

A Síndrome do Ninho Vazio e o Cronômetro da Vida

Se construir e se desconstruir, num permanente vir a ser
Elaborar diversos lutos em relação aos filhos
Fracasso de projetos familiares
Luto patológico: Depressão e Melancolia
O idoso no presente, passado e futuro
A ideia idílica de felicidade

Luciane C. Stern

A vida é feita de ciclos, o término de um ciclo significa o começo de outro. A cada ciclo somos convidados a nos reinventar, a inaugurar um estilo novo de se acomodar ao mundo. O jeito anterior fica obsoleto, não resolvendo mais nossos impasses, nossas questões. Somos, assim, instigados a nos recriar o tempo todo.

Nascemos e já somos impelidos a inventar um novo modo de estar no mundo, pois o modo intrauterino não comporta mais o nascimento e a experiência de estar no mundo externo. Quando aparecem os dentes, a comida sólida fica, irrevogavelmente, incorporada a nosso cardápio diário, pois passa a fazer parte da saúde dentária. Aprender a ler revoluciona todo o nosso ser, passando a dar um sentido à vida até então inusitado para nós. E assim é com a experiência de adolecer, casar, ter filhos, entrar no mercado de trabalho, despedir-se dos filhos que deixam o ninho, aposentar, envelhecer.

A vida nos convoca a transformações, a atualizações com os novos referenciais. O novo é da ordem do inexorável. O melhor dos mundos é quando podemos nos atualizar com o porvir. Abrir nossas mentes, nossos corações às mudanças, incorporá-las e fazer disso uma nova experiência. A beleza da vida pode ser aí representada, na medida em que há sempre surpresas no meio do caminho. Por mais idade que tenhamos, nunca temos experiência suficiente para que o novo não nos surpreenda.



As dificuldades surgem quando não nos desapegamos de experiências antigas, especialmente se elas deram certo e foram fontes de prazer para nós. A atualização não se refere, apenas, a uma inauguração, mas também a uma abdicação.

Há um novo ciclo que se inicia quando os filhos deixam a casa dos pais. O filho que sai é convidado a viver a maturidade de forma mais plena, emergindo como sujeito autônomo, diferenciado, senhor de si mesmo e de suas escolhas. Aos pais, cabem fazer novos alinhamentos

com o ninho agora vazio e um trabalho extra, de ordem psíquica, que é o de vivenciar e elaborar o luto do filho que partiu.

Ao longo da vida, os pais são convocados a elaborar diversos lutos em relação a seus filhos. Devemos fazer o luto de nosso bebê que cresceu, de nossa criança adorável, de nosso filho adolescente, do filho que escolheu ser musicista e não médico. Do filho que não foi craque de futebol por gostar de letras e poesia, da filha que perdeu a virgindade e se tornou mulher, do filho que se casou com uma pessoa completamente diferente da expectativa dos pais...

Existem algumas questões que complicam o luto pelo filho que deixou seu ninho. Por exemplo: pais que se infantilizaram, tendo cabido à prole arcar com o peso das dificuldades emocionais, paternas ou maternas. Quando isso acontece, o filho fica como aquele que responde com sua presença complementar ao adulto genitor. A esse filho cabe focalizar as emoções do genitor e dar cabo delas. Sem os filhos, os pais ficam sem saber como agir, visto que se tornaram dependentes deles, havendo assim uma inversão de papéis.

Outra questão que traz danos é quando o filho substituiu para um de seus pais o outro cônjuge. Quando os adultos não assumiram sua opção sexual genital no sentido lato do termo: emocionalmente, afetivamente, culturalmente, independentemente do destino do filho. Isso quer dizer que o sentido da vida desses adultos não esteve no cônjuge de cada um deles, não esteve nos adultos da sua faixa etária, no seu trabalho, e sim no filho ou filhos pelo quais foram responsáveis. Assim, o pensamento, a preocupação, o trabalho feito para com o filho e o amor que lhe dedicaram dominaram a vida emocional dos pais.

Os pais que construíram um projeto familiar baseados na ilusão de felicidade e completude também se ressentirão da saída do filho de casa. Esses pais vivem a saída dos filhos como a falência de seus empreendimentos pessoais e isso pode deixá-los sem chão. Ressentidos pelo filho ter priorizado outras pessoas em detrimento deles, por terem outros objetivos e interesses para além de seu círculo parental. Por vezes ressentem-se, também, pelo fato de o filho ter construído uma nova família.

Enfim, existem várias combinações na relação pais e filhos que podem dificultar a separação entre eles, mas é certo que pais infelizes em sua vida conjugal, profissional, social, pessoal, que se dedicaram ao filho para afugentar suas próprias tristezas, mágoas, preocupações e frustrações, terão muitas dificuldades em fazer o luto do filho que deixa o lar materno.

Freud, em seu trabalho intitulado “Luto e Melancolia”, afirmou que, no processo normal do luto,



a energia psíquica investida no objeto perdido é aos poucos dele retirada e deslocada para um novo objeto, ou para outra representação mental, uma vez que a realidade mostra que o objeto não existe mais. No luto patológico, designado como melancolia, esse deslocamento

ou reinvestimento não é feito, de forma que a energia psíquica será consumida pelo investimento num objeto que já foi perdido. Assim o luto pode não se concluir e se processar um distanciamento da vida.

À medida que a realidade das perdas vai se impondo, o aparelho psíquico precisa fazer uma redistribuição dessa energia, pois a psiquê deve manter o investimento em objetos vivos, que não foram perdidos. Se isso não ocorre, o sujeito se desconecta da realidade, passando a ter um caráter delirante.

É importante considerar que perdas, limitações e frustrações se impõem durante toda a nossa vida, estimulando, inclusive, o amadurecimento e o desenvolvimento emocional, no sentido de favorecer um posicionamento mais realístico diante de nossa existência.

A saída dos filhos de casa coincide muitas vezes com o envelhecimento dos pais. Essa coincidência provoca a necessidade de elaboração de um duplo luto: a perda do filho e da juventude.

É exigido do aparelho psíquico de quem envelhece um trabalho mais frequente de elaboração de lutos, pelo fato de ter que enfrentar várias perdas. Elas vão desde limitações físicas com o próprio corpo, que vai “escapando”, a limitações cognitivas, profissionais, sociais e afetivas, com a perda da função materna – pois os filhos já estão criados. Há ainda perdas como as de entes queridos, decorrentes do avanço da idade; e perdas de alguns sonhos que não se realizarão mais, por impossibilidades diversas.



A história de qualquer ser humano está irrevogavelmente relacionada à temporalidade, ao cronômetro da vida. Os desdobramentos que damos a isso, porém, são de ordem inteiramente singular.

O idoso pode e deve revisitar o seu passado a fim de rearticular o seu presente e se relançar face ao seu futuro. Quando não se delineia mais para o idoso a possibilidade de remanejamento de seu presente e a inexistência de um futuro possível, o sujeito se defronta com a tragicidade de sua condição e a maneja segundo três estilos psíquicos, que não estão aqui referidos a quadro clínico da nosografia psiquiátrica. São eles: a depressão, a mania e a paranoia.

Na depressão, o sujeito revisita seu passado sem qualquer possibilidade de retificá-lo. Sente-se, então, sem possibilidades de rearticulação no seu presente e sem qualquer perspectiva de futuro. Assim se apresentam ao psiquismo do sujeito somente suas faltas e perdas, ficando ele sem um lugar social e sem reconhecimento simbólico.

Na mania, o sujeito recusa a passagem do tempo e funciona de forma caricata, como se fosse ainda jovem. Um travestismo juvenil em pessoas idosas que pretendem exibir uma jovialidade que não existe mais. Plásticas, implantes, vestimentas e outros tantos derivativos que trazem a marca de impropriedade.

Na paranoia, o sujeito concebe a inexistência do futuro por sua impossibilidade de revisão de seu passado. Inflaciona o seu ego e passa a acusar outras pessoas, principalmente as mais próximas, pelos fracassos que sua existência produziu. Além disso, sente-se prejudicado e responsabiliza os outros por suas faltas, perdas e coisas que não puderam construir e gozar.

A possibilidade de manter um equilíbrio psíquico e emocional durante a velhice dependerá da capacidade do indivíduo de continuar investindo realisticamente na vida, apesar das limitações e da própria finitude. Estamos convocados a uma reestruturação constante no decorrer de nossa experiência de vida. Precisamos rever escolhas, reconhecer equívocos, lidar com desencontros anunciados, sabendo que há frustrações que movem e frustrações que paralisam.

Mudanças positivas podem ocorrer nos anos avançados, após perdas ou frustrações. Um luto pode, inclusive, libertar o indivíduo de um passado, aumentar sua criatividade, enriquecer sua experiência, impulsionar uma atividade nova; enfim, manter seu investimento na vida, levando-o a ter uma vibrante e rica vida interna.

Em nossa época, há maior visibilidade social para o idoso, muito por conta do aumento progressivo da longevidade no Ocidente. O aumento da população idosa adquiriu pregnância significativa, concomitantemente a uma diminuição da população mais jovem, o que contribui para uma diminuição da renovação populacional.

O idoso que estava desinvestido de seu presente, desnarcizado de sua economia libidinal – só lhe restando a rememoração de seu passado – passa a redimensionar e rearticular a sua inserção na ordem da temporalidade, reconhecendo, agora, um futuro para si. Essa é uma conquista da contemporaneidade, em que se traz para a cena social a presença do idoso.

Com isso a velhice acabou recebendo um reconhecimento social e cultural do qual ela havia sido excluída no passado. O idoso, considerado como ser inexistente, passa a ter reconhecimento como um sujeito psíquico e agente social. Passa a ser reconhecido como uma pessoa fundamental na transmissão de valores ancestrais e da memória coletiva, sendo aquele que transmite a tradição.

É preciso coragem para assumir narrativa da própria vida, buscar sua própria voz, responder por suas próprias escolhas, percorrer um caminho pontilhado de desvio e sem nenhuma certeza de chegada.

A vida muitas vezes nos pega despreparados para enfrentar os novos desafios, as frustrações, defrontando-nos com as nossas fragilidades. Não nascemos com o patrimônio da felicidade. É

ilusão dizer que temos direito a felicidade. Essa ideia fantasiosa, idílica da felicidade, não leva em consideração que as dores da vida não são uma anomalia, que não há futuro garantido, que não é possível construir um lugar sem esforço, como também não é possível viver sem sofrer.

Podemos dizer que precisamos criar nossas próprias alternativas para situações desafiadoras que a vida nos imputará. Ter coragem para enfrentar e superar as dificuldades, construindo-se e se desconstruindo o tempo todo, num permanente vir a ser. Esse movimento nos faz crescer e amadurecer, requisita de nós estar sempre nos reinventando. E essa é uma condição imperiosa da vida. Como nos diz Cecília Meireles: “A vida só é possível reinventada”.