

E N V E L H E C E N D O

"Tudo tem o seu tempo determinado, e há tempo para todo o propósito debaixo do céu. Há tempo de nascer, e tempo de morrer..." Ecles. 3:1,2a.

"Lembra-te do teu Criador nos dias da tua mocidade; antes que venham os maus dias, e cheguem os anos dos quais dirás; Não tenho neles prazer." 12:1

INTRODUÇÃO:

Dentro da realidade da vida uma das perspectivas mais decisivas no processo do pleno desenvolvimento de nossa personalidade é o modo como estamos nos preparando para o "crepúsculo da existência", qual seja o envelhecimento. Nos dias contemporâneos, num viver intenso dentro do ritmo acelerado do "modus vivendi" que nos obriga a acompanhar um compasso forçado, a nos recordar a todo instante o tempo que está correndo inexoravelmente ("olha a hora!" "São precisamente tantas horas e tantos minutos..."), o mais importante é nos concientizarmos de como estamos construindo a nossa vida, em seu relacionamento com o nosso próximo, incluindo a dimensão natural do envelhecer.

Por isso que o tema de um livro recém publicado, da autoria de Ben Weinger e Eva Menkin, denominado "Envelhecer é Viver", é o seguinte - a velhice não é uma doença, mas também faz parte do processo vital.

Portanto, há uma necessidade relevante de considerar o tema que nos foi proposto para este Congresso, não para criarmos um momento de angústia e preocupação diante de um quadro pessimista de uma fase da vida descrita pelo autor de Eclesiastes como "os maus dias ...", nem como uma tentativa de contrastar a média de vida dos participantes deste encontro com a exuberância da vida da infância e da mocidade em férias nestes dias, na plenitude de uma vida de sonhos, expectativas e prazeres próprios de suas idades, mas com o único fim de inserir na realidade do nosso viver cotidiano a consciência do sentido de cada fase da existência humana dentro de suas características e contigências próprias, a realidade de uma vida a caminho de uma plenitude maior, com o predomínio das virtudes que deixam em nós as marcas de uma eternidade que nos foi doada por Cristo.

PROPÓSITO:

Queremos ressaltar o conceito expresso por um dos mais notáveis cristãos da atualidade, e que vive uma plenitude exuberante em sua velhice, confirmando o testemunho de suas palavras: "Uma velhice já banhada na luz da Eternidade é uma graça incomparável e um fecho de ouro para toda a existência humana... É em todas elas que devemos vivê-la, em nossas almas, como conceito, como esperança e afinal como a maior realidade sobrenatural de nossa vida. A velhice é o eco de nossa existência. A velhice não é um simples espelho das outras idades. É uma síntese de todas elas. Saber viver, pois, não é uma arte que se aprende na velhice e sim em toda a vida. (Alceu Amoroso Lima, em Idade, Sexo e Tempo, 162,163 e 169).

Só assim entendemos o sentido deste conceitos: "A coisa mais horrível que pode acontecer a um ser humano é ser marginalizado por ter ficado velho. Como se a velhice fosse um estigma que marcasse e aviltasse de tal maneira o homem até o desagregar da sociedade. Como se a velhice não fosse um destino biológico para se harmonizar com a riqueza inigualável da experiência, essa aventura maravilhosa que são a infância e a adolescência." (Lenita Miranda de Figueiredo)

Nossa contribuição pastoral no abordamento do tema proposto: a nossa resposta pessoal aos desafios da vida cristã dentro destas perspectivas onde "o segredo de toda a vida está em saber sempre viver na sua idade". Não são apenas os velhos que devem saber ser velhos. A sabedoria de cada idade está justamente em saber viver plenamente a sua idade. Educar é preparar cada ser humano para conhecer a idade que possui e viver nela com o espírito com que deva ser vivida." (A. A. Lima, op.cit. 164-165). Em uma palavra, é o sentido do "Lembra-te do teu Criador..." como o viver permanente participando da graça de Deus, em Cristo

Jesus, dando à vida as suas dimensões bíblicas de "novidade de vida... vida em abundância... vida eterna." (Rom. 6:4; João 10:10 e João 3:16).

CONCEITO DE IDADE:

Sem pretensões a qualquer classificação mais precisa ou atualizada das diversas fases da vida humana, apenas a citação de alguns dos conceitos tradicionais mais conhecidos, tais como:

A - Cinco fases capitais da vida humana: a infância, a adolescência, a mocidade, a maturidade e a velhice.

Dentro destas fases a realidade: 1) o caráter próprio de cada indivíduo (conceito de personalidade); 2) e o fenômeno do desencontro entre a pessoa e a idade.

B - Um conceito mais simples; 1) A primeira idade: infância e meninice; 2) a segunda idade - mocidade e maturidade; 3) a terceira idade velhice.

C - "Uma das mais interessantes descobertas da gerontologia atual é que cada pessoa tem na realidade três diferentes idades ao mesmo tempo: a idade cronológica, determinada pelo número de anos que viveu; idade biológica, determinada pela condição e estado de seu corpo; idade psicológica, avaliada por aquela que a pessoa sente que tem e demonstra ter, na maneira de agir." (Alfons Deecken, Saber Envelhecer, 13).

Ponto de partida: " - não há idades superiores, nem idades inferiores. Não há idades boas, nem idades más. Não há idades que, por si só, elevem o homem e outras que o diminuam. É O HOMEM QUE FAZ A SUA IDADE. É ele o responsável pela sua elevação ou pela sua indignidade. É ele que comunica a cada uma o reflexo de sua própria vida interior." (A.A.L., op. cit, 173).

Focalizamos a idade denominada "Velhice", mas com a certeza de que "toda a vida é um constante processo de modificação.

Do ponto de vista psicológico e social, o desenvolvimento humano sempre tem uma direção, ela não tem um ponto máximo a partir do qual a gente começa a voltar. O homem está SEMPRE EM DESENVOLVIMENTO e cada fase do seu crescimento tem seus desafios próprios." (Ser Velho é obrigação? Raquel Vieira da Cunha, Psicologia Atual, Ano I vol. 8; pág. 37).

(Observ. GERONTOLOGIA é a ciência que estuda os processos de envelhecimento. GERIATRIA é a parte da gerontologia que estuda as patologias freqüentes na velhice e na prevenção. Depois dos sessenta o indivíduo passa a funcionar diferente das pessoas de outra idade).

SINAIS DE SENECTUDE:

Numa síntese que enfatiza as suas características mais comuns:

Pessoa que está sempre fadigada, desencantada, apegada a hábitos que tendem a esclerosá-lo sempre mais em um mundo parcialmente incompreensível e no qual paulatinamente vai se vendo privado de seus contemporâneos. Acrescentando outras características: - agressividade, amargura, causadas por esta situação; deficiências dos sentidos e das funções motoras; freqüência das doenças senis, desamparo financeiro. "IDADE INCÓMODA". Ser velho é viver em perpétua marginalização quanto ao presente e ao futuro."

Não se pode medir a velhice de acordo com critérios cronológicos, mas em função dos critérios biológicos e, principalmente, psicológicos e sócio- econômicos."

SINAIS DE SENECTUDE:

"Envelhecer não é uma atitude, um acontecimento. É algo mais. Envelhecer é um processo, que se subdivide em duas etapas: presenectude e senectude ou velhice. Envelhecer significa, etimologicamente, retornar no espaço e no tempo. No aspecto psíquico quer dizer mudança e involução,

1. A PRESENECTUDE - período de transição. Na mulher, correspondendo ao fenômeno da menopausa, a presenectude acentua as características de egocentrismo, reduz seu campo de interesses, provoca-lhe medo de mudança. No homem coincide com a última fase de sua afirmação sexual, levando-o ao individualismo, ao apego aos bens materiais, às aventuras. Começam a diminuir, no homem e na

mulher, as funções sensoriais e psíquicas: - a memória não evoca com facilidade as lembranças recentes; - a imaginação perde sua criatividade; - a inteligência priva-se da curiosidade e do dinamismo; os sentimentos e emoções tornam-se negativos: tristeza, pessimismo...; o estado de ânimo apresenta-se irritado ou deprimido; - vive-se uma auto-rejeição - falta de aceitação da própria idade ou situação existencial.

2. A SENECTUDE - é caracterizada por certa apatia psíquica: - perda de fluidez mental; - dificuldade para adquirir novos conhecimentos; - difícil adaptação às novas realidades (criando situação de isolamento e inutilidade); repetição obsessiva das próprias idéias; - modificação da vida afetiva (diminui o controle emocional, torna-se egoísta, tem medo de ser corrigido e recriminado); - reações de compensação - resistência às mudanças, fanatismo, autoritarismo, volta ao "adorável" passado; - apego aos "bens materiais - acumulação, avareza, desconfiança.

(PSICOLOGIA - Dra. Elena Isabel González-Ruiz, Família Cristã, Ano 43 No. 493, pág. 21)

Dentro da problemática do idoso em nossa pátria, há alguns anos atrás, alguém disse: "Ser velho, no Brasil, é um mal, um castigo, uma provocação (Dr. Mário Filizola, Fundador das Clínicas Geriátricas no Brasil).

- Até aos 30 anos todo o organismo cresce e evolui, daí até aos 50 estaciona, e dos 50 para cima passa a evidenciar um mecanismo de atrofia e involução, aí começa o envelhecimento

CAUSAS DO ENVELHECIMENTO: Abordando este tema, alguém fez este resumo:

- As células musculares são substituídas por gordura e tecido conjuntivo.
- As células se atrofiam, se degeneram, a infiltração gordurosa é maior, a pigmentação celular aumenta;
- os órgãos dos sentidos não funcionam tão bem;
- a capacidade de formar anticorpos é menor;
- o processo de oxidação dos tecidos diminui;
- o tecido perde aos poucos sua elasticidade e vai-se degenerando;
- a sensibilidade às infecções e aos extremos de temperatura é maior;
- as funções renais diminuem a atividade cardíaca se altera, a capacidade respiratória é menor.

"O envelhecimento não começa de um momento para outro. Começamos envelhecer, aparentemente, no momento em que paramos de crescer." Dr. Nathan W. Shock.

"Muita gente não sabe envelhecer simplesmente porque nunca soube viver em época nenhuma."
"John A. Schindler.

O que significa envelhecer?

Insegurança financeira, no emprego, determinada pela indiferença dos filhos (todo o mundo); estado precário da saúde, medo da morte, perda dos amigos, abrigos impróprios para a velhice.

"Devidamente compreendidos, os anos que correspondem ao crepúsculo da vida deveriam ser os mais ricos - o tempo da safra, quando poderíamos colher os frutos sazonados da experiência e da mais apurada. Sabedoria...a época de apreciar as recompensas de um espírito amadurecido." Dorothy Carnegie. "A Maturidade", pág. 178.

Há, pois, um contraste no modo como se pode analisar o fenômeno biológico, natural, do envelhecimento, com uma limitação de nossas capacidades, sentidos, recursos, meios profissionais e econômicos, atividades

físicas, sociais, culturais, e mesmo religiosas (participação na vida da Igreja), e a potencialidade pessoal adquirida em termos de vigor de personalidade e valores espirituais, que tornam a presença do idoso semelhante ao conceito cristão de "sal da terra", "luz do mundo", fermento do bem. ~~(Mt 5:13-16)~~

Infelizmente, também, há o reverso da moeda: - ressentido, comple-xado, frustrado,

egocêntrico, traumatizado pelas experiências negativas da vida, e descrente, a pessoa idosa, (talvez esclerosada também) vítima de condições psico-somáticas desfavoráveis, torna-se numa presença incômoda, difícil e intratável, exigindo pessoal e condições próprios para o seu cuidado e tratamento.

REJEIÇÃO DA VELHICE: Sem dúvida, como as fases anteriores da sua vida, a velhice poderá acentuar características consideradas como perigos possíveis:

1. Grande número de pessoas negam pura e simplesmente o fato de estarem envelhecendo. Apegam-se à mocidade como a lagarta se agarra ansiosa ao galho, recusando-se a transformar-se em borboleta, o que lhe permitiria lançar-se na liberdade nova do vôo.

2. Atitude de rancor e ciúme em relação aos mais jovens. "Se um homem não descobrir os novos e importantes horizontes que só a idade avançada lhe pode oferecer, invejará inevitavelmente o apego que os jovens têm à vida e desenvolverá um ressentimento profundo contra eles". A separação entre as gerações vai se tornando cada vez maior.

3. Refugiar-se no passado; sentir-se desprezado, sem a devida atenção, viver dentro de si próprio; exagerar a imagem do passado reivindicação de uma condição profissional e social mais elevada do que a que ocuparam na vida real.

4. Egoísmo, Espécie de materialismo - "as coisas concretas se tornam as mais importantes; comida, bebida, a conta bancária, a poltrona. Um homem altamente respeitado, que se fez por si, pode tornar-se um insuportável perfeccionista e obstinado egocêntrico, na velhice." (Deecken)

NOVAS DIMENSÕES RELIGIOSAS: Ao mesmo tempo, eis algumas das perspectivas mais fascinantes desta idades:

1. A nova descoberta da força de Deus ante a fraqueza humana, "enquanto a sua força declina, o poder e a glória de Deus Criador e Redentor brilham ainda mais." II Cor. 12:9-10.

2. Consciência dos valores importantes da vida e do grande dom da fé, "A velhice aguça o senso do que é realmente genuíno", O sentido da vida.

3. Um novo sentido de comunidade. Sofrendo o peso do isolamento, necessita da experiência de estar "um com o outro, sem perder nesta comunhão, a identidade própria."

4. Nova consciência do que é duradouro e eterno. "A dimensão da eternidade futura revela-se como esplêndida luz cheia de calor que ilumina o presente e dá novo sentido e esperança a tudo." (Deecken)

TEMAS PARA DICUSSÃO: Os itens seguintes serão desenvolvidos com a participação da classe:

- 1. O lugar próprio para a sobrevivência da pessoa idosa: - problemas de espaço, cuidados, liberdade, etc, nas condições de vida atual (apartamento, perigos da cidade grande, falta de companhia, etc. O problema dos Asilos, Casas de Repouso, etc. Falta do ambiente de família, Igreja, sociedade. O ónus financeiro de um Hospital ou Casa de Repouso.
- 2. Os problemas pessoais: cuidados médicos, higiene, companhia, vida afetiva, sexualidade, isolamento, inutilidade, etc.
- 3. O ministério cristão junto às pessoas idosas. A contribuição do idoso no seu depoimento espiritual.

Subsídios dos itens acima referidos:

- Higiene Mental e Lazer - "nas grandes cidades é de necessidade vital; contato com a natureza verde; diversões sadias e relaxantes; prática de esportes, ioga, ginástica; vida dinâmica num trabalho criativo e responsável; atmosfera espiritual elevada. Entre os trabalhos de lazer, estão todos os que o homem executa a seu gosto e com descanso de sua mente: jardinagem, trabalhos recreativos e manuais, etc." (Dra Elena Isabel González-Ruiz. Família Cristã, Ano 43, nº. 493).
- Sexualidade - "Homens e mulheres estão vivendo até idades cada vez mais avançadas e em condições de saúde cada vez melhores, graças ao aperfeiçoamento e à eficiência dos recursos

médicos. Mas apenas sobreviver fisicamente não basta para que o indivíduo tenha uma velhice feliz. É preciso não descuidar também de outros aspectos, para que valha a pena viver tanto tempo. Um desses aspectos, apesar de muito importante, é ainda pouco conhecido. Trata-se da sexualidade dos velhos..." (Amar, Vol. I, cap. 13 Menopausa, fl. 214).

O assunto será devidamente apresentado por profissional capacitado (médico, psicólogo, professor, etc).

CONCLUSÃO:

Por fatores alheios à nossa vontade, deixaremos de apresentar o terceiro estudo deste Curso, qual seja "Aprendendo a Envelhecer, como experiência para os jovens", julgando, entretanto, que à luz dos conceitos abordados anteriormente os participantes deste encontro poderão delinear as linhas mestras pedagógicas para dar uma perspectiva própria à mocidade com respeito ao modo de se preparar ou relacionar com os mais velhos.

Alicerçando a nossa fé inabalável nas promessas de nosso Deus e Pai, revelado em Cristo Jesus, nosso Salvador e Senhor, e presente em nós na pessoa do seu Espírito, lembramos a sua Palavra que diz: - "Até à vossa velhice eu serei o mesmo, e ainda até às cãs eu vos carregarei... e vos salvarei." (Isaias 46:4).

E, comprovando a imagem que o Salmista descreve do homem temente a Deus, quando diz: "Na velhice darão ainda frutos, serão cheios de seiva e de vigor," (Salmo 92:14), transcrevemos o depoimento de François Mauriac, que aos 80 anos de idade, antes de morrer, escreveu: "Creio hoje, como acreditava em criança, que a vida tem sentido, direção, valor; que nenhum sentimento está perdido, que cada lágrima, cada gota de sangue é importante; que o segredo do mundo pode ser encontrado na palavra de São João: DEUS É AMOR."

Nas palavras do poeta Olavo Bilac, o nosso desafio final:

Olha estas velhas árvores, mais belas do que as árvores novas,
mais amigas:
tanto mais belas, quanto mais antigas, vencedoras da idade e
das procelas...

O homem, a fera e o inseto, à sombra delas, vivem livres da fome e de fadigas;
e em seus galhos, abrigam-se as cantigas
e os amores das aves tagarelas.

Não choremos, amigo, a mocidade! Envelheçamos rindo! Envelheçamos
como as árvores fortes envelhecem!

Na glória da alegria e da bondade, agasalhando os pássaros nos ramos, dando sombra e
consolo aos que padecem!

INTERNAÇÃO SÓ EM ÚLTIMO CASO - "A internação é um método caro e desaconselhável, a não ser em casos de extrema necessidade. Também não será com asilos e caridades que se resolverá o problema do idoso em nosso País. Deveriam ser criados ambulatorios apropriados para o tratamento de doenças que dispensam a internação." (Dr. Tuffik Mattar, Presidente da Associação Paulista de Geriatria. F.C. Ano 44, no. 511, fl. 19).

EXPERIÊNCIA DA VIDA - Cal Blake, de 72 anos, e Helma Barnes, de 73, se casaram. Isso não quer dizer nada: há pessoas que casam com muito mais idade. Mas acontece que os dois se divorciaram há cinquenta, anos depois de permanecerem casados durante seis. O noivo explicou: "Sei que agora vai dar certo. Naquela época, éramos muito jovens..." (Folha Ilustrada, do jornal Folha de São Paulo, 16.01.1980)

(Oswaldo Emrich)