

**Saiba mais sobre luto**

**Maria Cristina Della Santa Baumgartner**

**Sustentabilidade ou Insustentabilidade  
na teia da vida a partir da morte de um filho.**

*— Rituais —*

**4 Estações Instituto de Psicologia**

**São Paulo, 2005**

*Dedicatória*

*Dedico este trabalho e o meu momento de vida ao meu filho **Ricardo**, que a partir de sua ausência tem me possibilitado um imenso aprendizado de vida.*

## **Agradecimentos**

Agradeço, essencialmente, ao meu marido *Marcos*, que ficou ao meu lado durante todo este projeto. Agradeço à minha querida filha *Daniele*, por suas intervenções precisas; ao meu cunhado *Paulo*, presente em todos os momentos; ao *Pedro* e ao *Diogo* por estarem sempre ao nosso lado. À minha amiga *Lúcia* pela ajuda no processo de materialização deste trabalho; à minha amiga *Helena* pela ajuda na lapidação do material; à minha amiga *Rô*, pela delicadeza das contribuições; às amigas *Vânia*, *Malvina* e *Lúcia* pela sustentabilidade desde o primeiro momento. Agradeço às *professoras e colegas* do curso de especialização em luto pelo acolhimento e possibilidades de aprendizado; à minha amiga *Ana* pelo afeto e incentivo; à *Thelma* pelo interesse e disponibilidade; à *Janise* pela flexibilidade; ao *grupo de pais enlutados* pelo compartilhar de todas as situações; ao *Mário* por nos mostrar o universo dos rituais; aos *amigos*, nossos e do *Ric*, pela presença constante; à *família* pelos cuidados e afeto e ao *Jazz*, legado concreto do *Ric*, que nos traz um pouco da alegria que ficou faltando em nossa casa.

## **RESUMO**

Este trabalho conta a minha própria história na utilização de rituais especialmente criados para a elaboração do processo de luto, embasado teoricamente por autores que tratam de temas relacionados à morte, família, rituais e elaboração de luto.

Este estudo propõe uma questão: — *Poderia a coletividade também valer-se desse recurso para a elaboração de seus lutos?*

## **Sumário**

---

<b>INTRODUÇÃO</b> .....	2
-------------------------	---

<b>DESENVOLVIMENTO</b> .....	15
------------------------------	----

▪ Quando o ritual transpassa o virtual e o tecnológico.....	16
---	----

▪ Interligando rituais particulares e comunitários .....	17
--	----

▪ Ampliando a rede de apoio específica.....	18
---	----

▪ Ritualização de Datas Especiais .....	19
---	----

Sobre os Rituais .....	23
------------------------	----

<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS</b> .....	25
-----------------------------------	----

<b>BIBLIOGRAFIA</b> .....	28
---------------------------	----

## **APÊNDICES**



*O desenvolvimento deste trabalho pede a utilização da primeira pessoa do singular no relato de minha vivência pessoal, ao lado de colocações teóricas dos autores pesquisados, estudiosos do tema. Apoiada em uma abordagem construcionista social, acredito que a rede relacional constituída por todas as vozes que se farão presentes nesse trabalho permitirá a construção de uma nova narrativa, a cada leitura que se faça ou a cada leitor que se apresente. Minha própria narrativa certamente será também uma outra narrativa, a cada novo contato meu com o material escrito.*

**Introdução**

## Introdução

Inúmeros são os pensamentos que nos perseguem durante a vida na tentativa de elucidar questões filosófico-existenciais que se referem à origem, destino e sentido do viver. Comuns a todo ser humano, tais inquietações tornam-se mais ou menos evidentes conforme o momento do ciclo de vida ou circunstâncias pelas quais se passe. Amenizá-las pode apenas postergar a busca. Encará-las traz a possibilidade de ampliar a visão de mundo, de vida e de morte, embora associada à angústia de não ter as respostas tão procuradas.

Há, entretanto, fatores que necessariamente escancaram tais reflexões. A morte é um deles. A morte de um filho talvez seja o maior deles. Vivi, em 2003, a morte de meu filho caçula. Torna-se impossível seguir simplesmente vivendo, após a ocorrência de uma tal situação transformadora. Perde-se referência, identidade, papel, perspectiva de futuro e tem-se o presente que acontece inexoravelmente, dia após dia. Faz-se necessário rever conceitos, pressupostos, posicionamentos, enfim, o significado da vida.

*“As histórias vividas são sempre muito mais ricas que qualquer possibilidade de relato sobre elas. Experiências vividas, quando excluídas das narrativas pessoais... permanecem fora das possibilidades de compreensão da pessoa.”<sup>1</sup>*

Tal trabalho não seria compreensível a partir de um referencial apenas teórico pois, minha interação com os dados encontrados muda, a cada momento, a leitura que faço da minha própria história e, portanto, do estudo que me proponho a fazer.

Buscar um curso de especialização em luto e poder desenvolver um trabalho de reflexão sobre o tema pareceu-me a melhor oportunidade de colocar lado a lado meus papéis de mãe enlutada e de profissional da psicologia, permitindo a elaboração do meu

---

<sup>1</sup> GRANDESSO, Marilene. *Sobre a Reconstrução do Significado. Uma análise epistemológica e hermenêutica da prática clínica*. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2000, p. 243.

próprio luto, simultaneamente à ampliação de minha visão enquanto terapeuta, enriquecendo meu fazer profissional.

Vivemos numa sociedade ocidental, pós-moderna, onde a vitalidade e a longevidade são cada vez mais cobiçadas. Desenvolvem-se pesquisas de instrumentos, produtos, fatores que aumentem a qualidade da vida. Tem-se por meta viver cada vez mais tempo. Embora realidade inquestionável da vida de todo ser humano, destinamos espaços cada vez menores para a morte. Apesar de vivermos perdas sucessivas durante todo nosso viver, a morte não é olhada como decorrência natural da vida; é tratada com distanciamento, como se não viesse a nos atingir em algum momento. “*Cada individuo tem que definir seu lugar no esquema geral e aceitar o fato de que vai morrer e ser substituído pelas gerações seguintes*”<sup>2</sup>. Evitamos encarar a morte e falar a respeito dela. Quando ela ocorre, os rituais fúnebres são, muitas vezes, realizados mecanicamente, visando apenas a finalização daquele episódio doloroso e “desagradável”. Perdemos a noção da importância dos rituais funerários, que conferem um sentido ao sofrimento e à morte.

Progressos tecnológicos, pesquisas, investigações, busca e transformações não conseguem acalmar-nos. Entretanto, os rituais favorecem o mínimo de sentido de previsibilidade quando “*sobra-nos apenas a certeza única de que não existem mais certezas. Temos de elaborar o luto por essa perda e afrontar as incertezas que são parte essencial de nós mesmos e nos impelem para a aventura do novo*”<sup>3</sup>

E o que seria a aventura do novo, se não a possibilidade de desconstruir o mundo tal qual o conhecemos, conforme coloca Derrida<sup>4</sup> buscando a perspectiva – existente mas ainda não explorada – do inesperado, que estaria sempre à nossa disposição em substituição ao já conhecido?

---

<sup>2</sup> BOWEN, Murray. “A reação da família à morte”. In: WALSH, Froma & MCGOLDRICK, Mônica. *Morte na Família: sobrevivendo às perdas*. Capítulo 4, p. 105. Porto Alegre: ArtMed, 1998.

<sup>3</sup> GERBER, Ignacio. Afrontando as incertezas – do pensamento sistêmico ao pensamento complexo. Boletim da APTF, ano 7, out/nov/dezembro de 2003.

<sup>4</sup> Derrida in LAX, William D. O pensamento pós-moderno na prática clínica em Terapia como construção social. Porto Alegre: Artes Médicas, 1998.

É preciso levar em conta que, apesar do processo de modernização constante, rituais são necessários por sua função transformadora além do que, respeitá-los significa prestar apoio aos enlutados, como afirma Franco<sup>5</sup>.

Rituais não são meramente tarefas ou atos mecânicos. Com os rituais, entra-se no âmbito do sagrado e é isto que dá significação ao ato. De acordo com a Enciclopédia Universal

*"Ritual é a prática de certas fórmulas que ou assinalam um acontecimento particular na vida de alguém – como os rituais do nascimento ou da morte – ou estabelecem um ciclo diário, semanal ou anual padronizado".*

e, de acordo com a enciclopédia Mirador Internacional<sup>6</sup>

*"o rito é o mito em ação [pois], rito e mito constituem, de fato, elementos indissociáveis e complementares. Assim como o desempenho ritualístico ligado à sagração de um novo chefe evoca e promove uma recriação do mundo, ou assim como as cerimônias do Ano Novo constituem a repetição periódica do ato cosmogônico, a história sagrada não só lhes fornece o argumento dramático, como se torna viva, atuante e, em consequência, história verdadeira".*

São incontáveis as definições existentes sobre rito e ritual e também incontáveis as cerimônias — ligadas a religiões, crenças e eventos — nas quais utilizam-se rituais de vários tipos — mágicos, de passagem, iniciáticos, celebrativos entre outros.

Os rituais de celebração e de passagem são socialmente aceitos e incentivados. Comemora-se, festeja-se, pois valoriza-se o ganho e não a perda inerente à mudança. Já nos processos de luto, a grande dor da perda inibe, muitas vezes,

---

<sup>5</sup> FRANCO, Maria Helena P., comunicação oral, em aula do curso de Aprimoramento em Luto.

manifestações ritualísticas que poderiam dar significado à morte e impede a percepção dos ganhos secundários que se obtém a partir de uma experiência de tal ordem. Segundo Guillermo Rubem, antropólogo da Unicamp “*os rituais de morte servem para a compreensão ‘social’ do fenômeno: ajudam a digerir o impacto provocado pela perda do outro e funcionam como fator de agregação daquela sociedade*”. No entanto, suprime-se cada vez mais o espaço para os rituais de morte assim como para o próprio morrer. O mundo ocidental transformou a morte em tabu, porém, aceitemos ou não, a morte é uma etapa da nossa existência com a qual temos que conviver.

Vilar<sup>7</sup> (2000), em sua revisão bibliográfica, nos diz que atualmente a morte é vista como algo vergonhoso, principalmente por contrariar a idéia que se tem de vida feliz, mesmo que isto só ocorra na aparência ou enquanto desejo mercadológico.

Em seus estudos e reflexões, Kovács (2003) fala de como a sociedade fica protegida do morrer, tanto na preparação para a morte como nos atos pós-morte, quando se procura inibir manifestações de dor que roubariam um tempo precioso de uma sociedade voltada para a produtividade e eficiência.

*“É importante que se abra espaço para a compreensão da função do ritual... Ritos funerários abrem a possibilidade do exercício coletivo, comunitário, favorecendo o compartilhamento de sentimentos”*.<sup>8</sup>

Esse compartilhar afasta a idéia de isolamento e desamparo, o que tornaria ainda mais difícil o enfrentamento da perda.

Além disso, a ausência de rituais sociais poderia, segundo Casellato<sup>9</sup>, criar a possibilidade de adiamento do processo de elaboração de uma perda, tenha ela ocorrido de que modo for e, ainda segundo Parkes<sup>10</sup>, levar a reações de luto patológico.

---

<sup>6</sup> Enciclopédia Mirador Internacional, vol. 14. In: Enciclopédia Britânica do Brasil Publicações Ltda. São Paulo, Rio de Janeiro, Brasil.

<sup>7</sup> VILAR, Márcio. *Luto e morte: uma pequena revisão bibliográfica*. [www.cchla.ufpb.br/caos/01-vilar.html](http://www.cchla.ufpb.br/caos/01-vilar.html) — acesso em agosto de 2004.

<sup>8</sup> KOVÁCS, M. J. *Educação Para A Morte: Temas E Reflexões*. São Paulo: Casa do Psicólogo: Fapesp, 2003, p. 138.

<sup>9</sup> CASELLATO, Gabriela & MOTTA, Maria Antonieta P. “Lutos Maternos — um estudo comparativo”. In: *Estudos Avançados sobre o Luto*, p. 119, 2002.

<sup>10</sup> PARKES, C.M. *Luto. Estudos sobre a perda na vida adulta*. São Paulo: Summus, 1998, p. 184.

Encarar a morte não impede que ela ocorra mas pode mudar o modo de enfrentá-la. Aceitar a transitoriedade da condição humana poderia aliviar o sofrimento que a idéia da morte traz e favorecer um constante exercício em busca de autoconhecimento e de vida emocional plena. Na tentativa de ajudar as pessoas a encararem e elaborarem suas perdas, as diferentes culturas oferecem algumas práticas, entre as quais estão os rituais.

Ao lado das diferenças culturais na expressão ritualística de perdas, há também diferenças familiares e, ainda, diferenças entre os membros de uma mesma família. Essas diferenças surgem, na medida em que, segundo Von Bertalanffy,

*“a família pode ser considerada como um sistema aberto, devido ao movimento de seus membros dentro e fora de uma interação uns com os outros e com sistemas extrafamiliares (meio ambiente – comunidade), num fluxo recíproco constante de informação, energia e material.”*<sup>11</sup>

Sendo a família um sistema de vínculos afetivos, de laços emocionais, pensamos na rede de emoções que se cria e movimenta, em todas as situações — cotidianas ou não — relativas às pessoas que compõem esse grupo familiar. Desse lugar, podemos refletir a respeito de situações geradoras de sentido que são obtidas a partir das conversações socialmente construídas. O significado se dá dentro de um sistema onde essa comunicação é relevante. A linguagem permite o desenvolvimento de novas narrativas que, por sua vez, levam a novas ações permeadas de novos sentidos e assim por diante.

*“Com a linguagem somos capazes de criar ou inventar coisas e eventos novos e imprevisíveis, inclusive de reinventar-nos.”*<sup>12</sup>

---

<sup>11</sup> CALIL, Vera L. Lamanno. *Terapia Familiar e de Casal*. São Paulo: Summus, 1987, p. 17.

<sup>12</sup> COSTA, J.F. *A Face e o Verso – Estudos sobre o homoerotismo II*. São Paulo: Ed. Escuta, 1995, p. 45.

A rede familiar, através da linguagem, diante da construção de novas narrativas pode criar meios para desenvolver ações ritualísticas, plenas de novos sentidos, que auxiliem na organização do contexto que se estabelece a partir da perda.

Uma perda evidencia a vulnerabilidade humana. Num momento de crise, enquanto episódio perturbador da vida, a vulnerabilidade é posta na linguagem. E é através da linguagem que pode ser reconstruído o lugar desse indivíduo, em sua própria história.

Tom Andersen, referindo-se à idéia de perturbações de Humberto Maturana e Francisco Varela, diz

*“necessitamos ser ‘perturbados’ desde que as perturbações nos mantenham vivos e nos tornem capazes de mudar de acordo com a transformação do mundo que nos rodeia. Mas, se as perturbações são muito diferentes do que nosso repertório é capaz de integrar, nós nos desintegramos se as absorvermos.”*<sup>13</sup>

O que, então, dizer a respeito de quantas “perturbações” nos ocorrem a partir da morte? De quanto é solicitada nossa linguagem no redimensionamento das questões ligadas ao sentido do viver? E de como toda a rede à qual pertencemos também seria atingida por tais “perturbações”? Onde poderíamos buscar ressignificações para a vida, se não na construção de contextos narrativos que dessem significado à morte?

E é exatamente neste ponto do desenvolvimento deste trabalho que se coloca a pergunta: “Poderia a coletividade valer-se deste recurso (rituais especialmente criados) para a elaboração de seus lutos?”.

Segundo colocação de Froma Walsh<sup>14</sup>, a comunicação entre a família é fundamental durante o processo de perda, inclusive no que diz respeito ao

---

<sup>13</sup> ANDERSEN, Tom “Reflexões sobre a Reflexão com as famílias”, p. 75. In: MACNAMEE, Sheila & KENNETH, J. Gergen. *A Terapia como construção Social*. Porto Alegre: Artes Médicas, 1998.

<sup>14</sup> WALSH, F. & MCGOLDRICK, M. *Morte na Família: sobrevivendo às perdas*. Porto Alegre: ArtMed, 1998.

fortalecimento da família como unidade e rede de apoio para permitir o enfrentamento de novos desafios que venham a ocorrer.

Entretanto, a dificuldade e o constrangimento que se percebem na rede social quando há manifestações claras de pesar por parte do enlutado, muitas vezes impedem-no de falar sobre a morte. Apesar de, em nossa sociedade, não haver espaço para a expressão direta de emoções, sabe-se que o compartilhar situações vividas com o morto, relembrar fatos e histórias e construir um contexto conversacional de vida e morte, permite aprender a respeito de temas até então proibitivos, embora essenciais para a reorganização da vida.

Segundo Bowen<sup>15</sup>, “O principal entre todos os assuntos-tabú é a morte”.

Os rituais, enquanto “*processo de cunho sagrado ou simbólico, suscetível de estabelecer e desenvolver costumes*” (Dicionário Houaiss da Língua Portuguesa) permitem contextualizar a vivência da perda e visualizar a continuidade da vida. É importante pensar nos rituais que se desenvolviam antes, durante a vida — tradições, comemorações e ciclos de vida — para que haja uma sensação de familiaridade com os rituais, agora de morte.

*“Às vezes é útil reunir os membros da família ainda que estejam em pontos diferentes de seu luto, para criar um contexto de confiança dentro do qual possam administrar este processo de modo seguro e servir como testemunhas mútuas para suas experiências, mesmo que não consigam exatamente compartilhá-las”.*<sup>16</sup>

De qualquer modo, a vida continua e há sempre a possibilidade de reconhecer a perda, reorganizar os papéis familiares sem o morto e retomar as tarefas do viver.

---

<sup>15</sup> BOWEN, Murray, op. cit., p. 106.

<sup>16</sup> MCGOLDRICK, M. “Ecos do Passado: ajudando as famílias a fazerem o luto de suas perdas”, p. 84. In: WALSH, F. & MCGOLDRICK, M. *Morte na Família: sobrevivendo às perdas*. Porto Alegre: ArtMed, 1998.

Compartilhar pensamentos e aprendizados sobre a morte permite que se identifiquem diferenças individuais de crenças e postulados religiosos, sagrados ou seculares, que se quer manter. Quando se criam rituais — familiares e junto à rede de apoio — o ganho é terapêutico para os que se dispõem a participar, abrindo espaço para reconhecer a perda e iniciar o processo de elaboração.

Nos dias de hoje, em função, muitas vezes, do distanciamento vivido em relação às tradições ritualísticas, tem-se nos processos terapêuticos, a função de re-ritualizar, segundo Kovaks.

Em datas especiais, os rituais criados especialmente, adquirem um significado próprio tanto para as pessoas envolvidas como em relação ao morto, possibilitando mais uma oportunidade para a elaboração do luto, como também, a celebração da data.

O processo de luto, nas diferentes culturas, varia de acordo com as tradições mais arraigadas. Segundo Bruner<sup>17</sup> “*estar em uma cultura viável é estar inserido em um conjunto de histórias conectadas, capazes de estabelecer vínculos mesmo que essas histórias não representem um consenso*”. Para qualquer grupo social, “*os rituais celebram, renovam ou mantêm o mundo em que se vive.*”<sup>18</sup> É através dos rituais que são reafirmados valores sociais básicos de uma dada cultura. São também “*expressas as relações entre os seres humanos ou entre estes e a natureza ou estes e o mundo sobrenatural, relações que integram o funcionamento de qualquer grupo humano.*”<sup>19</sup>

É também nos rituais que aparecem símbolos relativos a sentimentos, crenças, valores, papéis... fazendo dessa manifestação algo maior do que seria simplesmente captado apenas através da observação. Os rituais permitem o encontro com padrões pré-estabelecidos, o que minimiza insegurança em momentos de crise, dificuldade ou mudança de ciclo.

Nos rituais fúnebres, variam: o tempo de duração, o modo — público ou privado — de manifestação do pesar, a forma de expressão da dor, os acessórios,

---

<sup>17</sup> BRUNER, J. *Atos de Significação*. Porto Alegre: Artes M p. 85.

<sup>18</sup> HELMAN, C. G. Ritual e Manejo dos Infortúnios. Capítulo 9, p. 196.

<sup>19</sup> HELMAN, Cecil G. op. cit., p.197.

vestimentas, alimentos e bebidas, vigília, enterro ou cremação, entre outros. Evidentemente, as variações culturais das celebrações ritualísticas estão intimamente associadas aos diferentes entendimentos que cada povo faz do significado da morte.

Parkes afirma que à luz da razão, muitas crenças e rituais de luto e morte pareceriam contraditórios, entretanto atendem às necessidades emocionais dos que os praticam. Coloca ainda, a necessidade de investigação dos rituais por parte dos profissionais que orientam determinado grupo social ou indivíduo, para que sejam respeitados seus valores e tradições e não se imponham ritos que ofendam seus costumes.

Os rituais de luto, mais do que oportunidades para expressar emoção, são importantes eventos sociais que colocam lado a lado os que são afetados por aquela morte. Segundo Parkes<sup>20</sup>,

*“ajudam a tornar real o fato da morte, identificar os enlutados, restabelecer as crenças que dão sentido à morte, lançar o morto numa fase seguinte de sua existência e prescrever os papéis a serem desempenhados pelos enlutados que podem estar sofrendo pela perda de seus papéis e funções prévias”.*

*“O trabalho de luto é o processo de aprendizagem pelo qual cada mudança resultante é progressivamente compreendida (tornada real) e é estabelecido um novo conjunto de concepções sobre o mundo. Ninguém absorve de uma só vez a realidade de um evento tão importante como um luto”.*

Em seus estudos sobre a elaboração do luto, Parkes fala das diversas formas do enlutado vivenciar esse processo. Pode-se citar aspectos como: desacreditar na morte que ocorreu, desenvolver sintomas físicos, evitar pensar na perda, passar por esquecimento seletivo, dificuldade em encarar as mudanças nos papéis familiares, mudanças internas a partir da perda... São também bastante conhecidas as fases do luto — entorpecimento, anseio e protesto, desespero e recuperação/reconstituição — levando-se em conta que as fases não ocorrem seqüencial e definidamente, mas,

---

<sup>20</sup> PARKES, C.M. *Luto — estudos sobre a perda na vida adulta*, p. 170. São Paulo: Summus, 1998.

sobrepõem-se o tempo todo, durante a elaboração. Partindo-se do pressuposto de que o trabalho do luto é um processo de aprendizagem, torna-se necessário levar em conta o aspecto individual envolvido nesse processo.

De qualquer modo, vivenciar o luto, segundo Worden, requer: (1)aceitar a realidade da perda, (2)elaborar a dor da perda, (3)ajustar-se a um ambiente onde falta a pessoa morta, (4)reposicionar emocionalmente a pessoa morta e continuar a vida. Estas tarefas devem respeitar o ritmo próprio de cada enlutado e os recursos que cada qual pode utilizar para refazer o contexto pessoal, familiar e social sem a pessoa morta. A transformação do investimento afetivo que se destinava ao morto requer criatividade em sua elaboração, já que uma relação significativa não é esquecida. É ressignificada.

*“Os amigos, os grupos de auto-ajuda, a religião, a natureza, os livros, a música e os filmes podem ser fontes importantes de inspiração, alívio e aproximação após uma perda”.*<sup>21</sup>

#### **SERIAM OS RITUAIS CAPAZES DE AMENIZAR UMA DOR QUE NÃO TEM NOME?**

A morte de um filho, por quebrar a seqüência natural de vida onde, acredita-se, os mais velhos deveriam morrer primeiro, desencadeia necessidades específicas para elaboração desse luto. Por não haver precedentes para essa morte, o impacto percorre as dimensões do individual, familiar e social, e acarreta transformações na função dos pais enquanto cuidadores e no restabelecimento de seus vínculos afetivos. O filho que fazia a ponte de ligação dos ancestrais com a realização de sonhos futuros dos pais, expõe – através de sua morte – as perdas de identidade, continuidade de vida e os papéis psicossociais de seus pais, bem como deflagra, nesse momento, a noção de finitude de todo ser humano.

Este trabalho pretendeu avaliar a importância dos rituais especialmente criados para a elaboração do luto, ainda mais importantes no caso da morte de um filho. Ao lado do relato de minha vivência pessoal — da morte de meu filho e da criação de rituais —

busquei o embasamento de teóricos que pudessem contrapor ou apoiar minha suposição a respeito dos rituais.

Rituais já faziam parte das celebrações de minha família, em situações religiosas, festivas, de passagem de ciclo de vida e datas especiais. Parti então, de um olhar familiar para um contexto social ampliado e, por outro lado, busquei no contexto extraordinário, recursos(referências, possibilidades...) para criar os rituais familiares de luto e perda.

E foi a partir de falas de pessoas da rede social que, mesmo sem conhecerem a dimensão de suas colocações, ocorreram-nos idéias que permitiram criarmos rituais significativos ao nosso processo específico de elaboração do luto.

Talvez a primeira fala extraordinária que permitiu criar um padrão de manejo para com a morte tenha sido a que ocorreu de maneira mais espontânea, durante a cerimônia de cremação. A fala de um jovem que, pedindo licença aos presentes, reafirmou o prazer de ter podido conviver com aquele amigo e pediu uma salva de palmas pelos dezenove anos de sua existência. De alguma forma, essa fala direcionou nosso olhar para a possibilidade de construir um padrão especial de ritualização desse processo de luto.

---

<sup>21</sup> MCGOLDRICK, Mônica, op. cit., cap. 3, p. 103.

**Desenvolvimento**

A rede social de solidariedade permitiu compartilhar dor e sofrimento para não torná-los maior do que seria possível suportar. Juntos, construímos um primeiro ritual: **um velório compartilhado**. Os dois jovens mortos, velados lado a lado para dar sustentabilidade à rede; à medida que a rede se ampliava, permitia dividir a dor.

*“Sem respostas definitivas da ciência o homem busca, nas crenças religiosas, explicações para o fenômeno da morte”.*<sup>10</sup>

Passados sete dias vivemos outros dois rituais: a **cerimônia no Templo Budista** e a **missa na Igreja Católica**. E a rede novamente se apresentou, utilizando recursos familiares às celebrações do grupo: músicas e instrumentos musicais que, ritmadamente, faziam a confirmação da ausência, como o bater compassado de um relógio que não pára.

O ritual de maior sustentabilidade dos primeiros momentos após a perda, foi a repetição — durante 49 dias — de um modo de **confirmação da ausência**, que consistia em manter acesa uma chama de vela ao lado de uma foto de meu filho morto, acompanhada de uma fala que supostamente se dirigia a ele, mas que, na verdade, serviu para que fôssemos compreendendo da realidade de sua morte.

Quando o ritual transpassa o virtual e o tecnológico

De posse da urna com as cinzas, foi criada nova forma, ritualizada, de fechar esse ciclo — morte, cremação, destino às cinzas. Ocorreu-nos **jogar as cinzas no mar** — elemento de grande significado transformador enquanto natureza, mistério, renovação, fonte de vida. Novamente houve entrelaçamento do íntimo com a rede ampliada — amigos e família — que além de expressar emoção, puderam estar lado a lado, ressignificando cada qual seu próprio papel diante da vida e diante da ausência.

---

<sup>10</sup> VOMERO, M.F. *Morte...Como lidar melhor com a idéia da morte?*. SuperInteressante. Edição 173, Fev. 2002.

Em torno de grande fogueira pôde-se utilizar a música como elemento de aproximação do grupo. Com o vinho tinto brindou-se a vida. Da natureza veio uma forte chuva — elemento natural, simbólico, agregado ao ritual social. Nesse instante, a urna foi aberta e as cinzas, aos punhados, jogadas ao mar, no fogo, no ar. E, numa respeitosa homenagem, como forma de trazer um pouco do amigo morto consigo, houve os que esfregaram em seus rostos e braços as cinzas funerárias.

Como a *“morte física e social não ocorrem ao mesmo tempo, participar de um ritual pode concretizar a morte e permitir a despedida”*.<sup>11</sup>

---

<sup>11</sup> CASELLATO, G. op.cit. p. 119

## INTERLIGANDO RITUAIS PARTICULARES E COMUNITÁRIOS

*“Os rituais, muitas vezes, utilizam símbolos que unem as dimensões sociais e cosmológicas”*

O impacto acarretado pela perda “exige” respostas que não são mais encontradas nas histórias ordinárias e nos processos do dia-a-dia. Na busca da expansão da visão de mundo recorremos a:

- um curso de filosofia, com possibilidade de reflexão a respeito das mais profundas e antigas questões existenciais com frequência semanal;
- um estudioso de xamanismo e das tradições não ortodoxas de povos primitivos, que nos orientava na criação de rituais que simbolizassem os processos de transição e busca de explicação do desconhecido, o qual visitávamos mensalmente;
- as “Cartas do Caminho Sagrado”<sup>12</sup> que, numa leitura diária, permitiam sentirmo-nos *“mais integrados e harmonizados com a natureza e com todas as formas de vida, [pois] é na quietude do Coração-que-Procura que se alcança os níveis mais sutis dos ensinamentos nativos e se penetra no mundo dos conhecimentos mais profundos”*.

---

<sup>12</sup> SAMS, Jamie. *As Cartas do Caminho Sagrado*. Rio de Janeiro: Rocco, 1993, p. 25

## AMPLIANDO A REDE DE APOIO ESPECÍFICA

*“Os grupos de auto-ajuda são extremamente valiosos para os pais nesta situação, oferecendo uma rede de apoio para facilitar o enfrentamento da dor da experiência”.*<sup>13</sup>

Fomos apresentados a um grupo de pais enlutados que se reunia atendendo a necessidade do próprio grupo ou a cada novo casal que chegasse após viver a experiência da morte de um filho. Nesse grupo, a rede específica permitia aos recém-chegados sentirem-se acolhidos, estarem entre iguais e ouvirem relatos de outros pais (às vezes, com histórias mais dolorosas). Apesar da dor evidente, sempre foi possível ouvir palavras encorajadoras, compartilhar angústias, tristezas e, ao mesmo tempo, descobertas de ganhos possíveis a partir da perda e ter contato com recursos usados por outras famílias vivendo processo semelhante. A partir de minha formação em terapia familiar, ocorreu-me a possibilidade de nossa participação, enquanto família, no grupo – até então – de pais. O grupo passou, assim, a incluir outros membros da família que não contavam com rede de apoio própria para seu papel familiar – tio, avós, e principalmente, irmãos.

Entre os participantes do grupo é freqüente a troca de textos e bibliografia sobre temas relacionados à morte, vida após a morte, transcendência, ampliação da consciência, significado da vida, etc... Essa vivência permite aos enlutados sentirem-se preparados para acolher e integrar novas famílias que surjam.

---

<sup>13</sup> VIDEKA-SHERMAN & LIEBERMAN. “Um tempo para chorar: a morte e o ciclo de vida familiar. In: MCGOLDRICK, M. C. e WALSH, F. *Morte na Família*. Porto Alegre: ArtMed, 1998.

## RITUALIZAÇÃO DE DATAS ESPECIAIS

*“Rituais da vida de qualquer família são a melhor porta de entrada para facilitar a elaboração... por vezes, é necessário criar um ritual especial para promover a elaboração”.*<sup>14</sup>

### O primeiro aniversário

Dia 04 de outubro de 2003 o Ric faria 20 anos.

Um ritual para simbolizar o prosseguimento da vida. Para um filho cremado, com cinzas jogadas ao mar, talvez não bastasse um ritual comum. Foi necessário construir um ritual com significado próprio que celebrasse a data, evocando a memória do filho morto.

Esse ritual começou a ser construído um mês e meio antes da data do aniversário, por pretender identificar elementos simbólicos significativos para a família nuclear nessa celebração. A intenção foi criar uma situação onde o legado emocional da perda pudesse ser compartilhado entre a família e a rede social ampliada. Os elementos simbólicos usados nessa celebração foram: um *“doce alimento”* degustado por todos (torta de limão – da qual o Ric tanto gostava, como forma de homenageá-lo); *fitas de vídeo* (onde o Ric e diversas pessoas interagem, em diferentes contextos, evocando a memória de situações de vida, compartilhadas, estabelecendo conexão entre várias redes); *pertences pessoais do Ric* (distribuídos entre seus amigos, como um presente, criando o entrelaçamento de sua história pessoal com a vida que segue); uma *carta aberta ao Ric*, (sobre a qual nos debruçamos ao longo de dias, coletando e combinando trechos de canções que ecoassem o que gostaríamos de lhe dizer – e que diziam um tanto dele – sorriso, alegria de viver, afetividade) e, principalmente, a grande construção

---

<sup>14</sup> IMBER-BLACK, E. “Os rituais e o processo de elaboração”. In: MCGOLDRICK, M. C. e WALSH, F. *Morte na Família*. Porto Alegre: ArtMed, 1998.

feita pela rede: *fotos trazidas pelas pessoas* (de épocas e situações as mais diversas, que formaram um grande painel) reconstruindo uma história multifacetada da vida.

#### DIA DAS MÃES

Primeiro ano do ciclo que começou com a morte, no dia das mães do ano anterior. O Budismo propõe a busca da sabedoria e do desapego em relação à vida. Nova cerimônia no templo budista reuniu e conectou a rede social, em cerimônia altamente ritualizada, com a repetição de mantras e queima de incenso num grande incensário. Os exercícios de introspecção e meditação propostos permitiram a personalização do ato, em uma troca do privado com o comunitário e de volta ao particular.

#### **O primeiro ano da morte**

Fechamento simbólico de um ciclo a partir do qual tudo iria repetir-se. Para celebrar essa data, elaboramos carinhosamente uma carta, que enviamos a todas as pessoas de nossa rede social, convidando-as para a missa de um ano. Assim como na celebração do aniversário, a construção da carta representou, para nós, um novo ritual. Reunimo-nos, pesquisamos autores, lemos e conversamos sobre poemas e textos, até encontrarmos elementos simbólicos que dessem sentido a essa construção: trechos poéticos plenos de significado em relação à ausência e continuação da vida.

A missa na igreja católica, mais do que um ato religioso em si permitiu a presença de toda a rede social como expressão de solidariedade aos enlutados e tributo respeitoso à memória do filho morto.

#### O SEGUNDO ANIVERSÁRIO

Construção de contexto conversacional sobre a realidade da morte. Ritual com a rede social mais próxima (amigos do Ric).

Sentados em círculo, compartilhamos experiências pessoais e aprendizagens adquiridas a partir da transformação da dor e da resignificação da vida. Em um exercício simbólico queimamos, numa mistura de grãos, pedaços de papel contendo

características individuais, facilitadoras e dificultadoras do processo de vida e realização pessoal. Os grãos representavam: fertilidade e mudança (trigo), sabedoria e luz (mel), purificação (erva doce) e a junção dos elementos fogo, terra, ar e água (incenso). Cada uma das pessoas do grupo recebeu e levou consigo parte do produto final da queima, simbolizando o entrelaçamento da rede onde a soma de todas as características individuais se configurou no comunitário.

Esse ritual ocorreu no domingo à noite, véspera do 21º aniversário, que se daria em realidade numa segunda-feira. No dia exato do aniversário, como forma de “alimentar” a memória do Ric, fizemos uma entrega ritualizada de pequenas tortas de limão à pessoas de vários grupos de nossa rede pessoal/profissional (local de trabalho, grupos de estudo e cursos). A partir de então ficou confirmada a torta de limão como elemento simbólico na celebração de seu aniversário.

### **Novo dia das mães**

Novamente, o paradoxo criado pela confirmação de ser mãe e não ter o filho presente. O poste, onde a vida terminou, teve por muitos meses as marcas da tinta azul do carro que o envolveu. A meio caminho de casa, lugar onde se passa e se conecta muitas vezes, esse poste – um dia – recebeu a tinta que cobriu aquelas marcas – evidências e incômodo deram lugar à ausência do registro simbólico do fim. Decidimos (pai, mãe, irmã e amigo) reapropriarmo-nos desse símbolo, com uma pequena transgressão que permitiu dessacralizar esse lugar. Colamos a foto (do folheto distribuído na missa de sétimo dia) dos dois amigos juntos, num fundo de céu. Restituímos o azul ao poste, ressignificado.

### **O segundo ano de morte**

Construção de nova forma ritualizada para marcar a data e manter a rede conectada. Convidamos parentes e amigos para estarem em nossa casa, em um horário determinado, na data do segundo aniversário de morte. O objetivo era compartilhar situações vividas com o Ric e manter viva sua memória.

No dia 11 de maio, no horário marcado, sentamo-nos em círculo, tomamos chá de “capim santo” (para propiciar um ambiente de acolhimento e proximidade) e

servimos às pessoas os biscoitos de chocolate preferidos do Ric, como uma das formas de conexão com ele. Iniciamos o ritual apresentando ao grupo um CD com 12 segundos de duração, onde o Ric aparece falando e brincando – num último registro de sua voz e imagem – filmado com o pessoal da faculdade. Esses doze segundos de espontaneidade e bom humor desencadearam lembranças gostosas e divertidas da convivência com ele, que foram relatadas por nossos amigos.

Passamos deste momento de descontração para uma reflexão mais profunda a respeito da morte e do impacto por ela causado na vida das pessoas. Pedimos a todos que escrevessem uma pergunta a respeito de suas inquietações e pensamentos sobre a morte, com o propósito de uma futura publicação em co-autoria.

Ao final, muitas pessoas nos agradeceram a oportunidade de compartilhar e refletir sobre como é possível não apenas sobreviver, mas viver de modo genuíno diante da dor.

### **Sobre os rituais**

Muitos são os autores que falam da necessidade de se fazer rituais, até mesmo criar os próprios rituais, para entrar em contato com a realidade da morte. Falam também em respeitar o tipo de ritual que a família adota, com os significados simbólicos que contenham sentido para aquele grupo familiar.

Ressaltam a importância de ritualizar sem restrições (restrições impediriam entrar em contato com o novo momento de vida) e sem exageros (o excesso de rituais impediria a evolução do processo de elaboração). Quando a família já realiza rituais para celebrar datas especiais – passagem, festividades e outros eventos – torna-se mais fácil ritualizar a morte.

A vida ocidental, em tempos atuais, oferece pouco espaço para ritualizações de perdas, o que necessariamente implica em dificuldade no processo de elaboração do luto. Muitas vezes, quando essa dificuldade se acentua, o trabalho de um profissional

pode ajudar na preparação das tarefas a serem realizadas em rituais que promovam essa elaboração.

Os autores pesquisados colocam também que, pessoas e famílias que tenham crenças religiosas, normalmente valem-se de rituais que facilitam o entrar em contato com a morte e a ressignificação da vida.

*“Rituais de elaboração não oferecem um fechamento simplista ou trivial, mas sim possibilitam a transcendência, facilitando a reconciliação dos relacionamentos e um novo envolvimento com a vida”.*<sup>15</sup>

---

<sup>15</sup> IMBER-BLACK, E., op. cit., p. 244.

**Considerações Finais**

---

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Metáforas têm sido uma constante em minha vida profissional. Plenas de significados simbólicos abrem espaço para a reflexão e permitem ressignificar uma narrativa.

Agrada-me a idéia de pensar a vida enquanto uma grande teia. Tecida ponto a ponto. Fio a fio. Respeitando um desenvolvimento pré-estabelecido que, certamente, chegará a bom termo. Entretanto, em algum lugar, por alguma razão, o ponto se rompe. E a teia pode perder-se para sempre.

A morte repentina de meu filho caçula, em plena juventude e vitalidade, rompeu o paradigma da vida longa e saudável que orientava minhas expectativas. Como, então, dar continuidade e sentido ao viver?

Busquei na teoria, fundamentação para minha vivência pessoal. Busquei referenciais externos; diferentes vozes que orientassem um novo caminhar. E as muitas possibilidades surgidas indicavam uma mesma direção: a necessidade de construir um referencial interno que possibilitasse a continuidade da vida. Uma continuidade ressignificada. Um novo olhar em direção às antigas questões existenciais. E esse novo olhar foi se construindo passo a passo, dia a dia, a cada situação vivida. E os rituais criados e desenvolvidos foram dando concretude à realidade da perda. Foi na construção compartilhada de rituais que pude refazer a ligação do paradoxo morte e vida.

O entrelaçamento da rede de apoio a cada ritual fez a ampliação do particular para o coletivo. Meu ressignificar se amplia a cada ritual criado e desenvolvido, de uma forma não necessariamente previsível enquanto expectativa de elaboração. É o tecer de uma teia configurando um novo desenho que modifica o padrão anteriormente imaginado, sem previsão do resultado final a que se vai chegar.

Se por muito tempo acreditei que as questões surgidas na vida eram do tamanho da possibilidade que se tinha de suportá-las, meu referencial mudou. Hoje

acredito que, para as questões que nos atingem na vida, há que se buscar internamente formas e recursos para que nos tornemos capazes de suportá-las. E de transformá-las.

Na adversidade normalmente perdemos o senso, perdemos a lucidez. Mas também é na adversidade que podemos buscar recursos que nos permitam sair da situação adversa mais fortalecidos.

Os rituais têm me permitido saber que é possível enfrentar situações de dor. Foi através deles que comecei a fazer a transformação do papel familiar e social que ocupava até então. Pude, por diversas ocasiões, concretizar a morte, voltar meu pensamento para o sagrado e, em conexão com meu filho, homenagear sua memória. O criar rituais fortaleceu-me, amenizando a dor da perda, permitindo-me viver intensa e profundamente cada situação simbólica que se apresentava. Passei a usar uma expressão ritualística para coisas que antes seriam situações comuns do viver. Revi meu sistema de crenças e tornei-me mais atenta a cada pequeno ato de vida, valorizando o momento presente em lugar de viver a ansiedade do que ainda está por vir.

*“Todos sabemos que o pico da dor decairá com o tempo, mas nunca sumirá, nem se substituirá a perda, pois é a única forma de perpetuar o amor inconsolável e insubstituível. E assim deve ser e é bom que assim seja”*.<sup>16</sup>

---

<sup>16</sup> CALLIGARI, Contardo. Comunicação oral, citando carta de Freud.

**Bibliografia**

---

## **Bibliografia**

- ANDERSEN, Tom. “Reflexões sobre a Reflexão com as famílias”. In: MCNAMEE, S. & GERGEN, K.J. *A Terapia como construção social*. Porto Alegre: Artes Médicas, 1998.
- BOWEN, Murray. “A reação da família à morte”. In: M. MCGOLDRICK, F. & WALSH, F. *Morte na Família: sobrevivendo às perdas*. Porto Alegre: ArtMed, 1998.
- BRUNER, J. *Atos de significação*. Porto Alegre: Artes Médicas, 1997.
- CALIL, Vera L. Lamanno. *Terapia Familiar e de Casal*. São Paulo: Summus, 1987.
- CASELLATO, Gabriela & MOTTA, Maria Antonieta P. “Lutos Maternos — um estudo comparativo”. In: *Estudos Avançados sobre o Luto*. São Paulo: Livro Pleno, 2002.
- COSTA, J.F. *A face e o verso — estudos sobre o homoerotismo II*. São Paulo: Escuta, 1995.
- ENCICLOPÉDIA Mirador Internacional, vol. 14. In: Enciclopédia Britânica do Brasil Publicações Ltda. São Paulo, Rio de Janeiro, Brasil.
- ENCICLOPÉDIA UNIVERSAL.
- FRANCO, M. H. P. Aula no *Curso de Especialização em Luto*. 2004.
- GERBER, Ignacio. Afrontando as incertezas – do pensamento sistêmico ao pensamento complexo. Boletim da APTF, ano 7, out/nov/dezembro de 2003.
- GRANDESSO, Marilene. *Sobre a reconstrução do significado. Uma análise epistemológica e hermenêutica da prática clínica*. São Paulo: Casa do Psicólogo 2000.
- HELMAN, C. G. *Ritual e manejo dos infortúnios*.

- IMBER-BLACK, E. “Os rituais e o processo de elaboração”. In: MCGOLDRICK, M. C. e WALSH, F. *Morte na Família*. Porto Alegre: ArtMed, 1998.
- KOVÁCS, M.J. *Educação para a morte: temas e reflexões*. São Paulo: Casa do Psicólogo, FAPESP, 2003.
- LAX, W.D. “O pensamento pós-moderno na prática clínica. In: S. MCNAMEE, K. & GERGEN, J. *Terapia como construção social*”. Porto Alegre: Artes Médicas, 1998.
- LAX, William D. *O pensamento pós-moderno na prática clínica em Terapia como construção social*. Porto Alegre: Artes Médicas, 1998.
- MCGOLDRICK, M. “Ecos do Passado: ajudando as famílias a fazerem o luto de suas perdas”. In: WALSH, F. & MCGOLDRICK, M. *Morte na Família: sobrevivendo às perdas*. Porto Alegre: ArtMed, 1998.
- MCGOLDRICK, M. e WALSH, D. “Um tempo para chorar: a morte e o ciclo de vida familiar”. In: *Morte na família: sobrevivendo às perdas*. Porto Alegre: Artmed, 1998.
- PARKES, C.M., Bereavement; Studies of grief in adult life. In: *Conclusions II: Attachments and losses in cross cultural perspective*. Londres: Penguin Books, 1991.
- PARKES, C.M. *Luto — estudos sobre a perda na vida adulta*. São Paulo: Summus, 1998.
- RUBEM, G. Comunicação aberta.
- SAMS, J. *As Cartas do Caminho Sagrado*. Rio de Janeiro: Rocco, 1993.
- VIDEKA-SHERMAN & LIEBERMAN. “Um tempo para chorar: a morte e o ciclo de vida familiar. In: MCGOLDRICK, M. C. e WALSH, F. *Morte na Família: sobrevivendo às perdas*. Porto Alegre: ArtMed, 1998.
- VILAR, Márcio. *Luto e morte: uma pequena revisão bibliográfica*. [www.cchla.ufpb.br/caos/01-vilar.html](http://www.cchla.ufpb.br/caos/01-vilar.html) — acesso em agosto de 2004.

VOMERO, M. F. *Morte...Como lidar melhor com a idéia da morte*. SuperInteressante, edição 173, Fev. 2002

WALSH, F. “A perda e a família: uma perspectiva sistêmica. In: WALSH, F. & MC GOLDRICK, M. *Morte na Família: sobrevivendo às perdas*. Porto Alegre: ArtMed, 1998.