

VI Jornadas de Psicologia e Cuidados de Saúde Primários

Lotação Esgotada: O Último Quarto

Ontogenia e imprudências psicossociológicas[1]

João Carlos Vaz Furtado[2]

Palavras-chave: envelhecimento – individuação – símbolo – arquétipo – alteridade – busca de sentido.

Sinopse: O envelhecimento fundamentado na alteridade é o tema central para o desenvolvimento mental. Nossas imprudências estão baseadas em relações maioritariamente assentes na dimensão patriarcal unilateral, cujo resultado é a senilidade. Já a senescência baseia-se na abertura de novas conversas e, quem sabe, novas emoções e descobertas para o novo, numa realidade que cada vez mais exige de nós desenvolvimento, capacidade de relacionarmo-nos democraticamente, criativamente e ecologicamente.

‘A vida é um curto espaço de tempo entre dois grandes mistérios: o nascimento e a morte.’ (Jung)

Bom dia, cumprimento a todos os colegas da mesa e a todos os presentes nesta VI jornadas de psicologia de Braga, Lotação Esgotada: O último quarto. Um especial cumprimento ao colega Paulo Passos que convidou-me a realizar esta comunicação com o subtítulo: Ontogenia e Imprudências Psicossociológicas.

Em relação ao tema central deste encontro, o envelhecimento, irei refletir convosco algumas considerações gerais a respeito do tema e, ao mesmo tempo, apresentar-vos algumas ideias mais peculiares que a abordagem junguiana tem a dizer sobre o mesmo. Eu estou referindo isto com a intenção de contextualizar do que é que estou falando, quais são minhas referências teóricas.

A intenção de abordar este tema analiticamente e, com isso, recorrer constantemente a linguagem simbólica, é para amplificar a psique e toda a sua riqueza! Afinal, o símbolo desperta para dentro, enche-nos de vitalidade.

Nas primeiras décadas o envelhecimento parece passar silencioso. De repente, algo nos marca, é a perna mais pesada, a coluna que dói, até o dia que alguém se levanta para você sentar. Inevitavelmente o tempo implacável não volta atrás, pelo menos para o corpo.

Para o analista junguiano James Hillman, o tempo implacável do corpo é diferente do tempo circular da psique. O corpo vive o tempo linear, em direção reta, enquanto a psique vive o tempo circular, ou seja, ela move-se em círculos em direção a si mesma, quebrando o encadeamento cronológico presente-passado-futuro, instaurando o tempo cíclico, capturado pela imaginação, pela linguagem poética.

A poetisa Adélia Prado diz que o segredo do envelhecer está no erotismo da alma, no enriquecer da vida interior, que não tem nada a ver com os condicionamentos impostos pela sociedade, como por exemplo, a crença cosmética da manutenção da jovialidade, como rótulos de beleza, vigor e potência. Tem mais a ver com as ‘Mil e uma noites’, um amor infinito que fala ao ouvido, que preenche o seu vazio. O segredo do erotismo da alma é a androginia, ser masculino e feminino, é fazer amor com a boca e o ouvido.

Como diria Adélia Prado: 'O melhor do amor é a sua memória', evocar aquilo que a emoção grifou, 'atualizar' os esquemas construídos ao longo da vida, individualizar, buscar sentido, viver de acordo com o princípio da qualidade e longevidade dos vínculos afetivos, regidos no amor, na alteridade, na pluralidade, na tolerância e plasticidade.

De modo geral, as perspectivas desenvolvimentais em psicologia referem que é típico do envelhecimento humano manter contatos significativos com pessoas afetivamente próximas e, assim, aumentar a sensação de bem-estar, ou seja, é uma estratégia de regulação e adaptação otimizar o funcionamento afetivo e social. Também referem a imprudência em reduzir o desenvolvimento apenas a um ciclo de vida, ou então privilegiar um ciclo em detrimento do outro. O Desenvolvimento, que acontece durante toda a vida, depende de nossa capacidade em Ser plural, aberto e maleável.

A reconstrução das memórias, biografia e da vida interior, é uma necessidade vital de busca de sentido ligado ao processo de individuação, numa linguagem psicanalítica, seria a capacidade de reconstrução do objeto interno parcial, para uma posição de objeto total. Nesse caso não seria um objeto internado com a mobília interior abandonada, despersonalizada, a semelhança dos espaços internos de reclusão e isolamento.

Poderia resumir as coisas assim: quanto melhor se vive, melhor se envelhece, mais bem-estar, mais se vive o presente de forma intensa, mais se atualiza o Ser e o sentido da vida, mais próximo se encontra da individuação.

Como diria Viktor Frankl 'quem tem um porque enfrenta qualquer como'!

A busca de sentido se torna mais favorecido na velhice, porque é previsto a pessoa cumprir aquelas etapas básicas do desenvolvimento: carreira, família, estabilidade econômica, a autonomia dos filhos, a chegada da reforma... Tudo isto permite ao indivíduo estar mais livre para escolher viver a sua vida, despir-se de suas personas e lançar-se para a experiência coletiva.

Passo a citar Jung: 'O ser humano não chegaria aos 70 ou 80 anos, se esta longevidade não tivesse um significado para a sua espécie. Por isto, à tarde da vida humana deve ter também um significado e uma finalidade próprios, e não pode ser apenas um lastimoso apêndice da manhã da vida.'

Ou ainda, James Hillman: 'envelhecer não é um acidente. É algo necessário à condição humana e pretendido pela alma. Não posso apoiar a teoria de que a longevidade humana é o resultado artificial da civilização, sua ciência e suas redes sociais, produzindo uma safra de múmias vivas, paradoxos suspensos numa zona crepuscular, os últimos anos confirmam e realizam o caráter.'

E quem não chega a ser velho, não cumpre esta meta? Talvez devêssemos olhar para o desenvolvimento não como uma linha reta e lembrar da circularidade da psique. Talvez devêssemos olhar para o novo e o velho como parte de um mesmo processo, assim como, a vida e a morte.

Vou apenas repetir o que todos já sabem, em primeiro lugar, as células envelhecem e morrem, como também nascem e renovam-se. Na vida este processo também acontece o tempo todo, a dualidade velho e novo, vida e morte interagem ao mesmo tempo, de forma antagônica e sincrônica, da unidade celular segue sua destruição e, assim, a vida renova-se. No entanto, quando Cronos impera em nosso Ser e devora os nossos filhos, a velhice cronifica-se e manifestam-se os sintomas de senilidade.

Portanto, meus colegas, desde o dia que nascemos, aprendemos que é inevitável o processo de envelhecimento, morte, perda e separação. No entanto, a tendência coletiva está baseada na organização patriarcal unilateral, que dissocia os pólos. Nestas circunstâncias a vida perde o sentido, impera o medo, a ansiedade persecutória, a sensação de sufoco, a prisão, o pânico e o sentimento de que a vida é sempre uma ameaça.

O pólo do pai unilateral gera a doença crônica, a imutabilidade e a atitude violenta com o diferente e o novo, é a expressão da senilidade. No pólo da mãe unilateral o envelhecimento não se dá a fim de promover o desenvolvimento, nos tornamos submissos, dependentes, desenvolvemos um falso eu, uma personalidade puer (o eterno jovem). Desde muito cedo é ensinado maioritariamente o zénite da vida e todo o seu sumo concentrado.

Mas como crescer sem separarmo-nos dos nossos pais e seus complexos?

Para crescermos temos de abandonar aquilo que nos é familiar e ir de encontro ao desconhecido, à morte, e assim termos mais poder (e capacidade de amar) para renascer e descobrir o sentido da vida.

Não seria mais fácil elaborar o processo de individuação se desde o início da vida (e da morte) aprendêssemos a interagir democraticamente com os pólos?

A lidar com o fracasso na mesma medida que o sucesso?

A ligar cada vez mais o velho e o novo?

Não seria aconselhável para além da grande ideologia que cerca a reprodução, o nascimento e a amamentação, também investíssemos na separação, na perda e no desmame?

Não vejo ser colocado no mesmo patamar o tema da amamentação e o desmame, por exemplo. Isto é uma representação que reflete nossa postura de como lidamos com o envelhecer dos ciclos de vida. Deve-se evitar o luto a qualquer custo, antes mesmo de ele acontecer, devemos medicar e, dessa forma, não adotamos uma atitude integrativa.

Não seriam estas as imprudências que não têm nada a ver com o nosso Ser?

Parece um paradoxo irreconciliável pensar no processo de individuação que culmina com o envelhecimento e a morte. Neste caso estou a referir-me a morte ao nível individual, pois do ponto de vista da natureza o que acontece é uma transformação. Vejam este exemplo, nas aldeias esquimós, os novos conduziam os velhos para as planícies geladas e os abandonavam para serem devorados por ursos. A crença é que quando o animal fosse abatido e servisse de alimento a comunidade, seus genitores seriam reincorporados ao grupo, com toda a sabedoria e qualidades do ancião.

Como atualizar simbolicamente o rito e reincorporar a sabedoria do velho?

A repetição dos ritos também pode gerar a transformação, que não tem nada a ver com a repetição neurótica. Por exemplo: a terra repete o mesmo caminho todos os dias. As crianças repetem os gestos dos pais, os animais reproduzem por imprinting os seus progenitores. Na análise repete-se os sonhos, a transferência, a frequência das sessões, as falas e os silêncios. Repete-se o velho e o novo...

Para Mircea Eliade um objeto ou uma ação só se tornam reais na medida em que imitam ou repetem um arquétipo, a realidade só é atingida pela repetição ou participação. O

mecanismo da transformação humana é através da repetição arquetípica, ou seja, o ser humano só é ele mesmo quando se reconhece no outro e repete ontologicamente a história da humanidade.

A não aceitação da interação vida e morte, velho e novo, representada no mito de Sísifo por exemplo, retrata esta dinâmica patriarcal defensiva, pois a sua repetição é neurótica e patológica, apesar de haver movimento no rolar da pedra, ele é desprovido de sentido, que é a própria expressão da neurose. Em geral, a sociedade fundamentada majoritariamente na dinâmica patriarcal, relega o velho, discrimina-o e até o persegue. Por norma, as pessoas velhas são vistas como incapazes, lentas e inadequadas. Ao velho, fecham-se as possibilidades coletivas do ponto de vista de sua individuação, acaba por ser enterrado ainda vivo.

Vivemos num período em que o que interessa é o poder, o novo, o eternamente jovem. Tudo é facilmente descartável, morre-se mais rápido do que é suposto, sem completar-se na totalidade determinado ciclo (ou se completamos, fazemos como Sísifo e rolamos a pedra sem sentido). Há sempre uma nova versão humana, e aquela velha (que nem sequer ficou velha pois não demos tempo para isso) já não serve e tem de ser enterrada.

E o que temos visto? Uma espécie de banalização do mal e este cada vez mais se volta para nós, (isto também serve como metáfora quando fazemos isso como os nossos conteúdos psicológicos e não atualizamos o 'velho', o arquétipo) e cada vez mais vamos tendo a noção de que temos de reciclar, ser ecológicos, melhor, eco psicológicos, e hoje começa-se a falar em sustentabilidade, em circularidade, parece que já não funciona mais andar em linha reta...

Do ponto de vista psicossociológico, a dinâmica velho e novo, vida e morte, apego e desapego tendem a funcionar defensivamente, e em muitas situações patologicamente. Se uma mulher, por exemplo, que só aprendeu a cuidar dos filhos, de casa, casada com um homem que ela só via no jantar e fins-de-semana, de repente, tem de conviver com ele 24 hs, pois os filhos já não estão em casa, ela não sabe o que fazer com a pedra que tem de rolar todos os dias, e vai perdendo o sentido de sua vida.

Quando alguém acostumou a viver toda uma vida com uma pedra no sapato, e você tira a pedra do sapato ela já não sabe andar. E sabem o que muitas vezes acontece? Cirurgia, amputação, quer dizer, primeiro se medica, depois se não resolver, corta, dissocia!

Os rituais de iniciação, como estratégias típicas e naturais de integração, transformação e renascimento, estão praticamente extintos na sociedade, a não ser que estejam a serviço do consumo, do descartável, da imagem e de certa forma da superficialidade. E aqui, vemos mais uma vez o envelhecimento ligado à cosmética, não faltam produtos no mercado para esse fim.

Não estou também a dizer que a experiência do envelhecimento é algo aceite calmamente. Mas a medida que caminha-se para velho, mais consciente se é das perdas que o envelhecimento indubitavelmente carrega, mais atualizado, original e realizado se pode ser.

Para o existencialismo, por exemplo, a angústia no envelhecer é derivado da culpa em relação a si mesmo, ou seja, ela surge porque você não está a se atualizar dentro do seu próprio processo de individuação, ao seu potencial para crescer, viver e aprender.

O envelhecimento neste simbólico é desapego, aceitação de um fim, visando a uma percepção mais alargada com vista a totalidade e a individuação, a possibilidade de transformação também coletiva e social.

Do ponto de vista desenvolvimental, a descoberta do mundo e de si mesmo se dá a partir da interação equilibrada e criativa dos arquétipos parentais, e neste jogo de amor, nutrição e proteção, o ego se autonomiza. É a dialética de fusão e separação.

Progressivamente o ego discrimina ainda mais o dentro e fora, a realidade interna e externa, o velho e novo, a vida e a morte. Tal separação culmina com a arrogância do ego, de tal forma que ele julga-se neutro frente ao mundo, reduzindo, por exemplo, a realidade a estatísticas e números, sem paixão, sem imaginação, sem corpo, cheiro ou suor...

No entanto, a neutralidade, que muitas vezes nos fizeram crer, é um engodo, ou melhor, é uma etapa no processo de desenvolvimento do ego. O problema é quando o ego inflado fixa-se em tal ciclo de desenvolvimento e toma a parte pelo todo, assume o poder. Neste contexto ele ignora que não existe um conhecimento puro, sem paixão, imaginação e sentimento.

O mundo não é uma coisa separada do Ser. Não existe um mundo neutro, estamos o tempo todo em interação. Não somos seres de conhecimento puro, e Descartes afinal estava errado. Somos seres de amor e desejo, cuja experiência da vida é substancialmente a emoção. Para a psicologia analítica a base da interação terapêutica é o sentimento.

O psicanalista Ferenczi já nos havia chamado atenção para isso: ‘ a inteligência pura é um produto da morte, de insensibilidade mental e, por isso mesmo, em princípio, loucura...’

Já a imaginação que voa e se lança para fora, transforma a realidade, produz símbolos, poesia...

Enquanto a busca de pureza ou perfeccionismo leva a recriar o Ser como produto da loucura, produz máscaras e vestes que nos escondem, que transformam-nos em outros, a ponto de nos olharmos ao espelho e vermos que já não nos vemos, não nos reconhecemos. Parecem-se com corpos doentes assolados por ataques de hipocondria, ou mercenários da chamada propaganda, fruto da programação social, à semelhança de 1984.

Somos pressionados a usar de photoshop para desenhar nossos corpos e nos compor de tal maneira que quase já se parecem com corpos plásticos (sem plasticidade e erotismo), a venda num grande centro comercial em que tudo é quase igual, produção em massa... E o plástico tem invadido destrutivamente a vida...

Parece que esta insistência na inteligência pura tem gerado a normopatía!

Já a hipótese espantosa de Jung, como explica o Dr. João Major, cada ser é único, “cada um de nós compõe a sua história, cada ser em si carrega o dom de ser capaz e ser feliz”, (Almir Sater).

A imprudência ideológica da ‘pureza’ patriarcal unilateral preconiza que ser saudável, é o controlo do corpo dissociado da mente. Neste contexto a cronologia linear do tempo não permite saber o que o individuo é, sente, imagina e deseja. E não faltam receitas para manter o poder do controlo unilateral da saúde!

Do ponto de vista diagnóstico talvez fosse mais prudente diferenciar o envelhecimento ligado a senescência da senilidade. Afinal, o conceito de saúde como a ausência de doença, neste ciclo de vida é dicotômico, já do ponto de vista junguiano, o imperfeito faz parte da totalidade, de forma que é imprudente polarizar a saúde e a doença, pois a individuação inclui a totalidade, e na segunda metade da vida por norma inclui algum processo crônico-degenerativo.

Nossas imprudências talvez estejam no radicalismo da separação do corpo e da psique, da cognição e da emoção, da razão e da imaginação. A morte é somente definida como cerebral, biológica e celular. A nossa ênfase é no corpo físico, e não no corpo simbólico; nossa imprudência está no radicalismo do literal e na desvalorização do metafórico.

Assim, a velhice pode estar ligada a um sofrimento insuportável, isso porque provavelmente durante todo o percurso existencial o corpo simbólico nunca fez parte de sua identidade, ele era um estranho. No entanto, a partir do momento que a dor também passa a ser símbolo e compor nossa identidade, ela torna-se mais tolerável e integrada à totalidade do indivíduo.

Quando não há hipótese de renascimento, em que velho e novo perdem a capacidade de interagirem, dialogarem e transformarem-se, perde-se o sentido, e aqui, meus colegas é que se perde o rumo e o indivíduo já não consegue encontrar o seu caminho de volta para casa, a fim de envelhecer com sabedoria, de forma a saber contar a história, memorizar e trazer a dádiva que irá transformar o mundo, a sociedade. É a incapacidade de reestruturar seu ego e perceber aquilo que deve ser transformado, o que é velho e o que é novo.

A simbologia do herói retrata esta jornada, a capacidade de tolerar a tensão dos opostos e o sentimento de desamparo; render-se ao destino e à impotência diante da morte. É neste momento que surge o velho sábio, pois ele sabe que caminhos conduzem o herói a individuação. Em Star Wars, por exemplo, é Obi-Wan que personifica a sabedoria e vêm em auxílio ao herói Luke Skywalker. O auge de sua aventura é quando tem de confrontar seu complexo paterno personificado na imagem de Darth Wader. [3]

Este diálogo do ego (o herói) e o Self (o ancião) é sempre algo reservado, particular, é uma experiência profundamente emocional, que não se consegue racionalizar. É preciso coragem para matar e morrer para o velho, para dar um novo sentido a sua vida. É preciso, como diria Blake: 'ver um mundo em um grão de areia e um céu em uma flor silvestre, segurar o infinito na palma da mão e a eternidade em uma hora.'

Assim, o último quarto é uma dinâmica constante em nossa vida que não pode ser encarada somente cronologicamente, linearmente, senão corremos o risco de que Cronos impere em nossa psique, de forma a nos tornamos ditadores em nossa própria casa, nosso corpo, e assim não gerar o novo, a esperança...

A impotência, a infertilidade e a desesperança, parecem ser todos sintomas da nossa sociedade assente no poder unilateral de Cronos, no erotismo desenfreado da busca pelo prazer sem fim, na imaginação incorpórea da realidade virtual, do excesso de visualização cárcere no seu próprio quarto, sem interação humana, sem cheiro, sabor ou textura.

Por fim, neste último quarto desta apresentação gostaria de encerrar por dizer que a velhice permite comunicar a alteridade, falar do inesperado, daquilo que está fora da ordem dominante patriarcal. A velhice aproxima-se da Alteridade porque desloca o

indivíduo em direção ao outro, isto é, possibilita uma experiência profunda da relação com o Outro.

Para o analista junguiano Carlos Byington, na alteridade os pólos têm igual direito de expressão. O Arquétipo de Alteridade é compreendido como o arquétipo da democracia, da criatividade e do amor. Nesta posição a interação eu/outro é simétrica, horizontal, profunda e verdadeira. Aceita-se a imprevisibilidade e a casualidade do encontro, regido pelos princípios da mutualidade, reparação e reversibilidade.

Do ponto de vista da maturidade, é típico o movimento cada vez maior para o ciclo da alteridade, através, por exemplo, da realização com o sucesso dos filhos e dos netos, a dedicação a uma causa social, o desejo de construir um legado a fim de deixar algo para os que aqui vão continuar.

Tudo isto dá-nos indicações de um aumento da capacidade psicológica de autorregulação e bem-estar, enquanto o oposto, o apego exagerado de materialidades e a incapacidade de simbolização, assim como, a atitude unilateral baseada na arrogância e no poder dão-nos pistas de fixações no processo desenvolvimental, que comumente acarreta na perda de sentido.

Como veem, individuação não tem nada a ver com individualização, pelo contrário, supostamente quanto mais realizado se é do ponto de vista individual, do Ser, mais se aprimoram as qualidades coletivas da pessoa. Deste ponto de vista seria a meta da individuação realizada na velhice, a possibilidade de integração da totalidade.

Mas então qual o sentido da vida que nos liga à individuação? Deste ponto de vista só é validado no poder maior que o ego, o velho sábio! Vem a minha mente a comunidade sentada ao redor do velho para ouvir suas histórias, ricas em símbolos que estimulam o desenvolvimento, que fortalece o cultivo da memória, base para o processo de individuação.

Como diz Quinodoz:

“É difícil ceder nosso lugar antes de tê-lo encontrado, de deixar a vida antes de sentir que realmente se viveu, de terminar nossa história interna antes que ela tenha se tornado uma história total, que nos pertence.”

Agradeço mais uma vez a vossa presença e por disponibilizarem de vosso tempo para me ouvirem. Esta comunicação está também na minha página profissional:

www.facebook.com/oficinamateriaprima

[1] Comunicação apresentada nas jornadas de psicologia em Braga, Portugal. A finalidade deste texto é permitir a reflexão de estudos avançados em psicologia desenvolvimentista analítica na prática do psicólogo inserido no âmbito dos cuidados primários

[2] Mestre em Psicologia Clínica e da Saúde. Especialista em Psicologia Analítica. Psicólogo clínico no Aces Alto Ave.

[3] Na exibição do trecho deste vídeo, a criança (novo) convida seu complexo paterno, representado por Dath Vader a contar uma história. Invés da interação polarizada, propõe a afetividade.