

# MEMORIALIDADES



---

**Universidade Estadual de Santa Cruz**

GOVERNO DO ESTADO DA BAHIA  
RUI COSTA - GOVERNADOR

SECRETARIA DE EDUCAÇÃO  
WALTER PINHEIRO - SECRETÁRIO

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE SANTA CRUZ  
ADÉLIA MARIA CARVALHO DE MELO PINHEIRO - REITORA  
EVANDRO SENA FREIRE - VICE-REITOR

DIRETORA DA EDITUS  
RITA VIRGINIA ALVES SANTOS ARGOLLO

---

EDITORA DA MEMORIALIDADES  
Raimunda Silva d'Alencar

Conselho Editorial da Memorialidades

Adriana de Oliveira Alcântara (Antropologia, CE)  
Alba Benemérita Alves Vilela (Enfermagem, UESB, BA)  
Alda Brito da Motta (Ciências Sociais, UFBA, BA)  
Alexandre de Oliveira Alcântara (MP, CE)  
Alfredo Jiménez Equizábal (Universidad de Burgos, ESP)  
Benedita Edina da Silva Lima Cabral (Ciências Sociais, UFCG, PB)  
Carmem Maria Andrade (Educação, UFSM, RS)  
Carmen Palmero Cámara (Universidad de Burgos, ESP)  
Edite Lago da Silva (Enfermagem, UESB, BA)  
Jesús Blas Vicens Vich (UB, ESP)  
Joan Muela Ribera (UAB, ESP)  
Joelma Batista Tebaldi (Enfermagem, UESC, BA)  
Josanne Moraes (Psicologia, UESC, BA)  
Maria Consuelo Oliveira Santos (Antropologia, UNAN, MÉX)  
Mauro José Ferreira Cury (Turismo, UNIOESTE, PR)  
Matheus Silva d' Alencar (Fisioterapia, USP, SP)  
Monique Borba Cerqueira (Antropologia, Instituto de Saúde, SP)  
Nildo Manoel da Silva Ribeiro (Fisioterapia, UFBA, BA)  
Noêmia Lima Silva (Serviço Social, UFS, SE)  
Raimunda Silva d'Alencar (Sociologia, UESC, BA)  
Rita de Cássia da Silva Oliveira (Educação, UEPG, PR)  
Ruy do Carmo Póvoas (Letras, UESC, BA)  
Vânia Beatriz Merlotti Herédia (História Social, UCS, RS)

Conselho Científico da Memorialidades

Edite Lago da Silva Sena (UESB - Enfermagem) / Edméia Campos Meira (UESB - Enferma-  
gem) / Fernanda Silva d'Alencar (UESC / Núcleo) / Frédéric Robert Garcia (UESC / DLA)  
/ Isaias Francisco de Carvalho (UESC-DLA) / José Lúcio Costa Ramos (UFBA - Saúde) /  
Juan Facundo Sarmiento (UESC - DLA) / Kátia Ramos Silva (UFPB - Ciências Sociais) /  
Marcos Henrique Fernandes (UESB - Fisioterapia) / Maria Laura de Oliveira Gomes (UESC -  
Direito) / Matheus Silva d' Alencar (Fisioterapia / USP / UESC - Núcleo) / Márcia Valéria F.  
Diederich L. dos Santos (UESC - Núcleo) / Miguel Arturo Chamorro Vergara (UESC/DFCH  
- Núcleo) / Priscilla Sousa Silva (Secretaria de Saúde Itabuna / UESC - Núcleo)

---

A REVISTA MEMORIALIDADES É UMA PUBLICAÇÃO SEMESTRAL DO DFCH - NÚCLEO DE ESTUDOS DO ENVELHECIMENTO - DA UNIVERSIDADE ESTADUAL DE SANTA CRUZ, QUE TEM COMO PROPÓSITO DIVULGAR ANÁLISES DE TEMAS RELACIONADAS COM A QUESTÃO DA VELHICE E DO ENVELHECIMENTO HUMANOS.

# MEMORIALIDADES

ANO 14, n. 27, jan./jun. e n. 28, jul./dez. 2017

## A ESPIRITUALIDADE NA VELHICE

Raimunda Silva d' Alencar  
Carmen Maria Andrade  
(Organizadoras)

Ilhéus-BA



2017

Copyright ©2015 by UESC

Direitos desta edição reservados à  
EDITUS - EDITORA DA UESC

A reprodução não autorizada desta publicação, por qualquer meio,  
seja total ou parcial, constitui violação da Lei nº 9.610/98.

Depósito legal na Biblioteca Nacional,  
conforme Lei nº 10.994, de 14 de dezembro de 2004.

PROJETO GRÁFICO E CAPA

George Pellegrini

DIAGRAMAÇÃO

Lária Batista

REVISÃO

Maria Luiza Nora

ILUSTRAÇÃO DA CAPA

*Acacia Negev* | [https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Acacia\\_Negev.JPG](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Acacia_Negev.JPG)

INDEXAÇÃO | INDEXUS

**Latindex** - Sistema regional de información en línea para revistas  
científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal.

**Sumários.org** - Sumários de Revistas Brasileiras

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

---

Memorialidades/ Universidade Estadual de Santa Cruz.  
Departamento de Filosofia e Ciências Humanas. Ano 1,  
n. 1 (jan. 2004)-. - Ilhéus, BA : Editus, 2004 -  
v.

Semestral.

Descrição baseada em: Ano 14, n. 27, (jan./jun.) e 28, (jul./dez. 2017)  
ISSN 1808-8090

1. Idosos – Periódicos. 2. Condições sociais – 2. Periódicos. 3. Gerontologia – Periódicos. 4. Envelhecimento – Periódicos. I. Universidade Estadual de Santa Cruz. Departamento de Filosofia e Ciências Humanas.

CDD 362.6

---

**EDITUS - EDITORA DA UESC**

Universidade Estadual de Santa Cruz

Rodovia Jorge Amado, km 16 - 45662-900 - Ilhéus, Bahia, Brasil

Tel.: (73) 3680-5028

[www.uesc.br/editora](http://www.uesc.br/editora)

[editus@uesc.br](mailto:editus@uesc.br)

EDITORA FILIADA À



Associação Brasileira  
das Editoras Universitárias

# SUMÁRIO

<b>EDITORIAL</b> .....	7
<b>A IMPORTÂNCIA DA ESPIRITUALIDADE NO ENVELHECIMENTO</b>	
Helena Beatriz Finimundi Balbinotti .....	13
<b>PLURALIDADE ESPIRITUAL VIVENCIADA POR PESSOAS IDOSAS QUE SE AUTODENOMINAM SEM RELIGIÃO</b>	
Maria Consuelo de Oliveira Santos .....	45
<b>ESPIRITUALIDADE E ENVELHECIMENTO NO CONTEXTO DOS DIREITOS HUMANOS</b>	
Maristela Norato Pedroso	
Carmen Maria Andrade .....	75
<b>O TEMPO NÃO PARA: ESPIRITUALIDADE COMO FORMA DE RESILIÊNCIA NA VELHICE</b>	
Belinda Silva Pereira	
Michele Berleze .....	101
<b>LONGEVIDADE E ESPIRITUALIDADE: O ENVELHECER COMO UMA DÁDIVA DE DEUS</b>	
Maycon dos Santos Marinho	
Luciana Araújo dos Reis .....	119
<b>CATEQUESE NA VELHICE: ISTO PODE DAR FRUTOS</b>	
Carmen Maria Andrade .....	139

## **A ESPIRITUALIDADE E O CÂNCER**

Pe. Xico ..... 179

## **MINHA ATITUDE FRENTE À VELHICE**

Pe. João Baptista Quaini ..... 185

## EDITORIAL

QUEM TEM PORQUE VIVER PODE SUPORTAR  
QUALQUER COMO (FRANKL, 2006, p. 8)<sup>1</sup>.

A espiritualidade parece, no imaginário social, o novo paradigma para a civilização do século XXI. Trata-se de força que move o homem, imprimindo um sentido mais significativo à sua vida e às suas ações, despertando-o para uma ética capaz de promover ligação, religião e integração, seja consigo próprio, com os outros, com o mundo. Derivado do latim *spiritus*, cujo significado sinaliza sopro ou respiro, referindo-se a sopro de vida, envolve também o sentimento de gratidão pela vida ou, como querem Sommerhalder e Goldstein<sup>2</sup>, remete a uma *reflexão sobre*, diferente da religiosidade, que remete a uma *relação com*, relação esta que tanto pode ser com um ser considerado superior, independente do nome que receba - Deus, energia, espírito, inconsciente -, como pode ser com uma entidade.

A espiritualidade é conceito amplo, incluído pela

---

1 FRANKL, Viktor Emil. *Em busca de sentido*: um psicólogo no campo de concentração. 23. ed. São Leopoldo: Sinodal, 2006. 136 p.

2 SOMMERHALDER, Cinara; GOLDSTEIN, Lucila L. O papel da espiritualidade e da religiosidade na vida adulta e na velhice. In: FREITAS, Elizabete Viana de et al. *Tratado de geriatria e gerontologia*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2006. Cap. 139, p. 1307-1315. 2006.

Organização Mundial da Saúde como importante para a qualidade de vida, devendo ser levado em conta na avaliação e na promoção de saúde em todas as idades, especialmente em idades mais avançadas, considerando representar uma força importante e abrangente na dinâmica do envelhecimento, por remetê-lo a questões como o significado e o sentido da vida (perguntas como *o que fiz da vida, como posso melhorar a minha vida, por que tenho que morrer*) ainda que sem vinculação linear com quaisquer crenças ou práticas religiosas. O destaque deve ser a vivência da espiritualidade e sua influência qualitativa de vida na velhice, aparecendo atualmente como uma experiência que favorece a socialização, o contato consigo mesmo e a reflexão sobre a vida e a morte, ganhando expressão maior nesta etapa da vida.

O envelhecimento pode acarretar desconfortos e sentimentos de solidão; mas a aceitação das próprias dificuldades e limitações é indispensável para uma vida com mais equilíbrio, interação e satisfação de viver. Por envolver um conjunto de emoções e convicções de natureza imaterial na etapa da velhice, a compreensão em torno das dimensões da espiritualidade pode levar a reflexões importantes, favorecendo a socialização, o contato consigo mesmo, a autoaceitação e a reflexão sobre o propósito da vida, sobre o amor, o perdão, a morte.

Os textos que compõem esta edição de Memorialidades, têm objetivos e perspectivas variáveis, mas tentam explicar o importante papel que exerce a espiritualidade no processo de envelhecimento. O primeiro deles *A importância da espiritualidade no en-*



*velhecimento*, apresentado pela Dra. Helena Beatriz Finimundi Balbinotti, psicóloga clínica, discute a espiritualidade como benéfica à evolução dos indivíduos e dos grupos humanos, porque envolve a percepção, o pensamento, a concepção, o sentimento, a fé e a crença. Benéfica porque auxilia na busca por respostas que abrandem ansiedades, medos e ameaças a que todos estão sujeitos.

O segundo texto, *Pluralidade espiritual vivenciada por pessoas idosas que se autodenominam sem religião*, que tem como autora a Dra. Maria Consuelo Oliveira Santos, antropóloga, analisa as novas configurações espirituais por parte de pessoas idosas de 65 a 85 anos, em estudo comparativo entre algumas cidades do Brasil, do México e da Espanha. Nesse artigo, a autora evidencia as inúmeras possibilidades no âmbito da espiritualidade, realçando o significado da libertação de amarras, ainda que tardia, para o estar no mundo.

*Espiritualidade e envelhecimento no contexto dos direitos humanos* foi encaminhado por Maristela Norato Pedroso, especialista em direitos humanos, e Carmen Maria Andrade, doutora em Vida adulta e envelhecimento, para quem a espiritualidade, por dar sentido à vida e às ações, está presente de forma significativa no estágio humano da velhice, apontando estreita relação entre velhice e espiritualidade enquanto direito humano, porque incorpora à realidade da vida a fraternidade, o respeito e a ajuda mútua. As autoras sustentam que a espiritualidade não se limita a tipos de crenças ou práticas religiosas, mas envolve questões relativas ao significado da vida e a razão de viver com qualidade.

Com o texto *O tempo não para: espiritualidade como forma de resiliência na velhice*, Belinda Silva Pereira, psicóloga clínica, e Michele Berleze, especialista em direito de família e mediação, discutem a espiritualidade como forma de resiliência e afirmam que argumentos para respostas mais positivas para os enfrentamentos cotidianos serão encontrados na espiritualidade.

Maykon dos Santos Marinho, enfermeiro e doutorando em Memória, linguagem e sociedade, e Dra. Luciana Araújo dos Reis, fisioterapeuta, analisam resultados de uma pesquisa de campo no artigo *Longevidade e espiritualidade: o envelhecer como uma dádiva de Deus*, e afirmam haver estreita relação entre pessoas longevas e a crença de que a velhice é uma dádiva, um privilégio, uma graça divina. Sugerem novos estudos sobre a temática envolvendo pessoas longevas, pelas possibilidades de aprimoramento das políticas públicas de saúde e valorização da espiritualidade para um cuidado mais humanizado, que promova saúde e qualidade de vida.

No texto *Catequese na velhice: isto pode dar frutos*, a Dra. Carmen Maria Andrade analisa o dilema e o desafio de envelhecer, enfatizando o significado da espiritualidade e o papel da catequese como espaço de reflexão e releitura da vida na velhice.

Dois depoimentos, um deles de Pe. Xiko, licenciado em Filosofia e Bacharel em Teologia, outro de Pe. João Baptista Quaini, ambos licenciados em Filosofia e Teologia, emprestam suas experiências de vida para falar da espiritualidade e das limitações humanas, nos textos *A espiritualidade e o câncer*, e *Minha atitude frente à velhice*.

Ao agradecer pelas contribuições dos autores, esperamos que as reflexões aqui apresentadas façam aumentar a busca por maior relação com a transcendência da materialidade da vida, ampliando também as possibilidades para melhor compreender a experiência de viver e de envelhecer. Isto pode facilitar a aceitação dos desafios trazidos pelo cotidiano, aumentando as chances de novos reencantamentos pela vida, importante condição para permanecer saudável.

Profa. Raimunda Silva d' Alencar  
Profa. Carmen Maria Andrade  
Organizadoras



# A IMPORTÂNCIA DA ESPIRITUALIDADE NO ENVELHECIMENTO

Helena Beatriz Finimundi Balbinotti<sup>1</sup>

**Resumo.** A longevidade humana, isto é, a possibilidade do ser humano viver idades jamais alcançadas é uma realidade que desafia as sociedades e os governantes, assim como os indivíduos, na busca de um convívio adequado para as pessoas que chegam à última etapa da vida denominada de Adulto maduro. É necessário oportunizar dignidade, qualidade de vida e felicidade, além da espiritualidade, considerações muito maiores do que apenas os cuidados com o corpo. Evitar a despsicologização do idoso exige considerar que esses cidadãos não perdem, com o passar dos anos, os sentimentos, emoções, desejos e fantasias. Na velhice existe psiquismo, alma e oferecer uma escuta empática aos aspectos espirituais, pode fazer a diferença entre a manutenção da saúde ou o desenvolvimento de doenças. A espiritualidade faz parte do comportamento do indivíduo durante todo o ciclo existencial, uma vez que envolve, entre outras atividades, o perceber, o pensar, o conceber e o sentir, a fé e o acreditar. Desde a Antiguidade, a espiritualidade sempre foi de grande importância na benéfica evolução dos indivíduos e dos grupos humanos, principalmente para encontrar respostas que abrandassem as ansiedades, os medos e as ameaças a que todos estão sujeitos, entre eles a finitude e a morte.

**Palavras-chave:** longevidade. Espiritualidade. Finitude.

---

1 Psicóloga clínica, Psicanalista e Psicogerontóloga. Diretora do Clam-Clínica de Atendimento ao Adulto Maduro. Porto Alegre, RS.  
E-mail: balb@terra.com.br.

## THE IMPORTANCE OF SPIRITUALITY IN AGING

**Abstract.** Human longevity, that is, the possibility of human beings living ages never reached is a reality that challenges societies and rulers, as well as individuals, in the search for an adequate coexistence for people who reach the last stage of life called Mature Adult. It is necessary to give dignity, quality of life and happiness, as well as spirituality, considerations much greater than just the care of the body. To avoid the deprecologization of the elderly requires that these citizens do not lose, over the years, feelings, emotions, desires and fantasies. In old age there is psychism, soul and offering an empathic listening to the spiritual aspects, can make the difference between maintaining health or developing diseases. Spirituality is part of the behavior of the individual throughout the existential cycle, since it involves, among other activities, perceiving, thinking, conceiving and feeling, faith and believing. Since ancient times, spirituality has always been of great importance in the beneficent evolution of individuals and human groups, especially in order to find answers that would ease the anxieties, fears and threats to which all are subjected, among them finitude and death.

**Key-words:** longevity. Spirituality. Finitud.

## LA IMPORTANCIA DE LA ESPIRITUALIDAD EN EL ENVEJECIMIENTO

**Resumen.** La longevidad humana, la edad, es decir, la posibilidad de la vida humana nunca alcanzó es una realidad que desafía a las sociedades y los gobiernos, así como las personas en busca de una vida apropiado para las personas que llegan a la última etapa de su vida llamada adulto maduro.

Debe crear oportunidades de dignidad, calidad de vida y la felicidad, así como la espiritualidad, mucho más grande que sólo las consideraciones del cuidado del cuerpo. Evitar despsicologizaçõo los ancianos requiere consideran que estos ciudadanos no pierdan, en los últimos años, los sentimientos, las emociones, los deseos, fantasías. En la vejez no psique, alma y ofrecen una escucha empática a los aspectos espirituales, puede hacer la diferencia entre el mantenimiento de la salud o el desarrollo de la enfermedad. La espiritualidad es parte de la conducta del individuo a través del ciclo existencial, ya que implica, entre otras actividades de percibir, pensar y sentir, el diseño, la fe y creer. Desde la antigüedad, la espiritualidad siempre ha sido de gran importancia en el desarrollo beneficioso de los individuos y grupos humanos, sobre todo para encontrar respuestas que calmar las ansiedades, temores y amenazas de que todos están sujetos, incluyendo la finitud y la muerte.

**Palabras-clave:** longevidad. Espiritualidad. Finitud.

## L'IMPORTANCE DE LA SPIRITUALITÉ DANS LE VIEILLISSEMENT

**Résumé.** La longévité humaine, l'âge qui est, la possibilité de la vie humaine n'a jamais atteint est une réalité qui défie les sociétés et les gouvernements, ainsi que les personnes à la recherche d'une vie convenable pour les personnes qui atteignent la dernière étape de la vie appelé Adulte d'âge mûr. Vous devez créer des opportunités de dignité, la qualité de vie et de bonheur, ainsi que la spiritualité, beaucoup plus que de simples considérations de soins du corps. Évitez despsicologizaçõo les personnes âgées exige considèrent que ces citoyens ne perdent pas, au fil des ans, les sentiments, les émotions, les désirs, les fantasmes. Dans la vieillesse, il psyché, l'âme et offrent une écoute empathique aux aspects spirituels,

peut faire la différence entre le maintien de la santé ou le développement de la maladie. La spiritualité fait partie du comportement de l'individu tout au long du cycle existentiel, car elle implique entre autres activités perception, la réflexion, la conception et l'impression, la foi et croire. Depuis les temps anciens, la spiritualité a toujours été d'une grande importance dans le développement bénéfique des individus et des groupes humains, en particulier pour trouver des réponses qui apaisent les angoisses, les peurs et les menaces auxquelles tous sont soumis, y compris la finitude et la mort.

**Mots-clés:** longévité. Spiritualité. Finitud.

## INTRODUÇÃO

efletir sobre o envelhecimento não é tarefa fácil e aceitá-lo como uma realidade presente no ciclo humano é algo ainda mais difícil, por isso, a tendência é projetá-lo no outro.

Saber envelhecer exige se deparar com as questões envolvidas por conta da longevidade e incluir no planejamento existencial como cada um deseja vivenciá-lo.

Como um processo, essa realidade deve ser trabalhada desde a infância, a partir de uma educação que inclua todas as etapas evolutivas, a fim de haver uma conscientização sobre o que auxilia alcançar idades centenárias e o que prejudica ou interrompe, assim como conviver com as diferentes gerações e reconhecer a importância dos vínculos. Isso envolve ser o protagonista do próprio existir.

Com o avanço das ciências a expectativa de vida aumentou em relação ao início do século passado.



Os longevos de hoje são diferentes daqueles da época de nossos avós. Seu perfil é outro porque estão construindo uma identidade própria, que inclui desde um novo visual até a luta pela manutenção da autoestima, com uma postura ativa na busca de recomeço no trabalho, de retomada dos estudos, de participação nos esportes, nas artes e realização de necessidades afetivas. Tais atitudes são iniciativas consideradas como importante alimento para o psiquismo, a alma.

Por ser uma nova etapa do ciclo humano, considerada mais adulta e madura devido à conquista de maior autonomia e da liberação de repressões do passado, foi denominada de Adulto Maduro, para diferenciar do Adulto Jovem, conforme Balbinotti & Teixeira (1999). Embora tenha uma idade para iniciar (por volta dos 40 anos, início do declínio de funções biológicas), não tem idade para encerrar, estendendo-se até a morte. O que vai definir uma pessoa como Adulto maduro é a manutenção de seu estado de saúde física, psíquica, intelectual e espiritual.

A espiritualidade faz parte do comportamento do indivíduo durante todo o ciclo existencial, uma vez que envolve entre outras atividades, o perceber, o pensar, o conceber, o sentir, a fé e o acreditar.

O envelhecimento é um processo dinâmico, e não passivo, que exige transformações emocionais e afetivas para o desenvolvimento de uma visão mais madura e compensadora sobre o mundo. Num permanente processo de evolução, oportuniza o aprofundamento das questões espirituais, uma vez que a proximidade da finitude é mais presente.

Esse processo de maturidade denominado de evolutivo, devido ao constante exercício de capacidades como a reflexão e a abstração, auxilia a manutenção da autonomia e a busca de novos sentidos existenciais.

Por evolutivo se entende cada período de transformações, que é representado, psiquicamente, através das sínteses de sucessivas experiências, sejam elas positivas ou frustrantes, estabelecendo, dessa forma, uma identidade que caracterizará o estado de saúde do Adulto Maduro.

A senilidade, ao contrário, é um indicador de que o idoso não está conseguindo envelhecer, uma vez que o processo de envelhecer implica em vivenciar as experiências que fazem parte dessa fase. Na senilidade a interrupção da capacidade de perceber, pensar, refletir e ter fé impede o processamento das vivências e não oportuniza a evolução necessária.

Na experiência com a população Adulta Madura, percebe-se que o envelhecimento é muito particular. Cada pessoa o vivencia a sua maneira, podendo tanto levar uma vida ativa e sadia, quanto ter dificuldade em encontrar prazer de viver, tornando-se extremamente dependente dos outros.

Um número considerável de doenças e sintomas carece de tratamento ou até passa despercebido, simplesmente porque ainda não aprendemos a lidar com os problemas que envolvem a longevidade. Na prática atual, a desconsideração de uma atitude mais abrangente em relação à saúde, envolvendo corpo, mente e espiritualidade, pode levar ao abuso do diagnóstico de demência senil, arteriosclerose cerebral e/ou mal de Alzheimer para todo transtorno apresentado.

O equívoco se daria porque os transtornos apresentados no envelhecimento são compreendidos a partir da dissociação do corpo físico dos afetos e das emoções. Sempre que uma pessoa idosa esquece algo ou confunde uma palavra e se mostra desafetada é logo considerada “esclerosada”. Para combater sua tristeza, desafetos ou a insônia, usamos medicamentos que atuam neurologicamente, sem compreender as reais causas dos sintomas e sem buscar entender se algo a está perturbando emocionalmente, como ter perdido a esperança e a fé para viver. Tais equívocos levam uma etiqueta definitiva, que classifica e estigmatiza as pessoas idosas, e faz pensar na deterioração do cérebro como um quadro irreversível.

Esse é um dos fatores, entre muitos, que contribuem não só para formarmos preconceitos de que os idosos são frágeis, como também para associarmos o envelhecimento à doença, à perda de capacidades e desconsiderarmos seus interesses existenciais.

Percebe-se que, quando ocorre tal interrupção, o Adulto Maduro não encontra mais suporte para suas convicções e declina em todos os sentidos, se desinteressando pelas situações que o envolvem, inibindo sua participação junto ao meio e não interagindo com os que fazem parte dos seus vínculos. Tal afastamento impede de elaborar as experiências da vida em geral, apoiar-se em sua espiritualidade, levando-o ao isolamento, à solidão e ao desenvolvimento de patologias.

Na atualidade, a Psicogerontologia orienta sobre a importância dos profissionais oferecerem uma escuta empática, nos atendimentos, na elaboração de psicodiagnósticos e tratamentos, levando-se em conta

que as perturbações apresentadas nessa fase podem ser de ordem psicogênica, diferente da classificação de demência orgânica, tradicionalmente utilizada. E, a partir dessa experiência clínica, percebe-se que essas perturbações, quando tratadas em psicoterapia, com enfoque em diferentes aspectos desde o orgânico, ao psicológico até o espiritual, são possíveis de serem revertidas.

Também é necessário que os profissionais fiquem atentos com relação aos avanços científicos que visam o prolongamento da vida, sem levarem em consideração as crenças e religiosidade dos pacientes e familiares.

Refletir os significados e assinalamentos que a morte desperta envolve incluí-la no atendimento do paciente e dos familiares, a fim de oferecer uma ajuda que integre os cuidados de diferentes áreas como a biológica, a psicológica, a social, cultural e espiritual.

Por último, a experiência indica que a grande maioria dos Adultos Maduros que buscam nossos consultórios não está doente fisicamente, mas sim evolutivamente, com a interrupção do processo para novas experiências e aprendizagem e o desejo de viver. Desmotivados, abandonam-se espiritualmente, com prejuízos nos projetos mais longevos.

## **2 A BUSCA DE UM SENTIDO EXISTENCIAL**

Além do envelhecimento mais acelerado, as estimativas do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2010) apontam a quebra de uma barreira histórica, tanto em relação à população brasileira

– que deve superar a marca de 200 milhões de habitantes – como das pessoas que fazem parte da última etapa da vida, denominada de Adulto Maduro. Estes cidadãos, com idades acima dos 60 anos, em 2013, passaram de 14,9 milhões (7,4% do total) para 58,4 milhões (26,7% do total) e, em 2060, o número hoje existente praticamente quadruplicará.

Segundo o IBGE, os estados com maior número de brasileiros na faixa superior a 65 anos são: o Rio Grande do Sul, com o maior índice, de 9%, e com perspectiva de chegar a 12% em 2020; o Rio de Janeiro, com 8,5%, e uma previsão de chegar a 11,9% em 2020; e Minas Gerais que, hoje, tem 7,6% da população considerada idosa, mas em 2020 será suplantada por São Paulo, que terá 10,7% de sua população acima dos 60 anos.

Há algum tempo, o mundo vem organizando foros e debates por conta de realidades semelhantes à nossa, cujos efeitos sociais, econômicos e culturais exigirão providências e ações para abarcar as mudanças necessárias. Os desafios estão mobilizando, igualmente, a comunidade científica para ampliação dos paradigmas existentes, a fim de compreender as patologias deste período e na orientação sobre a busca de novos sentidos existenciais. As comunidades religiosas, preocupadas em refletir sobre o tema, desenvolvem programas no sentido de incluir e zelar pelo conforto espiritual desses cidadãos.

Compreendendo a necessidade de modificar seu imaginário social, as sociedades, ao incluírem os cidadãos idosos em seus projetos, devem primeiramente vencer os preconceitos existentes, para depois

encontrar fórmulas para um mundo melhor, integrativo e mais próximo do ideal, no sentido de que as pessoas possam desfrutar os anos ganhos com mais felicidade.

Para alguns Adultos Maduros, um mundo ideal para viver seria apenas coisa de sonhadores ou da responsabilidade divina, por desconhecerem que o mesmo pode e deve ser construído com sua participação. Para outros, existe o reconhecimento de que muito já foi conquistado, e o ideal e o real estão mais próximos. Isso pode ser constatado pelos movimentos que estão acontecendo, com a inclusão desses cidadãos em vários segmentos da sociedade, uma vez que, hoje, existem produções específicas, como filmes, teatro, mais ênfase nas comemorações de aniversários de parentes idosos, programas de pré-aposentadoria e para aposentados, grupos de apoio e reflexão, viagens programadas especialmente para esta população, reuniões filantrópicas, religiosas, grupos de coral, ginástica e outros.

É preciso, porém, ampliar o conceito do que é ideal, do que é um sonho e perceber o que pode ser realidade para essa população. Entre os estudiosos, políticos, médicos e economistas existe certo consenso de que o ideal para os Adultos Maduros é prestar atendimento à saúde física e oferecer melhores espaços públicos e privados, com mais conforto e facilidades. Para outros profissionais, maiores recursos financeiros seria o suficiente. Tudo isso é indispensável para termos sexagenários, septuagenários, octogenários e até centenários em número crescente existindo, todavia, estamos deixando de atender à necessidade

principal, que é escutá-los, assim como envolvê-los no que desejam, no que sentem falta, no que acreditam e consideram como sentido existencial para esse momento de suas vidas.

Como já salientamos, aquele modelo de Adulto Maduro que conhecemos no passado está mudando. Hoje, esses cidadãos são mais ativos e participantes na sociedade; eles determinam o que querem e, também, estão sujeitos a mais estresses, acidentes e outras exposições. Porém, isso não os impede de participar e dar sugestões sobre como desejam viver. De construir um sentido existencial adequado aos tempos atuais, que oportunize felicidade.

No atendimento clínico, em atividades grupais ou palestras com essa população, o que eles têm expressado são necessidades simples e específicas, como espaços adequados para buscarem conforto, respeito e fortalecerem sua espiritualidade. Expressam a necessidade de carinho, de afeto e da atenção de seus familiares e amigos. Saber que os jovens, os netos, os filhos e conhecidos os respeitam, valorizam suas opiniões e os amam, porque existe um papel a ser cumprido por eles, é o que tem maior relevância para a sua saúde como um todo.

Muitos países adotam campanhas educacionais em todas as camadas da população, nos meios de comunicação e nas escolas, visando a valorizar o envelhecimento e preparar um lugar para aqueles que já contribuíram, através do reconhecimento, carinho e reverência. Desta forma, esperam oportunizar encontros intergeracionais para que a população Adulta Madura mostre suas necessidades

espirituais e psicológicas como importantes ao seu bem estar, e ensine aos jovens que o respeito, a dignidade e a inclusão não têm limites de idade. Isso faz bem a todos.

Por outro lado, a trajetória de uma vida e a história pessoal, quando construída de acordo com o sentido existencial que cada um se atribui e pelo qual se responsabiliza junto ao seu meio, fornece mais do que exemplos, transcendendo o alimentar espiritualmente as gerações seguintes.

Na última etapa, a busca de significados e dos sentidos da vida, de respostas espirituais são mais prementes e por isso mais constantes. Os balanços para entender como a longevidade está sendo conduzida, se o caminho percorrido foi saudável, se valeu a pena ou não, são intensificados. Para alguns, grandes frustrações apontam que a missão não foi cumprida e os sofrimentos se ampliam.

Tais balanços, geralmente fazem parte da fase, e o idoso consciente em encontrar respostas sobre suas vivências, se questiona sobre o sentido de viver tantos anos e como estes estão sendo vividos. Outros se indagam para onde se vai e o que se leva ou se deixa para aqueles que amam. Porém, quando só encontram *senões*, quando estão se sentindo reprovados e indesejáveis, como, por exemplo, ter atitudes contrárias àquilo em que acreditam, ao que não estão dispostos a fazer, aos sentimentos de infelicidade que os acompanham e à constatação da finitude, torna-se indispensável ajuda para a retomada do caminho, a fim de encontrar conforto e esperança.



Para alguns, o importante é seguidamente fazer um balanço espiritual sobre como está vivendo e este poderá indicar se a pessoa está vivendo de forma saudável ou apenas sobrevivendo, sendo, para isso, necessário somar os feitos e desfeitos e compará-los, para identificar onde reside maior pontuação.

Se o escore for mais positivo, maior, isso indica que a vida está valendo a pena ser vivida, e os sentimentos de felicidade facilitam relacionamentos adequados com os familiares e amigos. O seu existir faz a diferença no mundo. Isso já basta como um bom motivo, uma justificativa espiritual e um sentido para viver tantos anos. Porém, se o resultado for o contrário, indica que existem coisas que devem ser reconsideradas, retomando onde parou com as mudanças e a busca de novos significados.

Por justificativa espiritual se entende o constante exercício para identificar o que sente falta, analisar as responsabilidades consigo e com seu viver, rever atitudes, relacionamentos, envolvimento e comportamentos. Abrir uma nova visão de horizontes, em busca do bem-estar e do prazer. Isso ajudará a se afastar do que não faz bem e aliviará os sentimentos de finitude. É preciso investir nos afetos, na fé e nos valores existenciais. A menos que seja por um bom sentido existencial, a vida, além de passar muito rápida, não transcenderá, não deixará marcas e nem a memória do que foi vivido.

Para Ana S. Rolla e Ximena Rolla (2008), a “transcendência” decorre de sentimentos que induzem o Adulto Maduro a pensar a vida a partir de uma continuação do tempo e da necessidade de projetar seu

futuro. Assim sendo, para essas autoras a “intranscendência” decorreria de sentimentos de ameaça por não se estar conseguindo estabelecer projetos de vida, por desmotivações, falta de desejos e não acreditar que a vida vale a pena. Os sentimentos de ameaça juntam-se aos de morte, e a pessoa se percebe finita, isto é, que morrerá com a própria morte por não conseguir se perpetuar.

A “transcendência”, portanto, é um desejo natural que cada um procura satisfazer na vida, quase por intuição, no desempenho de muitos papéis, entre eles, o de transmissores intergeracionais, que transportam, na fé, o amor, a cultura, os direitos e as proibições, muitas vezes desconhecidos pelos jovens. Nesse papel de transmissores da memória, da esperança, da espiritualidade e dos costumes, existe uma especial função erógena, necessária e motivadora à continuidade da vida, que alimenta a conquista de novos sentidos existenciais, entre eles o de pertencimento ao mundo.

### **3 A ESPIRITUALIDADE COMO ESTÍMULO Á VIDA**

Por espiritualidade se entende a capacidade humana de buscar significados existenciais, através de conceitos que transcendem o tangível, que oportunizam um sentido de conexão com alguma coisa maior que elai própria e que está além da própria morte.

Desde a Antiguidade, a espiritualidade tem sido representada através das crenças, dos mitos e das religiões, e sempre foi de grande importância na benéfica evolução dos indivíduos e dos grupos huma-

nos, principalmente para encontrar respostas diante do desconhecido e oportunizar continência das ansiedades que a sobrevivência impõe, dos medos inerentes ao ser humano, como a morte e o desconhecido, quanto à própria origem e à finitude.

Passeando pela história da humanidade, os registros atestam que nossos primitivos ancestrais viviam unicamente em função da natureza de seu meio, tanto em termos climáticos e de enfrentamento de acidentes geográficos, como, e principalmente, em busca de alimentos e abrigos que, de forma instintiva, representava a sobrevivência humana e a preservação da espécie. A morte, muito presente, era temida e para ela não tinham explicações, sendo que somente a partir da capacidade de simbolização e da linguagem foi interpretada emocionalmente, porém permanecendo um mistério.

O desejo de encontrar explicações para os enigmas e mistérios dos fenômenos que envolvem a natureza humana, ao longo dos séculos, se tornou um desafio, principalmente pelo desconhecimento dos recursos científicos de que hoje dispomos e pelas religiões primitivas, desenvolvidas a partir dos mitos, e que propiciaram ao homem primitivo se ligar para encontrar respostas e soluções para a guerra e a paz.

O verbo “ligar”, segundo Zimerman (2010), lembra a palavra religião, que, etimologicamente, procede dos étimos latinos *re + ligare*, isto é, uma das funções mais nobres da religião, a de re-ligar os nossos antepassados atávicos, que estavam dispersos e envolvidos em lutas fratricidas.

Os fundamentos religiosos, com o passar dos anos, se desmembraram em diversas religiões, auxiliando o homem a controlar e administrar os seus impulsos instintivos. Graças ao pensamento mágico, se consagrou a crença de que havia relação de determinados líderes religiosos a um ou vários deuses, eleitos, por isso, como portadores de um poder sobre-humano, ao qual o homem passou a se submeter, acreditar e depender.

Os ganhos obtidos com a fé e a religiosidade oportunizaram o convívio em comunidade a partir da valorização das emoções humanas que, através de conceitos e crenças, cultos e código de ética, propagam a importância do bem sobre o mal, do amor sobre o ódio e das virtudes como necessidades para sobrevivência pessoal, social, com o mundo, e para própria transcendência, para além da morte.

Essa influência bastante positiva obtida através da religião, utilizada na propagação do amor e na importância de se viver em estado de felicidade, tem influenciado, em todos os tempos, os conceitos que definem a saúde.

A felicidade como um estado emocional determinou e determina a qualidade de vida dos indivíduos e das sociedades, em todas as épocas, e tem sido amplamente evocada como uma necessidade espiritual em nossa realidade atual.

A espiritualidade, espontaneamente surgida de uma necessidade em comum, tem possibilitado aos seres humanos se encontrar, se juntar, se ligar e se integrar em busca de poderes para administrar o que é impossível dominar e vencer, como os enigmas que envolvem o princípio e o final das coisas.

Mesmo sendo a finitude humana uma realidade incontestável, tem sido um tema pouco abordado porque, consciente ou inconscientemente, os indivíduos, em todas as sociedades e diferentes culturas, sempre buscaram e desejam meios para manipular e dominar o envelhecimento e a morte.

Para Freud (1916/1969), existe uma inconfundível tendência do ser humano de evitar pensamentos relacionados com a morte, como um desejo de eliminá-la da vida. No inconsciente atemporal, ele pontua, todos acreditam ser imortais; por isso, pensá-la como parte dos projetos pessoais torna-se algo estranho e distante.

Na atualidade, muitos autores procuram traçar uma conexão entre os preceitos religioso-teológicos e os psicanalíticos, sendo que o psicanalista Bion (apud Zimerman, 1995) dedicou uma grande parte de sua obra ao estudo do lado espiritual da psicanálise, e enfatizou a importância de se conhecer o plano da mística e do misticismo como o melhor caminho para chegar até uma fusão com Deus e a divindade. Para esse autor, ao comparar a religião e a mística, ele entende que a religião separa e a mística reúne. Reconhece que existem várias religiões, mas a mística é uma só. Ir da religião à mística é igual a ir do sensorial para o plano artístico, muito mais espiritual.

Como diz o ditado popular, a lógica das ciências é ver para crer, enquanto que a da fé é crer para ver.

#### **4 A IMPORTÂNCIA DA ESPIRITUALIDADE PARA A SAÚDE**

Na atualidade, a espiritualidade passou a ser objeto de investigação das ciências humanas por sua relevância na manutenção da saúde e pelo auxílio na recuperação de pacientes doentes e dos hospitalizados. A respeito disso, a Organização Mundial de Saúde (OMS) entende sua importância, e considera-a indispensável para definir o conceito de saúde integral, junto às dimensões corporais, psíquicas e sociais.

Os estudos indicam que as capacidades psicológica e espiritual, além de interferir no funcionamento biológico, têm o poder de colaborar para um processo de envelhecimento bem sucedido, diferentemente daquele que envolve sofrimentos e doenças.

Para Chopra (2009), em seu livro *Saúde Perfeita*, a doença é uma consequência da maneira como cada um está espiritualmente vivendo a vida, mesmo sem se dar conta. Considera que o envelhecimento sofre influências do estado de espírito da pessoa, e este, por sua vez, interferirá no funcionamento físico. Entende que, para neutralizar as interferências emocionais negativas, é importante abrir a mente e o coração, simbolicamente, o que evitaria que algum cirurgião tenha que fazê-lo concretamente. Esse autor considera que a doença é uma ocorrência da maneira como cada um está vivendo a vida, mesmo sem se dar conta.

Com algumas indicações simples, ele aconselha: Quer saber como está seu corpo hoje? Então, recorde-se do que pensou e sentiu ontem. Quer saber como estará seu corpo amanhã? Observe seus pensamentos e emoções hoje! A medicina, segundo ele,

estaria na própria pessoa que, no entanto, não a estaria usando a seu favor. Refere, ainda, que somos as únicas criaturas na superfície da Terra capazes de transformar nossa biologia por meio do que pensamos e sentimos. Nossas células estão constantemente *observando* nossos pensamentos e sendo modificadas por eles. Uma pessoa deprimida, diz ele, pode arrasar seu sistema imunológico. Em contrapartida, buscar a serenidade e a felicidade são obras da espiritualidade, que pode fortificá-las intensamente, mantendo-as saudáveis. Caso contrário, as lembranças tristes, as situações negativas, os sofrimentos e a desesperança liberam os mesmos hormônios e substâncias biológicas destrutivas liberadas pelo estresse.

Chopra (2009) acredita, ainda, que as células estão permanentemente metabolizando as experiências diárias e o modo de sentir o mundo. Se este for captado como mau e ameaçador, ou se for escolhido apenas o que tem de negativo para ser olhado, toda a tristeza será projetada em diferentes partes do corpo. Ao considerar que o corpo e o espírito estão em constante diálogo, com trocas entre si, que podem alimentar ou destruir a ambos, o autor coloca como importante cada um estar consciente sobre o que sente e o que é incômodo e o que o deprime e rouba sua felicidade.

Na experiência com a clínica psicológica, percebe-se que a pessoa, quando não tem expectativas de melhora, pode arrasar seu sistema psicológico e imunológico e psicossomatizar as dores e os desamores. Em contrapartida, aquela que tem força espiritual, tem um prognóstico favorável e responde mais rápido ao tratamento.

Para Cury (2014), em seu livro *Ansiedade: como enfrentar o mal do século*, identificar os sintomas que possam estar perturbando o corpo, o sono e o bem-estar exige fazer uma leitura do sentido existencial que cada um busca para sua vida, como administra suas emoções e se conhece, caso contrário, tem grande chance de ficar intocável e de levar seus conflitos para o tûmulo. Entende que, nesse mapeamento, com humildade, cada um pode encontrar diferentes sentimentos e respostas, mesmo aqueles que não o desejam. Mas, para isso ocorrer, é necessário acreditar que vale a pena e que o problema pode ser superado. É preciso ter fé e esperança.

Tornar-se humano, numa busca constante do sentido existencial, exige escutar os desejos e ser o autor da própria história, ter o coração e a mente orquestrando em sintonia. Porém, quando existe um abandono da motivação para o viver, qualitativamente percebe-se o declínio de funções importantes, que dificultam que o Adulto Maduro mantenha capacidades, entre elas, a autonomia e a independência. O passo seguinte é a evolução para quadros psicopatológicos mais complexos, que influenciarão na qualidade de vida física, psicológica e espiritual.

Para diferenciar das patologias orgânicas, Balbinotti & Teixeira (apud Balbinotti, 2009) apresentam a classificação de três quadros que definem as principais psicopatologias do Adulto Maduro.

1º. *Quadro*: refere-se às descompensações que são encontradas em muitos indivíduos que tiveram um aparente equilíbrio psíquico até a meia idade. Entretanto, na transição para a etapa seguinte, segun-



do Bergeret (1988), devido a situações estressantes, perda da motivação e do sentido existencial, muitas vezes decorrentes de acontecimentos reais, como a aposentadoria, menopausa, andropausa, saída dos filhos de casa, morte de pessoas próximas, o equilíbrio se rompe (des-compensa), e o psiquismo, invadido por uma angústia aguda, apresenta estados paradoxísticos e transitórios que gerarão um estado de desorganização descompensatória.

2º *Quadro*: as desafetações envolvem perturbadores desinvestimentos da realidade afetiva (des-afetos) e espiritual do indivíduo, com um empobrecimento dos vínculos afetivos e valores transcendentais, o que torna sem sentido o seu mundo e os seus relacionamentos. Essas dificuldades impedem a realização de satisfações narcísicas e podem acarretar uma desafetação parcial, ou até total, com isolamento do mundo que o cerca.

3º. *Quadro*: a desmentalização pode ser compreendida a partir do que McDougall (1983) discorre sobre a importância dos afetos. Ela entende que os afetos, por serem os principais mensageiros entre o corpo e a mente, quando sofrem a destruição de muitas representações psíquicas – ou talvez de todas elas – que acompanham a estimulação afetiva, podem resultar numa divisão radical entre psiquismo e soma (des-mentaliza). Os indivíduos, nesse caso, ficam presos ao que Freud (1923/1969) designou como “Princípio de Nirvana” (declínio de ansiedades que são necessárias para o erotismo das pulsões de vida) e, conseqüentemente, perdem as capacidades psicológicas e intelectuais, como a memória. Esses

longevos não sonham, não desejam, muito menos fantasiam ou manifestam a crença de que algo superior exista e possa auxiliá-los através da fé. Como recursos necessários ao envelhecimento, o corte das ligações psíquicas destrói as mensagens e sua significação, e gradativamente vai destruindo o psiquismo, e isto é a morte da mente.

Para Hay (1984), autora do livro *Você pode curar sua vida*, a saúde ou a doença dependem de como cada um administra seu destino. Ela afirma que, por trás de uma doença ou acidente, sempre existe um pensamento ou uma crença negativa. Para ela, todos nós criamos uma realidade em nosso mundo mental (espiritual) que se materializa em nosso corpo ou na realidade concreta. Afirma ainda que atribuir a causa dos problemas à crise econômica, à frente fria, ao trânsito, à violência, ao chefe, ao marido ou à esposa, a Deus é uma forma de enganar a si próprio. A principal causa de nossos maiores problemas e infortúnios está dentro de nós mesmos: em nossos pensamentos, em nossas crenças e em nossa ausência de espiritualidade.

Se adotarmos essa lógica – a de que é na própria subjetividade que o mundo ideal de cada um poderá existir – estaremos preservando o direito à realização dos desejos, das fantasias e dos sonhos, necessários à preservação dos afetos, da saúde e do bem estar no mundo que cada um fantasia para si. Porém, se acreditarmos que existe algo superior, a capacidade humana que transcende o tangível, ainda sem respostas, mas que pode oportunizar um sentido de conexão com alguma coisa maior que ele próprio, os sentimentos de que não se morre com a pró-

pria morte fortalecerão a crença de que é possível transcender.

Por todas essas constatações, percebe-se que os anos vividos não subtraem a necessidade de gratificação e, independentemente da idade, as pessoas não perdem a capacidade de desejar, de buscar e usufruir do prazer, de ter esperança e fé, porque estes sentimentos fazem parte do viver e estão relacionado com tudo o que pode ser abrangido pela palavra amor, e todas as formas que as pessoas utilizam para obtê-lo. O amor, através das diferentes representações, como a espiritualidade, é o motor que movimenta a vida e é responsável pela criatividade do homem em todas as épocas.

Para o idoso, ser reconhecido, valorizado, respeitado, olhado, poder expressar-se, opinar e contribuir com o que aprendeu, são formas de participar de um mundo ideal, porém muito real, porque pode ser justo, integrativo e palpável. Ao contrário, a descrença propicia a exclusão, e a ociosidade mata a capacidade de amar; e sem amor não existe saúde, nem espiritualidade, nem sonhos e muito menos uma vida longa.

Como afirmou Nietzsche, “se houver amor em sua vida, isso pode compensar muitas coisas que lhe fazem falta. Caso contrário, não importa o que tiver, nunca será o suficiente”.

## **5 A MORTE: SIGNIFICADOS E ASSINALAMENTOS**

A busca de significados para a morte como decorrência da finitude humana remete à compreensão do sentido da vida e dos assinalamentos (marcas

indelévels que cada um deixa) que não morrem com o indivíduo, pois estas transcendem.

Presente desde a concepção, a morte se constitui em um dos principais paradoxos emocionais e existenciais, uma vez que, a partir do nascimento, o *relógio biológico* (herança biológica) é acionado em direção à contagem regressiva, parando somente quando cumprir sua tarefa. Encontrar diferentes sentidos para o viver, utilizar de forma adequada os potenciais herdados, em busca do bem-estar e dos afetos prazerosos, são alguns dos indicadores que auxiliam o referido *relógio* a chegar ao final, isto é, a não antecipar a morte.

Ao se pronunciar sobre o envelhecimento, por ocasião do Ano Internacional dos Idosos, em 1999, a Organização Mundial da Saúde (OMS) revelou que a maioria das pessoas está alcançando a última etapa da vida, mantendo boa forma e capacidade de cuidar de si. Foi salientado que apenas uma minoria, com idade avançada, estaria incapacitada a ponto de requerer assistência nas atividades do cotidiano. Pode-se presumir que estas pessoas estariam abandonando a vida muito antes de morrer, estariam apenas sobrevivendo.

A respeito disso, a OMS entende que o envelhecimento humano deve ocorrer com o mínimo de incapacitações e limitações, salientando que o atendimento de necessidades, a partir de planos de atenção continuada, são alguns dos principais fundamentos que facilitam a realização de projetos pessoais, e as políticas públicas devem ser direcionadas para os cuidados e a preservação da saúde em detrimento da morte prematura.

As estatísticas realizadas por essa Organização têm confirmado um avanço nessa direção. A cada ano, os achados indicam que, nos países desenvolvidos, a incapacitação grave, entre os idosos, está declinando a uma taxa de 1,5% ao ano. Como exemplo, são citados os Estados Unidos, cujas previsões até 2050 apontam que o número de idosos deficientes será reduzido pela metade.

Encontrar a receita certa para alcançar uma longevidade que não seja sinônimo de déficit e doenças significa conscientização, sabedoria, maturidade e espiritualidade na utilização dos potenciais herdados e administração do viver, principalmente em relação ao paradoxo: “para morrer, basta estar vivo”.

Usufruir de toda a potencialidade que o *relógio biológico* traz, sem interrupções prematuras, exige não temer a morte, mas sim, temer uma vida mal vivida ou não vivida – apenas sobrevivida.

Segundo Moody (2002), o aumento da longevidade apresenta algumas questões que exigem reflexões sobre as diferentes possibilidades que os indivíduos irão enfrentar por conta de envelhecimentos prolongados e do desejo de dominar os limites da finitude. Através de assinalamentos e significados possíveis, o autor sugere um exame de questões que estão surgindo, a partir do que ele denomina de quatro “cenários para uma sociedade que envelhece”. Como uma tentativa de questionar a validade dos empenhos e das possibilidades cabíveis nos planejamentos futuros, assim como nas decisões prévias adotadas por conta dos procedimentos científicos, sugere que

se considerem medidas de acordo com a crença, a ética e a espiritualidade de cada cultura. Para tanto apresenta os seguintes cenários:

O primeiro cenário é descrito como a *prolongação da morbidez*. O autor refere que a sociedade, em um dado momento, terá que enfrentar decisões sobre o prolongamento da morbidez de seus idosos, principalmente nos estados terminais, quando estes estão com a vida prolongada por instrumentos. Nesse sentido, questiona se essa prática realmente aponta benefícios, seja para o indivíduo, seja para a sociedade. Utiliza um argumento de Carl Jung (apud Moody, 2002, s/p): “um ser humano certamente não alcançaria 70, 80 anos se esta longevidade não tivesse um significado para a espécie. O entardecer da vida humana deve ter também um significado próprio e não pode ser meramente um penoso apêndice da manhã da vida”.

No segundo cenário, Moody (2002) prevê a possibilidade de um *envelhecimento exitoso*, com qualidade de vida e redução da morbidez. Utiliza a ideia do poema de Oliver Wendell Holmes a respeito do “maravilhoso carro de um cavalo”, que foi construído de tal maneira que cada parte do mesmo “envelheceria” igualmente, não se desgastando, até que chegasse o dia em que todo o veículo se desmanchasse de uma só vez. Como uma imagem perfeita, otimista e espiritual sobre o envelhecimento, Moody enfatiza que os sinais e sintomas que aparecessem antes da idade máxima (que segundo as previsões são 120 anos) deveriam ser eliminados. Considera que o objetivo da medicina e das políticas públicas deveria ser o de lentificar o ritmo do envelhecimento o máximo possível,

evitando as doenças e o sofrimento. Porém, que no final, o corpo simplesmente *apagaria* de uma só vez, como o *maravilhoso carro de um cavalo*.

No terceiro cenário, Moody (2002) reflete sobre a *prolongevidade*, isto é, a extensão da vida resultante dos avanços da engenharia genética. Tal aspiração de estender indefinidamente a vida tem uma longa história nos mitos e nas ideologias que, na atualidade, se confundem com as ciências, quando, muitas vezes, prometem, através de processos científicos, a solução para a prolongação da vida, eternamente. Nesse cenário critica as estratégias da modernização e as ideias de progresso que buscam apenas desafiar os limites “naturais”, previstos no segundo cenário: “se 120 anos está bem, por que não ser melhor 150?”. O autor acredita que os recursos seriam melhor aplicados se fossem dirigidos para a qualidade, e não para a quantidade, para a saúde, e não para a vaidade, o que evitaria a dependência do controle tecnológico.

O quarto cenário proposto supõe que o significado da velhice estaria na aceitação da *finitude da vida* como uma condição espiritual, voluntária, pessoal e coletiva, que recusa os excessos da biomedicalização atual. Procura recapturar algumas das virtudes da ideia tradicional das “etapas da vida”. Este cenário evoca um ideal de compromisso vital e a preocupação dos idosos pelo bem-estar das gerações futuras. Salienta que, como um movimento ecologista que busca uma linha ética para o meio ambiente, a longevidade igualmente pode restringir-se razoavelmente por razões de solidariedade ou justiça intergeracional. O bem comum e as necessidades das gerações futuras

devem considerar os valores que sustentam a limitação da longevidade em qualquer geração. As políticas de destino e cuidados da saúde na velhice deveriam incluir tais valores, favorecendo programas sociais preventivos, tais como cuidados de saúde hospitalar ou domiciliar. Mostram-se contrários às intervenções de alta tecnologia médica que exigem recursos e benefícios de custos elevados para o uso de drogas experimentais, que ele denomina de “protocolo-compaixão”, cujos benefícios limitados favorecem casos isolados.

Seja qual for o cenário escolhido, refletir sobre os significados e assinalamentos que a morte desperta envolve incluí-la nos projetos de vida, com a profundidade e conscientização necessárias, a fim de que os recursos biológicos, psicológicos, sociais, culturais, espirituais e tecnológicos possam ser desenvolvidos e direcionados em benefício da vida do idoso e para aquela que ainda está por ser vivida. Isso evitará procedimentos com altos custos e riscos, em todos os sentidos, na expectativa de ludibriar o envelhecimento e a morte.

## **CONCLUSÃO**

A longevidade humana e o aumento de pessoas com mais idade, que integram a fase denominada de Adulto Maduro (para diferenciá-la do Adulto Jovem), é uma realidade que veio para ficar e representa um grande desafio para as sociedades, os governantes e o próprio indivíduo na busca de um convívio adequado. Isso exige, entre outras coisas, que esses cida-



dãos possam viver com dignidade, qualidade de vida e felicidade, com necessidades imprescindíveis para a saúde integral atendidas. Para tanto, é importante olhá-los a partir de uma visão integradora que contemple os aspectos biológicos, psicológicos, sociais, culturais e espirituais, a fim de que estes usufruam ao máximo possível de uma vida saudável, com sentido próprio.

Na atualidade, a espiritualidade passou a ser objeto de estudo das ciências humanas, e a Organização Mundial de Saúde (OMS) considera-a indispensável para definir o conceito de saúde integral, junto às dimensões corporais, psíquicas e sociais. É considerada uma poderosa força que possibilita a prevenção e a recuperação da saúde integral, a partir da busca constante de significados existenciais, fundamentados em conceitos que transcendem o tangível. A espiritualidade oportuniza a conexão com alguma coisa maior que a própria pessoa, e que conforta e auxilia no enfrentamento dos limites que a finitude impõe.

Na história da humanidade, a espiritualidade tem sido representada através das crenças, dos mitos e das religiões e sempre foi de grande importância na benéfica evolução dos indivíduos e dos grupos humanos, principalmente para encontrar respostas e o comedimento necessário para abrandar as ansiedades e os medos que acompanham o homem.

Os estudos atuais indicam também que a capacidade espiritual de uma pessoa, além de interagir no funcionamento biológico, tem o poder de neutralizar o processo do envelhecimento ou, na sua ausência,

de intensificar os desconfortos com mais sofrimentos e doenças. Por isso, torna-se importante que os profissionais atentem para o fato de que o olhar empático oportuniza uma compreensão integradora do idoso e evita despsicologizá-lo. Ao avaliarem apenas o corpo biológico como a condição principal para o diagnóstico e tratamento, perderão a oportunidade de auxiliar a pessoa idosa nas diversas dimensões psicológica e espiritual, o que possibilita estabelecer a diferença entre viver o envelhecimento ou apenas sobreviver a ele.

A experiência com a clínica psicológica ensina que a pessoa não espiritualizada pode arrasar seu sistema psicológico e imunológico, psicossomatizando as dores e os desamores. Em contrapartida, aquela que tem força espiritual tem um prognóstico favorável e responde mais rápido ao tratamento.

A espiritualidade faz parte do comportamento do indivíduo, durante todo o ciclo existencial, uma vez que envolve, entre outras atividades, o perceber, o pensar, o conceber e o sentir, a fé e o acreditar.

O envelhecimento, quando em harmonia com a espiritualidade, possibilita viver a vida como uma sinfonia, com sensibilidade e melodia, com momentos intensos, emocionantes e transformadores, para a busca constante da arte de viver, para um viver com arte.

## REFERÊNCIAS

BALBINOTTI, H.; Teixeira, A. *Uma reflexão sobre a sexualidade dos adultos maduros a partir de novos paradigmas*. Trabalho apresentado no evento “Psicoanálisis y Psicoterapia de La Tercera Edad”, da Asociación Psicoanalítica Argentina – APA. Buenos Aires, 1999.

BALBINOTTI, Helena B. F. *Espelho, espelho meu... o que vejo sou eu?* São Borja, RS: Conceito, 2009. p. 142-143.

BERGERET, J. *A personalidade normal e a patológica*. Porto Alegre: Artes Médicas, 1988.

CHOPRA, Deepak. *Saúde perfeita*. Rio de Janeiro: Best Seller, 2009. p. 75-140.

CURY, Augusto. *Ansiedade: como enfrentar o mal do século?* São Paulo: Saraiva, 2014. p. 25-51.

FREUD, Sigmund. (1916). Sobre a transitoriedade. In: \_\_\_\_\_. *Obras completas de Sigmund Freud*. Rio de Janeiro: Imago, 1969. p. 345-348.

\_\_\_\_\_ (1923). *O ego e o id*. In: \_\_\_\_\_. *Obras completas de Sigmund Freud*. Rio de Janeiro: Imago, 1969. p. 32-41.

HAY, L. L. *Você pode curar sua vida*. São Paulo: Best Seller, Ed. 1984.

IBGE. Dados publicados no jornal O Sul, de 30.11.2013, p. 8.

IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística 2012. Censo Demográfico. Disponível em: [www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/estimativa2012](http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/estimativa2012). Acesso em: 23 set. 2013.

IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística 2010. Disponível em: [www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/estimativa2010](http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/estimativa2010). Acesso em: 22 jun. 2014.

MOODY, H. S. *Envejecimiento, significado y asignación de recursos*. Aula ministrada no Curso de Pós-graduação do Curso de Psicogerontologia da Facultad Latinoamericana de Ciências Sociales (Flacso), Buenos Aires, Jun. 2002.

ROLLA, A. M. S.; ROLLA, X. *Novas técnicas grupais*. Trabalho apresentado na V Jornada do Departamento de Adultos Mayores – Asociación Psicoanalítica Argentina (APA), Buenos Aires, Jun. 2008.

ZIMERMAN, David. E. *Bion da teoria a prática*, Porto Alegre: Artmed, 2<sup>a</sup>. Ed. 1995, p.121-132

\_\_\_\_\_. *Os quatro vínculos: amor, ódio, conhecimento, reconhecimento na psicanálise e em nossas vidas*. Porto Alegre: Artmed, 2010, p.43-46

# PLURALIDADE ESPIRITUAL VIVENCIADA POR PESSOAS IDOSAS QUE SE AUTODENOMINAM SEM RELIGIÃO

Maria Consuelo Oliveira Santos<sup>1</sup>

**Resumo.** A proposta do artigo é apresentar novas configurações espirituais por parte de pessoas idosas, entre 65 e 85 anos, em algumas cidades do Brasil, do México e da Espanha. Este é um fenômeno que vem crescendo em nosso país, assim como nos outros dois citados. Considerei que as novas configurações espiritualistas poderiam ser compreendidas no âmbito do fenômeno da Nova Era que anuncia possibilidades criativas e interpretativas na construção de espiritualidades que se identificam pela heterogeneidade, nas imbricações sucessivas que promovem a construção de identidades espirituais híbridas e, portanto, sincréticas. Considero o sincrético no âmbito da dinâmica interativa, nas acepções criativas e na transversalidade das construções socioculturais.

**Palavras-chave:** Pessoa idosa. Religião. Espiritualidade. Nova Era.

---

1 Doutora em Antropologia Social e Cultural, Universitat Autònoma de Barcelona (UAB) e Rovira i Virgili (URV), Espanha. Pós-doutora pela Universidad Autónoma de Nuevo León, México. Mestrado em Educação pela Universidade Federal da Bahia (UFBA). Licenciada em Letras e em Filosofia, pela Universidade Estadual de Santa Cruz (UESC). Pesquisadora do Núcleo de Estudos Afro-Baianos Regionais (KAWE) e Núcleo de Estudos do Envelhecimento (UESC). Integrante da equipe de professores do curso de Especialização em Dança I da Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN). E-mail: <consuelo.oliveira@gmail.com>.

## SPIRITUAL PLURALITY EXPERIENCED BY ELDERLY PEOPLE WHO CALL THEMSELVES WITHOUT RELIGIONV

**Abstract.** The purpose of this article is to present new spiritual configurations by elderly people, between 65 and 85 years old, in some cities of Brazil, Mexico and Spain. This phenomenon has been growing in our country, as well as in the other two mentioned. I considered that the new spiritual configurations could be understood within the scope of the New Age phenomenon that announces creative and interpretative possibilities in the construction of spiritualities that are identified by the heterogeneity, in the successive imbrications that promote the construction of spiritual, and therefore syncretic, spiritual identities. I consider the syncretic in the scope of interactive dynamics, in creative meanings and in the transversality of sociocultural constructions.

**Keywords:** Elderly people. Religion. Spirituality. New Age.

## PLURALIDAD ESPIRITUAL VIVIDA POR PERSONAS MAYORES QUE SE AUTODENOMINAN SIN RELIGIÓN

**Resumen.** La propuesta del artículo es presentar nuevas configuraciones espirituales por parte de personas mayores, entre 65 y 85 años, en algunas ciudades de Brasil, México y España. Un fenómeno que viene creciendo en nuestro país, así como en los otros dos citados. Consideré que las nuevas configuraciones espiritualistas podrían ser comprendidas en el marco del fenómeno de la Nueva Era que anuncia posibilidades creativas e interpretativas en la construcción de espiritualidades que se identifican por la heterogeneidad, en las imbricaciones sucesivas que promueven la construcción de identidades espirituales híbridas y, por lo tanto, sincréticas.

Considero el sincrético en el ámbito de la dinámica interactiva, en las acepciones creativas y en la transversalidad de las construcciones socioculturales.

**Palabras-clave:** Persona mayor. Religión. Espiritualidad. Nueva era.

## PLURALITÉ SPIRITUELLE VÉCUE PAR LES PERSONNES ÂGÉES ILS SE DISENT SANS RELIGION

**Résumé.** Le but du document est de présenter les nouveaux paramètres spirituels par des personnes âgées entre 65 et 85 ans dans certaines villes du Brésil, du Mexique et de l'Espagne. Un phénomène qui se développe dans notre pays, ainsi que les deux autres mentionnés. Je considérais que les nouveaux paramètres spirituels pourraient être compris dans le contexte du phénomène New Age publicité possibilités de création et d'interprétation dans la construction de spiritualités qui sont identifiés par l'hétérogénéité des chevauchements successifs qui favorisent la construction des identités spirituelles hybrides et donc syncrétique. Je considère que la syncrétique dans la dynamique interactive, les sens créatif et l'intégration des constructions socio-culturelles.

**Mots-clés:** Aîné. Religion. Spiritualité. New Age.

### INTRODUÇÃO

Quando comecei a me interessar pelo tema espiritualidade na velhice pensei em me dedicar, inicialmente, à existência dos que não participam de nenhuma religião e também descrentes de realidades

supra terrenas. Minha intenção era compreender o que significava, na velhice, não ter nenhum tipo de crença espiritual. Mas esta primeira intenção ficou colocada à espera. Acabei decidindo por observar certos aspectos da dinâmica espiritual em pessoas que se autodenominam espiritualistas e sem religião, um fenômeno que vem crescendo em nosso país, assim como no México e na Espanha.

É no âmbito das diversas possibilidades que este termo proporciona, que tenho observado novas significações espirituais entre pessoas de 65 a 85 anos, que vivenciam, em seus cotidianos, os mais diversos sentidos de espiritualidade. Observo que é uma proposta preliminar de investigação que vem sendo realizada a partir do contato com pessoas do meu entorno e com aquelas que foram indicadas por pessoas amigas. Entretanto, os dados preliminares já nos permitem vislumbrar algumas situações que merecem apreço e nos indicam perspectivas interessantes, o que me permitiu considerar que seria pertinente disponibilizá-las neste artigo.

Venho reunindo dados de conversas pessoais, troca de mensagens por *e-mails* e *WhatsApp* tanto audíveis como por textos em tempo real; também tenho observado mensagens que me enviam, *posts*, *movies* e outros. Atualmente, tenho mantido contato com 16 pessoas, 13 mulheres e três homens, sendo duas da Bahia, três de São Paulo, quatro de Curitiba, um de Monterrey, México, e seis de Barcelona, Espanha. A escolaridade dos mesmos é ensino médio ou superior, com formação religiosa inicial católica e todos aposentados. Os nomes serão trocados para preservar suas identidades.



No Brasil, o número dos que se dizem sem religião é, atualmente, significativo, enquanto na década de 60 era uma categoria com pouca expressão, quando apenas 0,5% se dizia sem religião. Segundo o IBGE (2010), o Censo 2010 também registrou aumento entre a população que se declarou sem religião: em 2000 eram quase 12,5 milhões (7,3%), e em 2010 ultrapassou 15 milhões (8,0%). Um crescimento, portanto, considerável. No mesmo censo, “os católicos passaram de 73,6%, em 2000, para 64,6%, em 2010”, representando, junto com os sem religião, 9,7% de toda a população masculina e 6,4% da feminina. Schwartsman (2011), comentando no jornal Folha de São Paulo, expõe:

Embora o grupo seja em geral identificado com ateus e agnósticos, trata-se de uma rubrica bem mais ampla, que inclui quem migra de uma fé para outra ou criou seu próprio "blend" de crenças. Em comum, têm apenas o fato de não pertencer a nenhuma instituição e não ter medo de dizê-lo em alto e bom som.

Realmente tem sido essa a realidade que venho encontrando. As pessoas que se dizem sem religião, entre aquelas com quem conversei, não necessariamente são descrentes, ou seja, os que não têm religião podem acreditar em outras realidades espirituais. Percebi, então, que havia uma grande complexidade no que denominamos pessoas sem religião e que se autodenominam espiritualistas.

Na Espanha, Mafría (2015) aponta que 69,3% da população espanhola se declara católica, embora somente 13,7% vá à missa aos domingos; 1,9% sejam crentes de outras religiões, 16% não crentes e 10,3% ateus, segundo os dados do mês de janeiro de 2015, do *Centro de Investigaciones Sociológicas (CIS)*, revelando um descenso da religião católica. Enquanto isso, no México, segundo o *Animal Político* (2016), que se fundamenta em dados do *Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI)*, pode-se verificar que há quinze anos a população se identificava com o catolicismo, com um percentual de 88%, e no último censo, diminuiu para 82,9%. Também observa a presença de outras religiões e o aumento dos que se declaram ateus e dos que rejeitam declarar a religião, que em 1970 era 1,6%, 40 anos depois representam 4,6%.

Como se percebe, há variáveis muitos significativas que requerem estudos aprofundados, mas que, neste momento, apenas sinalizo a mudança que vem ocorrendo nos três países apontados, no que se refere à diminuição do catolicismo e crescimento de alternativas religiosas, espirituais ou negação de qualquer tipo de credo. Assim sendo, este texto é uma pequena mostra de um tema com muitas nuances de transformações que estão acontecendo em nível do sujeito, assim como em termos socioculturais, sem erigir disjunções.

## **2 RELIGIÃO X ESPIRITUALIDADE**

Inicialmente, destaco o que Celich Zenevich e outros (2008, p. 179) apontam para a noção de espiritualidade: “o termo “espiritualidade”, proveniente

do latim *spiritus*, que significa sopro de vida, envolve a busca por um significado na vida por meio de conceitos que transcendem o tangível”. Neste sentido, espiritualidade pode ou não estar vinculada a uma experiência religiosa. Já Teixeira (2005, p. 15) realça que

A espiritualidade não é algo que ocorre para além da esfera do humano, mas algo que toca em profundidade sua vida e experiência. A espiritualidade traduz a força de uma presença que escapa à percepção do humano, mas ao mesmo tempo provoca no sujeito o exercício de percorrer e captar esse sentido onipresente. Daí se poder falar em experiência espiritual enquanto movimento e busca do sentido radical que habita a realidade.

Também esta concepção de espiritualidade não estaria distante da vinculação religiosa. Enquanto os autores Saad, Masiero e Battistela (2001, p. 108), fundamentando-se em Underwood-Gordon e outros (1997), propõem a distinção entre as referidas noções:

Religiosidade e espiritualidade estão relacionadas, mas não são sinônimos. Religiosidade envolve um sistema de culto e doutrina que é compartilhado por um grupo, e, portanto, tem características comportamentais, sociais,

doutrinárias e valorais específicas. Espiritualidade está relacionada com o transcendente, com questões definitivas sobre o significado e propósito da vida, e com a concepção de que há mais na vida do que aquilo que pode ser visto ou plenamente entendido.

Neste sentido, a especificação do fenômeno religioso estaria vinculada à noção clássica de religião de Durkheim (2003, p. 32), para quem “uma religião é um sistema solidário de crenças e de práticas relativas a coisas sagradas, isto é, separadas, proibidas, crenças e práticas que reúnem numa mesma comunidade moral, chamada igreja, todos aqueles que a ela aderem”.

Dizer-se espiritualista, portanto, seria considerado uma concepção mais aberta e que se refere à vivência do transcendente em suas diversas formas de expressão. Boff (2001) enfatiza que as pessoas que se dizem espiritualizadas cultivam o espaço sagrado, do espírito, mas não necessariamente estão vinculadas a uma religião.

À primeira vista, parece que a distinção entre os que são religiosos e os que são espiritualistas fica bem delimitada, e então teríamos parte da problemática resolvida. Entretanto, compreendi que não é tão evidente seguir à risca a delimitação do que seria considerado religioso, quando essa noção é percebida a partir do próprio sujeito. A atenção, portanto, deste trabalho está voltada para observar o que as pessoas consideram o que seja religioso ou espiritualista, tendo como parâmetros suas experiências subjetivas.

Pelo que encontrei, os que se dizem sem religião, proclamam-se espiritualistas, mas continuam acreditando, vivenciando e difundindo concepções religiosas. E há os que se autodenominam espiritualistas e que são frequentadores de associações ou de organizações, algumas não governamentais, mas cujas práticas são religiosas, embora estes grupos não se reconheçam como espaços religiosos e prefiram autodenominar-se como grupos filosóficos, espiritualistas e outros. Por conseguinte, os seus frequentadores também se autodenominam espiritualistas.

Esclareço que não me deterei sobre os grupos e suas práticas, pois seria outro tipo de trabalho, mas somente apresentarei declarações sobre o que seria religioso ou espiritualista partindo de perspectivas subjetivas, como foi dito antes. Assim sendo, quais as implicações das novas identidades espirituais e o que isso acarreta em termos de benefícios nas vidas das pessoas?

### **3 A VIVÊNCIA DE UMA ESPIRITUALIDADE HÍBRIDA**

A partir de conversas, diálogos e observações de elementos que me chegavam por via de meios eletrônicos, constatei que as percepções dos sujeitos individuais expandiam as noções de espiritualidade, como se observa nesta declaração de M..., residente em Curitiba:

- *Olha, Consuelo, não estou nem um pingão preocupada em colocar etiquetas. Para mim o importante é estar integrada às forças do Universo.*

*Sinto-me bem lendo um mantra ou um salmo. Posso assistir uma cerimônia budista ou de uma igreja católica. Gosto de participar de grupos de orações para o bem da humanidade, em casas de amigos. Também vou a grupos espíritas, quando sinto vontade. Não sou seguidora de nenhuma religião, gosto de aspectos que são abordados nos lugares que vou passando. Sinto-me espiritualista, pois vou buscando coisas que me fazem bem. Acho que ao me deixar aberta e sem as regras religiosas, a minha visão da vida é outra. Sinto-me livre para poder seguir o que me faz bem.*

Diante do exposto, ficou evidente um tipo de espiritualidade híbrida, devido à pluralidade de concepções que se imbricam. Uma percepção que agrega uma multiplicidade de perspectivas como um caleidoscópio, cujas palavras chave são o sentir-se bem, estar fortalecido e integrado ao universo. O preceito principal deste tipo de espiritualidade é o de abertura e absorção de noções espirituais que se mesclam e se constituem na diversidade.

Constatee que outras declarações seguiam o ritmo de junção de elementos heterogêneos e foi assim que considerei que essa explosão de significações poderia ser considerada a partir da dinâmica das imbricações no âmbito do fenômeno New Age/Nova Era. Desse modo, considerei que o mesmo poderia nos indicar algumas pistas, pois a existência de ideias da Nova Era se verifica exatamente através da pluralidade de construções em que o nomadismo, a errância e a ruptura com uma fê anterior são indicadores de sua constituição como fenômeno sociocultural.

#### 4 A NOVA ERA E AS NOVAS VIVÊNCIAS ESPIRITUAIS

O fenômeno da Nova Era surge no século XX como um processo de convergência discursiva e de práticas entre concepções orientais e ocidentais. O movimento da contracultura na década de 60 foi um dos grandes difusores deste fenômeno e possibilitou o fluxo entre correntes e que estas fossem disseminadas mais amplamente. Entretanto, como observa Magnani (2000, p. 12), as origens da Nova Era são bem anteriores e podem ser encontradas no transcendentalismo norte-americano do século XIX, que se explicita na teosofia e em correntes esotéricas e ocultistas de origem europeia. Nesta mesma obra, Magnani (p. 50) ressalta:

No contexto da Nova Era as fronteiras não são rígidas e o critério ou autoridade que referenda as escolhas reside, em última instância, no íntimo de cada um, mesmo nos casos de membros das sociedades iniciáticas que apresentam uma estrutura mais hierarquizada e um perfil mais religioso.

A Nova Era se expressa por múltiplos entrecruzamentos, mediante uma pluralidade de práticas terapêuticas, alimentação natural, massagens, técnicas de respiração e meditação, rituais aos quatro elementos da natureza e tantos outros. Tudo isso entrelaçado com significações que permitem uma liberdade espiritual em atividades como, por exemplo, rituais para os deuses da Índia, à Mãe Terra, aos seres angelicais, aos

mestres ascensionados, dentre outros. O caráter sintético da Nova Era torna-se visível, como observa Oliveira (2011, p. 66) “para além de uma sobreposição de crenças e práticas religiosas, o sincretismo representa uma hibridização cultural, alocada no plano social, são os contextos nos quais se situam os atores sociais que possibilitam a elaboração sincrética”.

Sabemos que o conceito de sincretismo gera muitas discussões e não é o caso nos adentrarmos nesse debate. Somente enfatizo que me refiro a um conceito de sincretismo na linha de autores que propõem que todas as religiões são sincréticas, assim como as culturas. Têm uma relação com as hibridações, reelaborações com as diferenças, mas sem cristalizá-las, como defende Canevacci (1996). Uma noção de sincretismo que não diminui nenhum conhecimento nem identidade, mas que se posiciona na mobilidade interativa, nas acepções criativas e na transversalidade de qualquer construção sócio-histórico-cultural (OLIVEIRA, 2013, p. 35).

Embora o fenômeno da Nova Era tenha sido apresentado, aqui, de um modo muito sintético, o que não expressa a sua complexidade, atrevo-me a destacar que o tipo de espiritualidade que está sendo desenhada pelas pessoas idosas com as quais tenho mantido contato, se configura nesta direção e, portanto, é um fenômeno social que ainda não se esgotou e continua colorindo-se na atualidade com construções bastante singulares.

Considero que este caminho pode ser um dos balizadores para a compreensão do que se passa no momento contemporâneo em termos de modalidades



espirituais, com suas hibridações possíveis e criativas, possibilitando um fluxo incessante de processos de grande expressividade. Outro aspecto é a ênfase na dimensão interna, como sinalizou Magnani, que implica em experiências emocionais e estas são condições para a integração dos sujeitos com a vida e em contínua ressignificação.

Creio que as múltiplas vivências, entrecruzadas, imbricadas, permitem vislumbrar o que vem sucedendo com pessoas idosas que romperam com suas crenças católicas para vivenciar outras modalidades espirituais, principalmente pelo desejo de liberdade de construir suas próprias identidades espirituais ao reconfigurar noções, sentidos, e possibilitar, a elas mesmas, novas experiências.

## **5 CATEGORIAS ENCONTRADAS**

Um dos aspectos constantes em todos os depoimentos foi o da influência cristã católica desde a infância. Disseram que a formalidade religiosa que implica em uma série de imposições, padrões morais e dogmas não condizia mais com as suas perspectivas de vida. Praticamente todas consideraram que as mudanças foram acontecendo até o momento em que os aspectos religiosos formais ficavam apenas no exercício de algumas cerimônias, como o batismo, casamento e missa de corpo presente, por exemplo, isto mais como uma resposta a certos requerimentos sociais que propriamente por adesão interna. Somente uma revelou que as circunstâncias de vida a distanciaram da religião católica,

mas continuava praticando as ideias aprendidas desde a infância, embora se considerasse sem religião, como veremos.

O surpreendente é que em uma pequena mostra, ficou evidenciada uma variedade de modalidades experienciadas por cada sujeito. Isso confirma a amplitude do tema e a necessidade de revisão de padrões, bem como atenção naquilo que realmente as pessoas idosas estão vivenciando em seus cotidianos. A seguir, apontarei as categorias que se delinearão a partir das conversas, mas chamo a atenção para o fato de que não significa que uma pessoa se limite a alguma modalidade específica, em alguns casos. As pessoas que participam de uma vertente também podem compartilhar de outras expressões espirituais. O que tentarei demonstrar refere-se à variedade de modalidades e como esses processos pessoais possibilitaram a construção de outras identidades espirituais.

- **Os não-praticantes que se dizem não-religiosos**

Refere-se à modalidade das pessoas que continuam aceitando uma série de postulados religiosos católicos, mas não participam de algum grupo religioso. Maria e Cleonice, residentes em Curitiba, declaram que deixaram de frequentar as atividades formais de um templo físico, mas continuam seguindo, cada uma à sua maneira, o que foi aprendido desde a infância:

- *Olha, na verdade não gosto de estar ligada a qualquer religião. Fui católica durante muitos*

*anos e não aceito uma série de situações, não aceito o elitismo dentro da igreja, as normas ultrapassadas, mas o certo é que continuo com as minhas crenças em Jesus Cristo, em Nossa Senhora, nos santos, nos anjos [...] leio a Bíblia, faço as minhas orações diárias e muitas outras coisas. Não me digo católica, nem religiosa, mas sim seguidora das idéias de Cristo. Gosto muito do Papa atual e seus posicionamentos e cheguei até a comprar um livro sobre ele.*

- *Se não tivesse uma crença em Nosso Senhor, não sei o que seria de mim. Tive uma vida muito difícil e foi com a minha fé que superei muitas coisas. Fui católica, desde a infância, mas meu marido era protestante e tentou me levar para a sua igreja e não me adaptei. Também pelo pouco tempo, tendo que cuidar dos filhos, acabei não indo a nenhuma igreja. Hoje, não me vejo religiosa, pois não sou praticante e então digo que não tenho nenhuma religião, mas continuo acreditando no que considero que é bom e tento praticar os ensinamentos que aprendi.*

Percebe-se que o não participar de uma instituição determinada pode ser compreendido com o não ser religioso. A religiosidade, para estas duas pessoas, tem que necessariamente estar vinculada fisicamente a algum templo católico, embora seus arcaísmos ideológicos sejam fundamentados nas ideias que lhes foram passadas desde a infância e, portanto, fazem parte de suas identidades atuais. O não participar de um templo religioso, concreto, se dá por circunstâncias de vida, como vimos em uma declaração, embora os ensinamentos religiosos continuem sendo balizadores do comportamento.

- **Crença em um espírito que gera a vida**

Outra categoria é de crença no espírito, que cria tudo e que envolve a tudo e todos. Uma visão holística e integradora:

- *Creio no espírito criador de tudo, que envolve a tudo e todos. Acredito também em energias positivas e negativas. Para mim, o mais importante na vida é tentar equilibrar estes dois lados. O nosso trabalho espiritual é gerar energias positivas para nós mesmos, para nosso entorno e para o Universo. Sempre que me desperto agradeço por toda existência e envio luz para todos os seres do Universo, pois sei que estamos interligados pelo espírito primeiro que nos criou.*
- *Procuró estar em harmonia com o universo. Penso que há uma origem que nos deu vida. Não gosto de pensar em um Deus, pois seria personalizar a existência de algo que é um muito mais amplo, que não tem corpo e nem face, que nos abraça completamente. Somos todos oriundos de uma criação única, de um espírito único. Somos todos seres espirituais.*

Essas declarações são de Magnólia e Jurema, residentes em São Paulo, que participam de vários grupos espiritualistas naquela cidade. Elas me disseram que se sentem bem conhecendo distintos grupos, principalmente aqueles que oferecem muitas possibilidades em um mesmo espaço, seja em cursos, palestras, dinâmicas corporais, técnicas de meditação, dentre outros. Inclusive uma delas chamou a atenção para a possibilidade de conhecer no-

vas pessoas, fazer amizades: “com a nossa idade não é fácil fazer amigos, mas consegui construir alguns laços com pessoas de grupos espiritualistas, pois também eram pessoas sozinhas, estavam viúvas ou divorciadas e até hoje nos damos bem”.

- **Mescla de fundamentos religiosos**

Esta é uma tendência no que se refere à presença de linhas de pensamento, até mesmo discordantes, mas cuja tentativa de integração de concepções é realizada por parte da pessoa, como nesta declaração de Helena, residente em Curitiba:

- *Sinto-me espiritualista mesmo porque temos muitas religiões e todas têm seus pontos positivos e podemos tirar o melhor de cada um. Nasci em berço católico e até hoje gosto de participar das novenas das quartas-feiras de Nossa Senhora, mas tem um centro Kardecista aqui perto que também gosto de ir, ouvir palestras e tomar passes de energização; gosto de conhecer sobre a filosofia Budista e Hinduísta, logo sou uma pessoa espiritualista e acredito que Deus que está em todos os lugares onde por ele chamam.*

Recordo-me que durante meses recebi várias mensagens de Helena com vários convites para atividades em diferentes grupos. Perguntei-lhe se não teria necessidade de dedicar-se mais a uma corrente de pensamento e ela me respondeu que a vida é isso mesmo, uma grande “colcha de retalhos” e que em tudo se encontra a presença do Criador. Que a sua

vida era enfadonha, pois vivia sozinha, tinha pouco contato com os seus filhos e netos e que participar de grupos variados lhe ajudava a sentir-se menos solitária. Encontrar as pessoas, compartilhar com elas certas atividades já era algo muito positivo, embora nem mesmo conversasse com os demais participantes, pois quando finalizava uma certa atividade as pessoas se despediam e ponto final. Disse-me que “somente pela companhia durante as atividades era uma grande ajuda”. Reconhecia que era uma pessoa com tendência a momentos melancólicos e participar de muitas coisas ajudavam a sentir-se melhor.

- **Espiritualidade de cunho kardecista**

Na cidade de Itabuna, no sul da Bahia, Jerusa declara sua afeição ao Kardecismo, embora não se considere atuante:

- *Não sou mais religiosa, mas acredito em Deus e faço as minhas orações. Sinto-me uma pessoa espiritualizada. Considero importante o contato com seres que já morreram e que nos visitam. Eles podem se desenvolver, assim como nós. Tivemos uma morte de um familiar muito jovem e isso abalou toda a minha família. Ir ao centro e ouvir as palestras tem me ajudado muito [...] as pessoas do centro espírita compreendem melhor a nossa dor e nos ajudam a manter a esperança que a vida não acaba aqui.*

Também naquela cidade, João valoriza o contato com a doutrina Kardecista, pois lhe permite a segurança em uma vida posterior à morte:

- *Depois que passei a frequentar as palestras em um centro kardecista tive a certeza que depois da morte continuamos a desenvolver nossos espíritos. Presenciei a contato dos seres que faleceram, através de um médium, pessoa digna e respeitada na cidade e isso me impressionou muito. Foi daí que passei a ler e participar das atividades no centro. Durante uma cirurgia muito difícil de meu filho, me disseram que ele foi acompanhado por vários seres de luz e que lhe ajudaram a permanecer na terra, pois ele ainda precisa estar aqui.*

Depoimentos que estão marcados pela necessidade de uma certeza de que a vida não se extingue e que é possível o contato com seres queridos já falecidos. Essas duas pessoas têm outros familiares que também participam de centros kardecistas e eles também foram motivados a participar de palestras, principalmente por situações delicadas que aconteceram em suas vidas ou porque eram pessoas sensíveis que necessitavam de espaço desse tipo para desenvolver seus dons espirituais. Além disso, disseram que depois de suas participações nas atividades nos centros kardecistas houve uma mudança considerável em suas vidas, pois passaram a ser mais compreensivos e tolerantes. Afirmaram que se sentem pessoas melhores e valorizando mais o que realmente interessa, pois “o tempo de futilidade já passou”, como afirmou João.

- **Integração com o Cosmos**

Nesta categoria se observa que o Criador está no próprio ser humano, tudo é fagulha do ser maior que gerou a vida, cuja declaração é de Montse, residente em Barcelona, Espanha:

- *Minha mãe era uma pessoa religiosa muito rígida e fui criada em um ambiente que tudo tinha que ser considerado pelo prisma religioso. Ela exigia até mesmo que minhas amizades também fossem da mesma religião de nossa família. Demorou muito para me libertar das noções religiosas e só aconteceu depois que já estava casada e com filhos. Isso foi acontecendo gradualmente, a sociedade foi mudando e passei a ter conhecimento de novas visões sobre o mundo espiritual, de livros que falavam de outras realidades superiores e assim quando me libertei deixei tudo do religioso para trás e me transformei em espiritualista total. Nunca mais quis saber de qualquer religião. Participo de grupos na linha da integração do ser humano com o Cosmos. Creio que somos fagulhas de uma mesma explosão, somos centelhas da divindade, e ela vive em cada um de nós.*

Nesta categoria, a pessoa se diz integrada ao Cosmos e que todos os seres são considerados como centelhas da divindade, portanto, deuses que estão no caminho da elevação espiritual, mas ainda impedidos pelo corpo físico, como me confirmou Montse, que também disse que está na condição carnal para rememorar o que já sabemos e que nascer de novo se dá para o desenvolvimento de potencialidades. Acre-



dita na reencarnação porque considera que não há morte, mas um constante renascer para que a carne possa reconhecer a sua existência eterna e um dia transformar-se em um ser divino em sua plenitude.

- **Crença em seres de Luz**

Há crença em um Governo Oculto do Mundo, que existe para ajudar a humanidade. Os vários Mestres fazem parte de uma fraternidade hierárquica denominada Grande Fraternidade Branca Universal e que estão próximos a serem humanos para ajudá-los em sua jornada de elevação espiritual. Acredita-se que cada ser humano alcançará níveis mais sutis depois de muitas encarnações, que não deixam de ser processos de aperfeiçoamento. Guadalupe, que é aposentada, mas continua realizando atividades em um centro de terapias alternativas na cidade de Monterrey, México, assim declarou:

- *Minha vida é um antes e um depois de ter encontrado os Mestres da Grande Fraternidade. Sinto que são muito carinhosos, mas também são exigentes e nos impõem disciplina para nosso autoconhecimento. Sinto muita afeição pelo Mestre Saint Germain, seus livros têm me ajudado a compreender muitas coisas. Sempre estou repetindo frases que são ensinadas por ele e também utilizo mentalmente a chama violeta, que é uma energia que modifica o negativo em positivo. São ferramentas espirituais que os Mestres disponibilizaram à humanidade. Gosto de ajudar as pessoas e me sinto muito bem fazendo isso.*

Alguns anos atrás fiz uma tentativa de pesquisa em grupos neorreligiosos na cidade de São Paulo e constatei a participação de muitas pessoas idosas que realizavam rituais para os Mestres da Fraternidade Branca Universal, principalmente mulheres. Eram grupos que tinham um conjunto de atividades encadeadas e seguidas como, por exemplo, palestras, filmes, exercícios corporais, coral, jogos de cartas, leitura de aura, rituais, depoimentos, viagens etc. Consegui estabelecer contato com algumas pessoas que me revelaram o quanto tinha sido benéfico participar desses grupos e que isto ajudava muito, principalmente na questão de sentir-se bem entre pessoas que falavam a mesma linguagem, que haviam rompido com dogmas religiosos e que agora eram felizes e não levavam o peso das exigências comportamentais em seus ombros.

- **Espiritualidade sem Deus**

São pessoas com forte ligação com a terra, com os seres animais, vegetais, minerais, mas não propõem venerar uma divindade criadora e expressam-se mais em termos de uma ética de cuidados com toda a existência. Nesta fala de Maria Teresa, residente em Barcelona, pode-se perceber isto:

- *Não me preocupo com divindades e me fixo na grandeza e beleza do Universo. Pratico yoga e procuro me alimentar saudável e às vezes vou a centros de terapias fazer meditação para desenvolver a minha força interior. Creio que o melhor na vida é praticar o bem com a gente mesma e com o outro. Somente na maturidade é que*

*fui modificando a minha forma de ver a vida e posso confessar que sou mais feliz agora que seguindo regras religiosas que me impuseram.*

Conversando com Isabel, também residente em Barcelona percebi, igualmente, que ela comunga com esse modelo de espiritualidade. Disse já ter 85anos, que está na fase do desapego total e que sua casa só tem o necessário para viver. É oriunda de uma família muito rígida e quando conseguiu se livrar do peso religioso sentiu ter sido “uma libertação”. Afirmou que agora só tem atenção para o melhor da vida, para a natureza, para os amigos, que não se preocupa com uma divindade porque o importante é viver bem e em harmonia com a vida: “Caminho no mínimo duas horas por dia, durmo bem, faço o que quero e a morte não é um problema”.

- **Leitores do Livro do Conhecimento**

Segundo a Web do Livro do Conhecimento (2017), ele foi escrito no período de 1981-1993, por Vedia **Bülent** Çorak: “A Senhora Çorak, nascida em 1923, é a porta-voz direta e única representante do Sistema no planeta. Ela recebeu o Livro não através de seu canal pessoal, mas como uma mensageira do Senhor, que está conectado ao seu canal diretamente”. Inicialmente o livro foi disseminado em fascículos até a sua publicação em livro, em 1996, nos idiomas turco e inglês O estudo do livro é realizado em grupos chamados Pontos Focais. Exponho a informação de Joana, residente

em São Paulo, e que faz parte de um desses grupos na capital paulista:

- *Depois que deixei de ser católica, fiz muitas experiências espirituais. Já passei por muitos grupos e considero que todos foram importantes nesta minha caminhada espiritual. Faz somente alguns anos que tive contato com o Livro do Conhecimento e o considero uma joia. É um livro que em si mesmo é uma ferramenta espiritual, pois foi realizado através de uma técnica especial chamada “luz, fóton, ciclone”, ainda desconhecida por nossa tecnologia. Só chega a esse livro quem superou as informações religiosas. Para mim foi muito, muitíssimo importante ter conhecido este livro [...] atualmente sou integrante do grupo que você conheceu [...] sinto que estou fazendo um trabalho importante para a humanidade, pois ao ler o livro, diariamente, tanto recebemos energias, que aumentam nossas frequências vibratórias, como enviamos o melhor de nós ao universo.*

E também a declaração de Carmen, que é uma das responsáveis por organizar um grupo em Barcelona, um Ponto Focal, e viaja com muita frequência à Turquia para participar das reuniões que são realizadas com os seguidores do livro:

- *O Livro do Conhecimento é o ponto de chegada quando a pessoa já saturou todo o tipo de informação religiosa e já está madura para enfrentar outro tipo de jornada, que é a conexão de todas as sabedorias em um único livro. Ele reúne o que necessitamos saber para a construção de um mundo melhor. É um livro muito espe-*

*cial, com uma frequência muito alta e à medida que a pessoa vai lendo vai compreendendo as coisas da vida, os seus segredos, e percebendo que cada pessoa tem um papel importante para a construção de um amanhã melhor.*

Tive a oportunidade de participar de uma reunião de um Ponto Focal no centro da cidade de São Paulo e acompanhei algumas atividades de um dos Pontos Focais em Barcelona. Jordie e Àngel fazem parte deste grupo, e me informaram sobre aspectos semelhantes aos dos depoimentos apresentados, nas últimas declarações, pois percebi que existe uma linguagem comum a todos e sempre estão falando de aspectos semelhantes.

O que também pude perceber é que as pessoas que participam desses grupos estão muito animadas com a presença do livro em suas vidas, pois é uma espécie de ferramenta espiritual considerada muito poderosa. Comentaram que a condição para se interessar por sua leitura é o fato de não ser necessário participar de qualquer religião, pois o livro é a condensação de todos os conhecimentos espirituais em um só, embora fizessem questão de frisar: “o livro não é religioso, tampouco um livro de iluminação, é um livro para abertura de consciências”.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Um dos aspectos mais ressaltados nas declarações, tanto nas expostas neste texto como nas contínuas conversas que venho mantendo com pessoas idosas que estão construindo vivências singulares, é a sensação de liberdade em conseguir livrar-se das

concepções religiosas aprendidas socialmente. São pessoas idosas que se sentem bem ao construir novas identidades espirituais.

Nesse movimento, um aspecto significativo é o poder criativo de interconexão com diferentes linhas de pensamento, mas ao mesmo tempo, conseguindo estabelecer uma linha de coesão interna por se sentirem com autonomia para ir costurando as diversas possibilidades em múltiplos caminhos espirituais e que “ao final chegamos ao mesmo ponto, no fundo estamos falando do mesmo” uma frase clichê bastante repetida e que significa a sensação de que embora os caminhos sejam diversos, a finalidade é a mesma, ou seja, o encontro consigo mesmo, a sensação de integração com a vida, com os que já partiram, com o Universo, com o ser superior e outros, como fica explícito nas declarações.

Também fica explícito o desejo de companhia, de burlar a solidão com momento com pessoas desconhecidas, mas que estão presentes e participando de algo comum. Igualmente se percebe que há um bem-estar que advém da mudança de parâmetros internos e de superação de padrões sociais. Poderíamos até falar sobre um tipo de empoderamento identitário através do sentimento de posicionar-se pelo desejo de mudança de homens e mulheres que preferiram viver seus anseios, abdicando de critérios normatizantes. É um tipo de movimento interior que tanto instala o desencantamento religioso como uma conversão contrária, ou seja, o encantamento pluriespiritual.

O que fica evidente, então, são as inúmeras possibilidades criativas no âmbito do caminho espiritual,

o de uma libertação, muitas vezes, tardia, mas significativa para o novo estar no mundo. Um processo gradativo e que pode chegar a conferir autoestima e, portanto, ocasiona uma sensação de prazer por ter conseguido reconfigurar novas interpretações sobre os seus processos internos em contato com um mundo que se modifica vertiginosamente. O fenômeno da Nova Era evidencia as aberturas sincréticas que os sujeitos idosos têm diante de si através do poder imaginativo que rompe amarras e confere novas identidades espirituais particulares.

Uma investigação como esta nos instiga para ir adiante e aprofundar o que se está redesenhando em nosso país e em outros, que apresentam índices de aceleração do processo de envelhecimento populacional e, portanto, a necessidade de revisar a participação dos idosos que estão reconfigurando espaços e identidades em todos os âmbitos sociais.

## REFERÊNCIAS

Reportagem. *Animal Político*. El número de católicos en México va a la baja; aumentan los ateos y de otras religiones, 2016. Disponível em: <<http://www.animalpolitico.com/2016/02/el-numero-de-catolicos-en-mexico-va-a-la-baja-aumentan-los-ateos-y-de-otras-religiones/>> Acesso em: 15.05.2017.

BOFF, Leonardo. *Espiritualidade: um caminho de transformação*. Rio de Janeiro: Sextante, 2001.

CANEVACCI, Massimo. *Sincretismos: uma exploração das hibridações culturais*. São Paulo: Estúdio Nobel, 1996.

CELICH, Kátia L. S.; ZENEVICZ, Leoni *et al.* A dimensão espiritual no envelhecimento com qualidade de vida. In BERTTINELLI, Luiz A.; PORTELLA, Marilene R. e PASQUALOTTI, Adriano (Org.) *Envelhecimento humano: múltiplas abordagens*. Passo Fundo, UPF Editora, 2008. p. 176-188.

CHAVES, Lindanor J.; GIL, Claudia A. Concepções de idosos sobre espiritualidade relacionada ao envelhecimento e qualidade de vida. Rio de Janeiro. *Ciência & Saúde Coletiva*, v.20, n.12, p. 3641-3652, 2015.

DURKHEIM, Emile. *As formas elementares da vida religiosa*. São Paulo: Martins Fontes, 2003.



IBGE- Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. *Censo 2010*. Disponível em: <<http://censo2010.ibge.gov.br/noticias-censo>> Acesso em maio de 2017.

NAFRÍA, Ismael. Interactivo: creencias y prácticas religiosas en España. *La Vanguardia*, 2015. Disponível em:<<http://www.lavanguardia.com/vangdata/20150402/54429637154/interactivo-creencias-y-practicas-religiosas-en-espana.html>>Acesso em: 17.05.2017.

UNDERWOOD-GORDON, Lynn;PETERS David J.;BIJURPoly e FUHRER, Marcus. Roles of religiousness and spirituality in medical rehabilitation and the lives of persons with disabilities. A commentary. *Am J Phys, Med Rehabilitation*, v.3, n.76, p. 255-7 1997.

MAGNANI, José G. C. *O Brasil da nova era*. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2000. O Livro do Conhecimento. Disponível em:<<http://brasil.olivrodoconhecimento.net/>>Acesso em 10.5.2017.

OLIVEIRA, Amurabi. Nova Era e New Age popular: as transformações nas religiões brasileirasFlorianoópolis, *Cad. Pesquisa Interdisc. em Ci-sHum-s*, v.12, n.100, p.65-85,jan/jul, 2011.

SANTOS, Maria Consuelo O. *La dimensión estética de la salud en el candomblé Ilê Axé Ijexá Orixá Olufon – sur de Bahia, Brasil*. Tesis doutoral em Antropologia Social e Cultural. Tarragona, Universitat Rovira i Virgili, 2013.

SCHWARTSMAN, Hélio. Os sem religião avançam nos extremos da pirâmide. São Paulo, *Folha de São Paulo*, 24.08.2011. Disponível em: <<http://acervo.folha.uol.com.br/fsp/2011/08/24/2/>> Acesso em: 17.05.2017.

TEIXEIRA, Faustino. O potencial libertador da espiritualidade e da experiência religiosa. In: AMATUZZI, Mauro Martins (Org.). *Psicologia e espiritualidade*. São Paulo: Paulus, 2005.p. 13-30.

# ESPIRITUALIDADE E ENVELHECIMENTO NO CONTEXTO DOS DIREITOS HUMANOS

Maristela Norato Pedroso<sup>1</sup>

Carmen Maria Andrade<sup>2</sup>

**Resumo.** A velhice é um fenômeno natural a todo ser humano, e a espiritualidade, por dar sentido à vida e às ações, está presente de forma significativa nesta fase da vida. Assim, este estudo, fruto de uma pesquisa bibliográfica, teve como questão norteadora a espiritualidade enquanto um direito humano, que pode contribuir com o envelhecimento das pessoas. O texto, ao abordar o envelhecimento, faz uma análise comparativa entre a espiritualidade e a velhice, culminando com a assertiva de uma estreita relação velhice-espiritualidade enquanto direito humano. Conclui-se que, para ser espiritualizado, independente da idade, é preciso trazer para as atividades diárias a fraternidade, o respeito e a ajuda mútua.

**Palavras-chave:** Espiritualidade. Envelhecimento. Direitos Humanos.

---

1 Especialista em Educação e Direitos Humanos. Faculdade Palotina de Santa Maria. *Email:* <carmena@brturbo.com.br>

2 Doutora em Vida Adulta e Envelhecimento Humano. Universidade Federal de Santa Maria / Faculdade Palotina de Santa Maria/RS. *E-mail:* <carmena@brturbo.com.br>

## SPIRITUALITY AND AGING IN THE CONTEXT OF HUMAN RIGHTS

**Abstract.** The old age is a natural phenomenon to the whole human, and spirituality, by giving meaning to life and actions, is significantly present at this stage. So, this study as a result from a Bibliographic Researched the following guiding question: how spirituality, as a human right, can contribute on the ageing people The text deals with aging, makes a comparative study between spirituality and old age, and culminates in old age - spirituality relationship as a human right. It is concluded that, regardless of age, to be spiritual has to bring to the daily activities fraternity, respect and mutual aid.

**Keywords:** Spirituality. Old Age. Human Rights.

## LA SPIRITUALITÉ ET LE VIEILLISSEMENT EN CONTEXTE DES DROITS DE L'HOMME

**Résumé.** La vieillesse est un phénomène naturel à tout être humain, et de la spiritualité, per donner un sens à la vie et les actions, est significativement présent dans cette étape de la vie. Cette étude, le résultat d'une recherche bibliographique, avait la question directrice suivante; comment la spiritualité comme un droit de l'homme peut contribuer au vieillissement de la population? Le texte couvre le vieillissement, fait une étude comparative de la spiritualité et de la vieillesse, et culmine dans la relation à l'âge spiritualité comme un droit humain. En conclusion, indépendamment de l'âge, d'être spirituel doit être porté à l' activité quotidienne de fraternité, de respect et d'entraide.

**Mots-clés:** Spiritualité. Vieillesse. Droits de l'Homme.

## ESPIRITUALIDAD Y ENVEJECIMIENTO EN EL CONTEXTO DE LOS DERECHOS HUMANOS

**Resumen.** La vejez es un fenómeno natural de todo ser humano, y la espiritualidad, para dar sentido a la vida y acciones, es significativamente presente en esta etapa de la vida. Este estudio, el resultado de una investigación bibliográfica, tenía la pregunta siguiente guía; cómo la espiritualidad como un derecho humano puede contribuir al envejecimiento de la población? El texto cubre el envejecimiento, hace un estudio comparativo de la espiritualidad y la vejez, y culmina en la relación edad-espiritualidad como un derecho humano. En conclusión, independientemente de su edad, de ser espiritual ha de ser reducida a la actividad diaria hermandad, respeto y ayuda mutua.

**Palabras clave:** Espiritualidad. Envejecimiento. Derechos humanos.

### INTRODUÇÃO

O envelhecimento é uma consequência da vida de todo ser humano. O fenômeno velhice é comum a todos os seres vivos, e se apresenta como a última fase do ciclo vital, caracterizado pela redução da capacidade funcional, cognitiva, afetiva e, muitas vezes, com perdas sociais, sendo um processo diferente em cada indivíduo.

Este texto, construído a partir de uma pesquisa bibliográfica, inicia abordando o conceito do envelhecimento, seguindo com uma análise comparativa sobre a espiritualidade e a velhice, culminando

com a relação velhice-espiritualidade enquanto direito humano.

O propósito do artigo é identificar a relação existente entre a espiritualidade e o envelhecimento humano no contexto dos direitos humanos, acrescentando-se como objetivos específicos a valorização do envelhecimento na perspectiva dos direitos humanos, e a relação da espiritualidade com o envelhecimento nesse mesmo contexto.

Devido à importância dessa temática, a questão que se apresenta para nortear o estudo é como a espiritualidade, enquanto direito humano, pode contribuir com o envelhecimento das pessoas?

## **2 O ENVELHECIMENTO HUMANO NA PERSPECTIVA DOS DIREITOS HUMANOS**

O envelhecimento humano é uma consequência da vida, um fenômeno comum a todos os seres vivos que atingem a última fase do ciclo vital. Na direção do que escreve Ferreira (2008, p. 218), o envelhecimento é um ato, processo ou efeito de envelhecer.

Já na concepção de Deecken (1977, p.56), o processo de envelhecer é uma difícil tarefa da vida humana, mas uma das mais belas oportunidades para o crescimento, e a evolução humana fica perdida para as pessoas que não compreendem que o processo do envelhecimento oferece ao homem um grande desafio para o amadurecimento, para o progresso humano e para a personalização.

Mascaro (2004, p. 9), ao analisar o processo de envelhecimento e a fase da velhice, esclarece que fazem

parte de nossas experiências de ser vivo. Além do que, os velhos são “personagens” reais e também fictícios em nossa vida pessoal, afetiva e intelectual. Isto porque estamos em constante sintonia com eles, tanto em nossa vida familiar e profissional, quanto por meio dos jornais, da televisão, do cinema, da literatura, da música, das artes. Podemos nos comover e aprender com suas experiências e criatividade, cada um deles transmitindo uma imagem pessoal e particular do que seja envelhecer.

Dentro dessa perspectiva, sabemos que o ser humano passa por diversas transformações, no chamado ciclo natural da vida, sendo o envelhecimento apenas mais uma etapa (MASCARO, 2004). Esse autor chega a registrar o envelhecimento como uma tarefa difícil, argumentando que é complicado determinar a idade em que a pessoa pode ser considerada idosa numa sociedade com diferentes situações sociais. Sustenta que uma pessoa pode estar com 70 ou 60 anos e aparentar 40; e que muitas pessoas, hoje com 80 anos, são alegres e bem integradas à sociedade; por outro lado, pessoas com 40 ou 50 anos podem estar desgastadas e ser consideradas velhas.

Nessa linha de pensamento, Durgante (2008, p. 55) explica que “aceitar o idoso não significa apenas compreendê-lo, mas considerá-lo um ser humano, com sentimentos e valores que norteiam suas atitudes e comportamentos”.

Mascaro (idem, p. 9) ajuda a compreender o envelhecimento afirmando que diante da diversidade de imagens da velhice, “você percebe que existem várias maneiras de vivenciar o envelhecimento e a velhice,

segundo circunstâncias da natureza biológica, psicológica, social, econômica, histórica e cultural”.

Como o “envelhecimento é um fenômeno biopsicossocial que atinge o homem e sua existência na sociedade”, como previu Vargas (1983, p. 20), o processo do envelhecimento está ligado ao maior ou menor grau de precocidade no aparecimento da velhice que, por sua vez, depende de fatores exógenos, de ordem biopsicossocial.

Novello (2002, p. 14) defende a ideia de que o envelhecimento é um processo biológico e faz parte da vida, do nascer, crescer, viver plenamente, evoluir e morrer.

Embora com o passar dos anos ocorram modificações no ser humano, o envelhecimento não pode ser evitado pela Gerontologia<sup>3</sup>, pois sua finalidade é reduzir o déficit orgânico e os problemas que eventualmente poderão surgir nessa fase (NOVELLO, 2002). Desse ponto de vista, o autor afirma que o ser humano tem uma capacidade de adaptação e de mudanças internas e externas, percebendo tudo ao seu redor e dentro de si mesmo, reformulando valores e sofrendo suas influências, ao mesmo tempo em que conserva e reage, com o seu direito de discernimento, à realidade, colaborando, percebendo as perdas e os ganhos, com limitações adequadas, buscando formas de rea-

---

3 Aqui cabe esclarecer o termo, seguindo os escritos de Novello (2002, p. 16): o termo gerontologia deriva do grego geronto + logo + ia = ciência que estuda o velho. Constitui-se, pois, no estudo dos processos do envelhecimento levado a efeito pelas ciências biológicas, sociais e psicológicas, bem como a aplicação prática dos conhecimentos (ibidem). Velho significa muito tempo de existência.



lização que deem um sentido à sua fase atual, conquistando uma velhice saudável.

Tal qual nos mostra Balbinotti (2003, p. 34), “cada pessoa envelhece à sua maneira, podendo tanto levar uma vida ativa e sadia quanto ter dificuldade em encontrar prazer de viver ou tornar-se extremamente dependente dos outros”.

Esse mesmo autor ajuda a compreender que cada pessoa envelhece à sua maneira afirmando que é possível “levar uma vida ativa e sadia, enquanto que os outros com menos idade pararam de viver, apenas sobrevivem, podendo-se concluir que a saúde ou a doença estariam relacionadas ao modo de envelhecer” (BALBINOTTI, 2003, p. 44).

Outro aspecto importante é que adoecer não significa envelhecer. Segundo os biólogos, antes da morte não temos limites biológicos., daí a importância de se caracterizar uma nova ideia sobre o envelhecimento (BALBINOTTI, 2003).

Em meio a esses fatores, os psicogerontólogos que estudam os principais fatores responsáveis pelo envelhecimento humano e pela prevenção da saúde. Do nascimento à morte, o objetivo é estimular o potencial de cada um para um desenvolvimento saudável e que dure bastante tempo, com todos os recursos adquiridos durante o período vivido (BALBINOTTI, 2003).

Na direção das ideias de Balbinotti (2003, p. 47) percebe-se que se pode

Manter uma vida atuante e com qualidade até o final da existência.

Considerando que a previsão de vida é de 100 a 120 anos para os próximos anos, conclui-se que uma pessoa de 60, 70, dispõe de muito tempo para aprimorar o viver.

Já Nascimento (1997, p. 60) lembra que, para ter uma vida ativa e eficiente, para o retardo do envelhecimento humano, é preciso ter uma vida plena; não basta viver só o presente, sendo necessário viver o futuro também, pois viver o futuro é ter planos, projetos e sonhar. Para esse autor, não basta viver o presente e o futuro, pois não é suficiente ter planos, projeto e sonhos: é preciso que tenha um objetivo na vida. “Sem objetivo, a vida é vazia. Um objetivo vai além do plano, do projeto, do sonho; um objetivo é o que dá sentido à vida e razão ao viver, é o que dá um norte aos passos das pessoas a caminho de seu futuro” (ibidem).

Segundo esses aspectos, a verdadeira idade é aquela que a pessoa aparenta. Os que sabem amar, compreender, sorrir, ser independentes, esperançosos, entusiasmados, joviais, ter candura, espírito e entusiasmo, os que vivem o dia de hoje e o amanhã, com planos, projetos, objetivos e sonhos, levaram uma vida ocupada, cheia de realizações e ativa, podem parecer vinte anos mais jovens do que sua idade de cartório, enquanto outros podem parecer dez anos mais velhos do que são, sendo que os primeiros estão retardando o envelhecimento e os outros o estão apressando (NASCIMENTO, 1997, p. 60).

Na linha de pensamento de Freitas e Py (2013, p. 10), encontra-se definido o envelhecimento como um fenômeno comum a todos os seres vivos, e o fato

é que ainda hoje surpreende que persistam tantos pontos obscuros quanto ‘a dinâmica e natureza desse processo. O envelhecimento pode ser considerado, pela maioria dos biogerontologistas, como a fase de todo um *continuum*, começando com a vida e terminando com a morte.

Na linha do que escreve Freitas e Py (2013, p. 110), verifica-se que “o ser humano não é estático, mas profundamente dinâmico; ele está em um constante processo de mudança, e sua idade é uma questão de percepção e atitudes”. Esses autores também consideram que a idade é relativa. Viver apresenta fases de mudanças e transformações que acontecem como resultado de perdas e ganhos. Necessidades são comuns a todos os seres humanos. Com os idosos a preocupação e o cuidado não são diferentes da preocupação e o cuidado com a vida em si.

Dentro de uma visão biogerontológica, o envelhecimento é conceituado como um processo dinâmico e progressivo, com modificações morfológicas, funcionais, bioquímicas e psicológicas, que determinam perda do indivíduo de sua capacidade de adaptação ao meio ambiente (FREITAS e PY, 2013, p. 10). Trata-se de considerar que envelhecer é um processo “natural do crescimento do ser humano, que inicia com o nascimento e termina com a morte, conseqüentemente uma filosofia do envelhecer deve começar com uma filosofia do ser humano” (ibidem, p. 110).

Em relação à vida, compreende-se que “a filosofia de vida afeta diretamente os pensamentos, comportamentos e atitudes em relação ao idoso” (FREITAS; PY, 2013, p. 110). Esses autores afirmam

ainda que as pessoas, na medida em que envelhecem, diminuem proporcionalmente suas perspectivas de vida e passam a não se orientar mais pelo futuro, mas contam os dias a partir daqueles vividos.

Outro aspecto importante é que a velhice inicia ao nascermos, ou aos 40 anos, quando surgem os primeiros cabelos brancos ou quando completamos 60 anos; existem diversas teorias ou explicações para esta questão, uma das mais reconhecidas é a denominada Teoria da Telomerase, que aceita o nascimento como o início do processo de envelhecimento em nível celular. Outra controvérsia é quanto ao tipo de idade que possuímos (DURGANTE, 2008, p. 20).

Seguindo as ideias de Durgante (2008, p. 20), aceita-se a idade cronológica, que é baseada na data de nascimento, e a idade biológica ou *real age*, que é a idade real das nossas células, tecidos ou órgãos; além da idade psicológica e espiritual. Estas últimas têm muito a ver com a opinião e a percepção que temos da vida que levamos. As quatro podem e devem existir concomitantemente em nós pelo tempo que durar a nossa vida.

Na abordagem de Durgante (2008, p. 21) percebe-se que essa etapa da existência humana que se denomina de velhice, muitas vezes se apresenta como um duelo entre seus ganhos e suas perdas. Este autor ainda afirma que envelhecer deveria apenas ser uma preparação para aquilo que vai ser transmutado, ou seja, a transformação do nosso corpo, da nossa psique e da nossa essência espiritual.

Dentro dessa perspectiva pode-se ganhar, com a velhice, mais liberdade e por isso experimentar

coisas que ainda não se viveu. Mas os maiores ganhos observados com a chegada da velhice, indiscutivelmente, estão no campo psíquico e espiritual (DURGANTE, 2008, p. 33).

Neste caso, vale a explicação de Durgante (2008, p. 33), a de que, na visão analítico-junguiana, a primeira metade da vida é bastante diferente da segunda, e que a meia-idade é orientada pelos desejos do ego e da própria espécie humana, tais como produzir, reproduzir, vencer.

Assim sendo, é possível a Durgante (2008, p. 40) adotar uma visão positiva sobre questões que envolvem o envelhecimento, ou mesmo o pensamento positivo como uma postura de vida frente às vicissitudes da velhice, que é uma sábia escolha. O otimismo está fortemente ligado à longevidade e à qualidade de vida, mesmo diante da doença.

### **3 ESPIRITUALIDADE NA PERSPECTIVA DOS DIREITOS HUMANOS**

Espiritualidade é a qualidade ou caráter de espiritual; processo metódico dos valores espirituais (FERREIRA, 2008, p. 227).

A palavra espiritualidade vem do latim “spiritus” e se refere ao conjunto de atitudes, crenças e práticas que regem a vida de uma pessoa. O termo significa estar em conexão com o espírito, com a própria transcendência e com o imaterial da existência humana (FERREIRA, 2008, p. 227).

Na prática, espiritualidade significa sermos guiados por algo que transcende a matéria, a maneira como a pessoa busca Deus, aquilo que produz no ser humano uma mudança interior.

A temática espiritualidade é o novo paradigma para a civilização do século XXI, é uma força que nos move, que dá sentido à nossa vida e às nossas ações, despertando uma ética que nos torna capazes de ligar, religar e integrar. Durgante (2008) destaca a espiritualidade como uma dimensão humana.

Aqui se pode dizer que a espiritualidade é uma busca pessoal que visa entender questões relacionadas à vida, ao seu sentido, às relações com o sagrado. Esta busca pode levar ou não às práticas religiosas ou até mesmo às formações de comunidades (LUCCHETTI, 2010).

Seguindo as ideias de Cavalcanti (1996), a espiritualidade é um desafio para os cristãos e as cristãs de cada época. Este autor afirma que os desafios da realidade produzem diferentes estilos de vida cristã e as diferentes espiritualidades ocorrem a partir da fé que, para um cristão, é sempre fruto da condução do espírito, que ensina a viver de certa maneira, com seu perfil ou estilo pessoal e comunitário, desafios que são lançados em cada tempo histórico. Assim, a corrente de espiritualidade resulta no esforço das comunidades cristãs para responder à realidade de sua época.

De acordo com o Dicionário de Espiritualidade, pode-se afirmar que: “superada a mentalidade estreita que fazia da espiritualidade monopólio dos cristãos ou até de determinada categoria deles, hoje em dia julga-se que a espiritualidade deve ser atribuída

a todo o homem que esteja aberto ao mistério” e viva segundo suas verdadeiras decisões (FIORES; GOFFI, 1989, p. 347).

Assim, é possível afirmar que a espiritualidade é uma dimensão humana que traduz, segundo diversas religiões, o modo de viver característico de um crente que busca alcançar a plenitude de sua relação com o transcendente.

A linha de pensamento de Raffin e Bergesch (2001) salienta a importância da área espiritual em nossas vidas, pois ela funciona como um tripé onde se apoia e se equilibra a saúde, pois as pessoas que têm boa vida espiritual vivem mais do que as que não têm. As pessoas devem exercitar sua religiosidade, sua fé, para combater o excesso de estresse e seus efeitos danosos ao organismo, independentemente de qual seja e da maneira pela qual o faça.

Ser espiritual à medida em que encurta o tempo de vida, abre um espaço maior para pensar na imortalidade, razão pela qual há maior espiritualidade no idoso. O ser humano possui algo de divino dentro de si, que é Deus (NOVELLO, 2002).

Nesse sentido, com base na pesquisa de Balen (1996, p. 473), percebe-se que é possível compreender a espiritualidade como uma maneira determinada de viver a globalidade da vida, com seus afazeres, situações, dificuldades, objetivos e desafios, orientando-a pela luz da fé cristã.

Esta vivência é considerada no rol dos direitos humanos das pessoas, sendo contemplada na Constituição Federal Brasileira no que se refere à liberdade de culto de acordo com o Art. 5º, ao afirmar que

Todos são iguais perante a lei, sem distinção de qualquer natureza, garantindo-se aos brasileiros e aos estrangeiros residentes no País a inviolabilidade do direito à vida, à liberdade, à igualdade, à segurança e à propriedade, nos termos seguintes: VI - é inviolável a liberdade de consciência e de crença, sendo assegurado o livre exercício dos cultos religiosos e garantida, na forma da lei, a proteção aos locais de culto e a suas liturgias; VIII - ninguém será privado de direitos por motivo de crença religiosa ou de convicção filosófica ou política, salvo se as invocar para eximir-se de obrigação legal a todos imposta e recusar-se a cumprir prestação alternativa, fixada em lei (BRASIL, 2015).

O Estatuto do Idoso, no Art. 10, também aborda a questão tratada neste artigo, garantindo a liberdade de culto da seguinte maneira:

É obrigação do Estado e da sociedade assegurar à pessoa idosa a liberdade, o respeito e a dignidade, como pessoa humana e sujeito de direitos civis, políticos, individuais e sociais garantidos na Constituição e nas leis. §1º. O direito à liberdade compreende, entre outros, os seguintes aspectos:

III - crença e culto religioso.



Antes desses documentos, a Declaração Universal dos Direitos Humanos, no seu artigo 18º, apregoava:

Toda a pessoa tem direito à liberdade de pensamento, de consciência e de religião; este direito implica a liberdade de mudar de religião ou de convicção, assim como a liberdade de manifestar a religião ou convicção, sozinho ou em comum, tanto em público como em privado, pelo ensino, pela prática, pelo culto e pelos ritos (NAÇÕES UNIDAS – DIREITOS HUMANOS, 2015, art. 18).

Os direitos humanos são os direitos e liberdades básicas de todos os seres humanos, e a eles estão ligadas a ideia de liberdade de pensamento, de expressão e a igualdade perante a lei. Aqui vale lembrar o que defende Herkenhoff (2002, p. 19) sobre direitos humanos ou direitos do homem, quando afirma serem direitos fundamentais que o homem possui pelo fato de ser homem,

por sua própria natureza humana, pela dignidade que a ela é inerente. São direitos que não resultam de uma concessão da sociedade política. Pelo contrário, são direitos que a sociedade política tem o dever de consagrar e garantir.

Os direitos humanos representam uma base moral e ética que a sociedade considera fundamental

respeitar para proteger a dignidade das pessoas, o que significa dizer que são básicos para todos, para sempre inalienáveis, sendo o Estado o seu protetor.

#### **4 ESPIRITUALIDADE E ENVELHECIMENTO HUMANO**

A espiritualidade é um tema muito importante no cotidiano do ser humano, faz parte de suas ações e reflexões do dia a dia, e sensibiliza uma pessoa espiritualizada e comprometida com o envelhecimento humano.

De acordo com o que realça Monteiro (2006), a espiritualidade é viver conforme a doutrina da religião à qual se pertence, tendo em vista que implica compreensão e vivência da vida, nos níveis e setores da existência no mundo concreto.

A leitura de autores como Hennezel e Leloup (1999) sugere o quanto a espiritualidade é livre da experiência religiosa; ela faz parte dos homens e integra a própria essência do ser humano. A ideia de que a demanda espiritual é raramente formulada quase sempre está presente quando se trata de ser reconhecida como pessoa, com seu mistério e sua profundidade, demanda que não se dirige a especialista da espiritualidade, mas a todos os seres humanos.

Ao abordar a questão, Loya (1999, p. 179) esclarece que a espiritualidade fala de “matar o egoísmo, de renascer de novo, ou de mudar radicalmente as atitudes negativas para positivas, a fim de acabar com o ódio, a avareza, a inveja, o orgulho, a ignorância e todos os inimigos do coração”.

No dizer de Loya (1999), essa situação aparece como a espiritualidade que torna o eu flexível,

simples, humilde e amoroso, na intenção de que se encha das forças de Deus, que também podem se encontrar ocultas na mente.

Nesse caso, vale a explicação de Durgante (2008) acerca da espiritualidade, quando afirma que ela não é um monopólio das religiões, mas uma dimensão humana que propicia dialogar com o mais profundo que existe em nós, que é ouvir o coração. Lembra ainda que a espiritualidade sustenta em seu seio os valores da solidariedade, da compaixão, do cuidado e do amor, que são indispensáveis para o desenvolvimento de uma sociedade verdadeiramente humana. Não se pode confundir religião com espiritualidade, pois uma pessoa pode negar uma ou mais religiões, mas viver a espiritualidade. Esse mesmo autor afirma que para ser espiritualizado é preciso trazer para o desenvolvimento das atividades diárias a fraternidade, o respeito e a ajuda mútua.

Ainda seguindo as ideias de Durgante (2008, p. 53), quando relaciona espiritualidade e pessoa idosa, percebe-se que a espiritualidade é profundamente

o idoso doente quer, mais do que cuidados para suas necessidades básicas - como alimentação, conforto, segurança - do que o aparato tecnológico possa propiciar. Ele quer o olhar compreensível, a amorosidade”, o toque de uma mão suave, “a escrita sensível, o falar da esperança e da fé, a oração, a leitura de textos religiosos, rezar

e meditar, pois o idoso doente não apenas sofre fisicamente, mas mental e espiritualmente.

Aqui cabe lembrar Baccaro (2003, p.127), quando diz que “a espiritualidade tem enfoques distintos para as pessoas”. Afirma, que “o espírito é entendido como a influência divina trabalhando no coração humano”. Esse autor salienta que a espiritualidade pode ser conceituada como “a conexão emocional com Deus e com o significado mais profundo da vida”. Assim, a ideia é que “a espiritualidade é uma forma de servir, uma ajuda ao próximo pelo amor aos outros que conduz a uma integridade maior”.

No Brasil, conforme o artigo primeiro do Estatuto do Idoso, é considerada idosa toda pessoa acima de 60 anos de idade, com direitos fundamentais. Entre eles encontra-se, no artigo 8º., que o envelhecimento é “um direito personalíssimo e a sua proteção um direito social”, nos termos do Estatuto e da legislação vigente.

No artigo 9º. do Estatuto está determinado que é obrigação do Estado garantir ao idoso “a proteção à vida e à saúde, mediante a efetivação de políticas sociais públicas que permitam um envelhecimento saudável e em condições de dignidade” (BRASIL, 2003, p.11).

Com isso, cabe ressaltar que o envelhecimento humano faz parte de nossa vida e devemos nos espiritualizar para ter uma vida saudável e equilibrada, respeitando os direitos de todos os seres humanos.

Na linha de pensamento de Freitas e Py (2013), está registrado que desde o primeiro momento da

vida o ser humano é uma pessoa única, e que viver não é simplesmente existir, desfrutar de qualidade de vida, desenvolvendo as potencialidades inerentes ao ser. Argumentam as autoras que o ser humano não escolhe a hora de nascer ou morrer, dois momentos fundamentais que dão sentido ao seu viver e exigem cuidados especiais. Sustentam que o ser humano é um todo, uno, integrado e organizado, com sentidos, emoções e órgãos do corpo intimamente inter-relacionados, destacando que a idade, a mudança de comportamento e a aparência não devem diminuir o valor da pessoa, sua razão de viver, nem sua habilidade de aprender.

Para Andrade (2013, p. 23), “o processo do envelhecimento tende a ressaltar desigualdades quanto à qualidade de vida e bem-estar, a condição socioeconômica e o gênero”.

As ideias de Durgante (2008) dão conta de que o envelhecer não é apenas mais uma fase da existência humana, mas uma fase onde o ser humano acumula experiências e sabedoria para olhar o mundo com mais tolerância, aceitando erros e conquistas com alegria e compreensão, sabendo perdoar os outros. É um momento em que a pessoa pode retomar as várias formas de reflexão com oportunidade de crescimento e aperfeiçoamento, como pessoa espiritual.

Essa reflexão desenvolvida por Durgante (2008, p. 42), sugere indicações valiosas para discutir a espiritualidade e os valores no texto que segue: “da solidariedade, da compaixão, do cuidado e do amor, indispensáveis ao desenvolvimento de uma sociedade verdadeiramente humana”. Esta é a verdadeira consciência holística,

que propicia “o desenvolvimento de um conhecimento científico e espiritual, no entendimento do moderno e do antigo, em busca da verdade essencial, utilizando a ciência e a intuição como ferramentas”.

Monteiro esclarece que “quando envelhecemos, o passado, o já vivido, e o futuro que se anuncia dependem da possibilidade de termos ou não conquistado uma flexibilidade afetiva” (2006, p. 94).

Nas palavras de Baccaro (2003, p. 200), “o processo de envelhecimento é reconhecido como uma fase da vida em declínio, que culmina com a morte”. Nesse sentido, continua esse autor, hoje deveríamos dizer que a vida começa aos 65 anos porque, nessa fase, as pessoas atingem maturidade espiritual e financeira.

Outro aspecto importante é ressaltado por Silva (2000), ao escrever que a velhice não é doença, e que a morte e o envelhecimento não precisam necessariamente ser fonte de angústia e sofrimento. Aceitar esses fatos é possível como parte integrante da vida, e com eles conviver. Tudo depende de como encaramos e convivemos com a própria vida e, por sua vez, pela maneira como vivemos conosco. Silva (2000, p. 214) destaca que a primeira questão a discutir é o que se entende por velhice. Essa concepção é, de fato, muito relativa, dependendo da época e do lugar que se considere. Esse autor escreve que em nosso país, por exemplo, no começo do século, a expectativa de vida média mal chegava aos 40 anos. Entendia-se a velhice como aproximadamente o fim do ciclo natural da vida, logo, alguém com 40 anos, naquela época, poderia ser rotulado de velho, o que nos dias de hoje seria um absurdo.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Envelhecimento, espiritualidade e direitos humanos foram os temas propostos para este artigo, reforçando-se aqui que o envelhecimento humano deve ser compreendido como um processo diferente para cada indivíduo, uma consequência comum a todos os seres vivos, apresentando-se como a última fase do ciclo vital.

Sabe-se que a vida do ser humano faz parte de um processo que compreende nascer, crescer, envelhecer, morrer; sabe-se também que algumas pessoas viverão mais, outras, menos. Também está claro que envelhecer com alegria significa viver sem medo e livre de preconceitos, mesmo que tenha de conviver com algumas limitações.

Com este estudo viu-se que todas as etapas da vida são belas, basta saber viver com qualidade, pois o ser humano pode muito mais do que imagina, desde que movido pela autoconfiança e acreditando naquele que o enviou a essa terra para cumprir sua missão.

A pesquisa ainda mostrou que a espiritualidade é uma das palavras mais usadas nos últimos tempos e que é muito importante nesta fase da vida, porque proporciona um envelhecimento saudável, uma busca de energia e iniciativas positivas com potencial para melhorar a qualidade de vida.

Os autores que sustentaram o escrito deixam claro que a espiritualidade não se limita a tipos de crenças ou práticas religiosas, mas envolve questões relativas ao significado da vida e à razão de viver com qualidade. A espiritualidade, independente da fase

da vida, mas particularmente na velhice, somente será saudável se for vivenciada com equilíbrio, num caminho de paz e de fé.

Um exemplo dessas práticas religiosas é o Cristianismo. Nele, acredita-se que o cristão que envelhece bem é aquele que procura conservar aquilo em que sempre acreditou e que pôde comprovar ao longo de sua existência (OMEZ, 1966).

Assim, todo ser humano tem direito à liberdade, ao amor, à fraternidade; todos buscam a paz, e é um direito e um dever de todos o respeito e a opção pelas diferentes crenças e liberdade religiosa.

Devemos, portanto, colocarmo-nos a favor da vida, numa convicção da primazia do ser humano, buscando definir as condições mínimas para uma existência digna, e fazer dela uma ideia de vida, respeitando a espiritualidade enquanto um direito humano no envelhecimento das pessoas.



## REFERÊNCIAS

- ANDRADE, Carmen Maria. *Quando eu me aposentar*. Santa Maria: Biblos, 2013.
- BACCARO, Archimedes. *O segredo da longevidade: Como rejuvenescer e manter-se sempre em forma*. Petrópolis: Vozes, 2003.
- BALEN, Frei Cláudio Van. *Espiritualidade na vida religiosa, hoje*. Petrópolis: Vozes, 1996.
- BALBINOTTI, Helena Beatriz Finimundi. *Adulto maduro: o pulsar da vida*. Porto Alegre: Ws Editor, 2003.
- BRASIL. *Constituicao*. Disponível em: < [http: www. planalto.gov.br/ccivil \\_ 03 / / Constituicao.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/Constituicao.htm) >. Acesso em 05 nov. 2015.
- BRASIL. *Estatuto do Idoso. Lei n. 10.741*. Senado Federal, Secretaria Especial de Editorações e Publicações: Câmara dos Deputados, Coordenação. Brasília, 2003.
- CAVALCANTI, T. *Espiritualidade bíblica*. Belo Horizonte: Minas Gerais, 1996.
- DEECKEN, Alfons. *Saber envelhecer*. Petrópolis: Vozes, 1977.
- DURGANTE, Carlos Eduardo A. *Velhice: culpada ou inocente?* Porto Alegre: Dora Luzzatto, 2008.
- FERREIRA, Aurélio B. de Holanda. *Dicionário Aurélio*. São Paulo: Positivo, 2008.

FIORES, Stefano de; GOFFI, Tullo. *Dicionário de Espiritualidade*. São Paulo: Paulinas, 1989.

FREITAS, Elizabete Viana de; PY Ligia. *Tratado de Geriatria e Gerontologia*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2013.

HERKENHOFF, J. B. *Gênese dos Direitos Humanos*. Aparecida: Santuário, 2002.

HENZEZEL, Marie; LELOUP, Jean Y. *A arte de morrer: Tradições religiosas e espiritualidade humanista diante da morte na atualidade*. Petrópolis: Vozes, 1999.

LOYA, Horacio Jaramillo. *Do outro lado do coração*. São Paulo: Paulinas, 1999.

LUCCHETTI, Giancarlo. O idoso e sua espiritualidade: impacto sobre diferentes aspectos do envelhecimento. *Revista Brasileira de Geriatria Gerontologia*, Rio de Janeiro, 2010.

MASCARO, Sonia de Amorin. *O que é velhice*. São Paulo: Brasiliense, 2004.

MONTEIRO, Dulcinéa da Mata Ribeiro (org). *Espiritualidade e finitude, aspectos psicológicos*. São Paulo: Paulus, 2006.

NAÇÕES UNIDAS – DIREITOS HUMANOS.  
*Declaração Universal dos Direitos Humanos*.  
Disponível em: < [http://www.ohchr.org/EM/UDHR/Documents/UDHR\\_Translations/pdf](http://www.ohchr.org/EM/UDHR/Documents/UDHR_Translations/pdf) >. Acesso em: 10 Out. 2015.

NASCIMENTO, Jorge R. *Aprenda a curtir seus anos dourados: Um manual que ensina a envelhecer*. Petrópolis: Vozes, 1997.

NOVELLO, Fernanda Parolari. *Idade da sabedoria: Como conseguir uma velhice sã e serena*. São Paulo: Paulinas, 2002.

OMEZ, Reginaldo. *Juventude eterna*. São Paulo: Paulinas, 1966.

RAFFIN, Ney; BERGESCH, Sandra. *Jovem aos 100 anos: A medicina a nosso favor*. Porto Alegre: Mercado Aberto, 2001.

SILVA, Marco Aurélio Dias. *Quem ama não adocece*. São Paulo: Best Seller, 2000.

VARGAS, Heber Soares. *Psicologia do Envelhecimento*. São Paulo: Fundo Editorial Byk-Prociencx, 1983.



# O TEMPO NÃO PARA: ESPIRITUALIDADE COMO FORMA DE RESILIÊNCIA NA VELHICE

Belinda Silva Pereira<sup>1</sup>

Michele Berleze<sup>2</sup>

**Resumo.** O envelhecimento populacional vem crescendo a cada ano e tem merecido atenção de diferentes olhares. Diante dessa constatação, este estudo discute a espiritualidade como forma de resiliência na velhice. O artigo foi elaborado a partir de uma investigação bibliográfica, selecionando-se autores que apresentassem pontos comuns ou contrastantes sobre o tema. Concluiu-se que a sociedade deve se preocupar em oferecer, a esse segmento etário, meios para que possa estar a cada dia mais atuante e produtivo, tendo em vista que o velho permanece mais tempo em cena.

**Palavras-chave:** Velhice. Espiritualidade. Resiliência.

## TIME DOES NOT STOP: SPIRITUALITY AS A FORM OF RESILIENCE IN OLD AGE

**Abstract.** Population aging is growing every year and has received attention from different perspectives. Given this finding, this study discusses spirituality as a form of resilience

---

1 Psicóloga Clínica, Mestranda em Gerontologia (UFSM), Pós-graduada em Psicologia do Trabalho e das Organizações, Pós-graduada em Gestão da Organização Pública de Saúde. *E-mail:* <bellindasp@gmail.com>

2 Bacharel em Direito. Pós-Graduada em Direito de Família e Mediação.  
*E-mail:* <mberleze@bol.com.br>

in old age. The article was prepared from a bibliographical research, selecting authors who presented common or contrasting points on the theme. It was concluded that society should be concerned with offering to this age segment means for it to be more active and productive every day, since the old man stays longer on the scene

**Keywords:** Old age. Spirituality. Resilience.

## EL TIEMPO NO PARA: ESPIRITUALIDAD COMO FORMA DE RESILIENCIA EN LA VEJEZ

**Resumen.** El envejecimiento poblacional viene creciendo cada año y ha merecido atención de diferentes miradas. Ante esta constatación, este estudio discute la espiritualidad como forma de resiliencia en la vejez. El artículo fue elaborado a partir de una investigación bibliográfica, seleccionándose autores que presentaran puntos comunes o contrastantes sobre el tema. Se concluyó que la sociedad debe preocuparse en ofrecer, a ese segmento etario, medios para que pueda estar cada día más actuante y productivo, teniendo en vista que el viejo permanece más tiempo en escena.

**Palabras-clave.** La vejez. Espiritualidad. La resiliencia.

## TEMPS D'ÉCHEC POUR: LA SPIRITUALITÉ COMME UN MOYEN RÉSILIENCE DANS LA VIEILLESSE

**Résumé.** Le vieillissement de la population augmente chaque année et a reçu l'attention de différentes perspectives. Compte tenu de cette constatation, cette étude traite de la spiritualité

comme une forme de résilience chez les personnes âgées. L'article a été préparé à partir d'une recherche bibliographique, en sélectionnant des auteurs qui ont présenté des points communs ou contrastés sur le thème. Il a été conclu que la société devrait se préoccuper d'offrir à ce segment d'âge des moyens pour qu'il soit plus actif et productif chaque jour, puisque le vieil homme reste plus longtemps sur la scène.

**Mots-clés:** Vieillesse. Spiritualité. Résilience.

## ***O TEMPO***

*Mario Quintana*

A vida é o dever que nós trouxemos para fazer em casa.  
Quando se vê, já são seis horas!  
Quando se vê, já é sexta-feira!  
Quando se vê, já é natal...  
Quando se vê, já terminou o ano...  
Quando se vê, perdemos o amor da nossa vida.  
Quando se vê, passaram 50 anos!  
Agora é tarde demais para ser reprovado...  
Se me fosse dado um dia, outra oportunidade,  
eu nem olhava o relógio.  
Seguiria sempre em frente e iria jogando pelo  
caminho a casca dourada e inútil das horas...  
Seguraria o amor que está a minha frente e  
diria que eu o amo...  
E tem mais: não deixe de fazer algo de que  
gosta devido à falta de tempo.  
Não deixe de ter pessoas ao seu lado por  
puro medo de ser feliz.  
A única falta que terá será a desse tempo que, infelizmente,  
nunca mais voltará (Poema, Mario Quintana)..

## INTRODUÇÃO

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), idoso é todo o indivíduo com sessenta anos (60) ou mais. Dentro do desenvolvimento humano, a fase do envelhecimento é considerada uma das etapas mais difíceis do ser humano experimentar. É nesta fase que muitos estão se aposentando e outros estão se defrontando com perdas oriundas de doenças e de mortes. Os filhos já se foram e quase não aparecem, pois estão envolvidos em seus projetos, as amizades estão escassas, o telefone já não toca mais como antes e assim a casa e a vida a cada dia vão ficando mais vazias. Diante disso, a única companhia é a solidão, que não deixa esquecer o quanto somos sozinhos. A cada dia que passa, nos conscientizamos de que o tempo está encurtando e que não podemos mais desperdiçá-lo. É a hora de fazer um “balanço” da vida e refletir sobre a oportunidade de romper com o *establishment* para que a vida possa ser ressignificada, o que, por sua vez, poderá propiciar transformações no cotidiano dos atores envolvidos no processo do envelhecimento.

O envelhecimento populacional vem crescendo a cada ano e tem merecido atenção por diferentes olhares do saber. Diante desta reflexão é que este estudo busca discorrer sobre envelhecimento versus espiritualidade, enfatizando a importância da espiritualidade como forma de resiliência neste momento tão delicado da vida.

Além disso, procura revelar a relevância que possui o trabalho psíquico como tentativa de elaborar os



eventos considerados marcantes e assim, de algum modo, fazer as pazes com os que mais o fragilizaram no decorrer de sua existência para, quem sabe, poder encarar os seus momentos derradeiros sem muito martírio (BRASIL *et al.*, 2013).

Esse tema crucial está sendo debatido em vários âmbitos da sociedade, tendo em vista que há um crescimento contínuo da população idosa e que ainda não há respostas para os dilemas que esta nova realidade apresenta. O artigo foi elaborado através de uma investigação bibliográfica, buscando autores que apresentassem pontos comuns ou contrastantes sobre o tema.

## **2 A VELHICE**

O *boom* do envelhecimento da população no século XX, em diversos países, incluindo o Brasil, se deve ao progresso social que deu origem ao aumento da expectativa de vida. O desenvolvimento dos índices de qualidade de vida gerou o “novo velho”, que é aquele mais saudável, independente e autônomo, capaz de estar envolvido socialmente, quebrando com os modelos impostos pela sociedade que ainda insiste em dizer que o velho é sinônimo de doença que não tem valor social.

Schneider e Irigaray (2008, p. 01) assinalaram que

as concepções de velhice nada mais são do que resultado de uma construção social e temporal feita no seio de uma sociedade, com valores e

princípios próprios, que são atravessados por questões multifacetadas, multidirecionadas e contraditórias.

Esses autores afirmam ainda que na vida contemporânea, no florescer do século XXI,

ao mesmo tempo em que a sociedade potencializa a longevidade, ela nega aos velhos o seu valor e sua importância social. Vive-se em uma sociedade de consumo na qual apenas o novo pode ser valorizado, caso contrário, não existe produção e acumulação de capital. Nesta dura realidade, o velho passa a ser ultrapassado, descartado, ou já está fora de moda (2008, p. 587).

A velhice depõe contra o idoso em virtude de uma maior fragilidade decorrente de condições adversas do meio físico, social ou de questões afetivas. Porém, isso não é motivo para se negar o desejo e o direito do velho permanecer ativo e independente pelo tempo que desejar e que lhe for possível (VERAS; CALDAS, 2004).

Esta produção do "novo velho", sujeito autônomo e capaz, necessita encontrar condições favoráveis para alcançar tal façanha, como possuir uma boa renda para morar bem, alimentar-se, ter acesso à educação, estar integrado em uma rede de apoio que favoreça as relações interpessoais, entre outros fatores que contribuirão para que alcance uma velhice em condições dignas e favoráveis de saúde física e

mental. Assim, fica claro que a saúde está para além da ausência de doenças (idem, 2004). Vale sublinhar que se torna inviável realizar mudanças quando os sujeitos envolvidos não estão determinados a se responsabilizar por suas vidas.

Para que o indivíduo possa envelhecer de maneira positiva, faz-se importante considerar as categorias de idade indicadas por Valada (2011, p. 15), tais como a idade biológica, que se refere ao funcionamento dos sistemas vitais do organismo humano, aos problemas de saúde que o afetam, já que a capacidade de autorregulação do funcionamento dos sistemas diminui com o tempo; a idade psicológica, que diz respeito à aptidão que os sujeitos utilizam para se adaptar às mudanças ambientais, incluindo sentimentos, cognições, motivações, memória, inteligência, assim como competências que estão subjacentes ao controle pessoal e à autoestima; a idade socio-cultural, referindo-se ao conjunto específico de papéis sociais que as pessoas desempenham dentro da sociedade e da cultura onde se encontram; a idade funcional, que defende o envelhecimento psicológico como resultado de um equilíbrio entre estabilidade e mudança, entre crescimento e declínio, havendo algumas funções que diminuem quanto à eficácia, outras que estabilizam e outras que experimentam um crescimento ao longo de todo o ciclo de vida.

Apesar do discurso quase hegemônico de que o velho é incapaz, as coisas começam a mudar e esse olhar negativo sobre a velhice passa a perder força diante da maior participação do velho em diferentes esferas da sociedade (SCORTEGAGNA, OLIVEIRA,

2012). Essa mudança de comportamento acontece devido ao seu desejo de viver plenamente e continuar fazendo parte da sociedade “como um ator social, o qual se dispõe a lutar por direitos básicos, os quais por vezes não são respeitados”, muito embora essa luta não deva ser feita de forma solitária e sim coletiva, através de políticas públicas, das relações interpessoais, das iniciativas sociais e de saúde durante todas as etapas da vida (LIMA; SILVA; GALHARDONI, 2008, p. 11).

Sendo a velhice a última etapa da vida, não é estranho desejar que possa ser quase pleno. Para que isso possa ocorrer, o indivíduo necessitará gozar de uma boa saúde física e mental, que irá lhe proporcionar independência para que possa continuar a ser sujeito de sua história (LIMA; SILVA; GALHARDONI, 2008).

É o que mostra uma pesquisa na qual foram entrevistadas mulheres católicas, pertencentes à classe média e com idade acima de (60) sessenta anos, cujo resultado apontou que a velhice não foi impedimento para a elaboração de projetos de vida; ao contrário, foi a própria percepção da velhice como “final de linha” que fez com que essas mulheres ressignificassem suas vidas e, com isso, decidissem colocar em prática seus sonhos e desejos, dando um sentido positivo e satisfatório a este momento crucial da existência (BARROS, 2006).

É certo esclarecer que envelhecer é processo individual, pois enquanto uns se encontram cheios de vida e com planos para o futuro, outros já os abandonaram (FONSECA, 2010). Dessa forma, esta etapa do desenvolvimento humano deve ser compreendida

como um fenômeno biológico, psicológico, social, cultural e econômico, entre outros, o que exige uma compreensão holística.

Se seguirmos os escritos de Silva, Finocchio (2011), veremos que a velhice é um destino singular, em que cada um envelhece a seu próprio modo, pois cada um inscreverá algo que lhe é próprio, ou seja, o escrito será reinscrito e reatualizado a partir dos traços de cada um. Os traços não são, pois, perdidos, são reinscritos.

Compreendida a situação do "novo velho" na contemporaneidade, olha-se, a seguir, como este ser humano utiliza-se da espiritualidade como forma de compreensão do mundo.

### **3 A ESPIRITUALIDADE**

Falar em velhice implica em falar da morte. Temos pouca consciência de que cada dia de vida é um dia a mais, e ao mesmo tempo um dia a menos. Diante disso, falar dela, por mais difícil que seja, é de fundamental importância para se viver intensamente. A iminência da morte e da finitude pode servir para que o ser humano avance na compreensão do sentido de sua existência (KOVÁCS, 2007, p. 250).

É o que mostra Tolstói em seu livro *A morte de Ivàn Ilitch* (2008), que conta a história de um juiz bem sucedido que vive na Rússia czarista do século XIX, o qual leva uma vida normal até o dia em que adoece gravemente. A partir daí, somos convidados, pelo autor, a “experienciar”, juntamente com Ivàn, o sofrimento do seu adoecer, a iminência de sua morte e o

“balanço” que faz sobre sua vida. Para seu desespero, percebe que viveu uma vida de aparências, de faz de conta e que tudo não passou de um grande engano. Infelizmente, era tarde para voltar atrás, pois o tempo não para.

A busca pela espiritualidade, aliada à superação dos próprios limites, é muito importante em situações extremas da vida, pois ajuda a compreender o significado do sofrimento, das doenças e a iminência da morte; enfim, para as perdas sobre as quais o ser humano não possui nenhum poder de mudança (KOVÁCS, 2007).

Muito embora causem horror, os infortúnios da vida podem ser vistos e entendidos como um caminho, mesmo que cheio de espinhos, para a busca do sentido da vida (KOVÁCS, 2007). Vale sublinhar que as situações limites da vida podem não mudar, porém a forma de encará-las, sim (FRANKL, 1973).

Guimarães e Avezum (2007, p. 89), ao falarem em espiritualidade, afirmam que ela

poderia ser definida como uma propensão humana a buscar significado para a vida por meio de conceitos que transcendem o tangível: um sentido de conexão com algo maior que si próprio, que pode ou não incluir uma participação religiosa formal .

Na mesma direção, Lima, Silva e Galhardoni (2008, p. 780), apontam que à medida que os indivíduos vão envelhecendo e percebendo a proximida-

de da morte, é comum se voltarem para a espiritualidade e religiosidade como aliadas, pois “a crença de transcendência permitiria bem-estar psicológico, sensação de geratividade, dimensões que aparecem como positivas na vida adulta madura e na velhice”.

É pertinente dizer que religiosidade e espiritualidade não são sinônimos. Enquanto aquela envolve sistematização de culto e doutrina, esta encontra-se ligada a questões sobre o significado e o propósito da vida, muito embora a influência de ambas tenha demonstrado “potencial impacto sobre a saúde física, definindo-se como possível fator de prevenção ao desenvolvimento de doenças, na população previamente sadia, e eventual redução de óbito ou impacto de diversas doenças” (GUIMARÃES; AVEZUM, 2007, p. 89).

Dos 60 anos até a morte os velhos estão no último estágio do ciclo de vida, conhecido como Integridade *versus* Desespero. A integridade ocorre quando há aceitação da própria vida como algo que tinha que ser e não permitia alternativas. O desespero ocorre quando a busca pela integridade fracassa, trazendo a sensação de que o tempo é curto para experimentar novos caminhos a fim de alcançar a integridade. O indivíduo se torna aborrecido com o mundo externo e desdenhoso com outras pessoas e instituições. A resolução bem sucedida dessa crise levaria à sensação de ter vivido bem, caso contrário, o sujeito sente por não ter outra chance de viver novamente (SILVA; FINOCCHIO, 2011).

Assim, fica claro que a espiritualidade pode contribuir, de modo significativo, para que o indivíduo receba de boa vontade a velhice, bem como

os momentos que antecedem a sua própria morte, funcionando como uma espécie de resiliência diante dos temores que a idade gera.

#### 4 RESILIÊNCIA

A resiliência, como habilidade, não é um fenômeno novo, pois acompanha o indivíduo na luta pela sobrevivência em diversas épocas da humanidade. Uma das histórias que se tornou emblemática foi a da menina *Anne Frank* que, aos doze anos de idade, se viu, juntamente com sua família, escondida para tentar escapar dos horrores do nazismo e relatou os momentos de sofrimento em um diário. Através de seus relatos, Anne encontrou forças para continuar vivendo, mesmo diante de uma situação extrema. Isto é resiliência, é triunfar diante dos infortúnios da vida. É poder responder de forma positiva diante das adversidades, como fez a menina Anne (SIMÃO, SALDANHA).

A resiliência caracteriza-se pela capacidade do ser humano em responder às situações da vida diária de forma positiva, apesar dos infortúnios que venha a enfrentar ao longo de sua existência, resultando na combinação entre a capacidade do indivíduo e do seu ambiente familiar, social e cultural (VALADA, 2011).

A mesma autora ainda pontua que o modelo de envelhecimento bem-sucedido é o baseado na pró-atividade, que visa aumentar a qualidade de vida dos velhos, os quais devem fazer uso de seus recursos internos e externos para que possam desenvolver sua capacidade resiliente. Tal modelo destaca os cui-



dados com a saúde, os quais estão inter-relacionados com a família, com os amigos, vida social, exercício físico, tecnologia, educação, espiritualidade, desafiando, assim, tudo aquilo que foi e ainda lhe é imposto, e a ideia de que, ao velho, resta apenas o “quartinho dos fundos”.

A velhice é a etapa do desenvolvimento humano na qual apresentam-se muitos eventos estressores, tais como a morte de pessoas queridas, acidentes que podem levar à incapacidade e conflitos familiares, muitas vezes acompanhados de violência doméstica, abandono, pobreza, perda de papéis sociais, entre outros. Diante disso, Fontes e Neri (2014) apontam a resiliência como um padrão de funcionamento adaptativo diante das fragilidades às quais muitos velhos estão sujeitos. Os velhos que são considerados psicologicamente resilientes são os que não sucumbem diante das adversidades da vida, mas, ao contrário, se adaptam positivamente e depois recuperam os seus níveis de bem estar.

Nas adversidades o idoso tem a possibilidade de alterar o significado a elas atribuído, reduzir cognitivamente o nível de perigo dos eventos estressores, reduzir sua exposição a eles, diminuir as próprias reações negativas, manter a autoestima e a autoeficácia e criar oportunidades para reverter os efeitos do estresse (FONTES, NERI, p. 1477, 2014).

Deve-se entender que a capacidade de ser resiliente não é algo que possa ser acionado pelo indivíduo cada vez que se depara frente a episódios desafiadores, pois o mesmo é atravessado por aspectos dinâmicos, multifatoriais e multidimensionais (VALADA, 2011).

Estudos apontam que a autoestima positiva aparece como um importante fator de proteção diante dos infortúnios da vida. Além disso, pode influenciar no surgimento de outros fatores protetores. Os indivíduos que têm autoestima positiva possuem um excelente julgamento sobre si mesmo, o que ajuda para que tenham uma boa saúde mental e bem-estar psicológico (SANTOS *et al.*, 2016).

## **CONCLUSÃO**

As considerações e reflexões acerca do envelhecer e da espiritualidade até agora feitas, vêm sendo estudadas por diferentes áreas do saber e apontadas como necessárias para se entender as causas da longevidade, assim como para tomar medidas necessárias para que essa faixa possa encontrar condições adequadas para um bem viver.

O envelhecimento populacional apresenta inúmeros aspectos, como cuidados com a saúde, através de uma alimentação equilibrada, aliada a exercícios físicos, o menor consumo de tabaco e álcool, a busca pela espiritualidade e religiosidade, ou seja, mudança de estilo de vida, como também maior poder aquisitivo, saneamento, maior controle sobre determinadas doenças, acesso à informação, entre outras causas.

Na direção em que se anda, há a estimativa de que a população mundial de idosos dobre seu contingente nas próximas décadas. Diante disso, necessita-se avançar ainda mais com políticas que tragam benefícios para esta camada da população. A tecnologia é uma das aliadas, pelo fato de poder desenvol-

ver meios, assim como produtos que facilitem a vida dessa parcela da população, mas têm mostrado na espiritualidade é que onde o velho vem encontrando argumentos resilientes para viver com qualidade sua longevidade.

A bem da verdade, a sociedade deve se preocupar em oferecer a este público meios para que possa estar a cada dia mais atuante e produtivo na sociedade, tendo em vista que o velho já demora mais para sair de cena. Afinal de contas, como vai viver esta parcela da população? Fica aqui a questão.

## REFERÊNCIAS

BARROS, Myriam Moraes Lins de. Trajetória dos estudos de velhice no Brasil. *Sociologia, Problemas e Práticas*, n. 52, pp. 109-132, 2006.

BRASIL, Katia Tarouquella Rodrigues; BARCELOS, Maria Angélica Rodrigues de; ARRAIS, Alessandra da Rocha; CÁRDENAS, Carmen Jansen de. *A clínica do envelhecimento: desafios e reflexões para prática psicológica com idosos*, 2013. Disponível em: <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?Script=sci\\_arttext&pid=S1413-03942013000100011](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?Script=sci_arttext&pid=S1413-03942013000100011)>. Acesso: 20 mai.2016.

FONSECA, A. M. Promoção do desenvolvimento psicológico no envelhecimento. *Contextos Clínicos*, v. 3, n. 2, pp. 124-131. 2010.

FONTES, Arlete Portella, NERI, Anita Liberalesso. Resiliência e velhice: revisão de literatura. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 20, n. 5, pp. 1475-1495, 2015.

FRANKL, V. *Psicoterapia e sentido da vida*. São Paulo: Quadrante; 1973.

GUIMARÃES, Hélio Penna; AVEZUM, Álvaro. O impacto da espiritualidade na saúde física. *Revista de Psiquiatria Clínica*, n, 34, supl. 1, pp. 88-94, 2007.

LIMA, Ângela Maria Machado de; SILVA, Henrique Salmazo da; GALHARDONI, Ricardo. *Envelhecimento bem sucedido: trajetórias de um constructo e novas fronteiras*. Interface – Comunicação, Saúde, Educação. v.12, n.27, p.795-807, out./dez. 2008.

KOVÁCS, Maria Júlia. Espiritualidade e psicologia: cuidados compartilhados. **●** *Mundo da Saúde*, São Paulo, v. 31, n. 2, pp. 246-255, abr./jun. 2007

QUINTANA, Mário. *O tempo*. Disponível em: <<http://contobrasileiro.com.br/o-tempo-poema-de-mario-quintana>>. Acesso em: 22 mai.2016.

SCORTEGAGNA, Paola Andressa; OLIVEIRA, Rita de Cássia da Silva. Idoso: um novo ator social. *IX ANPED SUL - Seminário de Pesquisa em Educação da Região Sul*, 2012.

SCHNEIDER, Rodolfo Herberto; IRIGARAY, Tatiana Quarti. O envelhecimento na atualidade: aspectos cronológicos, biológicos, psicológicos e sociais. *Estudos de Psicologia*, Campinas, v. 25, n. 4, 585-593 out./dez. 2008.

SILVA, Bruna Rodrigues da; FINOCCHIO, Ana Lúcia. A velhice como marca da atualidade: uma visão psicanalítica. *Vínculo*, São Paulo, vl. 8, n. 2, dez. 2011. Disponível em: <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1806-24902011000200004](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1806-24902011000200004)>. Acesso: 01 jul.2016.

SIMÃO, Manoel José Pereira; SALDANHA, Vera. *Resiliência e Psicologia Transpessoal: fortalecimento de valores, ações e espiritualidade*. *O Mundo da Saúde*, São Paulo - 2012;36(2):291-302.

TOLSTÓI, L. *A morte de Ivan Ilitch*. Porto Alegre: L&PM Pocket, 2008.

VALADA, Maria José dos Santos. A arte da vida: caminhar pelo envelhecimento com resiliência e com qualidade de vida. Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias, Faculdade de Psicologia. Lisboa, 2011.

VERAS, Renato Peixoto; CALDAS, Célia Pereira. Promovendo a saúde e a cidadania do idoso: o movimento das universidades da terceira idade. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 9, n. 2, p. 423-432, 2004. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/%0D/csc/v9n2/20396.pdf>>. Acesso em: 30 jun.2016.

# LONGEVIDADE E ESPIRITUALIDADE: O ENVELHECER COMO UMA DÁDIVA DE DEUS<sup>1</sup>

Maykon dos Santos Marinho<sup>2</sup>

Luciana Araújo do Reis<sup>3</sup>

**Resumo.** O envelhecer é percebido por algumas pessoas como uma graça divina, um encontro espiritual e reverência a Deus. Assim, este estudo tem por objetivo analisar as percepções sobre o envelhecer dos idosos longevos. Trata-se de uma pesquisa qualitativa exploratório-descritiva, com a utilização da técnica da história oral temática e do software NVivo para análise dos dados. O envelhecer para os idosos longevos está associado à espiritualidade e à crença de que a velhice é uma dádiva de Deus. Este estudo, reafirma a importância de estudos com idosos longevos

---

1 Agradecimentos à Capes, pela bolsa, crucial para o desenvolvimento desta pesquisa. Um agradecimento mais do que especial aos participantes da mesma, os idosos longevos que nos acolheram em suas casas, permitindo o desenvolvimento e o aprendizado dos pesquisadores, que não foram apenas acadêmicos mas, também, pessoais e que serão levados para toda a vida, como experiência única.

2 Enfermeiro. Doutorando do Programa de Pós-Graduação em Memória: Linguagem e Sociedade (PPGMLS) da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB); Bolsista de Doutorado da CAPES. Membro do Núcleo Interdisciplinar de Estudos e Pesquisa sobre Envelhecimento Humano (UESB). *E-mail:* mayckon\_ufba@hotmail.com.

3 Fisioterapeuta. Doutora em Ciências da Saúde (UFRN). Professora dos Programas de Pós-Graduação Stricto Sensu em Memória: Linguagem e Sociedade e do curso de Fisioterapia, ambos da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (PPGM/UESB). Departamento de Saúde 1, Grupo de Pesquisa: Núcleo de Estudos e Pesquisa sobre o Envelhecimento e Obesidade (UESB – CNPq). *E-mail:* lucianauesb@yahoo.com.br.

e a inclusão do tema espiritualidade nos estudos de envelhecimento.

**Palavras-chaves:** Velhice. Envelhecimento. Espiritualidade.

## LONGEVITY AND SPIRITUALITY: AS A GIFT FROM GOD AGING

**Abstract:** The aging is perceived by the elderly as a divine grace, a spiritual encounter and reverence for God. This study aims to analyze the perceptions about the aging of the oldest old. This is an exploratory-descriptive qualitative research, using the technique of oral history and NVivo software for data analysis. The age for the oldest old is associated with spirituality, and the belief that old age is a godsend. This study reaffirms the importance of studies on the oldest old and the inclusion of the topic spirituality in aging studies.

**Keywords:** Old age. Aging. Spirituality.

## LONGEVIDAD Y ESPIRITUALIDAD: EL ENVEJECER COMO UN REGALO DE DIOS

**Resumen:** El envejecimiento es percibido por los ancianos como una gracia divina, un encuentro espiritual y el temor de Dios. Este estudio tiene como objetivo analizar las percepciones sobre el envejecimiento de las personas más ancianas. Se trata de una investigación cualitativa exploratoria-descriptiva, utilizando la técnica de la historia oral y el software NVivo para el análisis de datos. La edad de los más ancianos se asocia con la espiritualidad, y la creencia de que la vejez es un regalo del cielo. Este estudio reafirma la importancia de los estudios sobre la edad más avanzada y la inclusión del tema



en la espiritualidad estudios de envejecimiento.

**Palabras-clave:** La vejez. Envejecimiento. Espiritualidad.

## LA LONGÉVITÉ ET LA SPIRITUALITÉ: L'ÂGE COMME UN DON DE DIEU

**Résumé.** Le vieillissement est perçu par certains comme une grâce divine, une rencontre spirituelle et de respect à Dieu. Cette étude vise à examiner les perceptions du vieillissement des personnes les plus âgées. Ceci est une recherche qualitative exploratoire descriptive, en utilisant la technique de l'histoire orale et du logiciel NVivo pour l'analyse des données. L'âge les plus âgées est associée à la spiritualité et la croyance que la vieillesse est un don du ciel. Cette étude réaffirme l'importance des études avec les plus âgées et que la spiritualité de sujet dans les études de vieillissement.

**Mots-clés:** Vieillesse. Vieillissement. Spiritualité.

### INTRODUÇÃO

Atualmente, a população que mais cresce no mundo é a de idosos longevos (idade igual ou superior a 80 anos), sendo a faixa etária de maior crescimento também na população brasileira (BRASIL, 2010). O avanço da longevidade amplia a probabilidade de contato com eventos de perdas e a necessidade da utilização de recursos de enfrentamento para vivenciá-los, pois fatores como o declínio da saúde física, mudanças psicológicas e sociais, como eventos de perdas de amigos e pessoas da família, podem

conduzir a sentimentos negativos, de abandono, inutilidade, de falta de autonomia e de controle sobre si e seu meio (GUTZ; CAMARCO, 2013).

Por isso, para lidar com essas adversidades na velhice, a espiritualidade é contemplada como um dos enfrentamentos para situações adversas, constituindo-se de aspectos emocionais e motivacionais na busca de um significado para a vida (GUTZ; CAMARCO, 2013). Ao abordar o tema da espiritualidade na velhice, é importante conceituá-la, bem como fazer a distinção entre espiritualidade e religião.

Para esses autores (*ibidem*), as religiões possuem um código de ética que rege o comportamento e dita os valores morais, enquanto a espiritualidade remete a uma questão universal relacionada ao significado e ao propósito da vida. Ela é uma reflexão sobre o significado da existência. Para Gall *et al* (2011), a conexão com Deus, ou com um poder maior, é considerada um componente chave da espiritualidade, estando associada ao eu e ao próprio modo de estar na vida.

Biolchi *et al* (2014) realçam que a fé e a espiritualidade são essenciais ao indivíduo, pois preenchem o incompleto, da mesma forma que são auxiliares dos sentidos para a continuidade da vida. Alguns estudos confirmam que o processo de envelhecer é percebido pelos idosos como uma graça divina, um encontro espiritual e uma reverência a Deus (FRUMI; CELICH, 2006; BIOLCHI, *et al.*, 2014).

O papel da espiritualidade na velhice funciona como um recurso de enfrentamento facilitador de bem-estar, saúde, qualidade de vida, boa convivência familiar e social, como possibilidade de lidar com

as adversidades decorrentes das limitações físicas, com perdas de pessoas próximas e com a proximidade da própria morte na velhice (GUTZ, CAMARCO, 2013). Dessa maneira, a espiritualidade contribui para a resiliência e um envelhecimento bem-sucedido, pois certos comportamentos e crenças religiosas estão diretamente relacionados com a felicidade geral e a saúde física (TOVAR-MURRAY, 2011).

A velhice tem sido bastante estudada devido ao aumento significativo da longevidade e, conseqüentemente, do número de idosos. Com isso, as contribuições acadêmicas têm sido importantes no estudo sobre o envelhecimento. No entanto, ainda há uma escassez de pesquisas sobre espiritualidade/religiosidade exclusivamente em populações idosas (LUCCHETTI *et al.*, 2011). Assim, este estudo tem por objetivo analisar as percepções sobre o envelhecer dos idosos longevos.

Trata-se de uma pesquisa qualitativa exploratório-descritiva, com a utilização da técnica da história oral temática, que consiste na narrativa do conjunto das experiências de vida de uma pessoa. É um recurso moderno usado para a elaboração dos registros, documentos, arquivamentos e estudos referentes à experiência social de pessoas e grupos (MEIHY, 2005).

Neste estudo, o campo de investigação foi uma Unidade de Saúde da Família (USF) do município de Vitória da Conquista/Bahia. Essa USF possui 3.392 famílias cadastradas, oferecendo atendimento a 13.146 usuários, dos quais 1.320 são idosos. Os participantes da pesquisa foram 10 idosos longevos que atendiam aos seguintes critérios de inclusão:

idade igual ou superior a 80 anos, ser independente funcionalmente e ser usuário da USF escolhida.

Foram utilizados dois instrumentos para a coleta de dados: um formulário semiestruturado, com questões de caracterização sociodemográfica dos idosos longevos, e uma entrevista semiestruturada, com as sete questões voltadas para os significados atribuídos ao processo de envelhecimento, antes e após envelhecer.

Após a transcrição integral das entrevistas, as informações foram analisadas utilizando a técnica de análise de conteúdo de Bardin (2011). Porém, devido à grande quantidade de informações, utilizou-se o software de tratamento de dados qualitativos QSR NVivo®, versão 10.0, doravante escrito como NVivo.

O processo de análise de conteúdo foi operacionalizado em três etapas: pré-análise, exploração do material e tratamento dos resultados obtidos, inferência e interpretação (BARDIN, 2011). Na etapa de *pré-análise* as transcrições foram introduzidas no NVivo com o recurso de importação de fontes de informação, compondo, assim, o *corpus* da pesquisa. Após a criação do banco de dados no NVivo, foi iniciada a etapa seguinte, a de *exploração do material*. Nesta etapa foi realizada a leitura exaustiva das transcrições e o processo de codificação com a decomposição dos conteúdos em unidades de registro, com base nas expressões com sentidos equivalentes que surgiram ao longo do *corpus* da pesquisa, as quais foram agrupadas nas categorias analíticas emergentes dos dados empíricos.

Nessa etapa, foi utilizada a técnica *nuvens de palavras* do Nvivo para análise do material empírico.

Esta técnica pode ser compreendida como uma forma de visualização de dados linguísticos, que mostra a frequência com que as palavras aparecem em um dado contexto. A técnica de construção desta *nuvem* consiste em usar tamanhos e fontes de letras diferentes, de acordo com as ocorrências das palavras na categoria analisada, o que gera uma imagem que apresenta um conjunto de palavras coletadas do corpo do texto e agregadas de acordo com sua frequência, sendo que as palavras mais frequentes aparecem, de modo decrescente, no centro da imagem e as demais em seu entorno (QRS INTERNACIONAL, 2014). Dessa maneira, a aplicabilidade desta técnica contribui para a visualização do que é mais relevante nas falas dos participantes desse presente estudo.

De posse da *nuvem de palavras* e dos dados codificados, foi iniciada a terceira e última etapa, a do *tratamento dos resultados*. Buscou-se a articulação entre o material empírico e o referencial teórico, possibilitando a ocorrência de outras contribuições teóricas sugeridas pela leitura do material empírico.

O desenvolvimento desta pesquisa respeitou a Resolução n.º 466 de 2012 do Conselho Nacional de Saúde (CNS). Assim, o projeto desta pesquisa foi encaminhado ao Núcleo de Educação Permanente da Secretaria Municipal de Saúde do município de Vitória da Conquista - BA, e ao Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Faculdade Independente do Nordeste (FAINOR), e foi obtido o parecer de aprovação (Protocolo n.º 759479). Os participantes deste estudo assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE) e com vistas a garantir o

anonimato dos participantes e facilitar a compreensão do leitor, foram atribuídos aleatoriamente nomes de flores aos idosos longevos, a saber: Cravo, Margarida, Camélia, Angélica, Rosa, Lírio, Hortênciã, Violeta, Girassol e Jasmim.

## **2 CARACTERIZAÇÃO DOS IDOSOS LONGEVOS ENTREVISTADOS**

Ao analisar os resultados obtidos no presente estudo, pode-se perceber a maior participação de mulheres, posto que, dos dez (10) participantes da pesquisa, oito (8) pertencem ao sexo feminino, o que mostra uma maior tendência das mulheres em alcançar a longevidade. Essa vantagem em relação ao sexo é coerente com o registro na literatura e decorre de inúmeros fatores, entre eles a tendência do sexo feminino a se cuidar mais e melhor, buscar assistência médica ou apoio social (SANTOS *et al.*, 2014).

Em relação ao estado civil dos idosos longevos, os dois (2) homens são casados, e das oito (8) mulheres entrevistadas, três (3) são casadas, uma (1) vive em união estável e quatro (4) são viúvas. Um dado interessante é que no gênero feminino, quanto mais longo, a viver a viuvez é mais frequente que no masculino (BRASIL, 2010).

Em relação ao número de filhos, os idosos longevos entrevistados tiveram uma média de cinco (5) filhos. Esses dados apontam para uma transição entre famílias extensas, com grande número de descendentes, para famílias menores, com um ou dois filhos na atualidade (BRASIL, 2010). Ao avaliar com quem o/a idoso/a longo/a reside, parte significativa

da amostra declarou morar com familiares. Entre eles, cinco (5) vivem com seus cônjuges; três (3) moram com parentes (filhos ou netos); e duas (2) dizem morar sozinhas, e que esta opção se deu à fatalidade da viuvez, ou pelo fato de os filhos morarem em outras cidades. Durante as narrativas, as idosas longevas afirmam preferir viver sozinhas, pois o fato de ter a sua própria moradia lhes dá autonomia e liberdade.

Esta preferência também foi constatada em outras pesquisas sobre idosos que moram sozinhos (SANTOS *et al.*, 2010). A moradia representa a expressão de sua identidade e imprime suas marcas pessoais, a construção de seu meio de proteção e de bem-estar, um espaço próprio sob seu domínio e controle (*idem*, *ibidem*).

Relativamente às profissões que exerceram, entre os entrevistados, um (1) era comerciante; uma (1) era professora; uma (1) era costureira; uma (1) era doméstica; um (1) era policial; cinco (5) eram donas de casa. Esse era o comportamento padrão nas décadas de 1930, 40 e 50 esperado para as mulheres (BARROS, 2013). Importa registrar que todos os participantes deste estudo encontram-se cobertos pela seguridade social.

Quanto ao grau de escolaridade, dos dez (10) entrevistados, quatro (4) eram analfabetos; quatro (4) possuíam escolaridade equivalente ao antigo Ensino Fundamental I; um (1), o equivalente ao Ensino Fundamental II, e um (1) o equivalente ao Ensino Médio. O baixo índice de educação formal dos idosos longevos entrevistados deve-se ao fato de que a maioria nasceu e viveu a infância em áreas rurais, além da dificuldade de acesso, carência de escolas

públicas, baixo poder aquisitivo e desvalorização da educação formal. Situações essas que, devido ao arraigado sistema patriarcal subjacente à sociedade brasileira até, pelo menos, a metade do século XX (FAORO, 1958), se tornam mais grave para a conquista da educação formal entre o gênero feminino (VASCONCELOS; SOUSA-FILHO, 2001).

Os idosos longevos aqui pesquisados, acreditam ter boa saúde, pois têm autonomia e são independentes funcionalmente. Entende-se como idoso independente funcionalmente aquele que é capaz de realizar atividades da vida diária sem dificuldades. O grau de autonomia e independência são aspectos que influenciam na qualidade de vida das pessoas. Para Conceição (2010), autonomia e independência são conceitos interdependentes e referem-se à forma como cada pessoa consegue conduzir sua própria vida. Considera autonomia como a capacidade de tomar decisões e de executá-las, enquanto independência relaciona-se com a conformação física, mental e social para realizar atividades cotidianas.

Nessa perspectiva, Minayo e Coimbra Júnior (2002) afirmam que, do ponto de vista econômico, os idosos (especialmente os mais ativos e independentes) representam um mercado promissor no mundo dos bens de consumo, da cultura, do lazer, da estética e dos serviços de saúde. Nessa direção, garantir uma existência mais saudável ao idoso é admitir novas formas de pertencimento social, seja através das novas possibilidades de comunicação, de participação grupal ou, ainda, seja através do cultivo de diferentes (ou novas) formas de lazer (MINAYO; COIM



### 3 A PERCEPÇÃO DE IDOSOS LONGEVOS SOBRE O ENVELHECER

As narrativas dos idosos longevos indicam que o envelhecer está associado à espiritualidade, pois a velhice é sentida como um privilégio. É possível perceber, nas narrativas, de forma geral, o valor e a importância que são dados à espiritualidade nessa fase da vida. Dos dez idosos longevos entrevistados, sete perceberam o envelhecer como uma graça divina, evidenciando, assim, os aspectos de reverência a Deus.

Assim, o resultado gerado pela técnica *nuvem de palavras* (Figura 1), apontou que a palavra mais frequentes nos depoimentos dos idosos longevos foi *Deus*, associando a percepção do envelhecer à ideia central da existência de Deus.

**Figura 1** - Nuvem de palavras gerada pelo NVivo com base nas narrativas dos idosos longevos.



Fonte: Dados da pesquisa “Narrativas sobre o envelhecer: memórias, vivências e identidades de idosos longevos”. Vitória da conquista, 2015.

Segundo Mello e Araújo (2013), a espiritualidade na velhice é vivida em primeiro lugar no contato íntimo com Deus, pois para os idosos a fé em Deus é o alimento da alma que pode favorecer a capacidade para os enfrentamentos da vida. Assim, a reverência a Deus e a gratidão por alcançar uma longevidade saudável conferem sentido à vida na velhice (BRANDÃO, 2011). Na percepção dos idosos deste estudo, a velhice com saúde está relacionada à fé em Deus e à crença de ser ela (a velhice) uma dádiva de Deus, como podemos observar nas narrativas a seguir:

- *Eu encaro a velhice numa boa, pra mim o importante é que eu estou vivendo, e graças à Deus*

*eu estou ótima. E eu agradeço a Deus pela vida que ele está me dando, pela minha família; muito obrigado Senhor! (Camélia, 83 anos).*

- *Eu me sinto bem, né?! Me sinto bem, porque eu tenho muito que agradecer a Deus, porque eu já tô com meus oitentas anos e estou vivendo bem, com saúde (Margarida, 82 anos).*
- *Minha vida graças a Deus eu tenho uma vida boa, peço a Deus pra ele me dar saúde pra eu viver muitos anos, minha vida é boa, graças a Deus eu tenho minha vida boa (Angélica, 83 anos).*
- *A velhice eu acho que é uma coisa muito boa e agradecer à Deus por chegar aonde eu já cheguei, oitenta e um anos, não tenho o que falar da velhice não, eu acho que... pra mim tanto faz quando nova ou agora pra mim é a mesma coisa; graças à Deus eu sou sadia, não sou doente né?!, agora, quando a pessoa idosa é doente, depende dos outros pra se locomover, aí é difícil, né?!, mas graças a Deus eu sou uma pessoa disposta e espero ser disposta até os cem anos (Rosa, 81 anos).*
- *Eu vivo alegre, graças a Deus eu vivo com Deus e vivo alegre, eu e meu esposo nós tem sessenta anos de casados, vivemos até hoje, nunca separamos, vivemos juntos até hoje e até o dia que Deus quiser e permitir, mesmo doente como ele tá, assim, na cama, mas eu não fico triste não. Ele tem problema de saúde, tem diabetes, tem um ano e meio que ele não anda, e é eu que cuido dele até quando Deus permitir (Violeta, 82 anos).*
- *Eu me sinto feliz, porque se eu tô envelhecendo é porque Deus me permitiu vida até aqui (Girasol, 81 anos).*

- *Vivo a velhice graças a Deus muito bem, tenho minha casa, não devo nada a ninguém, não dependo de ninguém, isso é bom, não é?! (Hortênci, 85 anos).*

Percebe-se, nas narrativas dos idosos longevos, que o alcance do envelhecer e a qualidade de vida estão associados com a espiritualidade e a crença em Deus, corroborando com os estudos de Freitas *et al.* (2010), Mello; Araújo (2013), Chaves; Gil (2015) de que, para os entrevistados, o processo do envelhecer saudável está associado à vontade divina.

De acordo com Chaves e Gil (2015), a vivência da espiritualidade na velhice confere qualidade de vida através da esperança, à medida que os idosos conseguem desenvolver expectativas positivas e enfrentar a realidade e as incertezas do futuro. Por isso ter um envelhecimento bem sucedido denota valor e importância à vivência da espiritualidade nessa fase da vida.

A espiritualidade e a crença em um Deus conferem sentido à vida para os que se deparam com a velhice, em especial para aqueles cuja finitude se aproxima; por isso a espiritualidade se torna fundamental neste momento da vida, conferindo uma proteção especial na velhice (BIOLCHI *et al.*, 2014; CAUDURO *et al.*, 2010).

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

O envelhecer é um processo complexo, dinâmico e singular. Neste estudo foi possível analisar que a percepção do envelhecer está intimamente associada com a espiritualidade, e com a crença em algo

superior, em Deus, evidenciando que a velhice é um tempo de reverência e agradecimento, pois envelhecer de maneira saudável, com autonomia e disposição, é um privilégio e dádiva de Deus.

Os achados desta pesquisa são de grande relevância para uma melhor compreensão sobre o envelhecer, pois a velhice não deve ser percebida somente em seus aspectos biológicos, mas também psicológicos, sociais, econômicos, culturais e espirituais. Assim, reafirmamos a importância de estudos com idosos longevos e a inclusão do tema espiritualidade na análise do envelhecimento, pois notamos a escassez, na literatura nacional, sobre a espiritualidade com idosos longevos.

Assim, sugere-se que novas pesquisas envolvendo idosos longevos sejam realizadas, para melhor compreensão da velhice, uma vez que estudar essa faixa etária que mais cresce no Brasil pode aprimorar as políticas públicas de saúde e valorizar a espiritualidade para um cuidado mais humanizado que promova saúde e qualidade de vida dos idosos.

## REFERÊNCIAS

BARROS, M. M. L. Testemunho de vida: um estudo antropológico de mulheres na velhice. In: \_\_\_\_\_ (Org.). *Velhice ou Terceira Idade? Estudos antropológicos sobre identidade, memória e política*. 4. ed., 3ª reimpressão. Rio de Janeiro: FGV, 2013. p. 113-68.

BIOLCHI, C. S. *et al.* Vida e velhice aos 100 anos de idade: percepções na fala dos idosos. *Estudos interdisciplinares sobre o envelhecimento*, v. 19, n. 2, p. 583-598, 2014. Disponível em: <file:///C:/Users/USUARIO/Downloads/37220-215684-1-PB.pdf>. Acesso em: 16.05.2015.

BRANDÃO, V. M. A. T. *Longevidade e espiritualidade: narrativas autobiográficas*. São Paulo: Centro Universitário São Camilo; Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, 2011.

BRASIL. *Dados do censo de 2010*. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). Disponível em: <<http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/censo2010/default.shtm>>. Acesso em: 03.03.2015.

CAUDURO, A. *et al.* Religiosidade e espiritualidade. In: TERRA, N. L. *et al.* (Org.). *Envelhecimento e suas múltiplas áreas do conhecimento*. Porto Alegre: EDIPUCRS, 2010. p. 61-66.

CHAVES, L. J.; GIL, C. A. Concepções de idosos sobre espiritualidade relacionada ao envelhecimento e qualidade de vida. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 20, n. 12, p. 3641-3652, 2015. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/csc/v20n12/1413-8123-csc-20-12-3641.pdf>>. Acesso em 21.06.2015.

CONCEIÇÃO, L. F. L. Saúde do idoso: orientações ao cuidador acamado. *Revista Médica Minas Gerais*. v.20, n.1,p.81-91, 2010.Disponível em: <[http://www.observatorionacionaldoidoso.fiocruz.br/biblioteca/\\_artigos/199.pdf](http://www.observatorionacionaldoidoso.fiocruz.br/biblioteca/_artigos/199.pdf)>. Acesso em: 06.06.2015.

FAORO, R. *Os donos do poder*. Porto Alegre: Globo, 1958.

FREITAS, C. M. *et al.* O significado da velhice e da experiência de envelhecer para os idosos. *Revista da Escola de Enfermagem USP*, v. 44, n. 2, p. 407-12, 2010. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/reensp/v44n2/24.pdf>>. Acesso em: 06.06.2015.

GALL, T. L. *et al.* Spirituality and religiousness: a diversity of definitions. *J Spiritual Mental Health*, v. 13, n. 3, p. 158-81, 2011.

GUTZ, L; CAMARGO, B. V. Espiritualidade entre idosos mais velhos: um estudo de representações sociais. *Revista brasileira geriatria Gerontologia*, v. 16, n. 4, p. 793-804, 2013. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbagg/v16n4/1809-9823-rbagg-16-04-00793.pdf>>. Acesso em: 25.06.2015.

LUCCHETTI, G. *et al.* O idoso e sua espiritualidade: impacto sobre diferentes aspectos do envelhecimento. *Rev. Brasileira de geriatria e gerontologia*, v. 14, n. 1, p.159-167, 2011.

Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbagg/v14n1/a16v14n1.pdf>>. Acesso em: 10.05.2015.

MELLO, M. A.; ARAÚJO, C. A. Velhice e espiritualidade na perspectiva da Psicologia Analítica. *Bol. Acad. Paulista de Psicologia*, v.33, n.84, p. 118-141, 2013. Disponível em: <<http://www.redalyc.org/pdf/946/94632386011.pdf>>. Acesso em: 18.07.2015.

MEIHY, J. C. S. B. *Manual de história oral*. 5. ed. São Paulo: edições Loyola, 2005.

MINAYO, M. C. S.; COIMBRA JÚNIOR, C. E. A. *Antropologia, saúde e envelhecimento*. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2002.

QRS INTERNACIONAL. *NVivo10 for Windows*. 2014. Disponível em: <<http://download.qsrinternational.com/Document/NVivo10/NVivo10-Getting-Started-Guide-Portuguese.pdf>>. Acesso em: 12.07.2015.

SANTOS, D. F. *et al.* A arte de morar só e ser feliz na velhice, *Revista Kairós Gerontologia*,v.12, n.8, p.109-123, 2010. Disponível em: < <http://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/viewFile/6918/5010>>. Acesso em: 06.06.2015.



SANTOS, D. V. *et al.* Velhice – considerações sobre o envelhecimento: imagens no espelho. *Nova Perspectiva Sistêmica*, v.23, n.48, p. 80-94, 2014. Disponível em: <file:///C:/Users/USUARIO/Downloads/53-170-1-PB%20(6).pdf>. Acesso em: 27.01.2015.

TOVAR-MURRAY, D. The multiple determinants of religious behaviors and spiritual beliefs on well-being. *J Spiritual Mental Health*, v. 13, n. 3, p. 182-92, 2011.

VASCONCELOS, A. L.; SOUZA FILHO, A. R. Bananal: Trabalho e vivência em uma comunidade de negros. *Politéia*, v.1, n.1, p.247-68, 2001. Disponível em: <<http://periodicos.uesb.br/index.php/politeia/article/viewFile/148/159>>. Acesso em: 20.07.2016.

Recebido em 21 de agosto, 2016



# CATEQUESE NA VELHICE: ISTO PODE DAR FRUTOS

Carmen Maria Andrade<sup>1</sup>

**Resumo.** Este texto, fruto de uma pesquisa bibliográfica, buscou apresentar a última fase do ciclo vital humano, dar dicas para vivê-la de forma construtiva para desenvolver uma espiritualidade adequada à idade. Aborda o dilema e o desafio do envelhecer, o processo do envelhecimento, o caminho para a sabedoria, a espiritualidade e alguns indicadores para a catequese nesta fase. Conclui que, durante a vida, o ser humano passa por muitas etapas de desenvolvimento, mas a espiritual é a que lhe dá a razão de viver e o sentido de finitude, razão pela qual a catequese deve estar presente também neste momento, como uma educação continuada que rememora os valores e mostra que a velhice ainda pode dar muitos frutos.

**Palavras-chave.** Velhice. Espiritualidade. Catequese na velhice.

# CATECHESIS IN OLD AGE: THIS CAN BEAR FRUIT

**Abstract.** This text, the result of a bibliográfica research, sought to present the last phase of the human life cycle, give tips to live it in a constructive way to develop an age-appropriate spirituality. It addresses the dilemma and challenge of aging,

---

1 Professora Doutora em Vida Adulta e Envelhecimento Humano. Universidade Federal de Santa Maria/RS; Faculdade Palotina de Santa Maria/RS.  
*E-mail:* <carmena@brturbo.com.br>

the aging process, the path to wisdom, spirituality and some indicators for catechesis at this stage. It concludes that, during life, the human being goes through many stages of development, but the spiritual is the what gives him the reason to live and the sense of finitude, which is why catechesis must also be present at this moment as a continuing education that recalls The values and shows that old age can still bear many fruits.

**Key words.** Old age. Spirituality. Catechesis in old age.

## CATEQUESIS EN LA VEJEZ: ESTO PUEDE DAR FRUTOS

**Resumen.** Este texto, el resultado de una investigación bibliográfica, tratado de presentar la última etapa del ciclo de la vida humana, dan consejos para vivir de manera constructiva para desarrollar una espiritualidad adecuada a la edad. Aborda el dilema y el reto del envejecimiento, el proceso de envejecimiento, el camino de la sabiduría, la espiritualidad y algunos indicadores para la catequesis en esta etapa. Llega a la conclusión de que, durante la vida, el ser humano pasa por muchas etapas de desarrollo, pero el espíritu es lo que le da el derecho a vivir y el sentido de la finitud, que es la razón por la catequesis también debe estar presente en este momento como una formación continua que recuerda los valores y muestra que la vejez todavía puede dar muchos frutos.

**Palabras clave.** La vejez. Espiritualidad. La catequesis en la vejez

## CATÉCHÈSE DANS LA VIEILLESSE: IL PEUT PORTER SES FRUITS

**Résumé.** Ce texte, le résultat d'une recherche de bibliográfica, cherché à présenter la dernière étape du cycle de la vie humaine, donner des conseils à vivre de façon constructive pour développer une spiritualité adéquate à l'âge. Il aborde le dilemme et le défi du vieillissement, le processus de vieillissement, la voie de la sagesse, la spiritualité et certains indicateurs pour la catéchèse à ce stade. Conclut que, pendant la durée de vie de l'être humain passe par plusieurs étapes de développement, mais l'esprit est ce qui vous donne le droit de vivre et le sens de la finitude, ce qui explique pourquoi la catéchèse doit aussi être présent à ce moment comme une formation continue qui rappelle les valeurs et montre que la vieillesse peut encore donner beaucoup de fruits.

**Mots-clés.** Vieillesse. Spiritualité. Catéchèse dans la vieillesse

### INTRODUÇÃO

A velhice é a última das fases do desenvolvimento humano. Em decorrência da melhoria das condições de vida, do cuidado com a saúde e dos avanços tecnológicos, as pessoas têm a possibilidade de passar mais tempo na condição de velhos do que no passado. A expectativa de vida, de fato, se elevou, hoje para 75,5 anos a média brasileira, com diferenças em alguns estados, a exemplo de Santa Catarina, com 78,7 anos, Espírito Santo, com 77,9 anos, São Paulo com 77,8 anos e Rio Grande do Sul, com 77,06 anos ((IBGE, 2015)<sup>2</sup>.

---

2 <http://g1.globo.com/bemestar/noticia/expectativa-de-vida-do-brasileiro-ao-nascer-e-de-755-anos-diz-ibge>.

A proposta deste texto, construído a partir de uma pesquisa bibliográfica, é mostrar a importância desse momento da vida e oferecer sugestões para vivê-lo de forma construtiva a partir do exercício de uma espiritualidade adequada à etapa, abordando o dilema e o desafio do envelhecer, a espiritualidade da velhice através de valores e atitudes humanas e os indicadores para a catequese nesta etapa.

## **2 O DILEMA E O DESAFIO DA VELHICE**

Não é bom, e não é verdade, que a velhice seja única e exclusivamente um momento de perdas ou decadência. Esta fase da existência desafia o potencial humano de crescer. Se por um lado é um período de desenvolvimento e de descanso após longos anos de trabalho, por outro, o velho corre o risco de gastá-lo em depressão e/ou desesperança, sentindo-se acabado, esquecido, menosprezado, andando sem sentido, mal compreendido e inútil.

Neste sentido, Erickson (1992, p. 59) analisa o último desafio da velhice, tratando-o como o dilema da "integridade vs desespero". Em outros termos, quem envelhece é chamado à integridade, ou seja, a concluir o desenvolvimento da própria personalidade de uma forma coerente com seu passado e, ao mesmo tempo, integrado à experiência da velhice. Se isto for bem sucedido, ele ganha sagacidade e sabedoria, isto é, um conhecimento experiencial da realidade e da vida, que é uma característica dos idosos, o melhor de si que pode deixar como um legado para

os outros. Se isso falhar, ele poderá viver sua velhice com dificuldade, arriscando-se a cair no desespero.

Pode-se dizer que é normal sentir medo de envelhecer. Este medo vem da cultura de privilégio da juventude, da beleza, do ótimo e funcional, levando muitos idosos a se fecharem no seu próprio mundo, desconsiderando a sabedoria adquirida no decorrer da vida.

Também deve ser encarado como normal sentir e aceitar conscientemente as perdas próprias da fase: o fim da vida ativa, da juventude, da habilidade atlética e, por vezes, o início da doença, bem como o fim de relações finalizadas pela morte de familiares, de vizinhos, de [ex] colegas de trabalho, assim como a perda de status social com a aposentadoria. Estas são algumas das perdas a serem consideradas de maneira livre e consciente.

Andrade, já em 1996 (p. 264), apontava a necessidade de crescer durante e para a velhice, evitando o simples cair nela; sinalizava que é preciso preparar-se, pois o envelhecimento pode apresentar crises existenciais causadas por problemas biológicos, fisiológicos, psicológicas e espirituais. A pessoa, chegando a esta idade, vê surgir perguntas inevitáveis como: “Quem sou eu?” “Qual é o sentido da minha vida?” “Como eu passei os anos que eu vivi?” “Como posso viver bem nos próximos anos?”.

Igual a qualquer outra crise existencial, esta também não pode ser superada a não ser através de uma renovação interior, porque ninguém tem permissão para viver a velhice em *baixo astral*, quase como uma licença para ser medíocre. No entanto, os idosos com

vivência religiosa têm razões espirituais para viver com entusiasmo e prodigalidade a última etapa da vida, que completa a jornada espiritual de sua consagração e lhes introduz a visão da comunhão eterna com Deus.

O Papa João Paulo II (1996, 70 § 5-6), escreveu que

a idade avançada coloca novos problemas, que podem ser preventivamente afrontados com um cuidadoso programa de apoio espiritual... dando chance de ser transformado pela experiência pascal, configurando-se com Cristo crucificado que se abandona nas mãos de Deus... em um supremo ato de amor e entrega de si mesmo.

### **3 O PROCESSO DE ENVELHECIMENTO**

É de amplo conhecimento que a velhice não é homogênea. No processo de envelhecimento várias são as maneiras de envelhecer e, conseqüentemente, diferentes serão os resultados. Uma das maneiras sonhadas por quem já chegou à velhice é envelhecer bem; é o desejo daqueles com os quais todos estão dispostos a conviver. Seu modo de ser velho é declarado por todos como invejável. Esses idosos vivem uma vida serena, grata, cheia de confiança e sentimento, lúcida e responsável, sem excessivo temor da morte. Embora experimentem sofrimento, como qualquer ser humano, não esperam que os próximos



sofram com eles ou que seu sofrimento pese aos outros; ao contrário, costumam preocupar-se com os outros. Infelizmente, não se pode dizer que esta seja a norma, na verdade é o sonho de muitos e a conquista de poucos.

Outra maneira comum é aquela em que muitos velhos são incapazes de aceitar a vida marcada pela invalidez ou pela redução da capacidade de trabalho, de relacionamentos e de sobrevivência. Eles estão traumatizados com a chegada da aposentadoria e sentem como uma terrível ameaça à ideia do fim. Eles passaram toda a vida no trabalho, sem nunca terem encontrado tempo para si, para refletir, para descansar em paz. Como escreve Andrade (2011, p. 13) agora,

são forçados a ir do trabalho turbulento à inatividade forçada e não conseguem aceitá-lo. Para eles, a aposentadoria é uma dor, não sabem o que fazer, é um descanso forçado e doloroso. Eles vivem em briga constante ou depressão. São comuns as tentativas autodestrutivas, especialmente se a inatividade é combinada com a solidão,

fechados em seu sofrimento, apegados a pequenas coisas que funcionam como droga ou válvula de escape, tornando-se duros, difíceis, ácidos, hostis a tudo, e todo mundo procura escapar deles.

A terceira maneira de envelhecer é a dos que negam ou rejeitam o envelhecimento, fingindo não ter

chegado à velhice. Essa é própria daqueles que não querem acreditar no envelhecimento e, portanto, escondem de si e dos outros a sua decadência, continuam vestindo-se e vivendo como se ainda fossem jovens. Apreciam os elogios e expressões como:

- *Não pensaria que você tem 80 anos!*
- *Não dá para dizer a sua idade!*
- *Não demonstras a idade que tens!...*

Acreditam nelas e por um tempo 'são acelerados'; mas quando os pés não acompanham mais a cabeça, ficam doentes, feridos, frustrados, vindo a ter um viver doloroso.

Andrade (2012, p. 45) afirma que parece

um erro tentar viver assim, fingindo ignorar, ou negando sua condição. Seria melhor aceitar a própria realidade e tentar afrontá-la, dando-se novas razões para viver, para continuar a crescer, para aceitar a velhice como algo novo e valioso.

#### **4 ENVELHECIMENTO E SINTOMAS PSICOESPIRITUAIS**

A redução e a limitação física são bem conhecidas no decurso do envelhecimento, e requerem uma série de atenções que já são uma forma exigente de ascese.

A velhice também é caracterizada por um processo de envelhecimento psicológico e espiritual que pode terminar bem ou não, dependendo do caso. Uma velhice feliz é marcada pelos valores da serenidade, da

aceitação de si e dos outros, da interioridade, da paz, da ternura, da compaixão e, finalmente, da sabedoria.

Se esses valores não se estabelecem, pode-se encontrar a prevalência de outros sentimentos, como a depressão senil que, muitas vezes, começa no início da aposentadoria, quando o idoso tende a sentir-se inútil, torna-se letárgico, apresenta perda da autoestima, podendo vir a descuidar da aparência e da saúde, deixando a vida andar, não se controlando e nem se sentindo responsável por suas ações e reações.

A solidão que muitas vezes o acompanha, não é a solidão constitutiva, aquela que se busca para, sozinho, colocar-se à frente das decisões importantes, mas a solidão que isola a pessoa e a faz sentir-se só e abandonada por aqueles que deveriam lhe querer bem.

Por vezes esse isolamento vem da falta de atividade, de estar só por muitas horas, ou, muitas vezes, por estar exclusivamente na companhia de outros idosos. Então, em momentos de reflexão, o idoso se coloca uma questão séria e perigosa em suas seqüências: "Ainda sirvo para alguma coisa ou para alguém?"; ou "Ainda há alguém que me interessa ou que se interessa por mim?".

O medo e a sensação de não estar mais no controle de si são o terceiro sintoma, que se consolida com solidão e silêncio. Há o medo da doença, do abandono, da dependência e, acima de tudo, da morte. Muitas vezes, o medo gera agressão para com aqueles que estão ao seu redor, resultado da sensação de desamparo, de impotência, de humilhação e de baixa autoestima. Em outros momentos, inconscientemente, conduzido pelo medo e pela agressividade, torna-se ranzinza e teimoso,

mas, observando-o bem, percebe-se que são maneiras de fazer-se notar e da vontade de ser ele mesmo.

Neste sentido, Andrade afirma que

a raiva, o rancor, e o ressentimento acumulados ao longo da vida podem aflorar na velhice. A raiva pode referir-se à perda de oportunidades, aos deslizes, aos fracassos, aos pecados e erros cometidos no curso da vida; podendo ser dirigida a si próprio, à sua história, a seus vizinhos, ou ao próprio Deus (2012, p. 63).

Assim, faz-se necessário um esforço para verbalizar e expressar isso de alguma forma, procurando o melhor contexto; caso contrário, poderá transformar-se em um processo destrutivo que deteriora a condição do idoso, não permite que ele se liberte e encontre a paz necessária para envelhecer bem, e viver com tranquilidade os anos que lhe restam.

## **5 ESTRATÉGIAS PARA SUPERAR OS ASPECTOS NEGATIVOS DO ENVELHECIMENTO**

Para reagir aos aspectos negativos da última etapa da vida, o velho deve buscar novas razões para a sua existência. É um caminho que já deveria ter sido iniciado nas fases anteriores, mas agora precisará ser percorrido. Assim, alguns passos que sejam dados já contribuem para que o velho atinja certa consciência das estratégias necessárias.

Andrade (1966, p. 105) indica como estratégias necessárias:

- enraizar a existência em valores duradouros e não efêmeros, como o sucesso nos negócios, a carreira, a beleza, entre outros, que não estão relacionados apenas ao fazer, ao ter, ao poder e ao desfrutar, mas ao ser, porque só este permanece quando os outros se vão;
- encontrar uma atividade ou um compromisso significativo para si e, se possível, útil aos outros. Caso contrário, o velho perde a sua razão de ser; tende a se fechar cada vez mais sobre si mesmo e a se isolar. Embora tendo em conta as suas necessidades, ele deve tentar sair do centro das atividades, permitindo que outros o ocupem, colocando sua maturidade e sabedoria a serviço dos outros e das causas. Isto pode auxiliá-lo a crescer até o fim;
- procurar manter o máximo possível a auto-suficiência, a capacidade de autoregular-se, de autonomia nas decisões, de organizar seu tempo livre, de ter sua agenda própria,...O velho não deverá fazer-se servir além do necessário, tampouco buscar sua substituição em tudo, nem mesmo por uma questão de melhor organização, limpeza e ordem. Assim, é preciso um olhar para o antigo ambiente e adequá-lo para ele e sua situação, deixando espaço para encorajá-lo e não deixá-lo cair na apatia e insensibilidade;
- aceitar a idéia da morte como alguma coisa presente na vida, desde o dia do nascimento, e não se permitir ser surpreendido pela chegada da morte, mas saber como vivê-la em primeira pessoa, não como uma inimiga, mas como

algo que faz parte de sua vida. Só assim os dias que lhe restam poderão ser vividos com humildade, carinho e gratidão, ao invés de medo, de raiva, de agressividade e quase como uma condenação;

- desenvolver a espiritualidade, compreendida como um caminho de valores, atitudes e motivações espirituais, especialmente para percorrer a velhice. Esta é uma condição necessária para o processo de envelhecimento, especialmente para aqueles que acreditam em Deus.

## 6 O CAMINHO PARA CHEGAR À SABEDORIA

Para envelhecer bem, é preciso ativar e cultivar algumas atitudes psicológicas. Peck (1986 p. 302) afirma que, para responder aos desafios colocados pelo crescimento e desenvolvimento do ego idoso, a pessoa deve: estimular a docilidade emocional, evitando o seu empobrecimento; promover a flexibilidade mental; evitar a rigidez; renovar as relações, ultrapassando a mera dimensão sexual; valorizar a sabedoria, atenção e compaixão.

No texto que se segue serão interpretados estes indicadores colocados por Peck.

- **Estimular a docilidade emocional.** O primeiro desafio é adquirir a flexibilidade emocional, a capacidade de manter-se maleável em suas emoções para aceitar as separações necessárias que acontecem na vida adulta e na velhice, sem ficar esmagado e, de certa forma, abalado pelos acontecimentos.

Com certeza a idade adulta é marcada pelos verbos sair, deixar, e abandonar. Por isto se faz necessário se acostumar a deixar pelo caminho alguns laços emocionais fortes próprios da vida adulta, particularmente da adulta média, tais como laços emocionais profundos que não podem mais ser mantidos, compromissos pessoais assumidos e honrados até de maneira muito exigente, que não são mais suportáveis, e preparar-se para estabelecer outros laços mais soltos, menos exigentes.

Certamente não se trata de apagar de suas afeições, nem de tirar estes vínculos do seu coração, mas de remover aquela carga emocional que poderá ser pesada e exigente. Também não é para descartar os compromissos de sua vida, mas vivê-los mais pacificamente e com maior serenidade.

Se o velho não adquire essa flexibilidade, corre o risco de enrigecer-se e tornar-se frágil, caindo psicologicamente cada vez que lhe é subtraído um objeto de seu amor, seja ele um parente, um ente querido, um colega de trabalho, ou ainda cada vez que há algo de novo na vida.

No lado positivo, o velho deve procurar desenvolver novos relacionamentos, nova maneira de interessar-se pelos outros, sem assumir compromissos muito rígidos, mas de uma forma construtiva e variada. A necessidade de continuar a ser uma pessoa atenta, carinhosa e sensível é um dos pontos centrais da visão de Erick e Erikson (1998 p. 86). Ele aponta para a necessidade de o idoso desenvolver uma “segunda generatividade” (grand- generativity, em analogia a palavra avós que em ingles é grand-parents), há

uma “segunda paternidade / maternidade”, uma nova atenção que substitui o compromisso físico de paternidade / maternidade.

Depois de velho, pode se tornar um “pai envelhecido” para crianças crescidas agora adultas, um avô/ó babá dos netos, um velho e confiável amigo, um parceiro de conversa (quando é capaz de ouvir...), ou um conselheiro que está próximo. Tão diferentes dos papéis e do rol de relações precedente, estes novos papéis permitem que estabeleça outras relações que o impedirão de se tornar só, endurecido, ácido ou vítima do egoísmo e do empobrecimento emocional.

Esta é a finalidade da maturidade emocional: manter um coração de carne que bate e que ainda se emociona, mesmo que esteja dominado pelos sentimentos.

- **Promover a flexibilidade mental.** Esta atitude propõe que o velho adquira a docilidade mental, ou seja, uma nova maneira de usar e oferecer seu conhecimento e a experiência acumulada durante a vida, mantendo uma perspectiva imparcial sobre eles. Isso o leva a aceitar o diferente, para trabalhar as ideias e os sentimentos pessoais, e não absolutizar seus desejos, seu ponto de vista, sonhos e esperanças, medos e ansiedades, libertando-se de uma maneira de pensar pré-fabricada que, no final, o impede de aceitar e ouvir os outros.

A pessoa, para viver em paz e não cair nas armadilhas da velhice, não deve tentar agarrar-se às próprias ideias e à própria visão das coisas. Isto o



ajudará muito a recordar que cada um, em especial o mais jovem do que ele, gosta de ter sua própria experiência antes de acreditar que as ideias mudam com o tempo e que, na vida, o verdadeiro e o falso, o bem e o mal, o bonito e o feio não se distinguem claramente, pois a realidade não é dividida em preto e branco, pontuadamente distintos, mas apresenta matizes de cinza que deixam perplexos aqueles que querem esclarecer as coisas embasados na rigorosa lógica matemática. Esta confusão é sentida principalmente por aqueles que tiveram, na sua formação teológica, uma afirmação dogmática dos princípios.

Erik e Erikson (1998) afirmam que a pessoa mais velha necessita comparar o seu novo eu e o seu novo modo de fazer, com aquele de quando era jovem, mais tolerante, mais paciente, mais aberto, mais compreensivo e menos crítico, quando lhe foi ensinado a não se impressionar com os acontecimentos, para agora ser capaz de ver ambos os lados de um problema, para se envolver em questões que antes foram ignoradas e de haver pontos de vista diferentes dos adotados no passado.

Este é o espírito que se deve perseguir. Este é um dos componentes da sabedoria de quem envelhece bem, que sabe como colocar sua experiência a serviço dos outros. Nem todos os idosos chegam a essa flexibilidade, alguns tendem ao dogmatismo e unilateralismo que irritam os que convivem com ele. Esta é a característica daqueles que não envelhecem bem.

A vida diária fornece uma ampla gama de lembretes do quanto a vida é frágil e de como estamos profundamente inter-relacionados (WOLMAN, 2001 p. 19).

- **Evitar a rigidez.** A terceira atitude que caracteriza o envelhecimento saudável é a capacidade de equilibrar as tensões e dinâmicas da energia social/sexual a fim de continuar a desfrutar os prazeres da intimidade interpessoal, em harmonia com os vários estados da vida.

Isso não quer dizer que, à medida que envelhece, o idoso torna-se assexuado, inerte, insípido, inodoro, incolor, ou apaga os impulsos sexuais. Ele continua sentindo a necessidade de intimidade interpessoal, de amizade, o prazer e a tendência para a atividade sexual, e faz bem manter um nível de atividade sexual compatível com seus desejos e papéis assumidos.

Faz-se necessário que o idoso casado se dê conta de que a qualidade da intimidade sexual muda com a idade, de modo que aqueles que optaram pelo celibato devem recordar que a trajetória de crescimento de seu celibato continua, mesmo idoso. Os frutos serão proporcionais ao compromisso assumido na primeira parte da vida, podendo levá-lo a uma intimidade inesperada com as pessoas e com Deus.

O velho deve ter claro que o objetivo da velhice não será de buscar a todo o custo uma vida sexual como a do início da vida adulta, mas potencializar, desenvolver e fortalecer outras formas de comunicação e comunhão compatíveis com sua situação, para compensar as alterações produzidas pela idade. Para alguns, as

recordações ajudam a encontrar uma nova ternura. Para outros, a intimidade conjugal é substituída por uma crescente intimidade com os filhos adultos ou outros familiares. Ainda há os que buscarão novas formas arriscando-se a estabelecer uma rede de amizades através da qual se preocupam com o bem de outra pessoa, se aproximam com confiança e atenção sinceras. Para todos, será uma espécie de relação interpessoal marcada pela ternura, pelo acolhimento, e pelo companheirismo (de "cum-panis", o companheiro da peregrinação) de forma gratuita.

- **Valorizar a sabedoria, atenção e compaixão.** Para que o velho alcance esta atitude, existem outras atitudes como pré-requisitos, ou seja: superar a preocupação excessiva consigo, aprender a dar atenção, ter compaixão e sabedoria que caracterizam os idosos que envelhecem bem.

Inicialmente, o idoso deve superar a importância que a cultura atual atribui ao corpo e à aparência jovem, para melhorar a interioridade, aqueles elementos essenciais que fazem dele uma pessoa de caráter e beleza interior. Para isso deverá esforçar-se, conscientemente, para não negar, mas ultrapassar os problemas ligados à decadência da força física e da perda de beleza corporal. Deverá interessar-se pelo que o rodeia, pelo mundo e pelas pessoas que vivem para além do limite do sofrimento físico. Isto o compromete a cuidar de seu corpo da maneira certa, sem esperar milagres ou curas impossíveis, reconhecendo e aceitando a inevitabilidade da morte e daquilo que vem depois.

A seguir, o idoso deverá tentar alargar suas fronteiras, as quais, devido à experiência anterior, muitas vezes se limitam apenas ao trabalho. Ao se aposentar e perder o "status" alcançado pelo trabalho de toda a sua vida, o velho pode ver nisso uma causa de sofrimento, mas deve se lembrar que agora tem pela frente outras tarefas e possibilidades.

É nessa direção que Andrade (2014, p. 25) sinaliza a existência de muitas possibilidades,

onde ele pode encontrar uma autorrealização diferente (e, possivelmente, maior) tais como: conselheiro de jovens, como um avô/ó; ou no serviço voluntário na área da cultura, do serviço civil, da política, da religião, da filantropia, e em tantos outros grupos sociais. A velhice pode finalmente ser a estação apropriada para desenvolver aspectos da personalidade ainda não desenvolvidos durante os anos ativos: há idosos que descobrem seus dons para pintura, poesia, arte, literatura, coleção e assim por diante”.

De fato, o número de possibilidades é limitado apenas pelo desejo de continuar em busca de alternativas e pelo desejo de crescer.

O desafio final proposto por Peck (1986, p. 305) é a superação do [eu] ego, o mais difícil, mas, simultaneamente, o mais estimulante e desafiador. Ele convida o idoso a considerar e aceitar a realidade da

morte. Isso requer a passagem por uma verdadeira "noite escura" indo além da preocupação narcisista com a própria sobrevivência. Assim, ele poderá aceitar a morte com a serenidade que vem da certeza de que, graças aos filhos, às amizades, a ajuda e aos conselhos que deu, construiu um escopo e um espaço maior do que qualquer outro que poderia incluir o eu pessoal.

Esta ideia foi ampliada por Erikson (1992, p.52) a partir dos resultados da pesquisa com pessoas com mais de oitenta anos. De acordo com esse autor, o processo de formação e de crescimento da identidade continua, mesmo na última fase da vida, e é marcado pelos valores de atenção e sabedoria voltados não só para o próximo, mas também para os outros, de todo o universo. Até o último dia de sua vida, a pessoa é chamada a alargar a fronteira da segunda paternidade, deixando emergir aquela que hoje é chamada de "personalidade ecológica" (ecological self-hood). Esta, alargando e aprofundando os interesses da pessoa, lhe permitem superar a separação e a fragmentação.

Na verdade, a questão central do nosso tempo é a forma de superar o próprio "eu", transcendendo a cultura e a religião, para alcançar horizontes cada vez mais vastos do cosmos. Isto ocorrerá se o velho, ao chegar à velhice, for capaz de considerá-la um estágio no qual ele pode crescer para transcender o próprio "eu", pode estender o seu ser muito além do "eu" individual para incluir toda a família humana, que nada mais é do que uma pequena parte daquela "rede ecológica" conectada com outras partes do universo pelo qual somos também responsáveis. Assim,

é benéfico e justo atentar para o desenvolvimento da segunda geratividade e transcendência do eu, ou desafio da velhice. Eles também levantam a base psicológica para a espiritualidade que envolve atenção, compaixão e sabedoria, valores típicos da velhice, e dos quais o mundo precisa.

## **7 A ESPIRITUALIDADE DA VELHICE**

A velhice ainda dará frutos,..."  
(Salmo 92, 15)

O processo de envelhecimento e os idosos não estão entre os temas centrais da Sagrada Escritura, mas pode-se encontrar, na Bíblia, alguns itens para a construção de uma espiritualidade na velhice, tanto no Antigo quanto no Novo Testamento. No texto que se segue serão apresentadas perícopes bíblicas que ilustram a temática nos dois testamentos.

- **Antigo Testamento.** O Antigo Testamento apresenta a velhice como uma época de fertilidade e participação ativa no Plano Divino (Gênesis 21, 5). Uma longa velhice é um sinal da fidelidade de Deus às suas promessas: "Então Abraão deu seu último suspiro e morreu após uma velhice feliz, velho e cheio de dias, e foi congregado ao seu povo" (Gênesis 25:8). Depois tanto Isaac (Gênesis 35, 29) quanto José morrerem com idade avançada - de 110 anos (Gênesis 50, 26).

O texto bíblico aponta que é no decorrer da velhice que Deus se revela. Moisés recebe a revelação do nome de Deus e a missão de libertar o seu povo quando já era velho: dele diz-se que era íntimo de Deus, com o qual falava como um amigo (Êxodo 33,11).

O Antigo Testamento dá uma imagem realista e inquietante da velhice; ela é assustadoramente apresentada como o tempo de "dias tristes... os anos em que você dirá: não sinto mais gosto para nada." (Eclesiastes 12, 1), mas também é muito frequente o retrato da pessoa bem envelhecida, marcada pela sabedoria e pelo temor ao Senhor.

O segundo livro de Macabeus apresenta a inesquecível história do martírio do escriba Eleazar, um dos principais doutores da Lei, que era um homem de idade avançada, com rosto de traços belos (2 Macabeus 6,18-31), que rejeita as imposições injustas de Antíoco IV e até mesmo as ficções piedosas de seus compatriotas que iriam resgatá-lo da tortura do tirano. Eleazar morre testemunhando fé e coragem, já que preferiu a morte honrada a viver envergonhado.

A sabedoria e sagacidade dos idosos são as melhores maneiras de entender o mistério do sofrimento. Jó, no auge de seu esplendor, e idoso, ao ser testado por Deus, fica indignado, e reclama, se orgulha de seus méritos, e da sabedoria que Deus lhe deu; no final, sabiamente, se reporta à sabedoria providencial de Deus.

No livro dos Salmos aparecem orações próprias dos idosos, como as que se seguem: Salmo 37 (25), em que a reflexão sobre o direito a pagar a fortuna ultrajante do ímpio se torna oração de quem "era

jovem, e agora ele está velho" e pode afirmar que nunca viu desamparado o justo de Deus. O Salmo 71 [70] expressa a oração confiante do idoso que se entrega a Deus, tido como "...rocha de refúgio, fortaleza onde ele se salva, rochedo a quem supplica: *não me rejeites agora que estou na velhice, não me abandones quando me faltam forças*, a um Deus que é objeto de louvor do velho que aprendeu, na juventude, as maravilhas divinas, e agora acredita que não será abandonado até que passe às gerações futuras as maravilhas das façanhas divinas (vv 3, 9, 17-18).

No Salmo 92 [91] tem-se um hino de ação de graças no qual o ancião contempla a obra de Deus e canta a plena certeza de esperança e otimismo quanto a "continuar a dar frutos", e ser "viçoso e frondoso" até o fim dos tempos (vv 13-16).

Como visto, todo o livro de Salmos é adequado para a oração na velhice, mas estes três salmos colocados especificamente nos lábios de um idoso lembram que ele tem, na oração, a via preferencial de chegar a Deus, um caminho feito de memória, de reconhecimento, de confiança e, acima de tudo, de louvor, gratidão e admiração pelo amor gratuito do Criador.

- **Novo Testamento.** No Novo Testamento, e mais especificamente no Evangelho de Lucas, aparece um tema que já foi pontuado no Antigo Testamento: *Deus escolhe os anciãos para serem testemunhas do alvorecer da Encarnação e da Redenção*. Isto fica claro quando o texto aponta que Zacarias e Isabel são esco-



lhidos para serem os pais do precursor do Senhor quando já são velhos. Também Simeão e Ana, ambos em idade avançada, recebem a revelação da vinda do Salvador (Lucas 2, 25-26. 36-38). E, assim como os do Antigo Testamento são os pilares da verdade e da justiça, no Novo Testamento é ao idoso (presbyteroi) que a Igreja recorre para a sua estabilidade (1 Timóteo 4, 14; 5, 17; 5, 19, Tito 1,5).

Jesus ensina o idoso a lidar com os medos que traz a velhice, o medo do futuro que, com a ganância, se cura apenas na Providência (Lucas 12, 12-21, 22-31, Mateus 6, 25-34). E Paulo oferece boas perspectivas sobre o sofrimento e a morte ao mostrar que a vida cristã pode compartilhar o sofrimento e a morte de Cristo (Romanos 6, 4; Colosseus 1, 5; 4, 10; Filipenses 3, 10); ao ensinar a completar a paixão do Messias (Colosseus 1, 24); ao considerar a fraqueza humana uma manifestação de Deus (2 Coríntios 12, 9); ao falar da vida nova iniciada no batismo (Romanos 6, 1-11) prolonganda na existência compartilhada com Deus na vida e na morte (Romanos 14,7-9; Filipenses 1, 21-23; 2 Cor 5, 1-10).

Assim, a palavra de Deus nos mostra que a velhice é um momento de crescimento espiritual, basta olhá-la na sua plenitude, sem excluir o sofrimento e a morte, então, consciente da limitação, da pobreza e da fraqueza humana, se entregar como Jesus “nas mãos do Pai”, Aquele que não deixa ninguém cair no escuro, que conhece cada pessoa e a reconhece como preciosa (Isaías 43, 4 ).

**“JESUS ABANDONOU-SE, ASSUMINDO A CONDIÇÃO DE SERVO...” (FILIPENSES 2,7).**

Após conferir a Pedro o mandato pastoral, Jesus lhe diz que, quando estivesse velho, teria uma morte violenta pelo seu Nome: “Em verdade vos digo que, quando você era mais moço, você costumava vestir-se e ia para onde queria: mas, quando já fores velho, estenderás as mãos e outro te cingirá e te levará para onde não queres ir” (João 21,18). Com isto Jesus traça o caminho de crescimento de Pedro: ele passará, a partir do momento da decisão, a estação em que ele vai ceder a iniciativa e “deixar fazer”.

O idoso, aos poucos, deve deixar de fazer muitas coisas e dar este encargo ao outro, pois aceitar, deixar, sair, distanciar-se são os verbos que deverá aprender a conjugar na velhice. Eles são os verbos da *kênosis* cristã, a desapropriação característica da Encarnação do Filho de Deus que “embora fosse de natureza divina, não teve a pretensão de ser igual a Deus”, mas esvaziou-se a si mesmo, tomando a forma de servo, fazendo-se semelhante aos homens” (Filipenses 2, 6-7).

A velhice não é uma viagem fácil nem agradável, é desafiadora, é *kenótica*, onde as perdas se multiplicam e se combinam com as humilhações sociais, físicas, psicológicas, intelectuais e morais, até chegar a morte, que é, como diz Teilhard de Chardin (1968 p. 78), “um oceano [no qual] conflui toda nossa fraqueza”. No entanto, a velhice é uma parte do plano providente de Deus que leva a pessoa a tomar a sua vontade de alcançar a glória, e ser exaltado como Jesus.

A existência, do nascimento à morte, é uma jornada pascal na qual o ser humano é chamado a se superar num contínuo êxodo rumo à terra prometida. O ponto de chegada e a motivação desta jornada são o amor (ágape): “Vivendo segundo a verdade no amor, cresçamos em tudo naquele que é a cabeça, Cristo” (Efésios 4, 15). A kenosis não é o fim, mas um processo de renovação, até chegar a um homem perfeito: “a meta é que todos juntos nos encontremos unidos na mesma fé e no conhecimento da plenitude de Cristo” (Efésios 4, 13).

Esta maturidade humano-cristã consiste no conhecimento de Deus e de Cristo (João 17, 3), e na comunhão de amor com Ele, que é a face humana visível de Deus.

No conhecimento amoroso de Deus o velho está gradualmente despojado de tudo, mas chega a uma identificação gradual com o Jesus crucificado, “manso e humilde de coração” (Mateus 11, 29). Desta forma, participará da ternura, da bondade e da compaixão de Jesus para as virtudes que são típicas do idoso que envelhece bem.

- **“Ele deve crescer e eu diminuir ... “ (João 3, 30).** A kenosis feita de progressiva redução da atividade, de incapacidade física, do aumento de solidão, do medo e da raiva reprimida, é repulsiva para o idoso. Ela o faz se aproximar do sofrimento, o mais difícil da sua existência, que ninguém entende ou aceita, fora da fé e da contemplação do mistério de Deus. A mente humana fica presa diante do sofrimento e se pergunta como é possível que Deus aceite o mal,

em particular quando não parece produzir nenhum bem.

A resposta para esta questão, Teilhard de Chardin (1968 p. 87-9) tentou dar, explicando que Deus é capaz de mudar o mal de três maneiras. A primeira funciona como no caso de Jó, quando “a derrota sofrida por nós orientará nossas atividades na direção de ambientes mais favoráveis, sempre definido a nível do sucesso humano que buscamos”.

A segunda funciona quando “a mesma perda que nos aflige vai obrigar-nos a olhar para um campo menos material... (neste caso) vemos o homem sair melhorado, endurecido, renovado por uma prova ou uma queda que parecia tê-lo diminuído ou abatido para sempre: é a história de tantos santos e em geral de todas as pessoas notáveis por sua inteligência ou sua bondade...”.

A terceira é dos casos mais difíceis (e são “precisamente os mais comuns”), diz Teilhard de Chardin (1968 p. 88), em que “a nossa sabedoria permanece totalmente confusa”. Há certas situações que não se pode aceitar: de fato não trazem qualquer vantagem, mesmo neles a pessoa “desaparece ou permanece dolorosamente deficiente”.

Então, surge a pergunta: “Como é que essas situações, que são a Morte na medida em que se tornam puramente mortais, podem tornar-se algo bom para a pessoa?”

Esta terceira estrada, que é “mais eficaz e mais santificadora”, usada pela Providência, é aquela que age na velhice e será importante entrar nesta dinâmica de crescimento que leva à união com Deus. Através deste diminuir-se Deus o prepara para ser a pe-

dra viva da Jerusalém celeste, para entrar em sua verdadeira condição, a “tão desejada união com Ele.”

O motivo mais eficaz desta transformação será a morte. A fé cristã, diante da cruz, não permite chamar imediatamente a “resignação cristã [que] é realmente considerada e condenada por muitos como um dos elementos mais perigosos, o ‘ópio religioso’, juntamente com o desprezo da Terra (Teilhard de Chardin 1968 p. 92). No entanto, se, depois de ter lutado contra o sofrimento, este ainda parece real, sobra outra forma de redenção: aquela de se juntar ao sofrimento de Jesus e de “completar na sua carne o que falta às tribulações de Cristo, em nome do Seu corpo que é a Igreja” (Colosenses 1, 24).

Assim, o sofrimento do velho torna-se redenção para o mundo e, se ele o aceitar na fé, sem deixar de lutar, o inimigo que o abate pode se tornar para ele um princípio amoroso de renovação. Abandonando os sucessos e fracassos humanos, acessa, confiando no Pai, a região de transformações e crescimentos suprassensíveis.

Teilhard de Chardin (1968 p. 106) escreve: “*Diligentibus Deum omnia convertuntur in bonum*” [Para aqueles que amam a Deus, todas as coisas são mudadas para sempre]. Aqui está a explicação que transcende toda e qualquer questão.

Assim, caso o velho se una ao crucifixo, poderá participar da redenção da cruz. Não somente recebe do crucifixo uma participação a sua ternura, compaixão e atenção, mas se associa a sua obra redentora. Sem sentir-se inútil, talvez como nunca antes, na velhice pode se sentir e ser instrumento na missão da Igreja.

- **“Para mim, o viver é Cristo e o morrer é um ganho...” (Filipenses 1, 21).** Algumas pessoas sentem como Paulo o desejo de ser dissolvido pelo corpo para estar com Cristo (Filipenses 1, 24). Muitos rejeitam a ideia da morte, sentem raiva, tentam fugir e acabam deprimidos. Em Teilhard de Chardin (1968 p. 92) lê-se que a morte é o caminho através do qual Deus leva o homem à união com ele, e que o sofrimento é o instrumento pelo qual Deus coloca uma lacuna “necessária” para entrar e “criar um vácuo que se tornará o seu lugar”.

De fato é complicado concordar com os argumentos de Teilhard, pois o velho sente, cada vez que vivencia a morte, que ela destrói uma experiência única e irrepetível, vez que uma pessoa que pensava, sentia, criava e amava se foi. Esta é a noite escura, contra a qual Jesus tentou reagir na agonia do Getsêmani.

O velho, ao sentir a proximidade da morte, se vê na necessidade de enfrentar a obscuridade. Aí precisa nutrir sua fé na ressurreição, mas, ainda mais, a sua união com o Senhor ressuscitado. A ele dirige a sua profissão de fé: "... a ressurreição dos mortos", repetindo para si mesmo o dito do Apóstolo: “Se Cristo não ressuscitou, a nossa pregação é vã, a vossa fé também é vã [...] e ainda estais nos vossos pecados [...] e nós somos dignos de pena mais do que todos os homens” (1 Coríntios 15,14.17.19).

Graças à fé na ressurreição, será possível vencer a morte e descobrir Deus. E se a fé for fraca, sempre poderá orar: “Eu creio, mas ajuda a minha incredulidade” (Marcos 9, 24). É consoladora e alegre a pro-

messa de Jesus: “Porque eu vivo, vós vivereis” (João 14, 19), porque Ele, quando vier a hora da morte, fará sobreviver por meio do Espírito que habita em cada um, para uma vida nova e plena: “Quem vive e crê em mim, jamais morrerá” (João 11, 26).

A promessa é ligada ao mistério pascal da morte e ressurreição de Jesus confiada à Igreja pela Eucaristia. Assim, é importante, na velhice, celebrar e viver este mistério: “Quem come a minha carne e bebe o meu sangue tem a vida eterna e Eu o ressuscitarei no último dia” (João 6, 54).

Na morte, de forma incompreensível e inexplicável, a pessoa entrará em uma nova relação de amor e comunhão consigo, com os outros e com Deus, uma relação sem similar, que satisfaz o desejo de alegria e felicidade, de plenitude e comunhão. A pessoa será libertada da escravidão, do pecado, da morte, da lei, dos eus, e considerará a morte um ganho (Filipenses 1, 21).

**4.5 “Refletindo como em um espelho, a glória do Senhor...” (2 Coríntios 3,18).** Para Paoli (1995 p.658), o caminho para chegar à identificação com Cristo, à fé que leva à cruz e à comunhão com Deus, a ternura, compaixão e preocupação com os outros, que caracterizam o idoso que envelheceu bem, é “o caminho da contemplação...”.

Contemplar é fixar o olhar em Jesus, é escutar a Palavra de Deus num amor silencioso dirigido à comunhão com Deus. Isto, no escrito do Catecismo da Igreja Católica, é um dom de Deus que responde à fidelidade na busca por Ele. Há um caminho que nos

leva ao dom da contemplação, que consiste no hábito de olhar a realidade com amor.

A oração segue a dinâmica do crescimento pessoal e da amizade. Parte da oração vocal passa através da oração discursiva, vem para a afetiva, até a oração da velhice, que é a oração contemplativa, também chamada de oração do coração. É um momento de silêncio aos pés do Pai, onde há a exposição simples a Deus, e o descanso no Pai, onde todos se juntam em oração para que o Espírito clame: “Abba, Pai” (Romanos 8, 15).

A contemplação, antes de ser uma atividade, é um estilo e é qualidade de vida. Introduce uma dimensão que produz uma profunda mudança na relação com a realidade. Altera a qualidade de vida e dá a oportunidade de viver o presente e no presente. Produz a capacidade de surpreender-se e de desfrutar da criação de Deus. Acima de tudo, faz chegar à interioridade, levando ao limiar do coração, onde vivem o Espírito do Pai e do Filho, e onde podem ser admitidos à sua oração. A oração consiste na escuta silenciosa na frente do Senhor (Deuteronômio 27, 9).

Por fim, a contemplação leva o idoso a um novo compromisso com a ação, característica da velhice, fruto da compaixão contemplativa. Em Marcos 6, 34 temos que “Jesus viu e teve compaixão” e o ajudou a perseverar na espera do retorno do Senhor. Assim, a oração do coração parece ser a oração mais apropriada ao idoso.

Aqui, a tradição lembra o velho que descreve sua oração como um encontro silencioso com Deus, onde olha para Ele e Ele olha-o em resposta. Na contem-



plação o velho encontra o Deus fiel, e descobre como é ser importante para Ele.

Isaiás reforça esta idéia escrevendo que “uma mulher pode esquecer seu bebê, ficar sem ternura para com a criança do seu ventre? Eu nunca vou esquecer de você aqui, eu tatuei você nas palmas das minhas mãos”(Isaiás 49,15-16).

Assim, o idoso poderá vencer a solidão e o medo da morte sem se intimidar com a contemplação. Ela não é privilégio dos santos canonizados, é um objetivo acessível a todo cristão. Infelizmente, não é a favorita da cultura odierna da eficiência/eficácia, da distração, da liquidez, e, no caso do idoso, pode colidir com a preocupação consigo e com seus limites físicos e morais, nem facilitada pela sua educação que, no passado, preparava para a contemplação das ideias, enquanto esta contemplação se refere a uma particularidade concreta: uma flor, uma música, um gosto, uma pessoa,..., isso é a realidade concreta e presente, através da qual é possível ter um sinal da realidade divina.

O progresso na oração contemplativa nem sempre é fácil, mas é bom lembrar que Teresa de Ávila (2015 p. 5) ensinou que a oração

nada mais é [...] que uma íntima relação de amizade pela qual se pode entreter com frequência, por estar a sós com Ele, que sabemos que nos ama”; e na oração, o essencial não é o pensamento, mas o amor.

## 6. INDICADORES DA CATEQUESE PARA IDOSOS

Um dos princípios da Gerontologia<sup>3</sup>, segundo Both (1994 p. 46), é que a pessoa se prepara para a velhice antes de chegar lá, ainda jovem. Existe um provérbio africano que diz: *na velhice nos aquecemos com a lenha que recolhemos na juventude.*

Algumas dessas reflexões e sugestões deveriam ser oferecidas na catequese infantil, e depois refletir durante a velhice, para apenas confirmar a crença na importância do idoso transformar-se em testemunha para os mais jovens.

Assim, o texto que se segue refletirá sobre os indicadores da Catequese para idosos, sobre elementos que emergem das reflexões sobre a viagem percorrida, até chegar à última estação da vida, e da certeza de que só uma adequada formação humana, intelectual e espiritual, bem como uma reflexão sobre a velhice na igreja hodierna poderão fundamentar o que está em construção, ou têm uma tênue efetividade em algumas comunidades.

- **Formação humana.** O primeiro e decisivo indicador refere-se ao envelhecer, pois só envelhece bem quem aceita se tornar velho. Quem, durante o envelhecimento, não aceitar a sua condição e se rebelar contra a idéia de envelhecer e morrer, talvez nunca tenha percebido, em sua juventude, o que aconteceria no final, possivelmente nunca tenha sido preparado para reconhecer e aceitar as limitações, a sentir que nem tudo é possível, e

---

3 Pedagogia da velhice

que não tem sentido cultivar a onipotência. Talvez tenha sido educado para viver de acordo com o princípio: *Age quod agis* (Aja como você), o que leva a caminhar de acordo com as possibilidades, a usar o tempo livre para contemplar a beleza sem querer possuí-la, a amar a si e ao outro.

Talvez tenha sempre vivido acelerado, pressionado pela tendência de agredir o mundo, o que, no fundo, vem da prepotência, da vontade de poder e posse que subjuga as coisas a si mesmo.

As atitudes que levam os idosos a aceitar, a ter fé, e a acreditar em si e nos outros estão no caráter, mas também podem resultar da formação inicial e, de uma educação permanente que alavanque sua gratuidade e sua dimensão contemplativa da existência, graças ao qual a pessoa poderá continuar a crescer.

- **Formação intelectual.** O idoso deveria ter e, eventualmente, desenvolver a curiosidade intelectual, juntamente com o cuidado contínuo de sua preparação profissional. Quem chega à velhice sem o hábito da leitura e do estudo, sem passatempos e/ou sem interesse cultural, possivelmente terá dificuldade para passar o tempo e para preencher os dias desta fase. Terminará estacionando como um carro antigo em frente à televisão, em atitude passiva e resignada, com o risco de absorver tudo sem senso crítico e criatividade. Sem saber o que fazer para gastar o tempo, vai se aborrecer com a perspectiva da morte, ou se apegar a pequenas coisas, ameaçando entrar no vazio alienante.

Caso o idoso seja desafiado a ser um conselheiro ou guia de pessoas ou organizações (até espiritual),

a integrar uma associação, a fazer uma atividade na igreja, a integrar uma pastoral, a redigir informativos ou manter o mural atualizado,..., vai sentir o dever de manter-se atualizado.

A leitura da Bíblia, de um bom livro de Teologia, de romance ou novela, de revista ou jornal poderá mantê-lo vivo a altura dos compromissos assumidos, e ainda viva e exercitada a sua mente em um momento em que parar pode significar tanto a perda dos neurônios, quanto desligar a lâmpada de sabedoria e da experiência.

- **Formação espiritual.** Para que o idoso no curso do envelhecimento possa percorrer um caminho de contemplação, deve, estar habituado à oração e ao gosto pela leitura da palavra de Deus, desde a sua juventude. É de se esperar que aquele que não foi acostumado a oração ou perdeu o hábito, encontre alguém que o ajude a compreender que só na fé, na esperança e no amor poderá continuar a crescer e a afrontar as cruzes da velhice.

Nesse período, não falta tempo para a oração. Às vezes o que falta é o método e a constância. Poderá ser difícil escapar do risco de mediocridade, se durante as etapas anteriores não cultivou a espiritualidade, a meditação, a vivência dos sacramentos, a reflexão, e o ascetismo.

Há sempre uma esperança, como disse João Paulo II (1996, p. 23), que “a retirada progressiva da atividade, em tais casos, com uma doença e inatividade forçada, constitui uma experiência que pode ser altamente educativa”.

Por outro lado, a experiência mostra que essa expectativa nem sempre se realiza, pois nem sempre há a evidência de que a velhice funcione como um sino de alerta providente que lembre da necessidade de crescer e na entrega a ele.

Por isso se faz necessário o preparo para envelhecer desde a juventude, com uma vida regrada, organizada. Esta é uma responsabilidade dos interessados, e daqueles preocupados e/ou são responsáveis pela formação religiosa continuada, que por sua natureza deve ser considerada de forma permanente, desde o início.

**A velhice na igreja hodierna.** Ninguém fica santo porque fica velho, mas os sofrimentos burilam o seu ser, tornando-o mais capaz de compreender a vida como um todo. O episódio da pecadora apedrejada leva à reflexão: Quando Jesus adverte que quem não tiver culpa atire a primeira pedra, o texto fala que todos foram saindo, inclusive os velhos. Aqui é de pensar que os velhos, por terem vivido mais, erraram mais, mas também, podem ter maior consciência de suas faltas, por experienciar e desenvolver, através dos anos, maior consciência do certo e do errado, falso e verdadeiro.

Muita gente tem preconceito contra o idoso, o acha “gagá”, desatualizado, e como dizia Cícero, em 96 antes de Cristo (2001 p. 31) “... pensa naqueles caquéuticos, molengões, sem memória, defeito que não se deve imputar à velhice propriamente dita, mas a uma velhice preguiçosa, indolente e embotada”. Muitos esquecem que foi ele quem construiu as coisas que

hoje dão condições de vida melhor. Esquecem que o jovem de hoje será o velho de amanhã e com menos jovens para cuidar deles.

Na Igreja, também se sente esse preconceito. Uns preferem a homilia do padre ou do pastor jovem e desprezam as palavras do padre ou pastor idoso. Ainda alguns leigos idosos são rechaçados do trabalho pastoral, pela preferência pelo leigo jovem. É a sociedade influenciando na Igreja. Renovar é sempre positivo. Mas é preciso lembrar que o espírito jovem não é privilégio dos moços. É bom lembrar que existem jovens com mentalidade velha e velhos com mentalidade jovem. Na verdade, é de se debitar isto a jovens e velhos com mentalidade jovem. Na verdade, é de se debitar isto a jovens e velhos que, em busca de valores temporais, deixam de lado os valores eternos. O amor não tem idade. Pode florescer e crescer no coração de todas as idades. Afinal, somos todos Igreja e a consideração com o idoso deve ser uma demonstração de maturidade e de respeito em favor do reconhecimento da colaboração que eles ofereceram, oferecem e oferecerão à Igreja e ao mundo.

... a esfera espiritual é a mais difícil de descrever ou quantificar. Ela inclui qualquer coisa que façamos para contemplar o significado maior e a finalidade de nossa vida: meditação, preces, mantras, comparecimento a serviços religiosos, ler ou escutar materiais que ofereçam inspiração, cantar, sentar-se tranquilamente em um jardim,

descer um rio em um bote, pintar uma paisagem ou apreciar uma pintura. E, sim, tudo isso está ligado à expectativa e à qualidade de vida (PASTER, 2001 p. 65).

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Velhice,..., cena final dessa peça  
que constitui a existência.  
(Cícero 2001 p. 65)

No crepúsculo da jornada, muitos querem repetir o que na noite de sua existência escreveu um homem de muita ação que viveu intensamente sua vida: “O dia cai. É noite. Minha visão se desvanece. Agora eu vejo tudo de dentro. Tudo está calmo. Saboreio melhor o tempo que ainda me foi dado. Apesar dos cabelos brancos, sinto com certeza a vida pulsante e a verdadeira alegria nos meus últimos anos” (Rodhain, in Gardini 1992, p. 97).

A vida, mesmo em sua última estação, pode continuar a ser fecunda, e o idoso pode sentir-se como o salmista, um velho que passou por lutas e contradições, cujo corpo se tornou resistente e duro como um tronco de cedro ou palma, mas que por dentro ele ainda se sente “bem e florescente”, ainda capaz de “florescer nos átrios do nosso Deus”, sempre pronto a “proclamar que o Senhor é” (Salmo 92, 14-16).

Assim, pode-se afirmar que na catequese da igreja tem espaço para a velhice, porque o velho tem muito espaço para viver e crescer na fé, não uma catequese

de ensinamento, mas de reflexão e releitura da vida, que aborde questões do mundo vivido e que com os iguais possa encontrar respostas para os frutos que ainda poderá dar.

Bem se sabe que esta não será uma missão agradável para todos, pois trabalhar com crianças e jovens é ver uma novidade a cada dia, enquanto que trabalhar com velhos pode parecer conviver com uma deficiência a cada dia, mas este fazer também inspirará um novo carisma na Igreja, quando definitivamente for substituído o valor da aparência física pelo valor do ser interior, da fé e da potencialidade da pessoa, independente de sua idade, de seu estado ou condição.



## REFERÊNCIAS

- ANDRADE, Carmen Maria. *Uma pedagogia para a velhice: o desafio da construção de um trabalho com idosos no Brasil*. Porto Alegre: PUCRS, 1996. Tese (Tese em Educação). Faculdade de Educação, Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, 1996
- \_\_\_\_\_. *Quando eu me aposentar*. Santa Maria: Biblos, 2011.
- \_\_\_\_\_. *Quando eu envelhecer*. Santa Maria: Biblos, 2012.
- ÁVILA, Teresa de. *O livro da vida*. Porto Alegre: Vozes, 2015.
- BÍBLIA. Português, *Bíblia Sagrada*. Tradução: Centro Bíblico Católico. São Paulo: Ave Maria, 2002.
- BOTH, Agostinho. *Fundamentos de Gerontogogia*. Passo Fundo: UPF, 2004.
- CATECISMO DA IGREJA CATÓLICA, Porto Alegre: Vozes, 1993.
- CÍCERO, Marco Túlio, 103-43 A.C. *Saber envelhecer e a amizade*. Porto Alegre: L&PM, 2001.
- ERIKSON, ERIK. *Os ciclos da vida - completo*. Porto Alegre: Artmed, 1998.
- GUARDINI, Romano. *As idades da vida*. Milão: Vita e Pensiero, 1992.
- JOÃO PAULO II, *Exortação apostólica à vida consagrada*, 25 de março de 1996, n°. 70.

PAOLI, Arturo. *Velhice, a idade de contemplação*. Rio de Janeiro: Zahar, 2005.

PASTER, Zorba. *O código da longevidade: receitas personalizadas para uma vida longa e saudável*. Rio de Janeiro: Campus, 2001.

PECK, Robert. *Psicologia da velhice*. Porto Alegre: Artmed, 1986.

TEILHARD DE CHARDIN, Pierre. *O ambiente divino*, Basic Books New, 1968

WOLMAN, Richard N. *Inteligência espiritual*. Rio de Janeiro: Ediouro, 2001.

# A ESPIRITUALIDADE E O CÂNCER

Pe. Xiko, SAC<sup>1\*</sup>

**Resumo.** Este texto propõe mostrar que a espiritualidade faz com que a pessoa tenha uma atitude de diálogo com Deus, e que quem tem fé é diferente, vive e se comporta diferente, encara uma realidade diferente, e isso podemos observar nas pessoas que sofrem de câncer. As que têm fé encaram a doença com mais tranquilidade e esperança, mas sem deixar de sofrer, o que é normal à condição humana.

**Palavras-chave:** Espiritualidade. Câncer. Fé.

## SPIRITUALITY AND CANCER

**Abstract.** This text shows that spirituality makes the person have an attitude of dialogue with God, and that who has faith is different, lives and behaves differently, faces the different reality, and this we can observe in people suffering from cancer. Those who have faith face the disease with more tranquility and hope, of course, without ceasing to suffer, which is normal to the human condition.

**Key words:** Spirituality. Cancer. Faith.

---

1 Francisco Bianchin, licenciado em Filosofia, Bacharel em Teologia. Assessor Nacional do Movimento de Cursílio da Cristandade. Mora em Santa Maria/RS-BR. Email: xiko@pexiko.com.br, SAC: Sociedade do Apostolado Católico. E-mail: <carmena@brturbo.com.br>.

## SPIRITUALITÉ ET CANCER

**Résumé.** Cela montre que la spiritualité fait la personne a une attitude de dialogue avec Dieu, et que ceux qui ont la foi est différente, vit et se comporte différemment, voit une autre réalité et cela peut être vu chez les personnes souffrant d'un cancer. Ceux qui ont la foi face à la maladie avec plus de tranquillité et de l'espoir, bien sûr, sans cesser de souffrir, ce qui est normal à la condition humaine.

**Mots-clés:** Spiritualité. Cancer. Foi.

## LA ESPIRITUALIDAD Y EL CÁNCER

**Resumen.** Este texto muestra que la espiritualidad hace que la persona tenga una actitud de diálogo con Dios, y que quien tiene fe es diferente, vive y se comporta diferente, encara la realidad diferente y eso, podemos observar en las personas que sufren de cáncer. Las que tienen fe encaran la enfermedad con más tranquilidad y esperanza, lógico, sin dejar de sufrir, lo que es normal a la condición humana.

**Palabras-clave:** Espiritualidad. Cáncer. Fe

Foi-me solicitado que escrevesse uma breve reflexão sobre como uma pessoa com câncer deveria viver sua espiritualidade. Antes disso, porém, preciso esclarecer o que entendo por espiritualidade.

A espiritualidade cristã, que tem seus fundamentos na pessoa e na mensagem de Cristo, não se reduz à oração, a exercícios de piedade, como novenas e

outras formas de expressões religiosas, mas ao modo de viver de quem tem fé. É a forma como cada pessoa se relaciona com o Ser Superior, para nós, com Deus. É a maneira particular de cada um relacionar-se com seu Criador; é a linguagem de comunicação com Deus, que pode ser silenciosa, em pensamentos, palavras, gestos e, mesmo, em atitudes de oferta que refletem a fé.

Quem tem fé é diferente, vive e se comporta de forma diferente, encara a realidade diferente, e isso podemos observar nas pessoas que sofrem de câncer. As que têm fé encaram a doença com mais tranquilidade e esperança, mas sem deixar de sofrer, o que é normal à condição humana.

Podemos dizer que existem três maneiras de a pessoa exercer a espiritualidade na doença:

1. primeira - exigir ou querer convencer e/ou negociar com Deus;
2. segunda - espiritualidade do medo, do desespero, do temor, da desconfiança, achando que nem Deus pode...;
3. terceira - a espiritualidade da ternura, da confiança em Deus, da serenidade.

A verdadeira espiritualidade cristã principalmente, na hora da doença, é justamente sentir que Deus está presente. Primeiro de tudo, que Ele sabe de nossa condição, que Ele não é indiferente diante da situação; que Ele deseja que o invoquemos; que Ele é sempre a favor da vida, pois não foi Ele quem mandou a doença.

A verdadeira espiritualidade faz com que a pessoa tenha uma atitude de diálogo com Deus, se possível com muita serenidade. Fazer como Maria nas Bodas de Caná. Lá, Maria disse que os anfitriões da festa não tinham mais vinho; aqui nós dizemos ao Senhor que algo não está bem e que Ele sabe. Num diálogo íntimo, colocar-se em Suas mãos, dizer que crê no Senhor, que seja feita a Sua vontade, pois ele mesmo disse: "pedi e recebereis, buscai e achareis, batei e a porta abrir-se-vos-á" (Mt 7: 7).

A verdadeira espiritualidade cristã é aquela que não tenta convencer Deus, ou achar que precisamos comprar ou negociar a saúde com promessas. É importante demonstrar confiança, buscando, na Sagrada Escritura, os exemplos de exercício de espiritualidade. "... Senhor, se tu queres, podes curar-me (Mt 8:2). Senhor, sou tua filha, em ti deposito minha confiança" (Hb 2:13). Repito, a melhor forma de espiritualidade é colocar-se constantemente nas mãos de Deus, demonstrando a certeza de que Ele está conosco em todas as horas, inclusive na hora da doença.

Além de demonstrar a confiança em Deus, é muito importante que a pessoa doente junte-se à família, aos grupos de amigos para buscar apoio, para orar juntos, pois Cristo também falou, "onde dois ou mais estiverem reunidos em meu nome, eu estarei no meio deles" (Mt 18:20). Sempre tendo presente, logicamente, que a espiritualidade, a oração, não dispensam os cuidados da medicina.

As doenças, as limitações, deveriam ser caminhos para reforçar a espiritualidade, um maior contato com Jesus Cristo, pois Ele, em sua vida pública, re-

velou-se compassivo e benevolente para com os fracos e doentes, que eram uma de suas predileções.

Para os católicos, o sacramento da unção dos enfermos é uma grande ajuda e um reforço da espiritualidade que tem tido efeitos positivos a quem a ele recorre, seja na melhora da saúde, seja no conforto espiritual de quem o recebe. Enfim, desenvolver a verdadeira espiritualidade é a melhor forma de enfrentarmos a doença com mais serenidade. Desejo, sinceramente, que as pessoas com câncer façam da doença um caminho para o crescimento e amadurecimento da personalidade.





# MINHA ATITUDE FRENTE À VELHICE

**Pe. João Baptista Quaini, SAC<sup>1</sup>**

**Resumo.** Este texto é um depoimento que tenta mostrar como vejo e sinto a vida nos meus 86 anos. Estes anos estão comigo, caminho com eles, mas não sei quantos anos me restam ainda neste mundo. Gosto da união sempre mais profunda com Deus e com todos os meus irmãos do céu e da terra, gosto de viver e de trabalhar e também de partilhar com todos a bondade e a misericórdia de Deus. Acredito que, por mim mesmo, sou nada e também pecado, razão por que o próprio Deus deve sempre mais tomar conta de mim e glorificar-se ele mesmo em mim e em todos os que me são confiados. Em cada dia renovo minha consagração à Mãe de Deus e mãe minha, e peço-lhe que ela se glorifique em mim e se sirva de mim para fazer bem a meus irmãos e irmãs.

**Palavras-chave:** Percepção de vida. Velhice. Espiritualidade

## MY ATTITUDE TO OLD AGE

**Abstract.** This text is a testimonial showing how I see and feel life in my 86 years of life. These years are with me, I walk with them, but I do not know how many years I still have in this world. I like the ever deeper union with God and all my brothers in heaven and on earth, I like to live and to work and

---

1 Padre da Sociedade do Apostolado Católico, licenciado em Filosofia e Teologia. *E-mail:* <carmena@brturbo.com.br>

also to share with everyone the goodness and the mercy of God. I believe that by myself I am nothing and also sin, which is why God himself must always take care of me and glorify himself in me. In each day I renew my consecration to the Mother of God and my mother, and I ask her to glorify me and to use me to do my brothers and sisters well.

**Keywords:** Perception of life. Old age. Spirituality

## MON ATTITUDE ENVERS LA VIEILLESSE

**Résumé.** Ce texte est une déclaration indiquant comment je vois et je sens la vie dans mes 86 années de vie. Ces années sont avec moi, à pied avec eux, mais ne savent pas combien d'années je l'ai laissé dans ce monde encore. Comme le toujours plus profonde union avec Dieu et avec tous mes frères du ciel et de la terre, j'aime vivre et travailler et aussi de partager avec toute la bonté et la miséricorde de Dieu. Agredito que, pour moi-même, je ne suis rien, et aussi le péché, pourquoi Dieu lui-même doit toujours plus à prendre soin de moi et de glorifier en moi-même. Chaque jour, je renouvelle ma consécration à la Mère de Dieu et ma mère, et je vous demande de le glorifier en moi et me servir à faire du bien à mes frères et sœurs.

**Mots-clés:** La perception de la vie. La vieillesse. La spiritualité

## MI ACTITUD FRENTE A LA VEJEZ

**Resumen.** Este texto es un testimonio que muestra cómo veo y siento la vida en mis 86 años de vida. Estos años están conmigo, camino con ellos, pero no sé cuántos años me

quedan todavía en este mundo. Me gusta la unión siempre más profunda con Dios y con todos mis hermanos del cielo y de la tierra, me gusta vivir y trabajar y también compartir con todos la bondad y la misericordia de Dios. Agradezco que, por mí mismo, soy nada y también pecado, razón por la cual Dios mismo debe siempre más cuidar de mí y glorificarse él mismo en mí y en todos los que me son confiados. Cada día renuevo mi consagración a la Madre de Dios y madre mía, y le ruego que se glorifique en mí y se sirva de mí para hacer bien a mis hermanos y hermanas.

**Palabras clave:** Percepción de vida. Vejez. Espiritualidad

Uma conhecida professora, que procura compreender sempre mais os idosos e trabalhar para o seu bem, quer saber minha posição de idoso sobre a velhice. Nasci em 1930 e, por duas vezes, arrisquei partir para uma nova e eterna vida. É claro que este ver a velhice depende de como a pessoa vê e considera a sua própria posição e atitude diante da mesma: se ela considera a vida como mera sucessão de fatos que marcham cada dia para o seu término, ou como passagem para nova e eterna vida.

Se é assaz importante conhecer até as mínimas manifestações da vida vegetal e animal, mais importante ainda é conhecer a vida humana, do homem e da mulher e dos seus filhos. Diante deles, podemos ser tomados de admiração e ficar de boca aberta. Se já ficamos de boca aberta diante de uma flor, de um pássaro, mais ainda ficamos diante de um recém-nascido, de seus pais, irmãos, avós e amigos. Se Galileu Galilei disse que Deus escreveu o grande livro do mundo e todos podem lê-lo, mais precioso ainda é o

que Deus disse a respeito do ser humano, desde o seu primeiro instante até o seu fim nesta terra.

Pelos profetas que “impelidos pelo Espírito Santo falaram da parte de Deus” (2Pd 1,21) e particularmente por Jesus Cristo, verdadeiro Deus e verdadeiro homem, Deus afirma que o homem não é um fruto do acaso e menos ainda de uma formidável explosão cósmica ou de uma lenta e progressiva evolução da vida. Ele é fruto da sua onipotente palavra criadora. No início da vida humana, está a palavra de Deus-Pai, que, através de seu Filho eterno e no amor do Espírito Santo, cria o homem à sua imagem e semelhança, e dá-lhe o poder de conhecê-lo, de amá-lo e também de comunicar a vida. Ainda hoje, vemos que o homem, apesar de toda a sua ciência e técnica, é incapaz de criar a vida, mas apenas de exterminá-la, já que do que não é vivo, não é capaz de fazer uma célula viva. Daí a nossa admiração, proteção e defesa da vida, particularmente da vida humana em todas as suas etapas.

E Deus não criou o homem para o sofrimento e a morte, mas para a vida de amor e de união com Ele e com seus irmãos e irmãs. E quando o homem, livremente, afastou-se de Deus, pensando e querendo ser ele mesmo outro deus, caiu em total pobreza e tornou-se vítima de tremendo medo. Mas Deus não abandona quem o abandona. Faz-se misericordioso. Vai procurá-lo e, encontrando-o, censura sua infidelidade e falta de amor, mas oferece-lhe o perdão e a salvação, se ele reconhece o seu pecado, se arrepende e se dispõe a receber o que Deus lhe oferece.

Deus, eternamente bom e misericordioso, enviou o seu próprio Filho ao mundo, não para casti-

gar o mundo, mas para salvá-lo: *“Deus não enviou o seu Filho ao mundo para condenar o mundo, mas para que o mundo seja salvo por ele. Quem nele crê não é condenado; quem não crê, já está condenado, porque não acreditou no nome do Filho único de Deus”* (Jo 3,17-18). E Jesus Cristo, possuído, animado e movido pelo Amor, deu a sua vida aos homens que, acolhendo-o e crendo nele, recebem o perdão dos seus pecados e a singular graça de serem filhos de Deus para sempre. Jesus Cristo é o Salvador Ungido, o Deus feito homem para que o homem o acolha sem medo, possa tocá-lo e também deixar-se tocar por ele. Jesus não veio para ser servido, mas para servir a todos e ajudar a todos, até o ponto de dar a sua vida pela vida de todos. E aos que o acolhem e crêem nele, dá-lhes também o destino de filhos de Deus, a felicidade eterna na casa do Pai. E para que todos os que crêem nele cheguem bem com ele e sejam bem acolhidos e recompensados, Jesus disse: *“Eu sou o Caminho, a Verdade e a Vida. Ninguém vem ao Pai a não ser por mim”* (Jo 14,6). *“Eu sou a ressurreição e a vida. Quem crê em mim, ainda que morra, viverá. E quem vive e crê em mim, jamais morrerá”* (Jo 11,25-26).

Eu agradeço a Deus que me deu a vida através de pais profundamente cristãos e também educadores cristãos. Eles foram os meus primeiros catequistas e os meus estudos em colégios e em universidades europeias (Itália e Suíça) enriqueceram e aprofundaram o que meus pais semearam em mim com suas palavras e com seu exemplo. Ensinaram-me a rezar pelos

vivos, pelos doentes e também pelos falecidos. Para todos nós era sagrada a celebração eucarística dominical, não obstante a distância de 5 a 6 km. Importantes eram o agradecimento a Deus pela vida e o especial pedido de sua ajuda, e era também muito importante viver e trabalhar bem, estar abertos à vida e também ao ponto final da existência, isto é, ao encontro final com Deus e com os irmãos e irmãs.

Éramos uma família numerosa: além dos pais, éramos sete filhos e quatro filhas. Deles eu sou o primeiro. Meus pais sempre rezavam pelas vocações sacerdotais e religiosas e me apoiaram sempre com sua oração, assim como apoiaram a vocação de meu mano Luiz, que também é sacerdote, e de minha irmã Lydia, que é religiosa franciscana. Sempre me apoiaram os pais e com eles também os meus irmãos, embora grande parte de minha educação tenha sido na Europa: filosofia em Roma e teologia na Suíça, onde fiz doutorado em filosofia. Desde a metade de 1952 até o início de 1964, estive longe de meus pais e irmãos, inclusive quando recebi a graça do sacramento da Ordem, na Suíça, em 14 de julho de 1957.

Apesar da total separação física de minha família, senti-me feliz e devo ter pedido a Deus que o sacerdócio fosse sempre novidade para mim. E de fato foi, através do trabalho e também de fortes doenças. Toda vez que me senti acomodado, aconteceram-me grandes surpresas e nunca logrei dizer: sou o que esperava ou aconteceu o que desejava. Sempre coisas novas e surpreendentes.

Em 1964, comecei a dar aulas de filosofia e de teologia no Colégio Máximo Palotino, em Santa Ma-

ria, justamente sobre o que menos conhecia e menos gostava: lógica e liturgia. Mas esta indesejada surpresa foi gratificante, pois comecei a entender e apreciar o que não apreciara no tempo de minha formação. Além das aulas no Colégio Máximo Palotino, a partir de 1965 até 1984, tive aulas de filosofia na Universidade Federal de Santa Maria. Em 1984, tive que deixar toda atividade acadêmica em Santa Maria, porque fui eleito primeiro Conselheiro do Governo Geral da Sociedade do Apostolado Católico (Palotinos), em Roma, de 1983 a 1989. E, de 1993 a 1995, foi-me também confiada a direção da Província Nossa Senhora Conquistadora – Congregação dos padres e irmão palotinos.

Além desses variados trabalhos, aos 45 anos de idade, quando era também Reitor da Província (1975-1977), fui atingido por forte AVC que não me deixou grandes sequelas, mas sim nova visão da vida. E aos 73 anos, além de uma delicada cirurgia cerebral, tive fortes trombozes e embolia pulmonar, cujas consequências foram quase a partida para uma outra vida, segundo me foi dito mais tarde. Nos dias de hospital, fui ajudado por médicos e enfermeiros e especialmente por muitos irmãos e irmãs, pela ajuda e intervenção especial de Deus, de Maria e de muitos Santos, graças aos quais estou ainda vivo e trabalho quase como antes. Os dias de hospital, com tudo o que recebi, do céu e da terra, me deram uma nova visão da vida, na qual grande é a ação de graças junto com a crescente esperança de vida nova e melhor.

Como encaro, portanto, a minha velhice? Se muitos olham para trás e têm medo de olhar para o futuro, eu olho para o passado e o presente, mas também olho sem medo e com confiança para o futuro. Sou sempre o mesmo, embora crescido em idade e em vida e em serena expectativa. A cada dia agradeço a Deus por ter vivido, e em cada dia lhe agradeço e lhe peço a bênção para mais um dia. Entrego-me todo a Ele e peço-lhe sua especial bênção e ajuda, para vivê-lo bem e crescer na fé, na esperança, na confiança e particularmente no amor a Ele e a todos os meus irmãos e irmãs. Não tenho medo de que ele venha ao meu encontro para apanhar-me e levar-me consigo. Se eu começo a sentir os meus limites físicos e psicológicos, não sinto os espirituais. Os graves momentos que me levaram a tocar a porta final tiraram-me o medo da morte. Toca-me muito a promessa do Cristo ressuscitado feita àqueles que ouvem sua palavra e crêem nele.

Eu vejo e sinto uma continuidade dos meus 86 anos de vida. Estão comigo e caminho com eles também, mas não sei quantos anos me restam ainda neste mundo. Gosto da união sempre mais profunda com Deus e com todos os meus irmãos do céu e da terra, gosto de viver e de trabalhar e também de partilhar com todos a bondade e a misericórdia de Deus. Por mim mesmo, sou nada e também pecado, razão por que o próprio Deus deve sempre mais tomar conta de mim e glorificar-se ele mesmo em mim e em todos os que me são confiados. Em cada dia renovo minha consagração à Mãe de Deus e mãe minha, e peço-lhe que ela



se glorifique em mim e se sirva de mim para fazer bem a meus irmãos e irmãs.

Encantam-me e tocam-me estas palavras de Jesus Cristo:

*Quem crê em mim não é em mim que crê, mas em quem me enviou, e quem me vê, vê aquele que me enviou. Eu, a luz, vim ao mundo para que aquele que crê em mim não permaneça nas trevas. Se alguém ouvir minhas palavras e não as guardar, eu não o julgo, porque não vim para julgar o mundo, mas para salvar o mundo. O que me rejeita, não acolhe as minhas palavras, tem seu juiz: a palavra que proferi é que o julgará no último dia; porque não falei por mim mesmo, mas o Pai, que me enviou, me prescreveu o que dizer e de que falar e sei que seu preceito é vida eterna. O que digo, portanto, eu o digo como o Pai me disse (Jo 12, 44-50).*

## REFERENCIA

ALMEIDA, João Ferreira de. Trad. *A Bíblia Sagrada* (revista e atualizada no Brasil) 5<sup>a</sup>. ed. São Paulo. Sociedade Bíblica Brasileira, 2015.









**IMPrensa UNIVERSITÁRIA**

---

IMPRESSO NA GRÁFICA DA UNIVERSIDADE ESTADUAL DE SANTA CRUZ - ILHÉUS-BA