



## O HOMEM IDOSO E A SOCIEDADE ACTUAL

Aveiro

18-XI-95

### *Elogio apaixonado, mas suspeito, da pessoa idosa*

Saúdo a iniciativa do Núcleo Diocesano de Aveiro da Associação dos Médicos Católicos Portugueses.

Estas Jornadas, as 5<sup>as</sup>, foram dedicadas aos problemas do homem idoso na sociedade actual. Homem no sentido geral incluído, claro está, a mulher até porque a sua esperança de vida é maior havendo seguramente mais mulheres idosas do que homens idosos. De facto, para uma esperança **média** de vida, à nascença, em 1992/93, de 74,4 anos a dos homens é 70,8 e a das mulheres 78 anos (A Saúde em Portugal, DEPS, 1995).

É um tema da maior actualidade e a qualidade dos intervenientes assegurou um desenvolvimento equilibrado e de grande valor científico. A mim cabe-me encerrar.

Agradeço o convite para ter a honra de intervir e, se não der boa conta do recado, tenho uma desculpa óbvia: sou uma pessoa idosa.



Tratarei o tema em dois andamentos e uma coda final.

No primeiro andamento, falarei do envelhecer, em termos de biologia.

No segundo andamento, um andantino grazioso, descreverei a beleza do envelhecer do espírito.

A coda é um allegreto molto vivace e espero que nos ajude a todos a amarmos o envelhecimento, nosso e dos outros.

1. Vamos então, **ao primeiro andamento**, uma balada triste, a balada do Rei de Thule, composta por Fialho de Almeida,

## Fundação Cuidar o Futuro

### **A Taça do rei de Thule**

"O rei de Thule era velho, e sobre velho, enfermiço e triste. Sentindo avizinhar-se a morte, distribuiu pelos filhos as suas terras e riquezas. E ficou sòzinho e pobre n'um antigo roqueiro castello - o mar batia por baixo, ml...ando cavernas e invadindo as masmorras: d'entorno aos cataventos das torres, gritavam as aves do temporal, e por salas d'armas e corredores, ainda a deshoras ressoavam as passadas d'uma côrte dispersa aos quatro ventos, vendo o rei sem territorio. O tropego monarcha, chamando as forças que lhe restavam, vestiu-se dos seus vestidos de gala, coroou elle mesmo os velhos longos cabellos com a sua corôa de

ferro, e arrancando do seio uma taça preciosa, disse ao pagem lhe vasasse um velho vinho do Rheno. Triste é dizer a magua que o Rei exprimia ante essa taça que a amada lhe dera, à volta de montear, a primeira vez que os dois tinham fallado a sós. E o rei, que então era mimoso adolescente, curvado sobre o palafrem da amada, jurára nunca profanar a taça em brindes libertinos, nos festins do seu castello roqueiro.

O pagem deitou-lhe vinho, ao largo era já noite no mar — elle, erguendo o braço trémulo, bebeu vagarosamente e havia nos seus olhos cançados, como no seio d'uma gruta marinha, ossadas de antigas e abrasadoras paixões.

Mas em balde o licor lhe circulava nos pergaminhos do corpo, à mira de incendejar-lhe reminiscências da noçividade.

E atirou a taça ao mar, do varandim rendilhado, porque ninguém mais, bebendo por ella, viesse a conhecer os segredos daquele amor de ballada, feito de suspiros e raios de lua, perfumes de lorangeira, e baques de coração espesinhado...

... E o rei considerava em vóz triste... Abandonaram-me os meus cavalleiros e não me queixo, fugiram-me os cortezãos e estou tranquillo: só a ideia de te deixar me atormenta, pois tu guardas inteira e palpitante a história do meu coração." (In "O Paiz das Uvas", pgs. 77-82).



Prossegue a balada em toada wagneriana: a taça flutua sempre, o cão fiel que o rei encerregou de a guardar pelo mar fora fatiga-se e envelhece em terra e uma pastora adolescente, espécie de Brunhilde inocente, não preparada para as violências da paixão, emlouquece de amor porque bebeu as últimas gotas da taça do rei de Thule, a taça que as suas mãos virginais conseguiram tirar do mar revolto.

Desta belíssima balada retenho, para o meu tema, a figura central: um velho, que foi poderoso e rico, na sua velhice, enfermiça e triste, só tem saudade do amor puro da adolescência como se a capacidade de amar se tivesse extinguido com o envelhecer do corpo.



## Fundação Cuidar o Futuro

Nos princípios deste Século assim era visto o velhecer, tempo de enfermidades e de tristeza que não poupava os reis quanto mais os pobres homens que somos todos.

Sobre a velhice se entoavam loas caridosas, e raras vezes de grande comiseração.

O velho era um inútil tolerado que, nas casas grandes, muitas vezes segregado do convívio social, isolado nos aposentos, ocultado às visitas, para não fazer feio.

Nestas condições, caminhava rapidamente para a demência, tornando-se inconveniente e com grande agressividade

verbal. Em suma, um pesadelo para a família que acabava por se sentir aliviada com a sua morte.

Nas classes menos favorecidas, o Asilo dos Velhos, mantido, em regra, pelas Misericórdias ou por instituições filantrópicas, era o destino mais provável. Estes Asilos, não obstante a generosa intenção de quem os criava e dirigia, transformaram-se numa pavorosa antecâmara da morte onde o idoso, desprovido de personalidade, perdia totalmente o respeito por si próprio e afundava-se num negativismo relacional que conduzia ao isolamento total e, algumas vezes, ao suicídio. Actualmente, na Holanda, os pensionistas dos Asilos e idosos que não se adaptam à vida que neles lhes é oferecida e entram em depressão, são propostos para eutanásia.

## Fundação Cuidar o Futuro

Claro que o envelhecimento, como aqui foi exposto, reduz as aptidões biológicas do ser humano, cuja vida tem um limite. Muitos órgãos, entre os quais o próprio cérebro, vêem reduzida a sua capacidade de desempenho funcional, perturbando o equilíbrio global da pessoa.

Mas a adaptação constante da pessoa às capacidades físicas gera um novo equilíbrio que deve ser percebido por cada um como saúde e não como doença.

Não se sentindo enfermo nem estando triste, nenhum de nós, sendo ou não, rei em Thule, precisa de entregar as suas terras e riquezas ou de atirar ao mar a taça dos seus sonhos



de adolescente, das suas paixões de juventude, das suas realizações da idade adulta.

Tudo deverá ser assumido numa nova vida que, pela força do espírito, supera a fraqueza do corpo.

É o que vou tentar transmitir no segundo andamento.



Fundação Cuidar o Futuro



## 2. O ENVELHECER DO ESPÍRITO

Tenho para mim como certo – e os neurobiologistas me perdoarão – que o cérebro é um instrumento precioso para a geração da auto-consciência e para que, nesta, possa surgir a ideia abstracta; mas o universo das ideias, representativas de objectos reais ou de objectos ideais, é *sine materia*.

Liberta-se da constrição das sinapses neuronais e existe fora da matéria, fora do espaço e até fora do tempo.

É esta formidável sensação de liberdade do eu criador, do fluir permanente do pensamento (sem raízes que nenhum machado possa alguma vez cortar), fluir que ocorre na intimidade da auto-consciência.

Auto-consciência – o mais secreto de todos os jardins secretos deste mundo.

Quem chamar alma a esta vida independente do espírito tal como ela acontece no campo da auto-consciência. Campo, sentido rigoroso que a Física moderna dá a este conceito: não é matéria, não é espaço definido, não é tempo.

O envelhecer do espírito é enriquecimento e expansão do campo da alma, como o movimento dos electrões amplia o campo

electro-magnético onde eles se situam e vai permitir objectivar o conceito de tempo matemático.

Também o envelhecer do espírito vai permitir a objectivação do tempo biológico que assim deixará de ser apenas a libertação, por via electro-química, da energia produzida ou acumulada nas células, para ser, de facto, a memória das criações do espírito.

Porque aquilo a que chamamos o envelhecer do espírito é o trabalho de criação das ideias e a sua articulação em rede, com múltiplos pontos nodais de cruzamento nos quais emergem, constantemente, novas ideias, no permanente enriquecimento do eu pessoal.

A emergência das puras criações do espírito humano tem *une durée* como lhe chamou Bergson, tem uma duração que tantas vezes nos deixa surpreendidos quando a comparamos com o tempo convencional, formalmente medido pelo movimento dos ponteiros dos relógios.

Pobres relógios que não sabem medir este outro tempo em que a nossa alma vive, às vezes tão vertiginoso que nos alucina e no faz parecer próximos do que chamam psicose maníaca, outras tão lento e despojado que fica às portas da hebefrenia ou do autismo.

É um universo próprio este do espírito humano.





E tão secreto que dele só conhecemos a pequena parte que se exterioriza através do corpo, na memória, nos mitos simbólicos, nas formas intencionais e no discurso verbal.

Tal como o projecto da casa é anterior à casa visível, também as criações da alma são anteriores às suas manifestações visíveis e comunicáveis aos outros.

O envelhecer do espírito é uma maturação enriquecedora como a do vinho generoso do Douro nos armazéns de Gaia e também, como ele, com uma margem de indeterminação quanto à qualidade do processo e à excelência do produto final.

Este envelhecer não é sincrónico com o envelhecer do corpo.

Há corpos velhos que deram ao espírito muita energia e muito tempo, mas energia e tempo que foram desaproveitados gerando-se um espírito vazio, deserto de ideias, pobre de capacidade comunicativa.

## Fundação Cuidar o Futuro

Como há corpos velhos com um espírito tão criador e rico que o corpo nem o consegue exprimir em toda a sua grandeza, limitando a sua comunicação aos outros.

A maior alegria do espírito é envelhecer porque aí o envelhecimento possibilita a beleza das grandes criações que o espírito depois oferece, generosamente, à cultura exterior simbólica, como forma de comunicação com os outros, presentes e futuros.



Mas não tenho hoje dúvidas – porque o meu espírito está já suficientemente velho – de que o que se comunica é só uma parte, às vezes, bem amarrotada como este discurso, de quanto o espírito criou.

Porque se há um mistério nas criações do espírito – e é o mais fundo e assustador de todos os mistérios – há também mistério no uso do corpo para ser veículo ou correia de transmissão dessas criações.

Porque, de toda a evidência, não é uma transmissão linear e directa; o salto qualitativo entre, por exemplo, a ideia e a palavra que a representa ou entre um conteúdo afectivo e o gesto que o simboliza, que pode ser a modulação do olhar ou o rictus da face, este salto qualitativo torna naïve, ingénua, uma leitura directa das manifestações concretas da cultura exterior simbólica.

Ver e ler para além dos símbolos, entrar no horto cerrado do espírito criador do outro, parece que infelizmente nos está vedado porque nem o corpo nem a alma podem revelar-se-nos como entidades separadas. Revelam-se-nos apenas como uma unidade substancial ou substantiva, com uma certa materialidade física e com um percurso limitado no tempo.

Cada pessoa humana, que emerge do caos do zigoto, cumpre um projecto no qual está incluída a criação





espiritual e a sua expressão para o exterior do corpo, através do corpo.

Em muitas fases do desenvolvimento deste projecto há mútuas constrações e desencontros.

No período pré-verbal, esses cruciais dois primeiros anos da nossa vida, as criações do espírito são já muito ricas, mas a sua expressão é, para nós, incompreensível porque não temos a chave para decifrar o código que é usado pelo infante. A comunicação pela fixação do olhar parece, às vezes, que nos faz compreender algo, mas esta compreensão não é exprimível por palavras e constitui, o que chamei uma vez, os grandes entendimentos extra-humanos, para significar a apreensão de uma realidade espiritual não mediada pelos instrumentos humanos de que o corpo pode dispor. Por isso lhe chamei extra-humana.

No período da senectude volta a acontecer este mesmo desencontro: o espírito criador, enriquecido por muitos anos de reflexão sobre os conteúdos abstractos da auto-consciência, pode não dispor já dos meios corporais necessários para uma transmissão eficaz: a voz é fraca, a mão é trémula, os passos incertos, o ouvido duro, a visão limitada. Mas, se o espírito consegue atravessar a barreira destes empecilhos, as suas criações chegam até nós com toda a força comunicante e avassaladora.

No mesmo ano ouvi, em público, três octogenários com vasta obra publicada: Emmanuel Lévinas, no Porto, René Thom, em Lisboa, D. Pedro Lain Entralgo, em Buenos Aires.

As vozes trémulas não impediram que eu entendesse, com Lévinas, que o rosto do outro e os seus olhos que me fixam são a origem de toda a ética; que eu percebesse, com René Thom, que as invariantes que determinam a forma no espaço permanecem ocultas e não podem ser deduzidas de fenómenos contingentes e passageiros como a química ou a genética; e que sentisse, com Lain Entralgo, que o objecto do cuidado médico não pode ser apenas o corpo do homem, mas deve ser o mistério da pessoa humana, abordado com compreensão e amor.



Mas o que mais me seduziu nestes três octogenários, um rabino, um matemático e um médico, foi a sua alegria, a sua evidente indiferença pelas limitações físicas sobre as quais não deixaram de fazer humor, e a sua humildade. Foi como se nos dissessem: vêde, toda a vida que já vivi me fez pensar que o que tenho para vos dizer é muito importante; e é por isso que falo; mas só o vosso viver, no tempo, vos dirá até que ponto é importante o que vos vou dizer.

Na extrema velhice entramos, finalmente, no período pós-verbal, de silêncio, ou de verbalização, incoerente ou não directamente significativa.



Não diz coisa com coisa, comenta o povo; já não percebe o que se lhe diz, afirmam os familiares; não reage, informa o médico do alto da sua ciência positivista.

Mas que sabemos nós da real situação de uma auto-consciência que perdeu a capacidade de comunicar com o exterior? Que sabemos nós da real situação da auto-consciência de um autista, da sua representação do mundo, da sua imagem de si próprio, como corpo e da dos outros como pessoas?

Tanto quanto o que sabemos da vida criativa do espírito infantil durante o período pré-natal ou da de um surdo-mudo de nascença que não aprendeu linguagem gestual e mímica.

Quando a criança aprende a exprimir-se pela palavra e pela escrita, damos-lhe conta da riqueza dos conteúdos afectivos e intelectuais do seu espírito que são anteriores à capacidade de expressão. Crianças com oito semanas de vida, como demonstrou Halford em 1988, já mostram memória primitiva de episódios que viveram um ou dois dias antes, quando este mesmo episódio lhes é apresentado numa experiência nova – o que é prova segura da emergência de uma actividade espiritual. E também este reconhecimento é saudado com uma grande alegria manifestada pela agitação corporal do pequeno ser humano.

Por esta similitude e mistério do período pré-verbal da criança e do período pós-verbal da pessoa idosa, é que Lois

Bloom, autora de um excelente livro sobre a aquisição do poder de expressão, intitulado "A transição da infância para a linguagem", escreveu nele a seguinte dedicatória: *"Para a minha mãe, cujos últimos anos me deram força para escrever este livro e para a minha filha cujos primeiros anos me deram a inspiração necessária."*



Fundação Cuidar o Futuro



### 3. ENTRO NA CODA FINAL

O envelhecimento com saúde bastante, hoje cada vez mais frequente mesmo entre nós, é uma forma de juventude do espírito, de verdadeiro rejuvenescimento.

A pessoa idosa, liberta do desempenho de um papel social e profissional e de grandes responsabilidades de carácter familiar, inicia um novo ciclo da sua vida que pode e deve ser marcado por uma rica actividade criativa do espírito, sem nenhuma relação com a sua anterior actividade profissional.

Para quê?, perguntarão os cépticos, enviezados pelos conceitos de custo-eficácia, da pessoa como instrumento, do utilitarismo, da rotina?

Para puro deleite pessoal, respondo simplesmente, para enriquecimento da vida interior, do espírito criativo, do sentimento afectivo de felicidade.

A pessoa idosa saudável - quero dizer, sem doenças graves como cancro, grande insuficiência cardíaca ou respiratória, insuficiência vascular cerebral ou periférica e doenças assim, embora com suas queixas articulares, do retorno venoso ou do trânsito intestinal - a pessoa idosa saudável é uma fonte permanente de alegria, de humor irónico (e às vezes cáustico) de quem já viveu muitos anos e passou



muitos invernos, de comunicabilidade fácil e, acima de tudo, é uma reserva de sabedoria; sabedoria que, na definição do eticista van Potter, é o conhecimento do modo como deve ser usado o conhecimento para a sobrevivência do homem e para a melhoria da condição humana.

É sacramental a pergunta do jornalista ao entrevistar uma pessoa centenária: *Então como é que fez para chegar a esta idade?*

A resposta, em regra, é irónica porque a pessoa centenária percebe que a pergunta não tem sentido e, por isso, não tem resposta: *Olhe, bebia todos os dias um copo de água em jejum*; o que é a melhor forma de traduzir a única resposta possível que é: *vivendo, simplesmente vivendo.*

Claro que a sabedoria da pessoa idosa pode ser útil para os outros no contexto social e até político; se, em alguns países, se elogia um governo com média etária baixa, na China, por exemplo, só os gerontes podem aspirar a ser governantes e a média etária dos actuais detentores do poder ronda os oitenta anos.

Mas a sabedoria da pessoa idosa é útil principalmente para ela própria, porque lhe dá uma serena compreensão do mundo, dos outros, do sentido do seu estar-no-mundo e da morte corporal.

A reflexão profunda sobre a morte, a sua e a dos outros, só a pessoa idosa a pode fazer porque a morte surge,



aos olhos sábios da pessoa idosa, como o acontecimento futuro que dá um enorme valor à vida actual, à vida presente da pessoa idosa. Tudo o que a pessoa idosa deixa inacabado quando morre é um hino magnífico ao valor da vida, dessa vida que foi vivida na perspectiva da morte.

Recentemente, uma escritora octogenária americana célebre foi entrevistada na televisão de lá por uma jornalista pedante que lhe perguntou:

*Se pudesse pedir -, a Deus, subentendia-se ou ao Diabo, sei lá -, alguma coisa, para si, nesta fase da vida, o que desejaria?*

A resposta foi rápida, seca e algo desdenhosa: *Curiosity.*

## Fundação Cuidar o Futuro

A jornalista, de certo à espera de que a resposta fosse dinheiro, poder ou sexo, emudeceu.

A escritora, generosa, explicou-lhe: *Enquanto eu tiver curiosidade por tudo o que me rodeia, sou feliz por estar viva.*

E caminhou pela relva impecável do seu jardim, em direcção à casa, de costas para a jornalista e para a câmara indiscreta, esfoçando-se, claramente, para que os seus passos, filmados, não parecessem incertos ou menos firmes.





A grandeza eloquente daquela simples palavra — curiosidade — é todo um programa para a vida da pessoa idosa.

Diziam os antigos "*curiosus, nobile ingenius natura dedit*", aos curiosos deu a natureza um nobre engenho.

Na nossa linguagem actual vamos afirmar que a curiosidade é a revelação do trabalho activo de um espírito vivo e nada tem a ver com a idade do corpo; é o motor da imaginação criadora e não é necessário que se exprima em obras que dêem um suporte material ao que o espírito está a criar.

Mas quando é possível que essas obras surjam, elas têm o esplendor de uma catedral gótica e apontam, irrecusavelmente, para Deus.

Fundação Cuidar o Futuro

Quando Verdi, aos 80 anos, compôs a música da ópera *Falstaff*, talvez a mais bela ópera cômica de todos os tempos, ultrapassando, com esta última criação do seu génio, o êxito, obtidos seis anos antes, com o *Otelo*, deu-nos uma mensagem de juventude e de alegria, de jovialidade e de bom humor, como é próprio da velhice saudável. E os oito anos que ainda viveu dedicou-os, Verdi, à construção, com o seu dinheiro, de uma casa para o acolhimento de músicos idosos, já reformados das apresentações públicas, mas com gosto para continuarem a fazer música e a viver na beleza dos sons.

Podia dar muitos outros exemplos, na música e fora dela, de grandiosas criações de espíritos jovens em corpos velhos, de espíritos criadores e cintilantes, em corpos apagados e mortiços como o de Stephen Hawkins.

Dir-me-ão: são génios, não servem de exemplo para gente comum como nós.

Não têm razão. O génio é o grau máximo da capacidade criativa do espírito, mas esta capacidade todos a nós recebemos porque saímos de um zigoto humano. E cada um, ao longo da vida temporal e com maior intensidade no seu tempo de pessoa idosa, deve saber conservar e enriquecer esta vida do espírito a qual cresce ao lado da nossa vida profissional, da nossa actividade lúdica, até da nossa vida afectiva. Da vida afectiva, sim.

## Fundação Cuidar o Futuro

Se bem que o Amor, como expressão mais completa da comunicação entre duas pessoas, abranja e inclua o corpo e o espírito, nunca uma alma se dissolve completamente na outra, persistindo o núcleo do eu que ama e do eu que é amado, como sujeitos activos do amor.

Dissolução total da alma individual só em Deus e esta é a substância da experiência mística; mas aqueles que a recebem e a vivem ficam, de facto, e antecipadamente, fora do mundo e não podem comunicar senão por alegorias, na verdade, ininteligíveis.



Cheguei aos últimos compassos.

Digo às pessoas idosas como eu: Gaudete.

Alegrai-vos, chegou o tempo para as colheitas do espírito; os frutos que amadurecem no outono da vida são os que vimos nascer na primavera juvenil e cresceram com o calor estival da nossa vida adulta.

Tão pouca atenção lhes demos que teriam morrido se não fossem de boa qualidade; e ficaríamos, então, neste outono, com as mãos vazias, entrando no rigor frio do inverno terminal trespassados de angústia.

Mas não morreram: nem os sonhos, nem os projectos, nem os afectos.

Todos chegaram até aqui, comigo, sazoados pelo tempo, embelezados pela distância.

*Vem colhê-los também, amigo idoso; eu, os meus, tu, os teus. E vamos depois trocá-los, com a verdade que não soubemos respeitar sempre, com a generosidade que nos faltou, com a tolerância que tantas vezes esquecemos.*

*Gaudete, gaudete, amigo idoso. Alegra-te porque já chegou o tempo para as colheitas do espírito.*

FIM

