

Dizer adeus

Viver na fragilidade

Card. Goldfried Danneels (1996)

Irmãos e Irmãs,

Porque nos prendemos tanto às coisas, se um dia temos de deixar tudo? Poderíamos poupar-nos tantas dores. Porque nos agarramos com tanto afinco à vida, se é absolutamente certo que havemos de morrer?

Viver é desprender-se

“*Viver é desprender-se*”. Sabemo-lo bem. Cada nova conquista significa também renunciar a outra coisa. Cada nascimento significa para a mãe uma parte de sacrifício da sua própria vida, da sua própria pessoa. Em cada escolha deixa-se de lado todas as outras possibilidades. Cada dia a mais na existência é um dia mais para a morte. Viver é desprender-se. E o contrário? Será igualmente verdade que desprender-se é viver?

A cada hora da nossa existência dizemos adeus a alguém ou a alguma coisa. De mil formas. São outras tantas formas de sofrimento. Ora, nós gostamos do sofrimento, fugimos dele. Com razão, aliás, porque fomos feitos para a felicidade e para a alegria.

Que poderemos fazer para amenizar os sofrimentos do adeus? Sofrimento de envelhecer, de ver a nossa energia enfraquecer; sofrimento de perder um ente querido: um filho, uma companheira de vida, um irmão ou uma irmã, um parente ou um amigo, uma vizinha; sofrimento por um emprego perdido ou ao qual se tem de renunciar por uma falência, por uma mancha na reputação por todas as oportunidades perdidas; sofrimento pelas tensões e feridas na Igreja, pelo esboroamento de valores importantes ou da fé, pelos filhos que andam mal encaminhados; sofrimento, enfim, pela nossa própria morte que se aproxima inexoravelmente.

Onde encontrar ajuda?

O sofrimento grita por consolação. O adeus é um rasgão que procura o restabelecimento de uma continuidade.

Onde há ruptura brotam as emoções. São estas, antes de mais, que é preciso mitigar. É o campo próprio do psicólogo. Tem-se trabalhado muito neste domínio nos últimos anos. Tanto no plano prático como teórico. Tem-se reflectido muito e publicado muito. Formam-se técnicos que possam acompanhar e aconselhar. Criou-se também uma quantidade de locais de escuta e de palavra que acolhem as pessoas angustiadas. Uma rede bem organizada de ‘pessoa-recurso’ cobre toda a sociedade. Muitos cristãos fazem parte dessa rede. Em família ou no bairro, nos movimentos ou na paróquia. É bom que tenham alguma noção das técnicas psicológicas desenvolvidas para ajudar as pessoas a ultrapassar os sofrimentos do adeus sob todas as formas. Quanto mais não seja, para evitar os passos em falso mais flagrantes.

Mas é preciso mais do que psicologia. Não se é consolado se não se receber ao mesmo tempo uma resposta à questão do porquê. Porque é que é preciso deixar e dizer adeus? Esta é uma pergunta que tem a ver com a concepção de vida. É filosófica ou ainda mais profunda. Procura-se a resposta em múltiplas direcções. Alguns dizem: *“É a tristeza primordial do ser humano; acompanha-o desde o nascimento”*. Outros apoiam-se numa filosofia de bom senso: *“Sendo as coisas como são, é preciso fazer da necessidade numa virtude, tirar dela o melhor partido possível e viver o dia que passa”*. Outros vão mais longe, estóicos que se ignoram: *“A vida é dura. É preciso endurecer-se contra ela”*. Há nisto uma espécie de nobreza em honra do ser humano. Outros ainda retomam a filosofia do *Eclesiastes* da Bíblia: *“Há tempo para chorar e tempo para rir, tempo para dizer adeus e tempo para reencontrar, tempo para dar abraços e tempo para se afastar deles”*. Outros ainda procuram a resposta do lado do Oriente: *“Dor e alegria são aparências fugidias do próprio nada, são como nuvens no céu e como as ondas do mar, passageiras, logo, sem importância. Ilusão”*.

Mas será que Deus não tem também alguma coisa a ver com tudo isto? Que diz a Bíblia do adeus às coisas e às pessoas, da morte? E que diz Jesus? Este é um problema teológico e pastoral. Muitas vezes, não se trata tanto disso. Será que um profissional cristão trabalha de maneira diferente dos seus colegas não crentes? E a fé? Até onde vai o seu valor terapêutico?

Que fazer?

Que podemos fazer? Não somos todos, de alguma maneira, ‘pastor do nosso irmão’, não temos todos responsabilidade moral? Não há entre nós ninguém que não tenha alguém que lhe seja confiado. É esta a razão da presente carta pastoral: ajudar-nos na

nossa missão pastoral de acompanhamento daqueles que são provados por um adeus. Neste caminho, há três passos a dar.

O primeiro é o da escuta. Porque ajudar alguém a dizer adeus não é principalmente um assunto de teologia, mas de empatia; não se trata de convencer nem de instruir, mas de escutar o outro e de entrar na sua pele. Antes de aplicar o bálsamo, é preciso conhecer a natureza da ferida. Apresentar grande número de argumentos não é, muitas vezes, senão uma má medicação. De resto, é mais importante saber o que não se deve dizer do que o que se há-de dizer. Será o primeiro capítulo desta mensagem: aprender a escutar e a olhar cometendo o mínimo possível de disparates.

O segundo passo é o da compreensão. Será verdade que 'viver é renunciar' e que 'renunciar é viver'? Qual é a razão de tudo isto? Um exercício de reflexão, por outras palavras, uma procura de sentido. Ora, os dadores de sentido abundam. Isso vai desde a sabedoria prática do homem comum até, inclusive, à mensagem bíblica.

O terceiro passo é o da cura. No duplo sentido do termo: como pode alguém curar-se a si próprio e como se pode ajudá-lo a curar-se. Que fazer com alguém que tem que dizer adeus? Dez regras de ouro para ajudar a curar.

I. ESCUTA E EMPATIA

O desgosto é algo que se passa no interior de nós. Sob a carapaça. É claro que existem indícios exteriores. Também se pode ouvir alguma coisa. Mas são apenas sintomas. O desgosto sentido por ocasião de uma perda é uma experiência interior. *“Ah, se pudesse ver dentro de mim!”*, dizem não poucas pessoas às quais, a título de consolação, se faz notar que parecem estar em forma e que reagiram maravilhosamente à sua infelicidade.

Esta consideração deveria bastar para nos guardar da tentação de falar demasiado depressa. Este género de consolação não é, muitas vezes, senão um emplastro à superfície da ferida, enquanto se descure a acção contra o pus que a infecta em profundidade. *“Apesar de tudo, ela tinha chegado a uma bonita idade” – “Nos últimos tempos, a vida para ele já não era senão mal-estar e sofrimento: foi uma libertação” – “ela não tinha filhos; felizmente, assim não deixa ninguém”...*

Estas palavras não trazem nenhuma consolação. Não curam o coração, contentando-se com afagar a epiderme. O único caminho possível é escutar e tentar viver em empatia. Dar ao desgosto direito de cidadania, reconhecê-lo na sua dignidade, entrar nele e não fazer um grande desvio para o evitar. Escutar é, muitas vezes, tentar decifrar um enigma: percebem-se algumas letras e sinais e é preciso reconstituir uma frase inteira. Ou então é como um jogo de televisão em que de dez em dez segundos é dada uma letra suplementar para se descobrir uma palavra. Avançar demasiado depressa é perder todas as oportunidades. Assim, a primeira condição para poder ajudar é não se apressar, não julgar nem concluir prematuramente, deixar o desgosto exprimir-se. Porque não se deve impedir a saída do pus.

Desgosto pela morte de um filho pequeno

Dizer adeus a um filho pequeno – que ainda não nasceu ou que acaba de nascer – é um ímpar. Em parte alguma se encontra outra como esta. As pessoas de fora julgam-na terrível, mas, apesar de tudo, não tão terrível assim: *“Eles não viram o filho ou mal o viram. Não tiveram tempo de se afeiçoar a ele. O desgosto há-de passar”*.

Com efeito, a dor dos pais é incomensurável. Porque o bebé, mesmo que ainda não tenha nascido, já está presente. Há vida: o filho está ali, invisível mas perfeitamente sentido. *“Uma hora antes, ainda mexia; depois, nada. Tinha-o perdido”*. Mesmo que os

pais não tenham visto o filho, pensaram nele noites e dias, falaram dele um com o outro, imaginaram-no deitado no berço ou aos saltos na sala ou no jardim; deram-lhe nome e prepararam-lhe todo o enxoval. Numa palavra, o bebé já lá estava. Agora partiu. Veio mas nunca chegou a estar connosco.

Na mulher que perdeu o fruto das suas entranhas há um confuso sentimento de culpa; também a sensação de estar infinitamente só. *“Terei feito alguma coisa que não devia? Corri demasiados riscos? Talvez não tivesse devido pegar naquele pesado cesto de roupa...”* Já para não falar de aborto: *“vinham tratar de mim, é verdade, mas não falavam; não diziam nada; olhavam para fora pela janela para não olharem para mim; nunca me senti tão só”*.

Quando um bebé morre à nascença, a dor atinge o auge. Sendo a espera levada ao extremo, a desilusão é tanto mais forte. É um calvário para a mulher ter de ficar na maternidade com as outras mães, não tendo ela um bebé. E voltar para casa com todo o enxoval e tudo o que é necessário para o bebé, mas sem bebé.

Completamente á parte é o caso do desgosto por uma morte no berço. É-se invadido por sentimentos de impotência e de absurdo. Marinus van de Berg escreve a este propósito: *“Tinham esperado o seu bebé nove anos e nove meses... O pequeno dormia ainda cheio de saúde quando ela se ausentou alguns instantes para ir buscar o marido à paragem do autocarro. Quando voltaram, o bebé já não respirava. Mal se pode descrever o que se passou a seguir. O médico que pôs o pequeno no banco de trás do carro. O trajecto para o hospital. O veredicto incrível: o filho, esperado com tanto fervor, morto pela incompreensível morte súbita do recém-nascido. No cabeçalho da participação no jornal: ‘Não podemos compreender’. Na altura da cremação, nove rosas brancas, pelos nove anos e nove meses”*.

Que fazer ou, melhor, que se deve evitar? Nada de palavras de consolo que não consolam. *“Esqueçam tudo isso depressa... Você ainda são jovens: podem ter outros”* – *“Vocês têm outros três amores de filhos”* – *“O poder pequenino nunca ia ser normal... Não foi melhor assim?”* – *“Ele nem sequer entrou na vossa casa”*... São palavras que não fazem senão aumentar a dor.

Com a ideia de poupar os pais, procura-se muitas vezes esconder deles o pequeno corpo sem vida. Ora, é muito importante um confronto real. É melhor estimular e ajudar os pais a irem ver o bebé, a tocar-lhe e a pegar nele. Muitas vezes, será preciso encorajá-los a isso, porque no próprio momento eles não querem ou não ousam. Mais tarde lamentariam não o ter feito. Mas é preciso preparar tudo cuidadosamente: dizer como é o bebé, pedir qualquer coisa para lhe envolver o corpo, pôr um brinquedo ao lado dele.

Alguns desejam apagar o mais depressa possível a memória do bebé morto: “*É doloroso para os pais terem de continuar a pensar nele*”. Será bem assim? É preciso, pelo contrário, procurar que fique uma fotografia, conservar a chapa de identidade ou ramo do luto, saber onde o corpinho está sepultado.

É preciso sobretudo dar um nome à criança, para se poder falar dela. É impossível falar de um ser sem nome. Isso é, aliás, um reflexo autenticamente cristão, porque ‘cada um dos nossos nomes está inscrito na palma da mão de Deus’; um bebé morto é, de resto, também um pequeno intercessor junto d’Ele. Evidentemente, podemos dirigir-nos a ele na nossa oração.

Mais uma coisa, para concluir. O nosso tempo conhece um fenómeno completamente novo. Já não são só os jovens casais que perdem um filho. Cada vez mais, casais menos jovens são confrontados com a morte de um filho ou de uma filha: sobrevivem ao filho. É uma dor profunda: mesmo se a idade relativiza muitas coisas, não relativiza tal coisa.

Vítimas inocentes de um acidente de viação

Não poucas vítimas de acidentes de viação são crianças. Vivemos numa civilização ‘perigosa’: cada vez há mais automóveis, cortejos de camionetas, horas de ponta em que quase toda a gente anda na rua. E, no meio de tudo isto, a criança indefesa na sua bicicleta.

A palavra ‘vitima’ já por si é dolorosa e revoltante, como se a morte de uma criança não fosse senão a consequência inevitável e das mais normais de uma dada situação. Estatisticamente, não se pode fugir a esta fatalidade: a um tráfego mais intenso corresponde um aumento do número de acidentes.

No momento dos acontecimentos, o mundo inteiro desmorona-se. Tudo se desfaz em pedaços: a sua roupa para depois da escola está ali em cima de uma cadeira, os seus cadernos já não servirão mais, os seus livros e as bandas desenhadas ficarão na estante, o seu lugar à mesa fica vazio. Como se o tempo tivesse parado.

Então sobrevém o sentimento de culpa: “*Se não o tivéssemos deixado ir de bicicleta...*” – “*Nunca lhe devíamos ter comprado aquela motorizada!*” – “*Devia tê-lo acompanhado até à entrada da escola*”. Por mais que se diga que a criança não teve culpa, que não fez nada que não devesse, que aquela motorizada era exactamente o que ela mais queria... Nada resolve; o sentimento de culpa subsiste dissimulado e obstinado. Pode passar muito tempo até as pessoas tomarem consciência de que há um abismo entre sentimento de culpa e culpa real.

Pode também desenvolver-se agressividade. E muitas vezes, em relação a pessoas concretas. Em relação ao filho morto: *“Porque é que ele não era mais prudente?”* – ou em relação a si próprio: *“Nunca lhe devia ter permitido aquilo”* – ou em relação a quem provocou o acidente. Neste caso, pode tornar-se ódio, sobretudo se houve culpa flagrante, como em caso de embriaguez ao volante. A agressividade pode também ter por objectivo a sociedade que não se opõe com vigor suficiente a este tipo de problemas. Esta agressividade tem que ter um escape: é preciso poder exteriorizá-la. Talvez escrevendo ao causador do acidente. Muitas vezes, é preciso também ser razoável: à excepção de certos casos de delito grave, ninguém destrói ninguém deliberadamente.

Por vezes, só se começa a assimilar a ideia do luto muito mais tarde: espera-se, por exemplo, a sentença do tribunal, frequentemente um ano após os acontecimentos, quando os outros já não têm senão uma leve recordação. A situação é ainda mais penosa no caso de uma criança cujo rasto se perdeu, quando nem se sabe se se deve lamentar a sua morte; é insuportável viver entre a esperança e o desespero. Em ambos os casos, o estado de choque e o adormecimento progressivo vêm, em geral, tarde. É o caso particular dos irmãos e irmãs em que a dor do luto pode não surgir senão meses depois.

Toda a gente está de acordo em dizer como é importante poder continuar a falar do que aconteceu: da criança e daquilo que a sua perda trouxe consigo. As técnicas anestésicas só prestam aqui uma ajuda aparente. No fim de contas, é a recordação que cura, não o esquecimento e muito menos o recalcamento. É preciso que as pessoas saibam descarregar os seus sentimentos: com o marido, com a mulher, com os filhos, com os amigos.

Os pais cristãos podem, aliás, descarregar os seus sentimentos junto do seu próprio filho defunto: podem mesmo desabafar com ele os seus sentimentos de culpa: em Deus, ele pode perdoar-lhe tudo o que na sua conduta tiver deixado a desejar. Este acesso consciente à ‘comunhão dos santos’, a única e grande família de deus, traz tranquilidade e paz. Mesmo depois da sua morte, pode-se desabafar junto do filho os seus sentimentos. De preferência talvez nos lugares onde se sentir próximo dele.

Perder os pais

Uma perda que quase todos nós conhecemos é a perda dos pais. As reacções são muito diferentes, consoante os casos. Se atingiram uma idade avançada – depois toda uma vida já vivida – o adeus faz-se, regra geral, mais serenamente. As pessoas casadas já deixaram em parte o pai e a mãe ‘para se unirem ao seu cônjuge’. Mas o adeus é muito

mais difícil para quem ficou solteiro, na casa paterna: tudo muda então. E não é seguramente menos verdade para a filha solteira que se consagrou inteiramente aos seus velhos pais. De um instante para o outro, a vida parece-lhe ficar sem objectivo: *“para quem é que eu vivo agora?”*. Pode levar muito tempo, exigir muitos esforços, transferir para outro objectivo ou para outra pessoa toda essa solicitude. As pessoas solteiras são, aliás, durante mais tempo ‘o menino’ dos seus pais. Quando estes partem, elas vêm-se privadas de uma fonte de consolação. Está escrito na Bíblia que, à morte da mãe, Isaac se consolou junto da sua mulher Rebeca.

Neste contexto, aparece em quase toda a gente um certo sentimento de culpa. Tensões e conflitos de outrora com os nossos pais surgem na nossa memória: *“Fomos ingratos, indiferentes, orgulhosos e desdenhosos”* – *“Não devíamos ter estado lá quando ele (ela) morreu?”* – *“Podíamos, apesar de tudo, ter ficado mais uma hora!”*.

Quando um dos pais morre, cada um de nós sente imediatamente quando se parece com ele. Somos do mesmo sangue. Também eu tenho aquele tique do meu pai do qual trocei durante anos. Temos, afinal, as mesmas preferências e as mesmas aversões. Maneiras de falar e provérbios caros à mãe vêm-me espontaneamente aos lábios em certas alturas da conversa. Com a morte do pai e da mãe, aceita-se por fim a sua árvore genealógica. E isto é fonte de sabedoria e de benevolência.

Os problemas são muito diferentes quando se trata de criança que perdem um pai ou uma mãe. Em primeiro lugar, elas têm uma percepção particular da morte. Nos primeiros anos da sua existência elas não podem considerar a morte senão como um estado passageiro: é uma separação: é uma separação, uma partida, mas não para sempre. É que todas as coisas voltam e o tempo é cíclico: ‘Todas as noites temos que nos deitar, e todas as manhãs temos que nos levantar’. Aos olhos das crianças, os mortos continuam a viver, mas noutro lugar e noutro ambiente. Isso explica, aliás, o facto de a criança poder ser tomada de uma viva angústia quando a mãe se vai embora: é que ir-se embora é morrer. E surgem perguntas como: *“para onde foi o pai?”* – *“Que faz ele agora?”* – *“Dão-lhe de comer?”*. Mas seria falso pensar que as crianças não sentem a perda. Mesmo se aparentemente ficam impassíveis, elas sofrem.

Mais tarde, vão personificar a morte: *“Ela pode levar-te”* – *“é um esqueleto com uma foice”*. Aprendem também a familiarizar-se um pouco com a morte e a esconjurar a sua angústia: *“Podemos escapar-lhe se nos expusermos a ela”*. Cerca dos doze anos, a morte é apreendida, pouco a pouco, como irreversível. Nesta altura, a percepção da morte torna-se exacta e adulta. É, aliás, por esta altura, que as crianças fazem a experiência da morte de um avô ou de uma avó. É bom levá-las – devidamente preparadas – ao pé do

defunto (da defunta). Se não, o primeiro morto que hão-de ver arrisca-se a ser o próprio pai ou a própria mãe; se antes disso nunca tinham visto a morte, o choque emocional será muito mais forte.

Que fazer e que não fazer? Aconteça o que acontecer, não ficar calado. Há pessoas que são de opinião que mais vale não dizer nada, porque a criança é ainda muito nova: *“Ela não pode compreender” – “É preciso evitar perturbar a alegria despreocupada da infância” – “Teremos tempo mais tarde para abordar assuntos tão sérios”*. Um inquérito mostrou que à pergunta: *“Que queres que te façam quando tiveres um desgosto”*, 75% das crianças inquiridas disseram que gostariam que não se fizesse silêncio sobre o seu desgosto: que se testemunhe compreensão pelo meu desgosto, que se sentem calmamente ao pé de mim, que me rodeiem, que me beijem, que falem comigo, que me contem o que tiver passado, que me deixem falar do meu desgosto, que me dê coragem, que me acarinhem...

Certas afirmações decididamente erradas: *“O teu pai partiu para uma longa viagem” ou “Adormeceu...”*. Esta última afirmação é muito desconcertante para a criança, e é muito provável que, futuramente, ela se encha de angústia à ideia de adormecer.

Muitas vezes a criança não pergunta nada, cala-se. Este silêncio não significa que o desgosto esteja ultrapassado. Pode haver outros sinais: perda de concentração, regressão nos resultados escolares, risos intempestivos, hiperactividade, manifestações ruidosas inusitadas.

A melhor reacção a algumas perguntas da criança é, muitas vezes, fazer outra pergunta: *“Que pensas tu mesmo disso?” – “Diz-me lá como é que imaginas a mãe agora”*. Em todo o caso, é preciso falar da morte à criança, faz parte da sua educação. E, portanto, é preciso falar-lhe dela fora destas situações dolorosas e emocionais.

Pode-se e – deve-se recordar e contar recordações a respeito da mãe, do pai, agora desaparecido(a). Pode haver sobre um móvel uma fotografia com uma flor. É bom levar a criança ao pé da sepultura. É importante fazer-lhe sentir que ela não está sozinha com o seu desgosto, isto não apenas com palavras. À medida que a criança cresce, a linguagem torna-se o principal meio de comunicação. Mas, às vezes, mostrar-se tomado de emoção é já uma forma de linguagem. Não se deve, pois, dissimular o próprio desgosto: a criança pode ver o pai ou a mãe chorar de desgosto. À mesa, pode deixar-se, durante algum tempo, um lugar não ocupado. Mais tarde, as cadeiras são dispostas de outra maneira; será o sinal de que houve uma mudança em casa, mas também de que a vida deve continuar, sem, todavia, esquecer.

Cinquenta e dois por cento das crianças dizem: *“o céu é grande e belo, com Deus e cheio de pessoas simpáticas”*. Menos de 4% dizem: *“o céu não existe”*. Convém, pois, rezar com as crianças, falar com o(a) defunto(a). Tanto mais que esta convicção infantil está na linha directa do Evangelho. *“Não faz mal”*, dizia uma pequenita quando o seu balão prateado se lhe escapou das mãos e voou, *“agora o meu irmão pode brincar lá em cima com o meu lindo balão”*.

Observações análogas podem ser feitas no caso de crianças que perderam um colega de turma. Professores e professoras desenvolvem tesouros de engenho nestas tristes circunstâncias: rezam com a turma, põem uma fotografia do pequeno morto com algumas flores no canto das coisas bonitas, fazem evocar recordações, reúnem os cadernos do pequeno e levam-nos a casa dele, visitam a sua sepultura com a turma, sugerem às crianças que escrevam uma carta aos pais...

Perder o marido ou a mulher

Pode morrer jovem e de maneira inopinada, ou depois de uma longa vida feliz. Subitamente ou a seguir a uma longa doença, no decurso da qual se via chegar o fim. Mas também pode perder-se o marido ou a mulher como resultado de um divórcio. Em caso haverá um processo particular de luto, outras coisas que se poderão fazer ou que se deverão evitar.

Há, é certo, uma grande diferença entre perder o seu (a sua) parceiro(a) por morte ou por divórcio. Essa diferença consiste, dizia alguém, no facto de, havendo uma separação, a outra pessoa continuar a viver, a circular nas ruas e ainda se poder encontrar. Também há isto: quando uma mulher perde o marido por morte, todos a olham com compaixão e respeito, mas quando houve divórcio, as pessoas interrogam-se: *“quem tem culpa?”*. Não vamos considerar aqui senão a perda provocada pela morte. A propósito deste género de sofrimento, podemos evocar o que Santo Agostinho escreveu nas *Confissões*, há quinze séculos, a propósito da morte de um amigo:

“A dor da sua perda encheu de trevas o meu coração. Tudo o que eu via era morte. A pátria era para mim um suplício, a casa paterna uma estranha desolação. Tudo o que tinha partilhado com ele sem ele tornava-se sofrimento abominável. Os meus olhos pediam-no por toda a parte, e ele era-me recusado. E tudo me era odioso, porque tudo estava vazio dele e já nada me podia dizer: ele há-de vir, ei-lo! Como quando, ainda vivo, estava ausente. Eu tinha-me tornado um grande enigma para mim próprio: perguntava à minha alma porque estava triste e me perturbava assim, e ela não podia responder-me nada...”

Admirava-me de ver viver os outros mortais, pois tinha morrido aquele que eu amara como se nunca tivesse de morrer; e admirava-me ainda mais, ele morto, eu que era outro ele. Feliz expressão pôde encontrar, falando do seu amigo, o poeta que lhe chama ‘metade da sua alma’! Sim, senti que a sua alma e a minha não tinham sido senão uma alma em dois corpos; é por isso que a vida me era odiosa, que eu já não queria viver, reduzindo a metade de mim mesmo” (Confissões, livro 4,9 e 11).

Poder-se-á acrescentar alguma coisa a isto? Está tudo dito: as trevas do coração, o choque, a cidade e as coisas que já não dizem mais nada, o amigo que se procura e não se encontra. As coisas já não escutam. Nem a alma. E Agostinho admira-se de que o mundo continue a girar e os homens continuem a viver; admira-se até de ele próprio continuar vivo. Sente-se como que rasgado ao meio, uma metade de homem.

“Os meus olhos pediam-no por toda a parte, e ele era-me recusado”, diz Agostinho.

A palavra mais amarga do luto é ‘nunca mais’: nunca mais poder perguntar-lhe seja o que for, nunca mais passearem juntos, nunca mais saírem juntos, nunca mais andar de bicicleta com ele... *“Quando andávamos de autocarro, ele ajudava-me a descer. Abria-me a porta quando eu vinha das compras. Quando tinha um furo na minha bicicleta... quando algeroz estava entupido... o aquecimento central estava avariado... os canos estavam gelados... os fusíveis rebentavam... quando chegava toda essa papelada...”* (Marinus van den Berg).

É bom que quem quer ajudar nestes casos saiba que não são os primeiros dias após a morte os mais duros. Num primeiro tempo, espera-se ainda que ele ou ela volte. É como se se ouvisse os seus passos na escada; deixam-se os seus fatos no guarda-fatos, os seus papéis na mesa. Depois as coisas esfumam-se e vêm os dias difíceis, às vezes a depressão. Nos primeiros dias, havia por ali muita gente, mas, pouco a pouco, vão-se impor duas realidades. Torna-se evidente que a situação é irreversível. E ao mesmo tempo diminui a atenção dos outros: *“pouco a pouco, ela deverá ter ultrapassado o seu desgosto”*. O desânimo pode então aparecer, acompanhado de raiva, de revolta mesmo contra Deus e contra os homens: *“Todos me deixam sufocar!”*. *“Tudo me era odioso”,* dizia Agostinho.

Então somos como Job. Também ele conheceu essa depressão, toda essa raiva e essa revolta. Mas havia Alguém a quem se dirigir. Ele podia falar a Deus. Desde que continuemos a falar de Deus, mesmo revoltando-nos, a situação não é tão má. *Conta-se a propósito de dois Rabinos presos em Auschwitz que gritavam para o céu: “Deus, Tu nem existes, vendo o que se passa aqui”;* depois de terem gritado durante duas horas, disseram um ao outro: *“Vamos rezar”*. Jesus, na cruz, foi ainda mais longe. Dizia: *“Meu*

Deus, meu Deus, porque me abandonaste?”. Uma acusação? Sim, mas dirigida ao Pai. Uma mulher dizia: *“Neste momento, nada me serve de auxílio: nem a oração, nem a Igreja, nem falar seja a quem for. Nada!”*. Uma única coisa lhe faltava: que as suas palavras fossem dirigidas a Deus.

Suicídio

Nos nossos dias, felizmente, acompanham-se cada vez mais os familiares de pessoas que se suicidaram. Não há muito tempo, as casas e os lugares onde alguém se tinha morto eram objectos de uma rejeição colectiva. Como se as pessoas e as coisas tremessem de horror em uníssono. A opinião pública, a pregação e a catequese tentavam pela intimidação pôr freio a esta inqualificável maneira de morrer. Nos cemitérios havia um espaço de ‘terra não abençoada’ reservado às crianças não baptizadas e aos suicídios. Eram como que assinalados na frente, à semelhança de Caim.

Evoluiu-se muito neste campo. Contudo, o estigma não desapareceu completamente. Faz-se sempre silêncio quando, na aldeia, um familiar entra na loja ou no correio. E ouve-se dizer: *“Se se casar com um desses, veja lá que riscos corre. Têm todos a cabeça um pouco fraca”*.

Como ajudar os familiares de alguém que pôs fim aos seus dias? Tenta-se, por vezes, consolá-los procurando as causas do acto: uma explicação em jeito de consolo. *“Infelizmente, isso é frequente nos nossos tempos conturbados, que já não têm pontos de referência morais ou espirituais!”*. Como é que as pessoas não haveriam de ser tomadas de vertigem numa civilização angustiada quando tudo vacila À sua volta? Não se ajuda nada com este género de raciocínio. Não é com argumentos que se canalizam emoções. As pessoas precisam é de um terapeuta, não de um filósofo nem de um teólogo. O melhor seria, sem dúvida... um sábio.

As pessoas tentadas pelo suicídio vivem muitas vezes numa bola de sabão: isolam-se. Já nada as atinge, embora vejam tudo e oiçam tudo. Os familiares perceberam certamente alguns sinais. Mas tranquilizam-se reportando-se à sabedoria popular que diz que quem fala muito disso nunca o faz. Sentem-se com a ideia de que o médico ou o psiquiatra são pessoas competentes: eles cuidarão dele; nós somos incapazes de o fazer. A seguir voltam dias sem nuvens: não vai mal, parece, no filho ou na filha. *“Ela ontem à noite estava verdadeiramente radiosa!”*. A própria pessoa em causa fala pouco do assunto. *“É inútil! Responder-me-ão invariavelmente; ‘seja como for, não vais fazer isso.*

Já pensaste nos teus filhos?”... Nos papéis deixados pelo(a) infeliz lê-se por vezes: “Ah, se eu tivesse podido falar mais!”.

Mas não é fácil, e tem-se medo. *“Isso já aconteceu na família... Tenho medo pela minha filha mais velha. Vejo no seu rosto traços que vi no rosto da minha mulher”.*

É difícil ajudar pessoas que pensam no suicídio. Existe uma assistência profissional, útil e boa. Mas aqui a escuta, a ternura, a empatia podem ser ainda de mais auxílio. Não argumentar nem querer convencer, não capitular nem esconjurar, não analisar nem procurar as causas. Contentar-se em mostrar que se põe na pele do outro, que também se sente vulnerável em relação à angústia existencial. E confiá-las, dia após dia, ao Senhor de toda a vida.

E que fazer com os familiares, depois do sucedido? Há bons grupos de entreajuda onde uma pessoa se pode exprimir livremente. Recordar os antecedentes (*“Ele tinha cortado todas as pontes”*), atenuar os problemas de culpa (*“Eu devia abrir-lhe a porta quando ele voltava tarde e não dizer-lhe: depois da meia noite dormes fora”*), ultrapassar o esgotamento (*“Fiz tudo o que podia por ele, e veja lá...”*). Nestes grupos aprende-se a reencontrar um sentido para a existência (*“A primeira coisa que fiz quando vieram os polícias foi tirar do fogão o tacho de batatas. Dizia a mim própria que aquilo já não era preciso, que nunca mais tinha de fazer jantar”*).

Depois há as imagens. Sobretudo para quem fez a triste descoberta, essas imagens nunca mais se apagam. Médicos, polícias, bombeiros, maquinistas e ferroviários são por vezes confrontados brutalmente com este género de descoberta. Pensa-se muito pouco neles. Também eles, à sua maneira, são próximo do suicidado.

A principal dificuldade em caso de suicídio é a questão do motivo. Gostaríamos de saber em resultado de quê é que as coisas chegaram àquele ponto. A causa estará nele ou nela, em nós, na situação do momento, no passado? Este desejo está ligado à nossa profunda convicção de que explicar uma situação é ter domínio sobre ela. Compreender é subjugar, pensamos nós. Mas talvez devamos renunciar a esta questão do motivo e aceitar que, no caso do suicídio, não podemos ter qualquer domínio sobre a situação... Acontece os familiares encolerizarem-se contra o morto (*“Porque é que ele nos fez isto!”*), contra os outros (*“Quando uma pessoa morre de ataque cardíaco, cantam-se louvores porque foi um trabalhador dedicado; mas quando alguém já não é capaz de fazer face porque a vida é demasiado dura, não é senão um fraco!”*).

Os cristãos sabem como Jesus estava no limite das suas forças no Jardim das Oliveiras. *“Pai, afasta de mim este cálice...”*. Eles colocam os irmãos e irmãs que já não têm força de viver em torno do Senhor sob as oliveiras do Jardim de Getsemani. Muitas

vezes não podem fazer mais. Excepto talvez velar com eles e não adormecer como os apóstolos. Jesus diz-lhes: *“Não pudestes velar nem uma hora com eles?”*.

Depressão

A depressão é outra forma de adeus. Quem vive com uma pessoa depressiva é também uma espécie de sobrevivente. As pessoas deprimidas são muitas vezes ‘mortos ambulantes’. Encontramo-las, certamente, por toda a parte, na rua, no trabalho, em festas e espectáculos. Riem-se e divertem-se em sociedade, muitas vezes são alegres até à euforia, arrastando os outros. Mas ninguém sabe se sentem sós nem até que ponto o seu coração está morto. Muitas vezes até o próprio cônjuge o ignora. Os que os rodeiam nem mesmo querem ouvir falar disso: *“Ele não está doente, não mais doente do que eu!”* – *“Ele tem é muito tempo para pensar; devia ter o trabalho que eu tenho! Eu cá não tenho tempo para ser depressiva!”*.

Donde provém a depressão? Quem é provado fisicamente deve habituar-se à situação penosa. Isso exige tempo e esforço. Entretanto, nós ligamos fusíveis entre a realidade e a nossa sensibilidade. Estas seguranças não devem rebentar. Um dos meios consiste em inserir entre a nossa inteligência e a nossa sensibilidade uma espécie de camada de argila. Pela inteligência, apercebemo-nos da perda sofrida, mas provisoriamente a nossa sensibilidade não poderia suportar o choque. É a razão da camada isoladora. Simplesmente, esta é porosa e, pouco a pouco, a dor infiltra-se até ao coração. Produz-se então um estado de irritabilidade, por vezes de cólera: uma efervescência como a da água sobre cal viva. Primeiro, tudo isso se dirige aos outros; mas, pouco a pouco, a vítima somos nós; devoramos a nossa insatisfação; e surgem os sentimentos de culpa. A depressão instala-se.

Talvez se imponha uma verdadeira assistência profissional, medicamentos. Mas é um deserto que o paciente tem de atravessar! Quem o ajuda, seja quem for, deve sobretudo acompanhá-lo, procurar o oásis mais próximo. E nunca desistir.

Nestas circunstâncias, assistentes e conselheiros não poderão talvez senão calar-se, sentando-se ao pé do paciente. Aprender a ficar em silêncio e pôr de parte todas as suas respostas, conselhos, explicações e análises. Aprender a sentar-se junto da pessoa sem fazer nada. Não é fácil, pois retiramo-nos com um sentimento de culpa quando não pudemos dizer nada. É esta a nossa natureza.

Poderemos fazer mais do que manifestar que percebemos a queixa? Um cristão pode. Tem o livro dos Salmos, em que uma boa terça parte está cheia de lamentações e

de súplicas de pessoas doentes, provadas, desiludidas de tudo e se não revoltadas. Todas dirigidas a Deus, muitas vezes o Único que pode ajudar neste tipo de desgosto profundo.

Não se trata, evidentemente, de fazer do Saltério uma leitura imposta a pessoas depressivas mas também não se deve fazer como se ele não existisse.

... que um dia todos nós havemos de morrer

Há também esta dor por antecipação; que um dia todos nós havemos de morrer. Não é preciso fazer grandes comentários a este respeito senão para dizer que nos temos que preparar, porque não vamos poder dizer que não sabíamos.

Todos nós desejamos viver bem. Mas é ainda mais desejável morrer bem. Porque a morte é o momento mais importante da nossa existência. E a única maneira de morrer bem é viver bem. Porque em cada momento da nossa vida a nossa morte é já antecipada: morremos já em vida.

Que fazer? Uma vez que morrer é desprender-se, a única maneira possível de nos exercitarmos em morrer é desprendermo-nos. Ora, desprender-se é amar: considerar que os outros – o Outro – são maiores do que nós próprios e servi-los.

A morte está presente em toda a parte: está-o de forma maciça. E, todavia, na nossa cultura, ela está completamente maquilhada, embelezada, confiada a firmas e especializadas; tornou-se um acto técnico, de preferência ‘vivido’ na inconsciência.

Uma morte serena está muitas vezes ligada ao sentimento de satisfação relativamente à totalidade de uma vida. Então, como Simeão, parte-se calmamente e em paz. Mas que acontece quando se morre jovem, quando se falhou na vida, ou pelo menos assim se pensa, quando se viveu verdadeiramente em pecado?

A pessoa pode resignar-se a isso, ao mesmo tempo cansada e cínica, ou dizer simplesmente: *“Seja como for, tudo terminou”*. O cristão não se reduz nem a uma nem a outra destas atitudes. Para o mal praticado na sua vida, suplica ao Senhor misericordioso que lhe perdoe os pecados: *“Senhor, não retenhais os pecados da minha juventude...”* Ele não pode aceitar que tudo esteja agora terminado. *“e, tão-somente nesta vida esperamos em Cristo, somos os mais miseráveis de todos os homens... Se os mortos não ressuscitam, ‘comamos e bebamos, que amanhã morreremos’...”* (1 Cor 15,19.32b).

Perder o emprego

Perder o emprego é uma forma muito grave de adeus. Sobretudo quando se trata de um emprego remunerado, de um trabalho do qual se tem de viver. E quando, além disso, não há nada a fazer: doença, encerramento de empresa, falência devida à má gestão, idade demasiado avançada para uma reconversão. Ou ainda o caso de comerciante que trabalhou dia e noite para construir o seu negócio, quando um grande supermercado vem instalar-se na vizinhança... perder o emprego é morrer um pouco, seguramente numa civilização em que aos olhos das pessoas 'ser' alguma coisa equivale a 'fazer' alguma coisa.

Mas ser obrigado a cessar um trabalho voluntário é igualmente um adeus que pode doer. A pessoa tornou-se demasiado idosa ou então não está de acordo com as ideias de novos voluntários. Ou então desliza subitamente para fora da barca sem que tenha havido qualquer incidente: muito simplesmente, já não precisam dela.

Perder um emprego remunerado tem muitas vezes, antes de mais, consequências materiais. Estando doente, é preciso recorrer à ajuda suplementar em casa; é preciso reorganizar a vida, repartir o dia de outro modo; talvez procurar uma casa mais modesta. Ou ainda construiu-se a casa com a ajuda de um empréstimo e é preciso desfazer-se dela. Já não se pode comprar tudo aquilo que se deseja; pela primeira vez, é preciso pensar e fazer contas antes de cada nova compra.

Mas a perda de emprego é dolorosa sobretudo a nível psíquico e moral. A pessoa encontra-se, de repente, fora da sociedade. Quanto mais não seja por humorismo, as pessoas dizem bastante facilmente: *"Agora tens uma vida sem preocupações em casa, ao pé da mãe!"*... Depois é a interminável série de desilusões relativamente a potenciais patrões. É a resposta que não vem ou a palavra delicada para dizer que não há vagas. Deixam-se cair os braços e já nem se conta a ninguém que se pediu emprego. Mas ninguém se habitua a isso. E quando se vem a saber que alguém obteve um emprego antes mesmo de ter o diploma na mão...

Também o círculo de relações se vai estreitando. É que o trabalho dá consideração, poder e dignidade. Até certo ponto, o desemprego faz de si uma pária.

Quem fica desempregado passa por várias fases. Primeiro, há o choque. Mesmo quando se vê aproximar o facto, ele surge de repente: *"Já não tenho trabalho!"*, é um sentimento estranho, que só nos atinge lentamente. A pessoa está como que anestesiada, tomada de vertigens. Segue-se uma fase de optimismo. Febrilmente, escreve grande quantidade de cartas a pedir trabalho e todas as manhãs está a pé antes da chegada do correio. *"Deve vir uma resposta! Apesar de tudo, no mundo ainda há trabalho!"*. Depois, cai-se na apatia. Será que ainda faz sentido solicitar um emprego?

“Ninguém precisa de mim!”. Ouvem-se bruscamente os comentários de quem está de fora, e doem. Dificilmente a pessoa se arranca da cama de manhã, e á noite deita-se com igual dificuldade. Também já não se faz nada em casa; adia-se. *“Ainda tenho meses para fazer isso...”*. Quem permanece neste estádio vai soçobrar completamente. Felizes daqueles que podem atingir a quarta fase, aquela em que a pessoa readquire o domínio sobre si própria, em que procura ocupações alternativas, mais exactamente trabalho voluntário, trabalho cultural ou social. Estes constroem uma vida nova.

As pessoas sem trabalho não estão doentes nem de luto por um membro da família, mas sofrem e choram. Também elas tiveram de dizer adeus. Esquece-se isto muitas vezes. Também seria preciso poder sentar-se ao pé delas e escutar, pôr-se na sua pele.

Desgosto por causa da fé e por causa da Igreja

Sofre-se muito nos nossos dias por causa da fé e por causa da Igreja. E isso com razão e sem ela. Mas o sofrimento está bem presente. Sofrimento de todas as espécies.

Nem a fé nem a Igreja são evidentes na nossa sociedade; ambas perderam ao mesmo tempo a sua posição de força. Onde está o tempo das igrejas cheias e porque é que somos tão poucos aos domingos? Uma pessoa sente-se mal porque pouca gente pensa como ela, entre os seus, entre os vizinhos, no trabalho. Estarei então completamente sozinho?

Abertamente, outros valores são propagados, sem vergonha nem escrúpulos. Pode-se ver e ouvir isto sentado diante do aparelho de televisão; fica-se estupefacto por isso ser possível. Mas é-o manifestamente! Os jovens percorrem todos os caminhos, mas raramente o que leva à igreja.

Velhos costumes desaparecem: práticas, cânticos, ritual, folclore, que acompanhavam as grandes festas. O Natal já não é o Natal de outrora! E a semana santa, que calha nas férias, é passada na praia, não na igreja. Pior ainda: *“Mudaram a fé. Dantes, Deus era um soberano exigente que a nada fechava os olhos. Depois tornou-se hipermisericordioso, um pai demasiado indulgente que perdoa tudo. Hoje chega a dizer-se que Ele pode sofrer como nós”*.

E que dizer dos desacordos dentro da igreja? Onde está o tempo do consenso sem problemas? Não era mais alegre quando toda a gente estava de acordo? Em toda a parte as pessoas deparavam com as suas ideias, no jornal e nas revistas. Actualmente, casa *Tribuna Livre* do jornal critica violentamente a da véspera. Para já não falar das

declarações doutrinárias e morais que vêm de cima, que estão longe de agradar a todos. *“Onde está o Vaticano II?”*, ouve-se dizer.

Assim, também no domínio religioso há sofrimento. Contudo, o Evangelho transborda de palavras e de factos que deveriam reanimar a esperança apesar de todos os obstáculos. Muito antes de nós, não se cansaram os apóstolos uma noite inteira sem apanhar um único peixe? Não obstante, lançaram a rede, e esta ameaçou romper-se por causa da quantidade de peixe. E isto a uma só palavra de Jesus.

A fé é uma planta que sempre teve que desenvolver-se em solo ingrato. Nas quatro pequenas parábolas que Jesus conta aos discípulos no capítulo 4 do evangelho de S. Marcos está descrito exactamente o que é preciso fazer nos tempos difíceis. Primeiro: semear, mesmo quando se temem obstáculos, solo pedregoso, espinhos, beiras de caminhos espezinhadas, camada de terra demasiado fina. O grão semeado encontrará sempre o seu caminho em direcção à boa terra e aí produzirá, sessenta, cem por um. Há, pois, que semear e preocupar-se tão pouco como o lavrador que, depois da sementeira, dorme tranquilamente. É que a semente, por si própria, germina e cresce. Semear: mesmo que a semente seja tão pequena como um grão de mostarda, ela germina e torna-se uma grande árvore onde as aves do céu podem fazer o ninho. E, por fim, a não esquecer: quando tiverdes acendido a lâmpada, não a escondais, mas deixai-a iluminar. Quando tiverdes começado a evangelizar, não vos retireis subrepticamente, perseverai.

II. COMPREENSÃO

O que se impõe em primeiro lugar é, pois, a escuta e a empatia. Mas depois é preciso ir mais longe: também queremos compreender. Porque é que viver é dizer continuamente adeus e porque é que isso é tão difícil? A estas perguntas muitas respostas nos têm sido dadas. Uns dizem: *“é esse o nosso destino! É assim a vida! Não vale a pena procurar mais longe”*. O Oriente ultrapassa esta simples verificação: é possível escapar a todo este sofrimento, basta não se apegar a nada. Sede tão maleáveis como as nuvens: não vos apegueis à vossa forma exterior. Mas que diz a Bíblia, que diz a fé? Viver, dizem ambas, é participar na Páscoa de Jesus: depois da morte vem a ressurreição. E se quereis ganhar a vossa vida perdei-a.

“Vivei o dia de hoje...”

“Que é a vida humana? Renúncia de uma ponta à outra. Começa no nascimento e prossegue até depois da morte. Que explicação suplementar desejais? Não é preciso procurar muito longe”.

A vida do ser humano começa por uma perda evidente: a da discreta segurança do seio materno. O nascimento resulta já de uma dilaceração. Também para a mãe o nascimento é uma perda: o filho desliga-se dela, respira, mexe, tem sensações próprias, independentemente dela, sem ela. É para a mãe e para o filho uma espécie de desgosto primordial.

O processo continua com a educação. Porque a educação significa, para os pais, separar-se do filho e, para o filho, separar-se dos pais, até que a separação seja definitiva. Crescer é separar-se progressivamente, e educar é renunciar.

Enquanto crescemos, perdemos, por isso assim dizer, também a nossa inocência: o carácter ingénuo e espontâneo, despreocupado, sem calculismo, irracional, da nossa existência esboroa-se. Perdemos o direito de, de vez em quando, dizer ou fazer tolices ou de dar livre curso às nossas emoções sem outra sensação que não seja um sorriso indulgente dos outros. Finalmente, caímos definitivamente do ninho.

Temos de enfrentar muitas decepções. Pela experiência, a nossa personagem é muito diferente do que tínhamos esperado. Quanto aos outros, a decepção é muitas vezes ainda pior. Assim, ao princípio, a pessoa alegra-se por achar o seu companheiro muito semelhante a ela própria, uma espécie de réplica, uma sósia; mas a continuação da existência revela que ele é muito diferente, quase um estranho.

Também do nosso corpo devemos desligar-nos progressivamente: perdemos a juventude. A primeira doença grave mostra muitas vezes qual será a causa da nossa morte. O tempo para traz de nós torna-se cada vez mais longo, e o que nos resta escoasse como a areia de uma ampulheta. Acabamos a nossa corrida abandonando tudo na morte. Por isso, dir-se-á: porquê fazer tantas perguntas a respeito de tudo isto? É esse o nosso destino.

Chegando a este ponto, pode reagir-se de duas maneiras. A primeira consiste em ‘viver o dia de hoje’ e a aproveitar o que a vida pode dar, porque amanhã tudo estará acabado. Não reflectir, não fazer perguntas, não tergiversar: é agarrar e tirar partido. Ponto final!

Um pessimismo amável

Uma segunda reacção é possível: uma espécie de resignação desiludida, um amável pessimismo, que defende o distanciamento. É a atitude do *Eclesiastes* na Bíblia:

*“Vaidade das vaidades, diz o Eclesiastes,
Vaidade das vaidades! Tudo é vaidade...
Todas as coisas têm o seu tempo,
e tudo o que existe debaixo dos céus tem a sua hora.
Há tempo para nascer,
e tempo para morrer.
Tempo para plantar,
e tempo para arrancar o que se plantou.
Tempo para matar,
e tempo para dar a vida.
Tempo para destruir,
e tempo para edificar.
Tempo para chorar,
e tempo para rir.
Tempo para se afligir,
e tempo para dançar.
Tempo para espalhar pedras,
e tempo para ajuntar.
Tempo para dar abraços,
e tempo para se afastar deles.*

*Tempo para adquirir,
e tempo para perder.
Tempo para guardar,
e tempo para atirar fora.
Tempo para rasgar,
e tempo para coser.
Tempo para calar,
e tempo para falar.
Tempo para amar,
e tempo para odiar.
Tempo para a guerra,
e tempo para a paz.”*

(Ecle 1, 2; 3, 1-8)

À primeira vista, parece que o Eclesiastes chega à mesma conclusão que os epicuristas. Com efeito, diz: *“E eu concluo que nada é melhor para o homem do que alegrar-se e procurar o bem-estar durante a sua vida”* (3,12). Mas prossegue: *“Todo p homem que come, bebe e tira fruto do seu trabalho, recebe isto por um dom de Deus”* (3, 13). Aqui não é só questão de aproveitar ao máximo o tempo presente mas também de dar graças a Deus por esta felicidade limitada e fugaz.

O Oriente

Outros procuram uma solução mais longe e com mais profundidade. Procuram-na no pensamento oriental. Muitos dos nossos contemporâneos aqui no Ocidente sentem o fascínio da visão oriental das coisas, e procuram para a alma o bálsamo que as suas técnicas podem fornecer. Onde provém, então, esse grande poder de sedução do oriente?

A nossa civilização ocidental tem desenvolvido, desde há um século ou dois, a ilusão do domínio do universo. Queremos perceber tudo, explicar tudo, dominar tudo. Dentro em pouco já não haverá quase nada que não controlemos. Toda a nossa maneira de viver é regida por quatro critérios: beleza, rapidez, eficiência e prazer. A nossa existência desliza como um comboio. Doença, sofrimento e morte são reduzidos a problemas técnicos que,

com o tempo, viremos a dominar. E, de facto, já realizámos progressos inauditos, e as perspectivas futuras são ainda mais inauditas.

Mas, ao mesmo tempo, surgiram inesperadamente outros problemas... Aparecem sempre doenças novas, o ambiente não pode sobreviver à tecnologia, assiste-se a um verdadeiro caos da circulação rodoviária, e é precisa uma inextricável floresta de leis e decretos para que uma vida social possa persistir. Os ritmos são extenuantes. Todos andam cansados, e as doenças físicas proliferam como cogumelos no tronco da civilização. Toda a gente está empenhada na corrida do 'ter' e descursa o 'ser'.

Por isso, não é de admirar que, por uma espécie de reflexo compensatório, procuremos aquilo que tão cruelmente nos falta. O Ocidente vive no meio de uma civilização da mudança, da fabricação, do domínio e da perpétua renovação. Tornou-se uma loja em que tudo tem de ser liquidado antes da chegada da nova colecção. Então começa-se a sonhar com uma civilização da estabilidade e da calma, da permanência e da conservação, da continuidade. E é justamente isto que está em primeiro lugar no pensamento oriental. Enquanto a nossa noção de tempo é linear – tudo se desenvolve, avança, imperturbavelmente e em linha recta – o conceito de tempo do oriente é cíclico: as coisas giram á volta do seu eixo e voltam sempre. Tudo nasce, floresce e desaparece. Se uma coisa não morresse, também não poderia durar. Não nos podemos tornar adultos senão dizendo adeus á mocidade. Todo o universo apresenta um mesmo dinamismo interno, e o homem é parte integrante dele. Tem de seguir o movimento se quer ser feliz.

O Oriente fala de complementaridade. A realidade contém uma face clara, expansiva (yang). O dia, a lua cheia, a primavera e o verão, o crescimento e a maturidade, o período activo, o masculino, o pensamento e a consciência são elementos yang. A face obscura, recessiva, é o lado yin. A noite, a lua nova, a sensação e o inconsciente são elementos yin. A natureza prevalecerá sempre sobre a cultura porque desloca continuamente todas as conquistas humanas e esconde-as no seu seio materno para as regenerar. O feminino prevalece sobre o masculino.

Assim, a verdadeira arte de viver consiste em não agir, em entrar no recolhimento e em renunciar ao máximo a tudo: é esse o bem supremo. Desprender-se é viver. Porque o novo não pode vir senão quando o velho tiver desaparecido. Quando, acolhemos a noite, digo adeus ao dia que termina, estou a preparar o dia seguinte. O desaparecimento do velho casal que teve três filhos permite o desabrochar de três novos lares. Uma perda cria sempre algo novo. E a força suprema é mostrar-se sem força.

A Páscoa

Será que a fé tem alguma coisa a dizer neste campo? Toda a problemática da renúncia necessária à vitória está presente no Antigo Testamento. Não tem Israel que abandonar o conforto das ‘panelas de carne do Egito’ para, após um longo périplo no deserto, entrar na ‘terra que mana leite e mel’? Renunciar é ganhar.

“Ele que era de condição divina reivindicou o direito de ser equiparado a Deus; mas despojou-se a Si mesmo, tomando a condição de servo, tornando-Se semelhante aos homens. Tido pelo aspecto como homem, humilhou-Se a si mesmo, feito obediente até à morte e morte de cruz”

(Fil 2, 6-9)

Através de todo o evangelho encontramos o mesmo movimento pascal – pelo sofrimento para a glória – que Jesus aceita e cumpre como uma espécie de mandamento divino do Pai. Faz dele a legitimidade que marca toda a sua existência e determina a fecundidade desta: *“Em verdade, em verdade vos digo: se o grão de trigo, caindo na terra, não morrer, fica ele só; mas, se morrer, dá muito fruto”* (Jo 12,24).

No mesmo instante, aliás, Jesus deduz daí a regra de vida de todos os seus discípulos: *“Quem ama a sua vida perdê-la-á, e quem neste mundo aborrece a sua vida conservá-la-á para a vida eterna”* (Jo 12, 25). Mas porque é que tem de ser assim? Porque é que a Páscoa – o êxodo pelo sofrimento para a glória – é a passagem obrigatória?

A resposta a esta pergunta reside na palavra que continuamente aparece neste contexto: obediência. Esta palavra é central na vida de Jesus: *“Eis que venho para fazer ó Deus, a tua vontade”*. E foi precisamente na escola do sofrimento que Jesus aprendeu a obediência (cf. Heb 5, 8). Uma coisa deve manifestamente ser restabelecida, corrigida e curada no homem viver é renunciar é viver. Porque algures o seu fazer-se humano, a sua humanização descarrilou. E é o significado do ministério pascal de Jesus, da sua passagem de sexta-feira santa à manhã de Páscoa: precede-nos.

Mas também nos leva consigo. No nosso baptismo. Porque ele não é apenas um modelo a contemplar, é um Salvador que nos liberta e nos arrasta. *“Ignorais, porventura, que todos nós, que fomos baptizados em Jesus Cristo, fomos baptizados na sua morte? Pelo baptismo, sepultamos-nos juntamente com Ele, para que, assim como Cristo ressuscitou dos mortos, mediante a glória do Pai, assim caminhemos nós também numa vida nova”* (Rom 6, 3s).

Anestesiarse, relativizarse, resignarse?**Ou levar a morte a sério e atravessá-la?**

Aqui está-se muito longe de uma filosofia do “*Carpe Diem*”. Muito longe do pessimismo mais ou menos sorridente do *Eclesiastes*. E é uma coisa completamente diferente da sabedoria oriental. Porque não se trata de uma cega conformidade das coisas e da história às leis, da complementaridade de dois aspectos da realidade, de uma defesa do não agir, da passividade. Nem de uma eterna repetição em que não acontece nada de verdadeiramente novo, onde tudo não é senão formas variáveis da mesma massa.

Renunciar para viver em Cristo não é cega conformidade das coisas às leis, é um avanço da humanidade: da auto-confiança para o amor obediente e pródigo. É uma passagem da morte à vida, linear, de uma vez por todas. E há qualquer coisa completamente nova a vir: a ressurreição. Que a vida é renúncia e a renúncia é vida não é sabedoria popular nem uma receita para a felicidade; não é resignação diante da inexorável conformidade das coisas às leis. Que a vida é renúncia e a renúncia vida o próprio Deus se faz garante disso. Ele mostrou-o na ressurreição de Jesus.

O cristianismo não procura, pois, a solução na resignação, na insensibilização ou numa compensação pelo prazer, também não a procura numa prudente relativização ou na indiferença. A fé leva o sofrimento e a separação completamente a sério: não os contorna, mas atravessa-os resolutamente. Nunca só, mas com Jesus. E com a firme esperança de encontrar do outro lado a vida nova em Deus.

II. COMPREENSÃO

Uma resposta à nossa pergunta do porquê é ainda insuficiente. O que é preciso é curar, e também aqui tem-se a necessidade de sabedoria prática e de tacto.

Ler um mapa

Curar é uma longa viagem. E quem se mete a caminho tem vantagem em levar um mapa para saber onde está. Questão de orientação, mas também de ver o caminho percorrido e o que resta fazer. É também uma fonte de encorajamento poder dizer-se: *“Ótimo! Graças a Deus, consegui chegar até aqui!”*. Acontece o mesmo por ocasião de um adeus, de um desgosto, de um, luto.

Ao longo do caminho existem pontos de referência, uma série de desafios que deve enfrentar aquele que perdeu um ente querido.

Um primeiro imperativo é aceitar que houve perda, que é realmente assim: na verdade, perdi alguém. Não é raro que depois de uma morte as pessoas continuem a procurar o defunto: um ligeiro vestígio da sua presença, um sinal de que se se quisesse que tudo estivesse pronto para o seu regresso. Esta negação da realidade torna a cura impossível ou retarda-a seriamente.

A segunda etapa consiste em se adaptar a um ambiente donde o defunto está ausente. Não se chega a isso senão depois de meses, sobretudo no caso da perda do cônjuge: são precisos longos meses até o cônjuge sobrevivente se adaptar a uma existência sem o outro. Tem que se viver sozinho, educar os filhos sozinho, fazer face sozinho aos problemas financeiros; ir sozinho às festas.

Finalmente, é preciso conseguir desligar do defunto a energia emocional e reinvesti-la. São muitos os que experimentam dificuldades com este quarto correctivo. Temem trair o defunto ao dirigirem a sua atenção para outra coisa ou para outra pessoa: uma infidelidade tola. Ou então têm medo de que a nova relação acabe também por uma separação ou uma perda. Alguns não podem ou não querem voltar a ligar-se. Estão bloqueados: a vida pára com o primeiro adeus.

Para curar, é útil saber ler esse mapa. Tanto aquele que está de luto como para os que desejam ajudá-lo a assumi-lo.

A consolação dos ritos

Os ritos têm um valor insubstituível nas linhas de fractura da existência. As rupturas abalam-nos e tornam-nos instáveis. Os ritos fornecem-nos novos pontos de apoio: estabilizam, acalmam, constituem refúgios. Não podemos viver sem ritos; sem eles, haverá cada vez mais gente a passar pela borda fora, condenada, depois de um desaparecimento, a ser sacudida daqui e dali como destroços depois da tempestade.

Ora, na nossa sociedade, os ritos funerários têm-se esbatidos muito. Perderam entre outros o seu cunho pessoal ou doméstico. Outrora, na casa onde havia uma morte, as janelas estavam fechadas e o rádio silencioso. Havia nas aldeias tradições que constituíam um real apoio para as famílias em sofrimento. ‘Onde estão os funerais de antigamente?’... Os vizinhos levavam o defunto e toda a aldeia o acompanhava; em cada cruzamento por onde passava o cortejo estava deposta uma cruz de palha. Vestiam-se fatos de luto: mostravam a todos a família enlutada, mas também a protegiam.

Cada vez mais, a família é mantida à parte do acontecimento. As agências funerárias fazem a sua publicidade: ‘Ocupamo-nos de tudo, não precisa de se incomodar’. Recomenda-se uma extrema passividade. É certamente confortável, mas somos mantidos à distância e o nosso coração já não se pode aproximar do defunto. Toda a personalização desaparece do ritual fúnebre. O raminho de flores feito em casa e colocado sobre o caixão vale infinitamente mais do que a dispendiosa coroa encomendada pelo telefone. E que dizer das câmaras ardentes desinfectadas, da música de circunstância e da recepção estandardizada que se segue?

O dilema enterro-incineração já não é, felizmente, uma questão de principio, pois há, por vezes, boas razões para se proceder à segunda. Mas, mesmo assim, perde-se aqui alguma coisa de humano: já não há um lugar determinado onde possamos visitar o defunto, um local aonde nos possamos dirigir com as nossas recordações. O dia de Todos os Santos e o dia de Finados já não se celebram senão no coração. Aonde ir então com as nossas saudades?

Finalmente, tudo se passa tão depressa. *“o meu marido morreu no jardim. Nem sequer voltou a entrar em casa. Foi tudo tão depressa. Eles disseram que era melhor assim. Nesses momentos quase não se tem força para reagir. Eu teria gostado tanto de o ter uma última vez em casa”* (M- van den Berg).

A unção dos doentes

A igreja tem os seus próprios ritos relativamente à doença, ao adeus e á morte. Embora a unção dos doentes não seja o sacramento dos moribundos (este é o ‘viático’, a comunhão à hora da morte), ela situa-se numa profunda linha de fractura da existência, a doença grave.

E estar doente é dizer adeus: os pontos de apoio cederam. Primeiro no corpo: subitamente ele deixa de responder às ordens que se lhe dão. A pessoa já não se pode mexer senão com esforço ou não pode de todo; respira-se com dificuldade. Antes o corpo era um servidor dócil; tornou-se um criado caprichoso que se recusa a escutar. Esta situação pode enervar consideravelmente mesmo se se está imobilizado no leito.

Mas perde-se também o contacto com o ambiente. Lá fora, a vida continua: o trabalho, o trânsito, a escola para as crianças, as semanas e as estações. Mas a pessoa está à parte de tudo isso. Há uma ruptura. Também com as outras pessoas. Ao princípio, os colegas vêm naturalmente ver a pessoa, mas depois tornam-se raros: *“Já o visitamos.”* – *“Talvez tudo isso já não lhe interesse ou até as nossas histórias o incomodem”*. Por vezes, o medo atinge-os pouco a pouco: *“Na verdade, não tem um ar nada famoso”*.

Há, por fim, a solidão da alma. Deus é assaltado de porquês. A pessoa revolta-se como Job... E a Igreja? Poderá fazer ainda alguma coisa por mim?

O sacramento dos doentes liga de novo o doente aos ancoradouros. Reconcilia-os com o seu corpo mortificado graças à fé no poder de cura de Deus e na ressurreição. Reconcilia-os com o seu meio: os seus, os amigos, os outros crentes. Por isso, é desejável que, na medida do possível, todos os parentes e amigos, os crentes. Por isso, é desejável que, na medida do possível, todos os parentes e amigos estejam presentes em redor do doente por ocasião da unção. O sacramento dos doentes restabelece também a ligação com Deus, o Senhor da vida que pode arrancar à morte. Finalmente, o doente entra em Jesus para atravessar com Ele o mistério da Páscoa.

O funeral

Qualquer que seja o retrocesso da prática religiosa, a liturgia do funeral atinge sempre pontuação muito elevada. Oitenta e oito por cento dos defuntos passam pela igreja por ocasião do funeral.

Deve dizer-se que o funeral cristão é um ritual profundamente consolador. Nele a morte é tomada a sério. O defunto está presente no meio de todos os seus amigos. Entra de novo na casa de Deus e da comunidade, mesmo se andou errante durante muito

tempo, mesmo se, depois do baptismo, não pôs lá os pés muitas vezes. Está de novo em casa.

Lêem-se, no Antigo e no Novo Testamento, narrativas que falam de morte e de vida, e Lázaro – o rico e o pobre – da cruz e da ressurreição de Jesus. Ouve-se Paulo responder á pergunta dos tessalonicenses e dos coríntios: *“Qual será a sorte dos nossos defuntos?”*.

Mas não nos contentamos com falar, passa-se qualquer coisa sob os nossos olhos. Cristo vem e prossegue o seu caminho pascal de sexta-feira santa à manhã de Páscoa. A Eucaristia será outra coisa? Em seguida, comungamos pelo defunto: para que Deus lhe perdoe o que ele fez de mal e acabe o que ficou imperfeito.

Depois depomos o nosso defunto na terra. Este gesto solene e simbólico é o último serviço que – em toda a medida do possível – podemos prestar-lhe: confiá-lo á nossa mãe terra donde ele foi tirado. Quando os homens da agência funerária chegaram ao pé da sepultura, contava alguém, perguntaram: *“Deixamo-lo no exterior?”*. *“Não”*, disse o filho mais velho, *“deponham-no na terra: é o gesto mais belo que ainda podemos fazer por ele. Devemos fazer tudo o que deve ser feito por ele”*.

Por ocasião do funeral, é bom confiar, na medida do possível, uma tarefa aos membros da família: assegurar as leituras, formular as intenções. As crianças também devem poder fazer alguma coisa, quanto mais não seja depor uma flor ou cercar o caixão com uma vela na mão durante o último adeus. Há tantos pequenos gestos possíveis que são outros tantos ritos apaziguantes. Numa aldeia perto de Escout, na altura da absolvição, o celebrante acende duas velas colocadas junto à imagem de Nossa Senhora. Deixam-nas arder até que, consumidas, se apaguem por si próprias. Quem entra na igreja durante o dia vê-as: o defunto vai-se lentamente, levado nas mãos de Maria.

Na altura de um funeral, é preciso velar por que a palavra seja discreta. Porque, a excepção de Deus, quem pode falar, com conhecimento de causa, do defunto e da sua existência? Limitemo-nos, pois, essencialmente à palavra divina. Nada é mais desagradável do que uma oração fúnebre cheia de lugares-comuns ou fria como um acto notarial. O silêncio é bem mais eloquente.

Dez regras de ouro...

Para quem desejar ajudar a ultrapassar um desgosto ou a suportar o sofrimento de um adeus, os conselhos que se seguem podem ser úteis:

1. Não se apresse.
2. Quebre o silêncio. Deixar sempre aquele que sofre contar o seu sofrimento, mantendo-se em silêncio, nunca interrompendo.
3. Deixe exprimir a fundo os sentimentos de culpa. Não os abrandar, minimizar ou relativizar imediatamente. Porque confessar liberta.
4. Não responda logo aos porquês. Oiça primeiro até ao fim e ajude as pessoas a viver com os seus porquês.
5. Ajude as pessoas a tomar uma atitude concreta relativamente à sua infelicidade. Arrancá-los à inacção, à paralisia.
6. Ouse ir visitar as pessoas que choram a perda de um ente querido. Nunca pensar: *“Talvez lhe faça impressão”*. Vá à mesma, ainda que pense: *“A esta hora certamente já terão ultrapassado o duro golpe”*.
7. Nunca pergunte a si próprio: *“Que poderei dizer-lhes?”*. Não é preciso dizer nada, apenas escutar.
8. No ano seguinte, escreva um bilhete, uma palavra amável ou uma recordação que guarda do defunto.
9. Não se contente em falar do defunto deixando em silêncio a dor dos sobreviventes.
10. Evite considerações religiosas e se nunca as faz ou se, pessoalmente, não crê senão em metade. Mas, se acredita, não hesite em dizer tranquilamente onde colhe força e consolação.

Irmãos e irmãs, eis-nos de novo nos dias que precedem a Páscoa. Voltai o vosso olhar para Jesus. Em tudo isto Ele precedeu-nos. A sua vida foi renúncia, a sua renúncia vida. A Páscoa é isso! E é uma Páscoa assim que eu quero desejar-vos.

SANTAS FESTAS DA PÁSCOA!

+ Godfried Cardeal DANNEELS
Arcebispo de Malines-Bruxelles