudolf von. *Mobilidade religiosa no Brasil: conversão ou trânsito religioso?* Anais do I Congresso Internacional da Faculdade EST. São Leopoldo, 2012.

- BAUER, Martin W.; GASKELL, George (orgs.). *Pesquisa qualitativa com texto, imagem e som: um manual prático*. Tradução Pedrinho A. Guareschi. Petrópolis: Vozes, 2012.
- BEE, Helen. *O ciclo vital*. Tradução Regina Garcez. Porto Alegre: Artmed, 1997.
- BELZEN, Jacob A. *Para uma psicologia cultural da religião: princípios, enfoques, aplicação*. Tradução José Luiz Cazarotto, Edênio Valle. Aparecida, SP: Idéias & Letras, 2010.
- BENKÖ, Antal. *Psicologia da religião*. São Paulo: Loyola, 1981.
- BERKHOF, Louis. *Teologia Sistemática*. São Paulo: Cultura Cristã, 2001.
- Bíblia Sagrada*, 40ª edição. Petrópolis: Editora Vozes e Editora Santuário, 1982.
- BOURDIN, A. *A questão local*. Rio de Janeiro: DP&A Editora, 2001.
- BOWLBY, J. *Apego e perda: tristeza e depressão*. 3. ed. São Paulo: Martins Fontes, 1993.
- _____. *Formação e rompimentos dos laços afetivos*. São Paulo: Martins Fontes, 1997.
- _____. *Apego, perda e separação*. São Paulo, Martins Fontes, 1989.
- BROMBERG, Maria Helena P. F. *A psicoterapia em situações de perdas e luto*. São Paulo: Psy, 2000.
- CHEQUINI, Maria Cecília Menegatti. Resiliência e espiritualidade. In: ARAÚJO, Ceres Alves de; MELLO, Maria Aparecida; RIOS, Ana Maria Galvão. (Orgs). *Resiliência: teoria e práticas de pesquisa em psicologia*. São Paulo: Ithaka Books, 2011.
- CYRULNIK, Boris. *El amor que nos cura*. Barcelona: Gedisa, 2005 p. 45.
- _____. *Resiliência: essa inaudita capacidade de construção humana*. Tradução Ana Rabaça. Lisboa: Instituto Piaget, 2003.
- DALGALARRONDO, Paulo. *Religião, psicopatologia & saúde mental*. Porto Alegre: Artmed, 2008.
- DEMI, A. S.; MILES, M. *Guilt in bereaved parents* in RANDO, T., 1997, Parental Loss of a child, Research Press Company, Illinois, 1997.
- DENZIN, Norman K.; LINCOLN, Yvonna S. *O planejamento da pesquisa qualitativa: teorias e abordagens*. Tradução Sandra Regina Netz. Porto Alegre: Artmed, 2006.
- DITTRICH, Maria Glória. A arteterapia: da criatividade e espiritualidade ao sentido de viver. In: NOÉ, Sidnei Vilmar (org.). *Espiritualidade e saúde: da cura d'almas ao cuidado integral*. São Leopoldo: Sinodal, 2004.

- DREHER, Sofia Cristina. Musicoterapia e oncologia. In: HOCH, Lothar Carlos; ROCCA LARROSA Susana María. *Sofrimento, resiliência e fé: implicações para as relações de cuidado*. São Leopoldo: Sinodal/EST, 2007.
- DSM-IV (1995). *Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais*. Porto Alegre: Artes Médicas.
- EMMONS, R. A.; McCULLOUGH, M. E. Counting blessing versus burdens: An experimental investigation of gratitude and subjective well-being in daily life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84 (2), 2003, 377-389.
- FARRIS, James Reaves. Aconselhamento psicológico e espiritualidade. In AMATUZZI, Mauro Martins (org.) *Psicologia e espiritualidade*. São Paulo: Paulus, 2005, 161-172.
- FERNANDO, Edson; REZENDE, Jonas. *Dores que nos transformam: quando frágeis, então somos fortes*. Rio de Janeiro: Mauad, 2002.
- FERREIRA, Aurélio Buarque de Holanda. *Novo Aurélio: o dicionário do século XXI*. São Paulo: Nova Fronteira, 1975, p. 1223.
- FLICK, Uwe. *Introdução à pesquisa qualitativa*. Porto Alegre: Artmed, 2009.
- FRAAS, Hans Jürgen. *A religiosidade humana: compêndio de psicologia da religião*. Tradução Ilson Kayser e Werner Fuchs. São Leopoldo: Sinodal, 1997.
- FRANCO, Maria Helena Pereira (Org.). *Uma jornada sobre o luto: a morte e o luto sob diferentes olhares*. Campinas, SP: Editora Livro Pleno, 2002.
- FRANKL, Viktor E. *Dar sentido a vida: a logoterapia de Viktor Frankl*. Rio de Janeiro: Vozes, 1992.
- _____. *Fundamentos antropológicos da psicoterapia*. Rio de Janeiro: Zahar, 1978.
- FREITAS, N. K. *Luto materno e psicoterapia breve*. São Paulo: Summus, 2000.
- FREUD, Anna. *O ego e os mecanismos de defesa*. Tradução Álvaro Cabral. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 1986.
- FREUD, Sigmund. Luto e melancolia. 1917[1915]. In: SALOMÃO, Jayme (Dir.). *Edição Standard Brasileira das Obras Psicológicas Completas de S. Freud*. Rio de Janeiro: Imago, 1996, v. XIV.
- _____. O futuro de uma ilusão. [1927] In: SALOMÃO, Jayme (Dir.). *Edição Standard Brasileira das Obras Psicológicas Completas de S. Freud*. Rio de Janeiro: Imago, 1996, v. XXI.
- _____. Três ensaios sobre a teoria da sexualidade. [1905] In: SALOMÃO, Jayme (Dir.). *Edição Standard Brasileira das Obras Psicológicas Completas de S. Freud*. Rio de Janeiro: Imago, 1996, v. VII.

GADAMER, H. G. Dois mil anos sem um novo Deus. In: DERRIDA, J.; VATTIMO, G. (Orgs.). *A religião: o seminário de Capri*. São Paulo: Estação Liberdade, 2000.

GAIARSA, José Ângelo. *Respiração, angústia e renascimento*. São Paulo: Ágora, 2010.

GIMENES, Maria da Glória G., Espiritualidade e luto. In Maria Helena Pereira (Org.). *Uma jornada sobre o luto: a morte e o luto sob diferentes olhares*. Campinas, SP: Editora Livro Pleno, 2002.

GIOVANETTI, José Paulo. Psicologia existencial e espiritualidade. In AMATUZZI, Mauro Martins (org.) *Psicologia e espiritualidade*. São Paulo: Paulus, 2005, 129-145.

GRAPPIOLO, E. Il lutto. In: *Cure palliative*. Milano: Masson, 1988.

GRATIDÃO, Mãe. Entrevista concedida à Tatiene Ciribelli Santos Almeida, no dia 28 de abril de 2014. (A entrevista encontra-se transcrita no cd anexado nesta tese).

GREEF, A. P.; JOURBERT, A. Spirituality and resilience in families in which a parent has died. *Psychological reports*, Montana (E.U.A), v. 100, n. 3, p. 897-900, 2007.

GRUDEM, Wayne. *Teologia sistemática*. Tradução Miguel Messias, José Luis Martinez, Omar Diaz de Arce. São Paulo: Vida Nova, 2009.

GRUNSPUN, Haim. *Criando filhos vitoriosos: quando e como promover a resiliência*. São Paulo: Atheneu, 2005.

GUERRA, Taciana. *A queda: o luto de uma mãe*. Recife: Ed. Nova Presença, 2013.

HOCH, Lothar Carlos; HEIMANN, Thomas (Orgs.). *Aconselhamento pastoral e espiritualidade*. São Leopoldo/EST: Sinodal, 2008.

HOCH, Lothar Carlos; ROCCA LARROSA Susana María. *Sofrimento, resiliência e fé: implicações para as relações de cuidado*. São Leopoldo: Sinodal/EST, 2007.

HOUAISS, Antonio; VILLAR, Mauro de Salles. *Dicionário Houaiss da língua portuguesa*. Rio de Janeiro: Objetiva, 2009.

IGREJA CRISTÃ MARANATA. *O fio de escarlata*. Disponível em: <<http://www.igrejacristamaranata.org.br/?p=1013>>. Acesso em 13 de agosto de 2015.

JAMES, William. *As variedades da experiência religiosa*. Tradução Octavio Mendes Cajado. São Paulo: Cultrix, 1995.

KARDEC, Allan. *O livro dos espíritos: princípios da doutrina espírita*. Tradução Guillon Ribeiro. Rio de Janeiro: Federação Espírita Brasileira, 2004.

- KOENIG, Harold G. *Medicina, religião e saúde: o encontro da ciência e da espiritualidade*. Tradução Iuri Abreu. Porto Alegre: L&PM, 2012.
- KOVÁCS, Maria Júlia. Espiritualidade e psicologia: cuidados compartilhados. In PESSINI, Léo; BARCHIFONTAINE, Christian de Paul de. *Buscar sentido e plenitude de vida: bioética, saúde e espiritualidade*. São Paulo: Paulinas, 2008.
- _____. *Morte e desenvolvimento humano*. 2. ed. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1998.
- KRAUSE, Renilda. Espiritualidade e saúde pelo telefone. In NOÉ, Sidnei Vilmar. *Espiritualidade e saúde: da cura d'almas ao cuidado integral*. São Leopoldo: Sinodal, 2004.
- KÜNG, H.b. *Freud und die Zukunft der Illusion*. München: Piper, 1987
- KUPKA, Cláudio; KRATOCHVIL, Ruth. Castelo Forte: hinos e resiliência. In: HOCH, Lothar Carlos; ROCCA LARROSA Susana María. *Sufrimento, resiliência e fé: Implicações para as relações de cuidado*. São Leopoldo: Sinodal/EST, 2007.
- LAPLANCHE; PONTALIS. *Vocabulário de psicanálise*. Tradução Pedro Tamen. São Paulo: Martins Fontes, 2001.
- LARRAÑAGA, Inácio. *O silêncio de Maria*. Tradução José Carlos Correa Pedroso. São Paulo: Paulinas, 2008.
- LAZARUS, R. S., & FOLKMAN, S. *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer, 1984.
- LEHMANN, João Baptista. *Na luz perpetua: leituras religiosas da vida dos santos de Deus, para todos os dias do ano, apresentados ao povo cristão*. Juiz de Fora: Lar Catholico, 1935.
- LIFTON, R. J., Thought reform and the psychology of totalism: a study of *Brainwashing* in China. Nova York, Norton. In: *Luto: Estudos sobre a perda na vida adulta*. Tradução Maria Helena Franco Bromberg. São Paulo: Summus, 1998.
- LUTHAR, S.; CICCETTI, D.; BECKER, B. *The Construct of resilience: a critical evaluation and guidelines for future work*, Child Development, 71 (3), 2000, p. 543-558.
- MARTINS, Alexandre Andrade. Consciência de finitude, sofrimento e espiritualidade. *O mundo da saúde*, São Paulo, ano 31, n. 2, p. 174-178, abr/jun. 2007.
- MARTINS, Gilberto de Andrade; THEÓPHILO, Carlos Renato. *Metodologia da investigação científica para ciências sociais aplicadas*. São Paulo: Atlas, 2009.
- MELILLO, Aldo; OJEDA, Elbio Néstor Suárez; RODRÍGUEZ, Daniel. *Resiliência y subjetividade: los ciclos de vida*. Buenos Aires: Paidós, 2004.

MELILLO, Aldo; OJEDA, Elbio Nestor Suarez. *Resiliência: descobrindo as próprias Fortalezas*. Tradução Valério Campos. Porto Alegre: Artmed, 2005.

MICHEL, Maria Helena. *Metodologia e pesquisa científica em ciências sociais*. São Paulo: Atlas, 2009.

MINAYO, Maria Cecília de Souza. *O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde*. São Paulo: Hucitec, 2008.

MÜLLER, Iara. *Aconselhamento com pessoas portadoras de deficiência: experiência de um grupo na comunidade*. São Leopoldo: Sinodal, 1999.

NOÉ, Sidnei Vilmar (org.). *Espiritualidade e saúde: Da cura d'almas ao cuidado integral*. São Leopoldo: Sinodal, 2004.

O ESPIRITISMO. *A morte dói?* Disponível em <<http://www.oespiritismo.com.br/textos/ver.php?id1=151>>. Acesso em: 17 de agosto de 2015.

PAIVA, José Geraldo de. Espiritualidade na psicologia e psicologia na espiritualidade. In *MAGIS: Cadernos de fé e cultura*. Rio de Janeiro: Centro Loyola de Fé e Cultura, 2005a.

_____. Psicologia da religião, psicologia da espiritualidade: oscilações conceituais de uma (?) disciplina. In In AMATUZZI, Mauro Martins (org.) *Psicologia e espiritualidade*. São Paulo: Paulus, 2005b, p. 31-47.

PANGRAZZI, Arnaldo. *Convivendo com a perda de uma pessoa querida*. Tradução Floriano Tescarolo. São Paulo: Paulinas, 1998.

PAPALIA, Diane E.; FELDMAN, Ruth Duskin. *Desenvolvimento humano*. Tradução Carla Filomena Marques Pinto Vercesi. Porto Alegre: AMGH, 2013.

PARGAMENT, K.I. *The psychology of religion and coping: theory, research, practice*. Guilford Press, New York, 548 p., 1997.

PARGAMENT, K.I.; KOENIG, H.G.; PEREZ, L.M. *The many methods of religious coping: development and initial validation of the RCOPE*. *J Clin Psychol* 56(4):519-543, 2000.

PARKES, Colin Murray. *Amor e perda: as raízes do luto e suas complicações*. Tradução Maria Helena Pereira Franco. São Paulo: Summus, 2009.

_____. *Luto: estudos sobre a perda na vida adulta*. Tradução Maria Helena Franco Bromberg. São Paulo: Summus, 1998.

PERES, Julio. *Trauma e superação: o que a psicologia, a neurociência e a espiritualidade ensinam*. São Paulo: Roca, 2009.

PESSINI, Léo. O adeus à vida. Desafios ético-pastorais. *Vida Pastoral*. São Paulo, ano 23, n. 161, p. 25-31, nov./dez. 1991. P. 31.

PESSINI, Léo; BARCHIFONTAINE, Christian de Paul de. *Buscar sentido e plenitude de vida: bioética, saúde e espiritualidade*. São Paulo: Paulinas, 2008.

PINCUS, Lily. *A família e a morte: como enfrentar o luto*. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1989.

PINTO, Ênio Brito. Espiritualidade e religiosidade: articulações. In *Revista de Estudos da Religião*. 2009, p. 68-83.

PORTELA, Rodrigo. Religião, sensibilidades religiosas e pós-modernidade. da ciranda entre religião e secularização. In: *Revista de Estudos da Religião* nº 2, 2006, pp. 71-87. Disponível em: <http://www.pucsp.br/rever/rv2_2006/p_portella.pdf> Acesso em 19 Ago. 2015.

RANDO, T., 1997, *Parental loss of a child*, Research Press Company, Illinois, 1997.

REICH, John W.; ZAUTRA, Alex J., HALL, John Stuart. *Handbook of adult resilience*. New York: The Guilford Press, 2010.

RESPIRAÇÃO, Mãe. Entrevista concedida à Tatiene Ciribelli Santos Almeida, no dia 25 de novembro de 2014. (A entrevista encontra-se transcrita no cd que está anexado nesta tese).

REY, Fernando González. *Pesquisa qualitativa e subjetividade: os processos de construção da informação*. Tradução Marcel Aristides Ferrada Silva. São Paulo: Pioneira Thomson Learning, 2005.

ROBINSON, M. R.; THIEL, M. M.; BACKUS, M.; MEYER, E. C. Matters of spirituality at the end of life in the pediatric intensive care unit. *Journal of the American academy of pediatrics*, Illinois, v. 118, n. 3, p. 719-729, 2006.

ROCCA LARROSA, Susana María. A fé parece ser uma chave no desenvolvimento das capacidades de resiliência. In. *Revista IHU On-Line*, São Leopoldo, ano 7, n. 241, p. 19-23, 29 out. 2007.

_____. Resiliência e cuidado. *Revista IHU On-Line*, São Leopoldo, ano 7, n. 234, p. 56-59, 3 out. 2007.

_____. Resiliência e juventude: implicações para o cuidado pastoral. In: HOCH, Lothar Carlos; ROCCA L., Susana M. (Orgs.). *Sofrimento, resiliência e fé: implicações para as relações de cuidado*. São Leopoldo: Sinodal, 2007. p. 132-155.

_____. Resiliência e perdão. *Novolhar*, São Leopoldo: Sinodal, ano 5, n.18. nov./dez. 2007. p. 28.

_____. Resiliência: uma perspectiva de esperança na superação das adversidades. In: HOCH, Lothar Carlos; ROCCA L., Susana M. (Orgs.). *Sufrimento, resiliência e fé: implicações para as relações de cuidado*. São Leopoldo: Sinodal, 2007. P. 9-27.

_____. *Resiliência: um novo paradigma que desafia a reflexão e a prática pastoral*, p. 4.

SAUDADE, Mãe. Entrevista concedida à Tatiene Ciribelli Santos Almeida, no dia 13 de abril de 2014. (A entrevista encontra-se transcrita no cd anexado nesta tese).

SENSATEZ, Mãe. Entrevista concedida à Tatiene Ciribelli Santos Almeida, no dia 26 de maio de 2014. (A entrevista encontra-se transcrita no cd anexado nesta tese).

SHAFRANSKE, Edward P. *Religion and the clinical practice of psychology*. Washington: American Psychological Association, 1996.

SILVA, Mara Regina Santos da Silva; LACHARITÉ, Carl; SILVA, Priscila Arruda da; LUNARDI, Valéria Lerch; FILHO, Wilson Danilo Lunardi. Processos que sustentam a resiliência familiar: um estudo de caso. *Texto e contexto: enfermagem*. vol.18 no.1 Florianópolis. jan./mar. 2009.

SOLOMON, Robert C. *Espiritualidade para céticos: paixão, verdade cósmica e racionalidade no século XXI*. Tradução Maria Luiza X. de A. Borges. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2003.

STROEBE, M. S. & SCHUT, H. Models of coping with bereavement: a review. In: STROEBE, M. S. et al. The dual process model of coping with bereavement: Rationale and description. *Death studies*, 23 p. 197-224, 1999.

TESTEMUNHAS DE JEOVÁ. *A morte é o fim de tudo?* Disponível em: <<https://www.jw.org/pt/busca/?q=morte>>. Acesso em: 17 de agosto de 2015.

TRISTEZA, Casal. Entrevista concedida à Tatiene Ciribelli Santos Almeida, no dia 16 de abril de 2014. (A entrevista encontra-se transcrita no cd que está anexado nesta tese).

TROMBETA, Luisa Helena Albertini Padula; GUZZO, Raquel Souza Lobo. *Enfrentando o cotidiano adverso: estudos sobre a resiliência em adolescentes*. Campinas, SP: Editora Alínea, 2002.

TURATO, Egberto Ribeiro. *Tratado da pesquisa clínico-qualitativa: construção teórico-epistemológico, discussão comparada e aplicação nas áreas da saúde e humanas*. Petrópolis: Vozes, 2011.

UTSCH, Michael. Tarefas e limites da psicologia da religião: uma perspectiva dialogal. *Numen: revista de estudos e pesquisa da religião*, Juiz de Fora, v. 16, n. 2, p. 539-555.

VALLE, João Edênio dos Reis. *Psicologia e experiência religiosa*. São Paulo: Loyola, 1998.

_____. Religião e espiritualidade: um olhar psicológico. In AMATUZZI, MauroMartins (org.) *Psicologia e espiritualidade*. São Paulo: Paulus, 2005, 83-107.

VANISTENDAEL, Stefan. *Resiliência e a dinâmica da vida em busca da plenitude*, p. 1. Entrevista para a revista IHU Online, número 279, Ano VIII, de 27/10/2008.

VERBIT, M. F. The componentes and dimensions or religious behaviour: Toward a reconceptualization of religiosity. In: HAMMOND, P. E.; JOHNSON, B. *American mosaic*, New York: Ransom House, 1970, p. 24.

VERGOTE, A. La Théologie devant les changements culturels de l'Europe. In PESCH, O. H.; VAN CANGH, J. M. (orgs.). *Comment faire de la théologie aujourd'hui? continuité et renouveau*. Paris: Cerf, 2003, p. 95-117.

_____. *Psicologia religiosa*. Madrid: Taurus Ediciones, 1969.

WALSH, F.; MCGOLDRICK, M. *Morte na família: sobrevivendo às perdas*. Porto Alegre: Artes Médicas, 1998.

WEISSHEIMER, Vera Cristina. *Quando a vida dói: confiança nos momentos de angústia*. São Leopoldo: Sinodal, 2013.

WOLTERSTORFF, Nicholas. *Lamento por um filho*. Tradução Joel Tibúrcio de Sousa. Viçosa, MG: Ultimato, 1997.

WORDEN, J. W. *Terapia do luto: um manual para o profissional de saúde mental*. 2. ed. Porto Alegre: Artes Médicas, 1998.

YIN, Robert K. *Estudo de caso: planejamento e métodos*. Tradução Daniel Grassi. Porto Alegre: Bookman, 2005.

ZUKERFELD, R. Psicanálise, psicossomática e medicina: sobre a vulnerabilidade e resiliência. *Revista da Sociedade de Psicologia do Rio Grande do Sul*. Porto Alegre 4(1), 7-17, 2005.

ANEXOS

ANEXO A – Aprovação do Projeto de Pesquisa no Comitê de Ética de Pesquisa da UFJF

ANEXO B – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido



UNIVERSIDADE FEDERAL DE JUIZ DE FORA
PRÓ-REITORIA DE PESQUISA
COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA - CEP/UFJF
36036-900 JUIZ DE FORA - MG – BRASIL

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

O Sr. (a) está sendo convidado (a) como voluntário (a) a participar da pesquisa **“A ESPIRITUALIDADE COMO ELEMENTO DE RESILIÊNCIA PSICOLÓGICA NO ENFRENTAMENTO DO LUTO: UMA ANÁLISE A PARTIR DE ESTUDOS DE CASOS DE PAIS ENLUTADOS”**. Nesta pesquisa pretendemos analisar o papel da espiritualidade no processo de superação da dor dos pais por terem perdido um filho, a partir de estudo de caso. O motivo que nos leva a estudar este tema é que não são muitas as pesquisas que fazem a interrelação entre resiliência, espiritualidade e luto. Por isso, acredita-se que esta pesquisa pode contribuir com a Ciência da Religião e com a Psicologia, no sentido de que muito precisa ser feito, estudado e analisado no campo da resiliência psicológica e sua relação com a fé pessoal. Este estudo pretende ser um colaborador e avançar mais alguns passos neste tema tão atual.

Para colher as suas informações, será realizada uma entrevista semi-estruturada que será gravada em MP3. Este estudo apresenta risco mínimo, isto é, o mesmo risco existente em atividades rotineiras como conversar, ler, etc. No entanto, caso haja dano decorrente destes riscos, o pesquisador assumirá a responsabilidade pelos mesmos e você terá assegurado o direito a ressarcimento ou indenização no caso de quaisquer danos eventualmente produzidos pela pesquisa.

Para participar deste estudo o Sr (a) não terá nenhum custo, nem receberá qualquer vantagem financeira. Terá o esclarecimento sobre o estudo em qualquer aspecto que desejar e estará livre para participar ou recusar-se a participar. Poderá retirar seu consentimento ou interromper a participação a qualquer momento. A sua participação é voluntária e a recusa em participar não acarretará qualquer penalidade ou modificação na forma em que é atendido pelo pesquisador, que tratará a sua identidade com padrões profissionais de sigilo.

Os resultados da pesquisa estarão à sua disposição quando finalizada. Seu nome ou o material que indique sua participação não será liberado sem a sua permissão.

O (A) Sr (a) não será identificado em nenhuma publicação que possa resultar.

Este termo de consentimento encontra-se impresso em duas vias, sendo que uma cópia será arquivada pelo pesquisador responsável, no Departamento de Ciência da Religião, da Universidade Federal de Juiz de Fora e a outra será fornecida ao senhor. Os dados e instrumentos utilizados na pesquisa ficarão arquivados com o pesquisador responsável por um período de 5 (cinco) anos, e após esse tempo serão destruídos. Este termo de consentimento encontra-se impresso em duas vias, sendo que uma cópia será arquivada pelo pesquisador responsável, e a outra será fornecida ao senhor.

Eu, _____, portador do documento de Identidade _____ fui informado (a) dos objetivos da pesquisa **“A ESPIRITUALIDADE COMO ELEMENTO DE RESILIÊNCIA PSICOLÓGICA NO ENFRENTAMENTO DO LUTO: UMA ANÁLISE A PARTIR DE ESTUDOS DE CASOS DE PAIS ENLUTADOS”**, de maneira clara e detalhada e esclareci minhas dúvidas. Sei que a qualquer momento poderei solicitar novas informações e modificar minha decisão de participar se assim o desejar.

Declaro que concordo em participar. Recebi uma cópia deste termo de consentimento livre e esclarecido e me foi dada à oportunidade de ler e esclarecer as minhas dúvidas.

Juiz de Fora, _____ de _____ de 20 .

Nome	Assinatura participante
Data	

Nome	Assinatura pesquisador
Data	

Nome	Assinatura testemunha
Data	

Em caso de dúvidas, com respeito aos aspectos éticos desta pesquisa, você poderá consultar:

CEP - COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA/UFJF

CAMPUS UNIVERSITÁRIO DA UFJF

PRÓ-REITORIA DE PESQUISA

CEP: 36036-900

FONE: (32) 2102- 3788 / E-MAIL: cep.propesq@ufjf.edu.br

PESQUISADOR RESPONSÁVEL: TATIENE CIRIBELLI SANTOS ALMEIDA

ENDEREÇO: AV. CARDOSO SARAIVA 726 APT. 201. CENTRO

CEP: 36120-000 – MATIAS BARBOSA – MG

FONE: (32) 3273-1493/9967-7324

E-MAIL: TATIENEPSI@GMAIL.COM

ANEXO C- Tópico guia das entrevistas

Dados de Identificação

Idade do pai/ mãe:

Nº. de filhos

Sexo do(a) filho(a) falecido(a):.....

Idade do(a) filho(a):.....

Tempo de falecimento: -----

Religião ----- É praticante? () Sim () Não

- 1- Conte-me como foi sua experiência de ter perdido um filho.
- 2- Conte-me qual foi o momento mais difícil na sua experiência.
- 3- Como se pode lidar com o choque da perda?
- 4- Como se pode lidar com o sofrimento da perda?
- 5- Que maneiras ou práticas podem ajudar no consolo ao sofrimento da perda?
- 6- O que mais te ajudou a superar a dor de perder seu filho?
- 7- Atualmente, como você está se sentindo e o que te dá forças para continuar?

ANEXO D – CD com a transcrição de todas as entrevistas