



A MORTE E O LUTO EM TEMPOS DE PANDEMIA

Klinger Johnson
Teólogo
Mestrando em Agroecologia (UEM/MPA)
Membro do GEIFA
klinger.johnson@gmail.com

Luanna Freitas Johnson
Psicóloga
Mestre em Psicologia
Doutoranda em Educação (DINTER UEM/UNIR)
Membro do GEIFA.
luannajohnson@unir.br

*Quando você foi embora fez-se noite em meu viver
Forte eu sou, mas não tem jeito
Hoje eu tenho que chorar [...]
Travessia (Fernando Brant e Milton Nascimento, 1967)*

Em março de 2020, a Organização Mundial de Saúde (OMS) anunciou que o mundo estava assolado pela pandemia do novo coronavírus (COVID 19). A COVID 19 possui rápida disseminação, o que tem elevado o número de casos em um curto espaço de tempo e contribuído para a evolução dos casos graves. Tais fatos têm gerado um massivo aumento de internações hospitalares, utilização de terapias intensivas e óbitos.

Em meados de julho, segundo dados disponíveis no painel “*Coronavírus Brasil*” do Ministério da Saúde¹, o Brasil já apresentava quase dois milhões de casos e acumulava mais de 75 mil óbitos confirmados em decorrência do novo Coronavírus.

O avanço da COVID 19 invadiu o cotidiano da humanidade de forma intrépida, alterando o curso da vida, interrompendo planos, rompendo com a utópica normalidade, impondo medidas de isolamento e distanciamento social. Isso tem nos colocado constantemente diante da morte, pois a cada dia recebemos a notícia de que entes queridos, familiares, amigos e conhecidos se tornaram mais um número para a estatísticas de óbitos causados por esse vírus.

É inegável que o cenário atual apresenta inúmeros e complexos aspectos a serem considerados, pois a sociedade tem sido afetada nos mais diversos segmentos tais como economia, saúde, segurança, educação, etc. Todavia,

¹ Disponível em: <https://covid.saude.gov.br/>

A MORTE E O LUTO EM TEMPOS DE PANDEMIA

queremos desenvolver neste ensaio uma breve análise sobre o luto, um tema que muitas vezes passa despercebido nos vários âmbitos e, ainda, os estudos e pesquisas a seu respeito são escassos.

No presente ensaio, discorreremos, de forma breve, a respeito de lidar com a morte ao longo do tempo. Em seguida, apresentamos algumas questões acerca do luto e do processo de elaboração do mesmo.

Diante do luto, é preciso encontrar recursos que nos ajudem a fazer a travessia da perda que se configura como aprendizagem para conviver com a ausência e saudade daquele que partiu e na ressignificação da própria vida.

BREVE CONSIDERAÇÕES SOBRE A MORTE

Desde as mais antigas sociedades, foram criados sistemas fúnebres como uma forma de lidar com a morte. Há inúmeros registros relacionando a morte a perda, ruptura, desintegração, degeneração, mas, também, com fascínio, sedução, uma grande viagem, entrega, descanso ou alívio (KOVÁCS,1992).

Em seu primeiro livro do Antigo Testamento, a Bíblia indica que a morte significa o fim total da existência do homem: *“O Homem foi tirado da terra, e ao pó voltará”* (Gênesis 3:19). Entretanto, no Novo Testamento, a morte é vencida através da ressurreição de Cristo, evidenciando a crença na pós vida, pois, na perspectiva cristã, através da fé, a finalidade da vida humana é se encontrar com seu Deus após a morte.

Aries (2012), ao estudar as atitudes do homem diante da morte, identificou diferentes formas encontradas para lidar com esse acontecimento. Ele relata que no século XII a morte era naturalmente aceita como uma fase do desenvolvimento e não existiam tantas expressões de tristeza e lamentações. Contudo, entre os séculos XII e século XVIII, o autor identificou que a morte passa a ser vista relacionada aos temas macabros e imagens de decomposições físicas. Emerge ainda a ideia de juízo final, no qual os atos realizados em vida serão julgados, definindo, então, o destino do indivíduo.

No século XVII, a morte também ganhou espaço na arte e literatura, o que contribuiu para a visão da morte como algo peculiar e despertou a dramaticidade e a emoção a esse processo (ARIÈS, 2012).

A MORTE E O LUTO EM TEMPOS DE PANDEMIA

As visões sobre a morte foram se transformando ao longo do tempo por influência de várias instituições, mas a religião foi determinante, pois propagavam a existência de uma vida após a morte. No século XVIII, emergiu uma tendência de cunho romântico o que levou a pensar na morte do outro.

A partir da segunda metade do século XIX, Ariès (2012) observa uma mudança brusca na visão do homem sobre a finitude da vida. A morte passa a ser refletida com um sentimento silencioso e vergonhoso.

Dessa forma, no século XX, a temática sobre a morte se tornou um interdito, sendo suprimida da comunicação entre as pessoas, apesar de estar entre elas. E, desde o início do século XXI, não só está entre as pessoas, como também está mais próxima a elas, haja vista que os avanços tecnológicos e das telecomunicações invadem os lares com cenas de morte decorridas das mais diversas e inusitadas situações (KOVÁCS, 2005).

Para Kovács (2005), isso se torna um paradoxo, pois segundo ela *“Então, ao mesmo tempo em que é interdita, a morte torna-se companheira cotidiana, invasiva e sem limites, e, embora essas mortes estejam tão próximas (real ou simbolicamente), reina uma conspiração do silêncio”* (p. 486).

Ainda que tenhamos consciência de um ciclo natural em nosso desenvolvimento, no qual nascemos, crescemos e morremos, falar sobre a morte ainda é algo que incomoda e, enquanto puder, deve ser evitado. Todavia, o cenário que se configura decorrente do coronavírus tem nos colocado diariamente em contato com o tema, levando-nos a conviver com a perspectiva dela e de sua proximidade nos nossos contextos familiar e social.

Quantos de nós, nesse período de pandemia, não perdemos alguém do nosso círculo social ou conhecemos alguém que perdeu um familiar ou um ente querido?

Indubitavelmente, a morte e o luto são questões que fazem parte do cotidiano da vida e do viver de todos nós. A iminência da morte traz à tona a vulnerabilidade e a finitude do ser humano bem como a ausência e perda de um ente querido, pela morte, seja ela de diferentes formas: doença; de forma repentina; por acidentes; morte na visão sociocultural, separações etc., podendo desencadear muitos sentimentos inerentes a esse processo: perda, impotência, fragilidade, dor, revolta, entre outros. Estes são aspectos difíceis de serem analisados, pois envolvem a razão, a emoção e a fé e ainda podendo ainda provocar desequilíbrio e desajuste no

A MORTE E O LUTO EM TEMPOS DE PANDEMIA

repertório do indivíduo, pois o que está em pauta é a perda definitiva de alguém por quem o sujeito nutre um sentimento.

A TRAVESSIA DO LUTO

Diante de tantas mortes em decorrência do coronavírus, novas medidas restritivas são impostas, principalmente em relação aos rituais fúnebres. Autoridades estabelecem decretos que limitam o tempo e o acesso das pessoas em velórios e cortejo fúnebre. O risco de contaminação altera os procedimentos para o sepultamento. Essa nova realidade objetiva repercute nas questões subjetivas, na forma como a sociedade lida com tais situações, mas, certamente não diminuem o sofrimento daqueles que perdem um ente querido.

Parkes (2009) afirma que a perda por morte gera um grande sofrimento, pois várias outras perdas acompanham esse evento. As perdas não se limitam apenas ao ente querido, mas abrangem perdas que envolvem a dinâmica e a distribuição de papéis na família e provoca uma grande desorganização em vários aspectos, seja no âmbito econômico, social e familiar, ou seja, quem perde algo ou alguém, vive a tristeza da ausência e tem que se adaptar a uma nova realidade.

De modo geral, a pessoa se sentirá desorientada diante da morte e do luto e nada será mais profundo e doloroso do que o sentimento de perda (SILVA, 2017). Nesse contexto, o processo de elaboração do luto configura-se como um importante meio de reorganização mental, emocional e até mesmo social.

O luto pode ser definido, essencialmente, como uma reação à perda, em geral de uma pessoa, em especial de uma pessoa amada (PARKES, 1998). Constitui-se em uma reação normal a qualquer perda de importância, não apenas em conexão com a morte real de uma pessoa amada.

Sendo assim, a travessia do luto é um período de tempo necessário para a elaboração progressiva da perda e é composto por diversos elementos que envolvem um processo mental através do qual o equilíbrio psíquico é restaurado após a perda.

O luto é vivenciado pelas pessoas de uma forma individual, pois tanto fatores externos quanto internos afetam a capacidade que uma pessoa possa ter para completar o processo do luto. Dessa forma, não há como estipular o tempo de duração para que a pessoa complete a travessia do luto, que consiste na elaboração

A MORTE E O LUTO EM TEMPOS DE PANDEMIA

de sua perda e na aprendizagem para conviver com ela. Essa travessia não está isenta de dor e por vezes, exige-se grande esforço de adaptação às novas condições de vida.

É importante destacar que completar a travessia do luto ou elaborá-lo não significa que a pessoa irá esquecer aquela partiu e sim, que aprendeu a viver apesar da perda, ou seja, sentir a ausência daquele que partiu, sentir saudade, são sentimentos que continuarão existindo, porém, a pessoa enlutada aprende a conviver com essa perda, retomando sua própria vida.

A travessia do luto é um processo individual, porém não deve ser realizado de forma isolada, pois a expressão dos sentimentos é um caminho positivo para aqueles que estão sofrendo com uma perda.

Por isso, ter à disposição uma rede de amigos, ou parentes, ou profissionais pode ser um apoio incomensurável na reconstrução da vida após a perda. Poder expressar, sem inibição, os sentimentos, medos, angústias, e ser compreendido em sua dor é altamente positivo em casos de sofrimento com a perda de um ente querido por morte (ALMEIDA, 2015, p.77)

Almeida (2015) pontua, também, que o apoio espiritual é um recurso bastante relevante, tanto no momento da perda quanto no processo do luto, pois podem fornecer ao enlutado, palavras de encorajamento que os leve a ressignificar a vida após grande sofrimento.

Para a autora, a espiritualidade pode ser um recurso de superação da dor, pois através da busca espiritual, a pessoa enlutada poderá encontrar forças para continuar sua caminhada e refazer o significado de suas vidas.

CONCLUSÃO

O mundo não estava preparado para enfrentar o coronavírus. Tudo o que estamos vivendo não constava no planejamento dos brasileiros e a maioria de nós jamais imaginou que poderia enfrentar a perda de alguém em decorrência desse vírus. Ainda que não tenhamos nos deparado com a dor de perder alguém, inevitavelmente, somos afetados pelas medidas restritivas que nos infringem perdas simbólicas, perdas de investimentos, perdas de sonhos, enfim, diversos tipos de perdas.

A MORTE E O LUTO EM TEMPOS DE PANDEMIA

Tais perdas geram um turbilhão de sentimentos e comportamentos em intensidades diferentes em cada indivíduo, independentemente da idade, do credo, da posição social e/ ou grau de formação.

Considerando que as adversidades suscitadas pelo avanço da COVID 19 são tão recentes que, ainda não é possível encontrar estudos aprofundados sobre as consequências que a pandemia deixará na humanidade. A maioria das pesquisas estão centradas na busca por vacina, pelo tratamento, pela redução na contaminação etc. Compreendemos que, em uma situação de crise como a que estamos enfrentando, diversos cenários devem ser traçados e não há apenas um caminho possível. Neste ensaio, pretendemos destacar um, dentre tantos cenários que surgem diante da pandemia: o luto.

Afinal, se o número de óbitos ultrapassa 70 mil, a quantidade de pessoas sofrendo a dor da perda é muito maior, haja vista que aquele que sucumbe ao vírus, não é apenas um número isolado a integrar a estatística, mas é um pai, uma mãe, um filho, um marido, uma esposa, um amigo, enfim, uma pessoa que se relacionava com outras tantas, ocupando em suas vidas um lugar que hoje está vazio e obriga o enlutado a enfrentar a dor da ausência e da saudade.

Diante deste cenário, é necessário reconhecer a necessidade de criar recursos que possam colaborar na vivência do luto, pois este é um processo dinâmico que demanda tempo para ser elaborado, não sendo apenas um quadro de sintomas que surge depois da perda e logo desaparece (PARKES, 1998).

Assim, elencamos como recurso para o enfrentamento no luto, o apoio espiritual. Conforme destaca Almeida (2015), diante do sofrimento, as pessoas buscam conforto em algo maior e mais poderoso para conseguir reunir forças de modo a continuar sua caminhada e refazer o significado de suas vidas.

Encerraremos este ensaio com um texto que retrata o processo de enfrentamento da morte de um ente querido e da travessia do luto, tendo como recurso a espiritualidade².

“Naquele dia tudo estava em seu curso normal, como todos os dias. O sol se fazia aparecer com todo o seu esplendor, iluminando o céu azul e sendo adornado de nuvens brancas que em nossa infância identificávamos animais, aviões e navios.

² Texto escrito por um dos autores, diante da perda de seu pai.

A MORTE E O LUTO EM TEMPOS DE PANDEMIA

Mas, num certo momento me deparei com você, que chegou de repente, com um olhar que não precisava falar.

O seu olhar veio de encontro a minha alma e me falou sem palavras. Não precisa falar nada, em segundos eu já sabia: ele se foi. Mas, mesmo assim, você insistiu em falar, porém, eu precisava ouvir.

O meu coração não era suficiente para me convencer do que estava acontecendo. Eu olho para os lados e vejo as pessoas olhando para mim, sem saber o que dizer ou fazer, era um olhar de dor, de pena, de angústia.

Ergo os meus olhos para o céu, pois ele está tão bonito! Quem sabe mostrará algo da minha infância.... Não é isso que vejo.

Ele foi se transformando em nuvens escuras e densas, procuro formas e beleza, mas não encontro. Procuro o sol para enxergar o seu brilho, ele se esconde por trás das nuvens, talvez para poder chorar escondido.

Volto o meu olhar para as pessoas ao meu redor, mesmo sem ter respostas para o que está acontecendo, vem à minha mente que aquilo não está acontecendo eu irei acordar e ter certeza, foi um pesadelo.

Mas, isso não acontece, imediatamente recolho os pedaços de mim que caíram no chão e tento organizá-los, tentando mostrar uma força que não encontro, pois neste momento só consigo chorar.

Sinto que, em segundos, aconteceu uma transformação. O meu porto seguro foi destruído, não o tenho mais. O meu abrigo foi destruído. Sinto-me sem lugar para ficar e a solidão me invade.

Ainda sem entender, tento me apegar às lembranças, fazendo relatos sobre os últimos momentos, buscando um jeito de burlar o tempo para que não passe e eu volte a vivê-lo novamente. Não consigo.

Mas, vou contando a minha história para quem possa ouvir, não me importa quantas vezes terei que repetir. Essa é a única maneira de permanecer vivo neste momento. Quando paro de contar, sinto que os meus sonhos foram roubados por uma brisa que os levou para longe de mim e não posso alcançá-los.

Amanhã eu não sei se irei sonhar novamente, se conseguirei olhar para o céu. Tenho medo do anoitecer, a cama está vazia e fria e a solidão da madrugada é longa e me faz chorar. A dor é tanta que não tenho como descrevê-la. Quantas perguntas sem respostas!

A MORTE E O LUTO EM TEMPOS DE PANDEMIA

A única certeza que tenho neste momento é que o nosso Deus está perto do coração quebrantado, porque ele sofre quando vê um filho sofrendo, ele chora quando nos encontra chorando. Um coração sofrendo quebranta o coração de Deus. Imediatamente ele chega para nos acalantar, cabe-nos buscá-lo, pois *“Perto está o Senhor dos que tem o coração quebrantado, e salva os contritos de espírito”*. *Salmos 35:18*

Em meio à dor e escuridão, vivenciei a experiência de travessia do luto. Nunca vivera algo parecido antes. Hoje, a dor amenizou, mas permanece um sentimento de falta e saudade e a única resposta que tenho como cristão é relembrar que Deus criou o homem e mulher para viver eternamente. Não havia a ideia de luto. Essa palavra vem com consequência do pecado. Desta forma, entendo por que ela vem atrelada à saudade.

Há momentos em que a saudade é tão intensa que chega a doer, porém, neste instante a esperança se renova ao lembrar que a grande esperança será o nosso reencontro na eternidade. Lá, não haverá saudade, nem dor e seremos verdadeiramente felizes, pois como cristão temos a convicção de que viveremos na eternidade. Aqui, estamos apenas de passagem”.

Acreditamos que, na conjuntura atual, é necessário compreender o luto como um processo que faz parte do desenvolvimento humano e que não pode ser ignorado. Assim, como a COVID 19 afeta a todos, independentemente da idade, raça, posição social e credo, e nos impõe a realidade de quão vulnerável é a vida humana, a morte e o luto também se impõem a nós de forma inesperada. Não há como fugir, precisamos então, buscar recursos que nos ajudem a reunir forças para continuar a caminhada e refazer o significado de nossas vidas.

BIBLIOGRAFIA

ALMEIDA, T. C. S. Espiritualidade e resiliência: enfrentamento em situações de luto. *Sacrilegens*, Juiz de Fora, v. 12, n.1, p. 72-91, jan-jun/2015
<http://www.ufjf.br/sacrilegens/files/2016/03/12-1-7.pdf>. Acesso em 20 de jun. de 2020.

ARIÈS, P. **História da morte no ocidente**: da Idade Média aos nossos dias. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2012.

BIBLIA. Português. **A Bíblia Sagrada**: Antigo e Novo Testamento. Traduzida em português por João Ferreira de Almeida. 2. ed. rev. e atual. no Brasil. São Paulo: Sociedade Bíblica do Brasil, 2010.

A MORTE E O LUTO EM TEMPOS DE PANDEMIA

KOVÁKS, M. J. **Morte e desenvolvimento humano**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1992.

KOVACS, M. J. **Educação para a morte**. *Psicol. cienc. prof.*, Brasília, v. 25, n. 3, p. 484-497, 2005. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98932005000300012&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 20 de junho de 2020.

PARKES, C. M. **Luto**: Estudo sobre a perda na vida adulto. São Paulo: Summus Editorial, 1998

PARKES, C. M. **Amor e perdas**: as raízes do luto e suas complicações. São Paulo: Summus, 2009.

SILVA, I. S. M. **Considerações Acerca dos Processos Psíquicos do Luto**. *Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento*. Edição 08. Ano 02, Vol. 01. pp 193-207, Novembro de 2017