

O TEMPO NA EXPRESSÃO DO LUTO

D'orio, R. T.¹ - - -

Para tratar desse tema pretendo utilizar trechos do trabalho entregue como exigência parcial para conclusão do curso de Especialização em Teoria, Pesquisa e Intervenção em Luto do Instituto 4 Estações em 2006. **METODOLOGIA** A realização deste estudo foi feita através da análise dos trechos do filme “Message in a bottle”, traduzido no Brasil como “Uma carta de amor” a partir da visão psicanalítica da complexidade e atemporalidade do tempo psíquico. A trajetória tomada foi, primeiramente, apresentar o caso encenado no filme “Uma carta de amor” que demonstra a instauração de um luto prolongado, expressado através de comportamentos obsessivos e fixação no objeto de amor e, a partir de então, sob o olhar da filosofia e da psicanálise, levantar as diferenças entre o tempo psíquico e o tempo cronológico relacionando-as ao processo do luto. A história do filme se passa no estado de Carolina do Norte, onde Garret Blake (Kevin Costner), um construtor de barcos carrega consigo a tristeza de uma vida solitária, exceto pelo relacionamento com seu pai, Dodge (Paul Newman), desde a morte de sua mulher, dois anos antes. Essa perda vem carregada de sentimentos de culpa e acusações que envolvem toda a família de Catherine, esposa de Garret, cujo falecimento se deu a partir de um enfraquecimento irreversível o qual, apesar de todo o cuidado dispensado pela família dela e por Garret, não foi possível reverter. É dito no filme que ela, simplesmente, desistiu. Theresa (Robin Wright Penn), pesquisadora de um jornal, mãe de um menino de 8 anos, após ter descoberto que seu marido mantinha um caso de amor divorcia-se e isola-se de outras possibilidades de relacionamento. Certo dia passeando pela praia, encontra uma garrafa contendo uma carta comovente, sofrida e apaixonada, assinada por G. (Garret) que a faz dar início a uma busca pelo autor da carta. ***Uma carta de amor*** *Querida Catherine, Sinto por ter demorado tanto a escrever. É como se eu estivesse perdido, sem rumo, sem bússola. Vivo colidindo com as coisas, um pouco maluco, acho. Nunca estive perdido antes, você era o meu norte. Sempre soube o caminho de casa, quando você era a minha casa. Me perdoe por ter ficado tão nervoso quando você partiu. Eu ainda acho que cometemos alguns erros e espero que Deus os repare, mas estou melhor. O trabalho me ajuda, acima de tudo, você me ajuda. Você me apareceu em sonho ontem, com aquele sorriso que me prendia como um amante e embalava como uma criança. Tudo o que lembro do sonho é uma sensação de paz. Acordei com essa sensação e tentei mantê-la enquanto foi possível. Estou escrevendo para dizer que estou viajando rumo a essa paz e para dizer que sinto por muitas coisas. Sinto por não ter cuidado melhor de você para que nunca tivesse um minuto de frio, medo ou doença. Sinto por não ter buscado com afinco palavras para expressar o que sentia. Sinto por não ter consertado a porta de tela. Consertei agora. Sinto por ter brigado com você. Por não ter pedido mais desculpas. Eu era muito orgulhoso. Sinto por não ter feito mais elogios a tudo que vestia e ao modo como arrumava o cabelo. Sinto por não tê-la abraçada com tanta força que nem Deus poderia tirá-la. Com todo o amor, G.* **OBJETIVO** O objetivo deste trabalho foi o de pensar no processo de luto que se prolonga e verificar como o tempo se processa psicologicamente quando uma perda é sentida como um dano além do que se suporta. Procurei mostrar que em algumas perdas, as pessoas que se vão levam consigo do outro muito mais do que se imagina, e quem fica, precisa lançar mão de recursos menos saudáveis para sobreviver. **RESULTADOS** Começa então o drama romântico do filme “Message in a bottle” o qual vai mostrar um processo difícil de luto, expressado logo no início por duas cenas de idealização e fixação por parte do enlutado, que procura manter viva a esposa através da preservação do espaço que ela ocupava na casa, nos objetos e na vida dele,

demonstrando um medo potencializado, angústia e desorganização emocional diante de qualquer modificação desse cenário. Parece que esse medo se manifesta tentando impedir que o tempo transcorra em sua normalidade e que permita elaborar a perda da esposa, afastando-a definitivamente; o que significaria para ele outra perda, agora do divinizado e idealizado, que precisa ser preservado na sua antiga versão. *1 - Garret fala sobre Catherine: eu a chamava de Santa Catherine. Ela atraía as pessoas com seu sorriso e entusiasmo, afirmou ainda que sua presença era capaz de iluminar uma sala inteira e uma cidade inteira. 2 - Garret, ao chegar em casa e ver Theresa, se desconcerta com sua presença, em silêncio demonstra sentimento de invasão, ao olhar alguns objetos da sala de pintura de Catherine em locais diferentes dos anteriores, contrariado, reorganiza o que estava “fora de lugar”. Demonstra, através desse gesto e do silêncio, certa angústia. Ele diz que não conhecia os limites..* Após dois anos ainda apresenta traços de depressão, e sentimento de culpa pela perda, o que dá indícios de uma possível complicação no processo do luto: *3 - Sinto por não ter cuidado melhor de você para que nunca tivesse um minuto de frio, medo ou doença. Sinto por não ter buscado com afinco palavras para expressar o que sentia. Sinto por não ter consertado a porta de tela. Sinto por ter brigado com você. Por não ter pedido mais desculpas. Sinto por não ter feito mais elogios a tudo que vestia e ao modo como arrumava o cabelo. Sinto por não tê-la abraçado com tanta força que nem Deus poderia tirá-la.* Denota traços mentais de desânimo profundamente penoso, de uma cessação de interesse pelo mundo externo, da perda da capacidade de amar, a inibição de toda e qualquer atividade e uma diminuição dos sentimentos de autoestima, a ponto de encontrar expressão em auto-recriminação e punição: *4 - Garret tinha planos enquanto a esposa era viva de desenhar os próprios barcos e construí-los, mas antes de terminar a construção do primeiro barco ela morreu. Ele nunca mais tocou no barco nem deu andamento em seus planos, vive calado, não procurou investir seus sentimentos em mais ninguém.* A disposição para o luto é muito dolorosa, impõe ao indivíduo a necessidade, contra a sua vontade, de retirar todo o afeto depositado na pessoa que partiu. Se essa oposição for intensa, pode trazer um desvio da realidade e um apego ao objeto ausente. O processo só terá andamento quando o afeto que tenta manter vivo o objeto de amor for deslocado aos poucos para as lembranças. Assim, apesar de o enlutado adquirir um contato fragmentado e penoso com a realidade; o trabalho do luto se conclui e, ao se dar conta da perda, consegue reinvestir em sua vida. A questão que fica é quanto tempo isso leva para ocorrer? No cotidiano aprendemos que o tempo e a vida transcorrem de forma linear, que a vida é o aqui e agora; o passado já se foi, é história e o futuro ainda virá. Seria tão simples se os nossos sentimentos respondessem dessa forma. Por que será que às vezes ficamos fixados em um momento doloroso? Por que não temos resposta para a velha pergunta: será que essa dor um dia vai acabar? Quando esqueceremos a pessoa que se foi? O tempo psíquico é muito mais complexo do que imaginamos, nossos sentimentos se posicionam sem linearidade e algumas vezes tornam nossa narrativa confusa para quem ouve. Falamos das coisas que se passaram há muito tempo sentindo os mesmos afetos, como se fossem vivências presentes. Da mesma forma, quando descrevermos algumas expectativas futuras, o fazemos com tal “brilho no olho” como se já pudéssemos ver e sentir sua ocorrência. Podemos narrar sobre 300 anos de história em quatro horas de aula e não conseguir, durante toda uma vida, esgotar por meio da fala as conseqüências psíquicas de traumas vividos em segundos, pois envolvem questões complexas, tais como os sentimentos e a insuficiência das palavras nas questões informuláveis. Para tratar do tempo psíquico buscou-se nas idéias de Hurssel, um importante filósofo existencialista, matemático por formação e criador do método fenomenológico, que analisou a “consciência íntima do

tempo”, como experimentamos o tempo, como o vivemos na intimidade. Para facilitar a compreensão de suas idéias, Hurssel fez analogia com a melodia de uma música. Afirmou que ao ouvirmos uma música, cada vez que um tom alcança o ouvido, desencadeia na nossa mente o próximo tom; “o tom posterior soa no contexto de uma expectativa que o tom anterior deixou”. Já tom anterior, apesar de deixar de soar, permanece por um tempo presente no ouvido, e o lugar que ele deixou de soar foi circunscrito pelo tom posterior. O presente contém os fantasmas do que já foi e do que virá. Isto significa dizer que, quando ouvimos alguma coisa, trazemos à luz da memória algo que faz parte do nosso acervo de fantasmas e experiências reativados nas novas situações vividas. Assim sendo, apesar de considerarmos a existência do tempo real, do aqui e agora, precisamos nos dar conta daquilo que está sendo reavivado e associado na hora. Neste sentido, temos um presente mais complicado, dotado de fatos que nos afetam, que podem ser provenientes do mundo interno ou externo e, que tornam as vivências atuais carregadas de sentimentos e significados. O momento presente é um presente estendido, contaminado por tudo aquilo que o envolveu. O agora é extremamente complexo porque vem carregado de histórias que estão para além do tempo do relógio, cuja regularidade tem que ser quebrada e colocada em suspenso, para responder ao tempo psíquico. Essa extensão de que tratamos, também envolve o futuro, o momento presente além de ser carregado de passado, também o é de futuro; pois assim como, ao ouvirmos uma nota musical, somos lançados adiante, a espera da próxima nota que compõe a música, também, ao se viver uma perda, vive-se também a expectativa daquilo que pesará a partir dela, as perdas primárias e secundárias. Uma perda significativa é dolorosa porque vem carregada dos momentos passados: bons e conflituosos; pelo sentido de que já não ocorrerão mais; e pelos momentos futuros, por aquela parte da vida que jamais será vivida com a pessoa. Esta inundação de sentimentos requer uma quantidade maior de recursos internos, pois é mais pesada que as vivências habituais. Portanto, a vivência de perdas significativas pode levar mais tempo para ser acomodada e controlada psiquicamente, mas sempre será facilitada se o indivíduo gozar de autorização interna e social para externar sua dor. Tanto a censura interna quanto a do meio social silenciam a dor e dificultam o processo do luto; assim, poder contar com uma rede social de apoio é fundamental para a saúde mental de qualquer pessoa. **CONCLUSÃO** A disposição para o luto é sempre dolorosa e se processa para cada pessoa de acordo com as variáveis: significado do(e) que(m) se perdeu e capacidade interna de elaboração. Na medida do possível, o processo do luto transcorre de forma aceitável e, apenas em alguns casos ocorre maior dificuldade na recuperação, ou seja, o sofrimento interfere na vida funcional da pessoa e o processo se torna mais duradouro. Deve-se tomar cuidado à orientação “politicamente correta” da sociedade ocidental contemporânea, a qual prioriza a felicidade sob qualquer preço e cobra a rápida recuperação dos enlutados: em se tratando de perdas de pessoas significativas viver o aqui e agora não funciona. Readquirir a alegria como forma adequada e socialmente aceitável não é assim tão simples e as pessoas não podem ser estigmatizadas por não conseguirem “ser fortes”. Freud, em sua máxima “repetir, repetir e elaborar” mostrou a importância do ressentir, ainda que isto ocorra com aquilo que é desagradável. A repetição é a maneira que o aparelho mental usa para entrar no domínio da experiência, ou seja, simbolizar e nomear o inominável. A compulsão à repetição foi tratada como um fenômeno observável em vários comportamentos, inclusive no tratamento das neuroses traumáticas. Nesse sentido, os sonhos, as lágrimas, o lembrar, o silêncio, os rituais, e toda a forma individual ou social de expressão do luto, estão a serviço de o enlutado poder estabelecer uma nova forma de se relacionar com a pessoa morta, tornando-se agente ativo em seu processo e readquirindo o domínio da situação.

De alguma forma, com o tempo, a partir da repetição, a pessoa se liga novamente ao falecido para dar sentido à sua ausência. Freud mostrou essa forma de reagir através da arte, lembrou das grandes multidões que lotam os teatros para assistirem a determinadas peças que trazem, tais como na tragédia, as mais penosas experiências e, no entanto, podem ser sentidas como altamente prazerosas, mostrando que a posição ativa perante a situação causa um afastamento do determinismo do destino. Viver o processo de luto auxilia a pessoa a sujeitar suas emoções, ainda que extremamente dolorosas, aos extratos mais elevados do aparelho mental, tendo domínio sobre as mesmas e podendo então, investir novamente em sua vida, apesar das faltas. Conheci um homem de 59 anos cujo convívio com seu pai, já idoso, há anos era prejudicado pela distância geográfica que se interpunha entre os dois. O falecimento de seu pai trouxe-lhe momentos em que sentia depressão, apesar de ser uma reação esperada em processos de luto, foi pouco aceita. Lembro-me dos amigos que diziam a ele que naquela idade precisava reagir, pois já haviam se passado meses da morte do pai e que ele estava há anos distante dele. A família, por outro lado, sofria muito pela impotência que sentia diante de seu estado. Interessante pensar que, apesar de a morte fazer parte da vida, existe tantos tabus para tratá-la. Nosso papel junto a um enlutado é apenas o de suportar ao lado da pessoa aquilo que ela não está conseguindo suportar sozinha. Nosso melhor papel é fazer parte da rede de apoio social desse enlutado e esperar com ele o transcorrer de seu processo. Caso venha a apresentar dificuldades significativas em seu funcionamento pessoal pode-se recorrer a profissionais especializados. Mas, é importante saber que, o para o enlutado, este é um momento de extrema angústia, no qual a ilusão de tempo contínuo, linear, organizado e no qual se escolhe o que sentir não funciona, ele, provavelmente estará vivendo nas retenções os sentimentos de culpa, de impotência e de saudades e, nas propensões, o tempo que jamais virá. Evidentemente, o que não consegue facilmente fazer é experimentar a perda real e conseqüente transformação. Neste sentido, ele precisa dar espaço e encontrar espaço para a expressão de sentimentos verdadeiros.