

MORTE E LUTO NA CONTEMPORANEIDADE: A INFLUÊNCIA DA ESPIRITUALIDADE NA SUPERAÇÃO DA PERDA.

Death and mourning in contemporaneity: the influence of spirituality in overcoming loss.

Isaque José Bueno

Resumo

O objetivo do trabalho foi investigar vivências de morte e luto de pessoas que perderam o cônjuge. Investigamos concepções de morte, a importância da rede de apoio, a influência da espiritualidade na aceitação da morte e na elaboração do luto. Participaram oito pessoas com idade que varia de 31 a 81 anos. Os dados foram obtidos através de entrevista semiestruturada sobre como os participantes vivenciaram a morte e elaboraram o luto pela perda do cônjuge. Observamos que as concepções de morte dos participantes apresentam uma imagem positiva e remetem à importância da espiritualidade na aceitação da mesma, pois ela não é percebida como o fim da vida.

Palavras-chave: Morte. Luto. Espiritualidade.

Abstract

This article aims to investigate death and mourning experiences of people who have lost their husband/wife. We try to investigate their conceptions of death, the importance of a supporting net, and the influence of spirituality in the acceptance of death and elaboration of mourning. Eight persons, age range: 31 to 81 years, have participated; data were collected by means of a semi structured interview on how they experienced death and how they elaborated of grief for their husband/wife's death. It was observed that the participants' conceptions of death showed a positive image of death and refer to the importance of spirituality in the acceptance of death and the elaboration of mourning, since death is not perceived as the end of life.

Keywords: :Death. Mourning. Spirituality

Considerações Iniciais

Apesar dos avanços tecnológicos e científicos, o homem continua amando, sofrendo, sendo feliz e morrendo, tal qual o homem de outrora. As pessoas pensam que vivem em tempos melhores porque quase dominamos a natureza, residimos em casas confortáveis, usamos computadores e passeamos nos shoppings, porque com nosso trabalho transformamos o mundo. Percebemos uma busca desenfreada pela felicidade material que, mais cedo ou mais tarde, se mostra insuficiente para dar sentido à existência.

Neste contexto está inserida uma das realidades últimas da existência humana, a morte, que na contemporaneidade é considerada um tabu, símbolo de fracasso. “No mundo contemporâneo, o indivíduo vive uma corrida alucinada para esquecer que vai morrer e que tudo o que faz não tem, estritamente, nenhum sentido”.¹ Porém, nem sempre foi assim. Ferry² procurou compreender como o homem se relacionou com a morte ao longo da história e como este fenômeno era explicado nos diferentes períodos históricos. Segundo este filósofo, em nenhum outro momento a morte foi tão estranha quanto o é na contemporaneidade.

Refletir sobre a morte e, por consequência, sobre o luto na sociedade atual é uma tarefa árdua, pois apesar das pesquisas realizadas sobre o assunto este tema continua sendo “tabu”. No entanto, olhando para a história da morte, conforme destaca Ariès³, vemos que a atitude do homem diante dela teve grande transformação desde a Idade Média até os dias atuais. À época, a morte era um evento social onde o moribundo desempenhava um papel central, e ela era “domesticada”, pois o ente querido exalava seu último suspiro rodeado de familiares e amigos. O homem tinha consciência de que era um morto adiado.

No início do século XIX, a relação com a finitude mudou, pois, tal como o ato sexual, a morte é considerada desde então uma transgressão que arranca o sujeito de sua vida cotidiana, de seu trabalho, de sua capacidade racional e provoca uma ruptura radical. A partir da nova concepção de morte, a simples ideia de que morreremos é comovente. As manifestações de luto são violentas, pois a morte já nos é estranha. Porém, nada se compara com a morte chamada de interdita “A morte, outrora tão presente, de tal modo era familiar, vai desvanecer-se e desaparecer. Torna-se vergonhosa e objeto de um interdito”.

¹OLIVA-AUGUSTO, Maria Helena. O Moderno e o Contemporâneo: reflexões sobre os conceitos de indivíduo, tempo e morte. *Tempo Social: Revista de Sociologia da USP*, São Paulo: 1995, p. 101.

²FERRY, Luc. *Aprender a Viver*. Rio de Janeiro: Objetiva, 2007.

³ARIÈS, Philippe. *História da Morte no Ocidente*. Traduzido por P. V. Siqueira. Lisboa: Teorema, 1989.

O século XX marcou essa profunda transformação, pois a morte passou a ser o principal tabu; as crianças são iniciadas desde tenra idade na fisiologia do amor, no entanto negamos a possibilidade da morte. Quanto ao moribundo, a mudança é mais radical: se na Idade Média ele sabia e coordenava o ritual da morte, hoje é destituído de tudo, pois morre sozinho, isolado em um leito de hospital; vai ao hospital para morrer, pois não é bom que os familiares assistam à cena deprimente e triste da morte de seu familiar.

Outro aspecto que mudou radicalmente foi o modo de vivenciar o luto, pois uma sociedade que prima pela vida feliz e pela economia de gestos e emoções não pode suportar a morte e, conseqüentemente, não terá tempo nem espaço para manifestar seu pesar por um ente querido. O sofrimento causado pelo luto tornou-se um problema individual. “A dor grita nos enlutados. Mas dentro deles. O social faz sua economia de gestos e sentimentos. E põe-se surdo diante do sofrimento daquele que sofre uma perda”.⁴ Portanto: “O luto deixa de ser um tempo necessário cujo respeito a sociedade impõe; tornou-se um estado mórbido que é preciso tratar, abreviar, eliminar.”⁵

Atualmente, a morte é um tema paradoxal e de interesse da Psicologia, entre tantas outras ciências. Ao mesmo tempo em que convivemos cotidianamente com a morte, pois ela está nas ruas, também fugimos dela. Assim, ela nos é familiar e, ao mesmo tempo, estranha. Passou a ser um conceito vago, banalizado, sobre o qual nos negamos a falar. A morte tornou-se banal, e aquilo que é banal cria uma espécie de hábito; assim, foi retirado da morte seu caráter trágico. E com isso, o que é ocultado não é propriamente a morte, mas sua significação profunda. Portanto, já não perdemos o apetite ao ver na televisão imagens de um sem-número de vítimas, seja em acidentes rodoviários, seja por assaltos. O espetáculo da morte faz parte do cotidiano cardápio de informações, segundo Aubert⁶. Deste modo, temos a falsa impressão de que a morte só acontece com os outros, assim como um acidente ou uma doença grave. “Num lance de ‘ilusão utópica’, podemos até acreditar que a realidade do morrer não faz parte de nosso existir; pensamos e agimos como

⁴FREIRE, M. C. B. *O Som do Silêncio*: a angústia social que encobre o luto. Um estudo sobre o isolamento entre enlutados do Cemitério Morada da Paz (Natal/RN). Natal: UFRN. 144 f. Dissertação (Mestrado em Ciências Sociais), Programa de Pós-Graduação em Ciências Sociais da Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Área de Concentração Cultura e Representações. Natal, 2005, p. 13.

⁵ARIÈS, 1989, p. 62.

⁶AUBERT, J. *E depois, Vida ou Nada?* Ensaio sobre o Além. Traduzido por Maria C. de M. Duprat. São Paulo: Paulus, 1995.

se fôssemos imortais”.⁷ A morte é um fenômeno *numinoso* que, ao se manifestar próxima, atinge e sensibiliza a todos e faz perceber que somos “mortos adiados”.

Diante da inexorável realidade da morte, é evidente que a Psicologia tem um campo fértil de trabalho, pois o fazer psicológico envolve tanto o cuidado com o moribundo, que é um cuidado humanizado, como a atenção às pessoas enlutadas. Mister salientar que o movimento pelos cuidados paliativos tem o mérito de lembrar que o doente é uma pessoa, e o moribundo, um vivente. Assim, o sofrimento deve ser considerado em sua globalidade, física, psicoafetiva e espiritual.⁸

Entendemos por luto um processo que requer tempo e atenção. É um processo psicológico complexo a ser vivenciado em seus aspectos emocionais, somáticos, cognitivos e comportamentais quando da ruptura da homeostase diante de uma perda significativa (a morte). Segundo Freud (1917/1915), o processo de luto é a reação à perda de um ente querido, o qual era o destino do investimento libidinal. Podemos notar que Freud não associa a palavra luto a patologia, apesar de haver desinteresse do indivíduo enlutado pelas atividades normais do dia-a-dia. Parkes ainda destaca que “o luto é um processo de aperceber-se, de tornar real o fato da perda”⁹.

Segundo Franco¹⁰ as determinantes do luto dependem diretamente da relação que tínhamos com a pessoa falecida, entre as quais: quem era a pessoa, a natureza da ligação, a forma da morte, antecedentes históricos, variáveis da personalidade, variáveis sociais e estresses concorrentes. Outros estudos destacam que, além desses aspectos que influenciam a vivência da perda, o luto é um tempo indeterminado, pois varia de pessoas para pessoas. No entanto, o processo normal completa-se depois que o indivíduo enlutado realiza as seguintes tarefas: aceitar a realidade da perda, vivenciar a dor, ajustar-se ao ambiente sem o falecido, reposicionar em termos emocionais o falecido e investir em novos relacionamentos.¹¹

⁷PESSINI, L. Prefácio. In: KOVÁCS, Maria Julia (Coord.). (2008). *Morte e existência humana: caminhos de cuidados e possibilidades de intervenções*. Rio de Janeiro: Edwiges Ferreira de Mattos Silves; Francisco Baptista Assumpção Junior; Léia Prizskulnik (eds.), 2008, p.XIII.

⁸HENNEZEL, M; LELOUP, J-Y. *A arte de morrer*. (7. ed.). Petrópolis: Vozes, 2004.

⁹PARKES, C. M. (1998). *Luto: Estudos sobre a perda na vida adulta*. Traduzido por Maria Helena Pereira Franco. (3. ed.). São Paulo: Summus, 1998, p.199.

¹⁰FRANCO, M H P (Org.). *Nada sobre mim sem mim*. São Paulo: Livro Pleno, 2005.

¹¹MARINHO, A. H. R.; MARINONIO, C. C. R.; RODRIGUES, L. C. A. *O processo de luto na vida adulta decorrente de morte de um ente querido*. Rio de Janeiro: Estácio de Sá. 35 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia), Universidade Estácio de Sá, Rio de Janeiro, 2007.

No campo psicológico, o estudo sobre o fenômeno da morte e do luto começou a ser pesquisado pelos psiquiatras Colin Parkes¹² e Elisabeth Kübler-Ross.¹³

Kübler-Ross desenvolveu sua pesquisa acompanhando pacientes terminais e seus respectivos familiares. Segundo a autora, uma das primeiras evidências a que chegamos é que, em nosso inconsciente, nossa morte é impossível: “É inconcebível para o inconsciente imaginar um fim real para nossa vida na terra e, se a vida tiver um fim, este será sempre atribuído a uma intervenção maligna fora de nosso alcance”.¹⁴ O trabalho da autora destacou-se por sua sensibilidade para com os pacientes terminais, pois é preciso cuidar bem de pacientes que estão às portas da morte, já que talvez o sofrimento maior deles não seja propriamente a dor física, mas a emocional.

Ainda segundo Kübler-Ross¹⁵, não basta os avanços da Medicina, não basta adiar a morte, acrescentar anos à vida; é preciso humanizar o cuidado, é preciso cuidar do paciente, do familiar e do cuidador. Sua grande crítica é no sentido de que não falamos sobre a morte nas Faculdades de Medicina, Enfermagem, Psicologia e Teologia. Os médicos e as equipes de Enfermagem não sabem como reagir diante da situação, o médico muitas vezes não sabe o que dizer a um paciente terminal que pergunta se vai morrer. A proposta inovadora foi de humanizar os cuidados; começamos a falar de cuidados paliativos, a preparar médicos, psicólogos, equipes de Enfermagem, teólogos e assistentes sociais para que pratiquem uma escuta adequada e qualificada aos pacientes terminais.

A experiência dentro de um hospital possibilitou a Kübler-Ross¹⁶ observar que os pacientes terminais passam por fases que são características ao receberem o diagnóstico. Ela encontrou seis fases pelas quais os pacientes terminais passam, e que de alguma forma também são observadas nas pessoas enlutadas: (1ª) Negação: achar que é uma informação errada, que os exames foram trocados etc.; (2ª) Raiva: “Por que eu?”; culpabilização dos outros; (3ª) Barganha: a pessoa começa a barganhar com Deus, com o destino: “E se eu for bom, se eu não fizer mais tal coisa?”; (4ª) Depressão: profunda tristeza e sofrimento emocional; (5ª) Aceitação: acompanhada de profundo silêncio e solidão; e (6ª). Esperança:

¹²PARKES, 1998.

¹³KÜBLER-ROSS, E. *Sobre a morte e o morrer*. Traduzido por Paulo Menezes. 8. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2005.

¹⁴KÜBLER-ROSS, E. 2005, p. 6.

¹⁵KÜBLER-ROSS, E, 2005.

¹⁶KÜBLER-ROSS, E, 2005.

diferentemente da negação, é uma esperança genuína: “Quem sabe uma nova medicação não é descoberta?”.

Desde os anos 50, a Psicologia tanatológica tem voltado sua atenção para compreender e descrever em linhas gerais o processo psicológico que envolve a perda de alguém. “Bowlby, Parkes, Lindemann, Kübler-Ross, Marris, Raphael e Kavanaugh, para mencionar apenas alguns, estabeleceram teorias individuais que descreviam os diferentes estágios da adaptação psicológica à morte”.¹⁷

Os autores citados classificam o luto em estágios; os diferentes estudos apresentam grandes semelhanças, variando apenas a nomenclatura de cada estágio. Destacamos a classificação proposta por alguns autores, elaborada por Savage:¹⁸

- a) o modelo de Kavanaugh, que se aplica mais diretamente às pessoas que sobreviveram, classifica o processo do luto em sete estágios: abalo e negação; desorganização; emoções violentas; culpa; perda e solidão; alívio; restabelecimento;
- b) Davidson encontrou quatro estágios em sua pesquisa com 1.200 pais que perderam filhos: abalo e entorpecimento; busca e ansia; desorientação; reorganização;
- c) Knapp identificou, através de sua pesquisa, aspectos comuns junto a pais que perderam filhos: promessa de jamais esquecer o filho; desejo de morrer; revitalização das crenças religiosas; mudança de valores; mais tolerância; angústia da sombra;
- d) Pincus¹⁹, que desenvolveu sua pesquisa acompanhando casais que sofreram perdas significativas, destaca quatro fases: choque; fase controlada; busca pela pessoa falecida e descoberta de sentido na vida sem a pessoa falecida; momento de reposicionar a pessoa falecida no seu interior.

Percebemos grandes semelhanças nos modelos apresentados pelos diferentes autores, desde um primeiro momento de intenso sofrimento psíquico até a elaboração e aceitação da perda.

¹⁷ SAVAGE, Jh. *Vidas não vividas*. São Paulo: Cultrix, 1991, p. 27.

¹⁸ SAVAGE, 1991.

¹⁹ PINCUS, L. *A Família e a Morte*. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1989.

Um aspecto destacado por autores como Parkes²⁰, Savage²¹, Franco²² e Kübler-Ross²³, e que influencia a vivência do luto, é a espiritualidade / religiosidade. Segundo Klübler-Ross, a religiosidade tinha um papel fundamental na relação com o sofrimento, pois ele significava que haveria uma recompensa futura. Na contemporaneidade, no entanto, o homem tornou-se mais individualista e autossuficiente; alega que não precisa de religião, abandonando, assim, seu lado espiritual. Diante deste fenômeno, o sofrimento e a morte perdem o sentido de ser.

Parkes²⁴ destaca que pessoas que têm uma crença religiosa tendem a ter maior saúde mental e lidam de forma mais adequada com o processo do luto. Savage²⁵ destaca que a morte pode influenciar diretamente a vida espiritual do enlutado, proporcionando tanto uma revitalização das crenças como o abandono delas. Franco²⁶ ressalta a importância da espiritualidade no enfrentamento da perda e destaca que a Psicologia tem negligenciado a espiritualidade quando, na verdade, ambas, Psicologia e Religião, tendem a convergir em seu intuito de ajudar e de compreender o sofrimento humano.

Hennezel e Leloup²⁷ afirmam que a espiritualidade é uma parte fundante do ser humano, porém hoje, como vivemos em uma sociedade laica, a espiritualidade é facilmente confundida com religiosidade, que está diretamente ligada a um credo. Todavia, a essência do homem é espiritual, e mesmo aqueles que se dizem ateus cultivam a espiritualidade, pois uma atitude espiritual é a confiança profunda no homem e naquilo que o supera, naquilo que vai além. “Tal é nosso pressuposto: o que é visto do homem, o que dele se conhece, o que é pesado, medido, diagnosticado... não é tudo”.²⁸

Para Aubert²⁹, a civilização moderna proporciona ao homem viver melhor e com mais qualidade, e este novo modo de vida fez com que surgisse um novo espiritualismo que substituiu o antigo espiritualismo desencarnado. Agora o homem é seu corpo, e isso

²⁰PARKES, 1998.

²¹SAVAGE, 1991.

²²FRANCO, M H P (Org.). *Uma jornada sobre o Luto: a morte e o luto sob diferentes olhares*. São Paulo: Livro Pleno, 2002.

²³KÜBLER-ROSS, 2005.

²⁴PARKES, 1998.

²⁵SAVAGE, 1991.

²⁶FRANCO, 2002.

²⁷HENNEZEL, M; LELOUP, J-Y, 2004.

²⁸HENNEZEL, M; LELOUP, J-Y, 2004, p. 27.

²⁹AUBERT, 1995.

provocou uma mudança radical no sentido da vida, reduzindo-a a sua dimensão corporal. Por essa razão, a morte tornou-se fatal e um acontecimento tenebroso, quando não banal.

Ao propor uma pesquisa qualitativa de cunho exploratório sobre Morte e Luto, queremos investigar como o homem contemporâneo se relaciona com a morte e como vivencia o processo do luto, que situações interferem neste processo, quais são os modos de enfrentamento e as explicações que as viúvas e os viúvos participantes da pesquisa encontraram para este fato último da realidade humana.

Participantes

Foram convidadas a participar da pesquisa pessoas que perderam seu cônjuge e o sepultaram no Cemitério Jardim da Paz, em Porto Alegre. Consideramos apto a participar da pesquisa qualquer indivíduo, independentemente do tempo da inumação.

Os participantes foram escolhidos por conveniência. Participaram do estudo oito pessoas, sendo cinco mulheres e três homens, com idade entre 31 e 81 anos, e tempo do falecimento do cônjuge que variou de três meses a treze anos.

Instrumento

O instrumento para a coleta de dados foi uma entrevista semiestruturada que continha questões abertas sobre como os participantes vivenciaram a morte e elaboraram ou não o luto pela perda do cônjuge.

Procedimento de Pesquisa

A pesquisa foi realizada no Cemitério Parque Jardim da Paz, onde entrevistamos homens e mulheres que perderam o cônjuge. Primeiro, fizemos contato com a Administração local, que autorizou a realização da pesquisa. Os participantes foram abordados e convidados a participar da pesquisa quando estavam visitando o cemitério, e sua participação somente foi efetivada depois de termos esclarecido os objetivos da pesquisa, através da leitura e da assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

As entrevistas foram realizadas no Templo Ecumênico do Cemitério Parque Jardim da Paz, pelo autor da pesquisa.

Resultado e discussão

A Vivência do Luto e Rede de Apoio

Considerando os dados coletados percebemos que os participantes da pesquisa têm características semelhantes, tais como: todos perderam seu cônjuge por doenças crônicas depois de certo período de enfermidade; todos tiveram um matrimônio de muitos anos e, com exceção de um entrevistado, todos têm idade avançada. O tempo de luto varia de três meses a 13 anos. Os teóricos sobre o luto são unânimes em dizer que o tempo é relativo, e que cada pessoa tem seu tempo para elaborar a perda. Kovács³⁰ aprofunda a ideia de que o tempo de luto é variável e chega a afirmar que, em alguns casos, o processo do luto nunca termina. Entretanto, observamos que o pesar e sofrimento tende a ser maior quando o tempo de luto é menor, pois este é um período de elaboração e aprendizagem que requer tempo.

Os dados encontrados corroboram a ideia de Kovács³¹ e dos principais teóricos sobre o luto ao afirmarem ser um processo sem tempo definido. Considerando a primeira entrevista (E1)* e a segunda entrevista (E2), podemos observar que os enlutados reagiram de maneira distinta diante da perda do cônjuge: ambos têm perdas associadas, no entanto E1 parece conviver melhor com a perda do que E2.

Das entrevistas realizadas, E2 pareceu mais mobilizado e sensibilizado, conforme sua fala: *“Pois eu tive uma perda pior do que essa. Além da doença da mulher, um filho meu também está aí, também. Ele tinha 25 anos e foi assassinado”*.

A perda da esposa abalou o entrevistado, mas a aceitação da perda do filho é muito mais difícil. Savage³² afirma que, para os pais que perderam seus filhos, há um sentimento de frustração e impotência muito grande, pois a morte do filho, que era a esperança de

³⁰KOVÁCS, MJ. *Morte e desenvolvimento humano*. (1. reimpr. da 5. ed de 2008). São Paulo: Casa do Psicólogo, 2010

³¹KOVÁCS. 2010.

*Utilizamos E1, E2, E3 até E8 conforme a ordem das entrevistas.

³²SAVAGE, 1991.

continuidade, é sentida pelos pais como falha da função paterna. Assim, na fala de E2 fica claro que perder a esposa foi difícil, mas perder um filho é uma dor inominável.

E2: *“O filho toda a vida, mulher tem em todo canto aí, bah, mas filho não tem como, mulher você arranja, mas filho não. Filho é muito difícil de aceitar”*.

Segundo Savage³³ esta perda é tão brutal que não existe uma palavra ou um conceito para definir a dor que os pais sentem ao perder um filho, já que os filhos que perdem os pais ficam órfãos, mas e os pais que perdem os filhos, ficam como? A dor é inominável e a ciência não conseguiu conceituá-la até porque foge do ciclo natural da vida. Morrer de velhice passou a ser considerada a forma natural de morte; por consequência, todas as outras maneiras de morrer são consideradas contra a natureza e, por isso, mortes desnecessárias.

Outro aspecto percebido como um fator facilitador na elaboração do luto e aceitação da morte é a rede de apoio. Os viúvos e viúvas que contaram e contam com o apoio de amigos e familiares tendem a aceitar melhor a perda. E3 *“Contei com as amigas de 30 anos que eu tenho, das minhas filhas e da comunidade onde participo e principalmente da comunidade Franciscana”*; E6: *“Sim, contei com apoio sempre, tinha muita gente, meus filhos, netos, meus sobrinhos, amigos”*.

A rede de apoio é fundamental. Bowlby³⁴ afirma que nos primeiros dias do luto a pessoa tende a ter um comportamento regressivo e precisará de cuidados, assim como o bebê. É muito natural no início do processo do luto a busca pela pessoa perdida; assim como o bebê busca a mãe, aquele que sobreviveu busca o falecido, muitas vezes conversa com o marido ou a esposa que faleceu como se estivesse vivo/viva. Percebemos isso na fala de E1: *“Até hoje, assim, eu peço e sonho tudo com ele como se ele teje vivo, morto não.”* Segundo Parkes³⁵ e Bowlby³⁶, esse é um fenômeno natural, pois o enlutado tende a continuar sua relação com a pessoa falecida, agora como uma conselheira.

A rede de apoio é fundamental não só no início do processo; em muitos casos, é ela que chama o enlutado para a vida, pois ele é uma referência importante, seja para os filhos ou para os netos. E5 é exemplo disso, pois em um dado momento precisou voltar-se para os

³³ SAVAGE, 1991.

³⁴ BOWLBY, J. *Apego e Perda: tristeza e depressão*. Traduzido por Valtensir Dutra. São Paulo: Martins Fontes, 1998.

³⁵ PARKES, 1998.

³⁶ BOWLBY, 1998.

filhos e reconhecer que eles precisavam dela. E5: *“E aí os meus filhos começaram a me falar ‘mãe nós precisamos de ti, nós precisamos de ti, o que vai ser de nós se você se for, [...]’. Aí eu peguei e me levantei de novo e segui”*. Neste sentido, a rede de apoio também mobiliza o enlutado a se voltar para a realidade e ainda ajuda a pessoa enlutada a perceber que algo mudou, que a perda causa sofrimento, mas ela continua viva e está sendo convocada para a vida.

Parkes³⁷, Kovács³⁸, Bowlby³⁹ e Franco⁴⁰ são unânimes em afirmar que a morte provoca uma mudança profunda na vida das pessoas, principalmente em se tratando da perda do cônjuge. Quando se refere aos enlutados pela perda do cônjuge, Parkes⁴¹ destaca que nem sempre fica claro com exatidão o que o enlutado perde quando da morte de um ente querido. Os participantes da pesquisa confirmam que sua vida mudou muito depois do falecimento do cônjuge. As principais mudanças sentidas referem-se às tarefas realizadas pelos cônjuges ou pela ausência da companheira / do companheiro.

Na fala de E5 percebemos que as tarefas domésticas agora são de responsabilidade da esposa, e na de E7 a mudança ocorrida com o falecimento da esposa é a falta de companhia: E5: *“Então agora quando eu chego em casa a noite aquela pia cheia de louça eu entro em pânico. Porque eu chegava estava tudo limpinho”*.

E7: *“Eu, por exemplo, via a novela a noite tomando meu vinho e ela ficava ali sentada do meu lado, mesmo que a gente não falava nada, mas ela estava junto”*.

Além disso, a morte do cônjuge, no caso de alguns participantes da pesquisa, parece que tornou os enlutados mais dependentes dos filhos, que passaram a frequentar mais a casa dos filhos; e os filhos, por sua vez, tendem a se preocupar mais com os pais. A fala de E6 expressa essa mudança: E6: *“O que mudou é que eu vou muito hoje dormir na casa de uma filha, na casa de outra filha e uma diz ‘hoje tu vem almoçar aqui mãe’. Mudou um pouco essa coisa de eu não ficar só na minha casa.”*

Papalia, Olds e Feldman⁴² destacam que cada vez mais os filhos tendem a se tornar os cuidadores dos pais idosos, principalmente quando um deles se torna mais vulnerável. No

³⁷ PARKES, 1998.

³⁸ KOVÁCS, 2010.

³⁹ BOWLBY, 1998.

⁴⁰ FRANCO, 2002.

⁴¹ PARKES, 1998.

⁴² PATALIA, E. D; OLDS, S W; FELDMAN, R D. *Desenvolvimento humano*. Traduzido por Daniel Bueno. (8. ed.). Porto Alegre: ArtMed, 2006.

caso da presente pesquisa, a morte tende a fazer com que os filhos se aproximem dos pais e ofereçam ajuda e cuidado. As autoras ainda destacam a importância de as pessoas enlutadas se manterem ocupadas ou de assumirem novos papéis. Os viúvos e as viúvas que se envolvem com atividades comunitárias, por exemplo, tendem a conviver melhor com a perda do cônjuge. Exemplo disso é a fala de E3 ao referir que a mudança ocorrida com a morte do esposo, apesar de ter gerado muito sofrimento, teve aspectos positivos: E3: *“O que mudou, olha talvez assim, por não ter ele eu me dedico mais à religião né, sou ministra da Eucaristia, me sinto livre pra me dedicar a essa parte que eu gosto muito”*.

A perda do cônjuge provoca grandes mudanças que podem afetar a vida financeira, as relações sociais e a saúde física e emocional. O luto é um tempo necessário de adaptação no qual serão requeridas novas aprendizagens e novas habilidades da pessoa enlutada, e isso poderá ser mais fácil para alguns do que para outros, pois a morte rompe com a homeostase do casal. Então, a partir da perda, o processo do luto é o tempo necessário para que o enlutado se adapte ao meio onde a pessoa falecida não está mais presente.

Concepções de Morte.

Com relação às concepções de morte, os entrevistados apresentaram opiniões homogêneas que estão associadas à ideia de que a morte é algo natural ou, então, é a passagem para uma nova fase. Aqui também foi encontrada uma correlação com a teoria, pois, segundo Kübler-Ross⁴³, a morte é algo impossível para as pessoas, e no nosso inconsciente jamais iremos morrer.

Isto fica claro nas imagens de morte que os entrevistados apresentam:

E8: *“Significa superação de uma fase da existência, não acredito que seja o final”*;
E1: *“Eu penso que morreu terminou a carne, o espírito acho que vai pro céu ou fica onde Deus destina né”*; E3: *“A morte pra mim é uma passagem”*; E4: *“Renascimento”*; E5: *“Um recomeço”*; E6: *“Pra mim significa a partida para o encontro de Deus”*.

Nas entrevistas E2 e E7 encontramos concepções de morte um pouco distintas das demais, pois a consideraram como algo natural e o fim de tudo: E2:

⁴³ KÜBLER-ROSS, 2005.

Sei lá, é o fim né! É o fim de tudo”; E7: Olha, eu acho que a morte é uma coisa natural, a gente tem que saber recebê-la, porque todo mundo vai morrer. [...] porque tudo tem um tempo de validade, quando você vê seu corpo não funciona mais, é que nem um carro velho, você troca uma peça aqui, estragam duas lá. É mais ou menos isso aí.

Ambos apresentam um aspecto positivo e resignado da morte, que é aceita como natural já que tudo morre, o corpo envelhece e é comparado a um carro velho cujas peças precisam ser trocadas, e chega um momento em que não há mais conserto. No caso de E2: “Sei lá, é o fim né! É o fim de tudo”. Percebemos certa indecisão quanto a esse fim de tudo: ao mesmo tempo em que entrevistado pensa que é o fim de tudo, pois efetivamente perdeu a esposa e o filho e isso pôs fim a muitos sonhos e projetos, parece que ele gostaria que tivesse sido diferente.

As diferentes concepções de morte assinalam que ela é um evento que mobiliza as pessoas e é fonte de sofrimento, pois, com relação à morte, ou sofremos ou fazemos sofrer. Mesmo que queiramos viver ao modo de Epicuro⁴⁴, que diz: “A morte não é uma preocupação para mim, pois quando estou ela não está, quando ela estiver eu não estarei” a pesquisa demonstra que a morte é objeto de preocupação e que, por mais que tentemos, não há como fugir dela. Neste aspecto, é mais eficiente a concepção estoica a sugerir que tenhamos a morte como conselheira e que admitamos que uma pessoa é dada a outra por determinado tempo. Isso fica evidente na pesquisa, na qual constatamos que, mesmo tendo casamentos felizes, as pessoas morrem, ou talvez precisem morrer para que tudo possa ser vivido na medida certa, como expressa Luft⁴⁵ em seu poema, ou ainda talvez morram na medida certa, na hora certa. O fato é que todas as pessoas vão morrer.

Por mais racionais que sejamos, por mais avanços que a ciência realize, a partir das entrevistas realizadas ao investigarmos as concepções de morte foi percebido que as pessoas sentem necessidade de uma explicação que vá além da descrição do fenômeno morte e do processo psicológico que envolve o luto, pois as concepções de morte remetem a um tema um pouco espinhoso no meio acadêmico: a espiritualidade.

Influência da Espiritualidade na Aceitação da Morte e na Elaboração do Luto.

⁴⁴ EPICURO. *Carta sobre a Felicidade*. Tradução e apresentação de Álvaro Lorencini e Enzo Del Carratore. São Paulo: Unesp, 2002

⁴⁵ LUFT, Lya. *O lado fatal*. São Paulo: Siciliano, 1991.

Os Autores como Kübler-Ross⁴⁶, Franco⁴⁷, Kovács⁴⁸ e Parkes⁴⁹ destacam que a espiritualidade desempenha um papel importante na vivência do luto. Inclusive, chegam a afirmar que as pessoas que têm uma prática espiritual tendem a vivenciar melhor o luto, pois as religiões procuram explicar o que acontece na morte ou, mais especificamente, o que vem depois dela, que é uma grande preocupação das pessoas que sobrevivem. Kübler-Ross⁵⁰ afirma que a espiritualidade desempenha importante papel durante o processo de doença porque, segundo a autora, quando o paciente terminal tem uma crença, o sofrimento decorrente da doença tende a ser ressignificado. O sofrimento recebe uma conotação divina.

Os dados que encontramos estão de acordo com os que autores indicam que pode acontecer com as crenças espirituais. Por ocasião da morte do ente querido pode haver uma revitalização, manter-se em alguns casos ou, então, diminuir. Analisando as entrevistas percebemos que, no caso dos homens, a crença espiritual parece ter sofrido um abalo no sentido de fazerem questionamentos se existe ou não alguma coisa depois da morte: E2:

Sei lá, eu até acreditava em outra vida depois da morte, em Deus essas coisas, mas não sei, eu estou entre o sim e o não, se acredito ou não acredito em alguma coisa depois da morte, mas o mais forte é que acho que não tem nada depois.

Parece que, no caso de E2, a espiritualidade diminuiu, pois ele achou muito pesado o fato de ter perdido a esposa, mas principalmente o filho. Então, quando perde um filho, os autores costumam dizer que é natural o enlutado se revoltar e dirigir sua raiva para Deus que lhe roubou o filho. No caso de E7:

Olha, às vezes eu mesmo fico meio em dúvida com isso, durante toda a vida eu fui muito católico, até fui coroinha e depois ajudava na coleta. E às vezes, assim, eu sinto que eu estou mais frio em relação à religião, porque antes eu ficava concentrado, agora eu me distraio e vejo que estou fora do contexto, mas continuo indo à missa, comungo sem problema e agradeço a Deus por tudo o que ele nos deu.

⁴⁶ KÜBLER-ROSS, 2005.

⁴⁷ FRANCO, 2010.

⁴⁸ KOVÁCS, 2010.

⁴⁹ PARKES, 1998.

⁵⁰ KÜBLER-ROSS, 2005.

Percebemos que não há propriamente um abandono das práticas espirituais, mas E7 refere que está mais frio, e isso pode ser indicativo de reavaliação das crenças. Mas também, neste caso, o entrevistado ia à missa em companhia da esposa, e agora precisa se acostumar com o fato de estar só. Talvez quando ele refere que fica distraído isso leve a pensar que a distração tem alguma relação com a procura, que é algo que costuma acontecer com os enlutados, que buscam pela pessoa falecida.

As mulheres da pesquisa afirmaram que sua crença espiritual lhes ajudou na aceitação da morte e está ajudando na elaboração do luto. As entrevistadas E1 e E3 expressaram que sua crença espiritual se fortaleceu após a morte do esposo: E3: *“Muito, principalmente ela, se não fosse ela, porque eu vejo muitas pessoas que não tem tanta fé né, isso aí foi o fator principal”*. As demais participantes referiram que as crenças espirituais se mantiveram, mas todas foram unânimes em afirmar a relevância da crença na aceitação da morte e na elaboração do luto. Parkes⁵¹ e Kovács⁵² afirmam que a espiritualidade é um dos fatores que contribui para uma boa aceitação da morte e elaboração do luto.

Considerações Finais

O objetivo do artigo propôs foi investigar as vivências de morte e luto de pessoas que perderam o cônjuge. O trabalho nos leva a perceber que a morte continua mobilizando as pessoas e o luto continua sendo um processo que requer tempo e varia de pessoa para pessoa. Observamos que alguns aspectos são importantes para que os enlutados enfrentem melhor a morte e o processo de luto. A partir dos dados coletados, destaca-se que os viúvos/as viúvas que contaram e contam com uma boa rede de apoio pareciam estar convivendo melhor com a perda. A espiritualidade foi apontada pelos participantes da pesquisa como algo importante para a aceitação da morte e a elaboração do luto. Observamos que as concepções de morte dos participantes apresentam uma imagem positiva e remetem à importância da espiritualidade na aceitação da morte e na elaboração do luto, pois a morte não é percebida como o fim da vida.

Os achados da pesquisa ressaltam a importância da escuta e do cuidado sensível que devemos ter para com as pessoas que estão em processo de luto, o que é tratado por

⁵¹ PARKES, 1998.

⁵² KOVÁCS, 2010.

Kübler-Ross⁵³ quando afirma que não basta os avanços da Medicina, não basta adiar a morte, acrescentar anos à vida, mas que é preciso humanizar o cuidado, é preciso cuidar do paciente, do familiar e do cuidador. A grande crítica que a autora faz é no sentido de que nas Faculdades de Medicina, Enfermagem, Psicologia e Teologia não falamos sobre a morte, os médicos e as equipes de Enfermagem não sabem como reagir diante desta situação, o médico muitas vezes não sabe o que dizer para um paciente terminal que pergunta se vai morrer. A proposta inovadora da autora foi chamar atenção para a necessidade de escuta adequada e qualificada aos pacientes terminais. Ousamos dizer que esta escuta deve continuar, pois as pessoas enlutadas também precisam ser acolhidas. Fomos agradavelmente surpreendidos durante a realização das entrevistas por todos os entrevistados terem agradecido profundamente pelo interesse e a disponibilidade em ouvi-los. Pareceu-nos estar fazendo um favor para eles quando, na verdade, eles é que estavam nos ajudando. Groisman⁵⁴ também destaca a importância de criar espaços onde o enlutado possa falar abertamente sobre o falecido e expressar sua saudade.

Percebemos a importância de criar espaços onde os enlutados possam falar de seu pesar, das pessoas que perderam, de como foi a perda e em que circunstâncias ocorreu. Todos os autores mencionados neste trabalho destacam a importância da escuta sensível dos enlutados, e é aconselhável que todo terapeuta, ao iniciar uma psicoterapia, investigue as perdas que seu futuro paciente teve ao longo da vida.

Referências

Livros:

ARIÈS, P. *História da Morte no Ocidente*. Traduzido por P. V. Siqueira. Lisboa: Teorema, 1989.

AUBERT, J. *E depois, Vida ou Nada?* Ensaio sobre o Além. Traduzido por Maria C. de M. Duprat. São Paulo: Paulus, 1995.

BOWLBY, J. *Apego e Perda: tristeza e depressão*. Traduzido por Valtensir Dutra. São Paulo: Martins Fontes, 1998.

EPICURO. *Carta sobre a Felicidade*. Tradução e apresentação de Álvaro Lorencini e Enzo Del Carratore. São Paulo: Unesp, 2002.

⁵³ KÜBLER-ROSS, 2005.

⁵⁴ GROISMAN, 2010.

FERRY, L. *Aprender a Viver*. Rio de Janeiro: Objetiva, 2007.

FRANCO, M H P (Org.). *Nada sobre mim sem mim*. São Paulo: Livro Pleno, 2005.

_____ (Org.). *Uma jornada sobre o Luto: a morte e o luto sob diferentes olhares*. São Paulo: Livro Pleno, 2002.

FREIRE, M. C. B. *O Som do Silêncio: a angústia social que encobre o luto. Um estudo sobre o isolamento entre enlutados do Cemitério Morada da Paz (Natal/RN)*. Natal: UFRN. 144 f. Dissertação (Mestrado em Ciências Sociais), Programa de Pós-Graduação em Ciências Sociais da Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Área de Concentração Cultura e Representações. Natal, 2005.

FREUD, S. (1917). *Luto e melancolia*. Ed. Eletrônica brasileira das obras completas de Freud. v. XIV.

GROISMAN, M (Org.). *Além do Paraíso: perdas e transformações na família*. (2. ed.). Rio de Janeiro: Núcleo-Pesquisa, 2010.

HENNEZEL, M; LELOUP, J-Y. *A arte de morrer*. (7. ed.). Petrópolis: Vozes, 2004.

KOVÁCS, MJ. *Morte e desenvolvimento humano*. (1. reimpr. da 5. ed de 2008). São Paulo: Casa do Psicólogo, 2010.

_____ (Coord.). *Morte e existência humana: caminhos de cuidados e possibilidades de intervenções*. Rio de Janeiro: Edwiges Ferreira de Mattos Silveiras; Francisco Baptista Assumpção Junior; Léia Prizskulnik (eds.), 2008.

KÜBLER-ROSS, E. *Sobre a morte e o morrer*. Traduzido por Paulo Menezes. 8. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2005.

LUFT, Lya. *O lado fatal*. São Paulo: Siciliano, 1991.

MARINHO, A. H. R.; MARINONIO, C. C. R.; RODRIGUES, L. C. A. *O processo de luto na vida adulta decorrente de morte de um ente querido*. Rio de Janeiro: Estácio de Sá. 35 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia), Universidade Estácio de Sá, Rio de Janeiro, 2007.

PAPALIA, E. D; OLDS, S W; FELDMAN, R D. *Desenvolvimento humano*. Traduzido por Daniel Bueno. (8. ed.). Porto Alegre: ArtMed, 2006.

PARKES, C. M. (1998). *Luto: Estudos sobre a perda na vida adulta*. Traduzido por Maria Helena Pereira Franco. (3. ed.). São Paulo: Summus, 1998.

PINCUS, L. *A Família e a Morte*. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1989.

SAVAGE, Jh. *Vidas não vividas*. São Paulo: Cultrix, 1991.

STEDFORD, A. *Encarando a morte: uma abordagem ao relacionamento com o paciente terminal*. Traduzido por Silvia Ribeiro. Porte Alegre: Artes Médicas, 1986.

Artigos em Periódicos

OLIVA-AUGUSTO, M H. O Moderno e o Contemporâneo: reflexões sobre os conceitos de indivíduo, tempo e morte. *Tempo Social: Revista de Sociologia da USP*, São Paulo, 6(1-2), 91-105, 1995.