

1120

DM
FONS/JEA

INSTITUTO SUPERIOR DE PSICOLOGIA APLICADA

MESTRADO EM RELAÇÃO DE AJUDA - PERSPECTIVAS DA PSICOTERAPIA EXISTENCIAL

TESE DE MESTRADO

Fenomenologia da Finitude no Envelhecimento

João Eusébio da Fonseca



17867

2008

ISPA Instituto Superior de Psicologia Aplicada
C
Curso de
Documentação
Registo: 17867
Data: 5/12/08
Tel: 21 661 17 50 • biblioteca@ispa.pt

Dissertação de Mestrado orientada pela Professora Isabel Leal e apresentada ao Instituto Superior de Psicologia Aplicada, ISPA, para obtenção do grau de Mestre na especialidade de Relação de Ajuda, conforme portaria nº356/2005 de 1 de Abril, para dar satisfação ao ponto b, do artº 5 do Decreto-Lei nº 216/92 de 13 de Outubro.

A toda a minha família, escolhida e não escolhida, passada, presente e futura, por serem a primordial e final matriz relacional da minha existência e por estarem sempre, de alguma maneira, comigo e presentes em mim. Em especial aqueles que estão comigo e fazem parte do núcleo, Victor e Filomena, Sara, João, Gu, Constança e Kiko, Rodrigo, Tomás e Bia, e por fim à Maria.

A todas as pessoas que directa ou indirectamente contribuiriam para a manifestação desta tese de mestrado, uma tese cuja exigência e dedicação me colocou por vezes numa “espécie de hibernação social”.

Mais especificamente, aos três participantes deste estudo pela coragem dos seus testemunhos e cujos nomes não são enaltecidos apenas por questões de confidencialidade. À Cláudia, à Guiomar e à Maria Luísa por terem providenciado a possibilidade de conhecer os respectivos participantes e ao Mário pela generosidade em ter oferecido as condições para as respectivas entrevistas.

A todos os professores e colegas que fazem parte do Mestrado de Relação de Ajuda e da Sociedade Portuguesa de Psicoterapia Existencial, por serem companheiros nesta viagem intersubjectiva.

Daqui parte também um especial agradecimento para o Edgar pela sua presença e cuidado, e para a Professora Isabel Leal pelas calibrações do trabalho e pela sua prontidão.

Aos alunos do 1º Ano do curso de Gerontologia Social e aos amigos e colegas Joaquim e Ana, da Escola Superior de Educação João de Deus.

Ao Universo e especialmente a este Planeta Terra, por nos darem condições e possibilidades para que a vida e os encontros ainda aconteçam.

*Momma, take this badge of o'me,
I can't use it any more,
It's getting dark, to dark to see,
I feel i'am knocking on Heaven's door
Knock, knock, knocking on Heaven's door.*

*Momma, put my guns in the ground
I can't shoot them any more
That long black cloud is coming down,
I feel i'am knocking on Heaven's door
Knock, knock, knocking on Heaven's door.*

Bob Dylan (*Knocking On Heaven's Door*, 1973)

ÍNDICE

Introdução.....	1
Capítulo I.....	4
Enquadramento Teórico.....	4
Perspectiva Fenomenológico-Existencial.....	4
Fenomenologia.....	5
Existencialismo.....	10
Envelhecimento.....	16
Finitude.....	23
História Interna do “Sujeito”.....	24
Dimensões Existenciais da Morte.....	30
<i>Umwelt</i> (mundo físico).....	31
<i>Mitwelt</i> (mundo social).....	33
<i>Eigenwelt</i> (mundo privado).....	34
<i>Uberwelt</i> (mundo espiritual).....	38
Capítulo II.....	44
Metodologia.....	44
Objectivos do Estudo.....	44
Participantes.....	44
Material.....	45
Procedimentos.....	45
Investigação Qualitativa.....	46
Método Fenomenológico.....	49
Método Fenomenológico de Amadeo Giorgi.....	51

Capítulo III.....	54
Apresentação dos Resultados.....	54
Descrição da Estrutura Geral de Significado.....	54
Constituintes Essenciais e Variações Empíricas.....	55
Capítulo IV.....	66
Discussão dos Resultados.....	66
Diálogo com a Literatura.....	66
Conclusões.....	73
Limitações do Estudo.....	75
Potencialidades e Propostas de Investigação.....	76
Referências Bibliográficas.....	78
Anexos.....	84
Anexo A: Transcrição das Entrevistas.....	85
Anexo B: Tratamento da informação bruta segundo os passos do método.....	92
Anexo C: Estrutura geral de significado.....	106

Lista de Tabelas

TABELA 1: Experiências significativas dos clientes durante o processo de psicoterapia.....	53
TABELA 2: Análise dos Constituintes Essenciais e das suas Variações Empíricas.....	64

Lista de Figuras

FIGURA 1: Demonstração dos passos do método fenomenológico de Giorgi.....	52
FIGURA 2: Relação dos Constituintes Essenciais da Consciência de Finitude.....	72

RESUMO

O objectivo geral desta tese de mestrado de natureza exploratória, centrou-se em duas vertentes principais enquadradas dentro de uma perspectiva qualitativa e fenomenológico-existencial. Em primeiro lugar, foi realizada uma investigação fenomenológica da experiência de tomada de consciência da finitude no envelhecimento de modo a se compreender como é vivido e construído este significado na consciência dos gerontes e por fim, procurou-se explorar a hipótese do significado construído em relação à finitude poder condicionar a dinâmica existencial dos participantes e nomeadamente o seu projecto existencial.

A motivação principal para a elaboração do presente estudo, surgiu a partir da significativa ligação entre duas condições humanas e existenciais (i.e. envelhecimento e a finitude), que no último século têm estado disfarçadas na sociedade contemporânea, tendo chegando por vezes ao ponto de serem consideradas assuntos tabu.

Nesse sentido consideramos relevante a exploração e clarificação fenomenológica da experiência subjectiva da tomada de consciência da finitude no geronte, basicamente por ele ser o sujeito principal do envelhecimento e estar à partida, mais próximo desta tomada de consciência antecipada em relação à inevitabilidade do fim da existência, bem como de tudo o que isso representa para a pessoa em causa. A investigação fenomenológica da vivência desta experiência e do seu respectivo significado, serviram como os principais pontos de partida para uma dialéctica com as perspectivas fenomenológico-existenciais, de forma a se clarificar a ligação que a consciência da finitude aparenta ter com a dinâmica existencial do geronte.

Em relação à metodologia aplicada neste estudo, esta baseou-se na utilização do método fenomenológico descritivo de Amadeo Giorgi com o intuito de descrever e melhor compreender a essência do significado desta experiência subjectiva, nomeadamente através dos seus constituintes essenciais e variações empíricas. A amostra seleccionada foi constituída por três participantes com mais de 65 anos de idade com comprovadas reflexões sobre a finitude e com a presença de um envolvimento activo em novos projectos existenciais após as suas respectivas aposentadorias.

Relativamente aos resultados do estudo, a investigação fenomenológica da experiência da tomada de consciência da finitude neste universo, demonstrou que as condições do envelhecimento desde as perdas significativas aos limites do corpo e do tempo, estão directamente relacionadas com esta vivência, tornando-a cada vez mais presente para a consciência. A contemplação deste assunto e a sua construção de significado parecem começar a actualizar-se a partir daqui, onde a antecipação construída (i.e. uma suposição apoiada nas referências próprias e passadas do individuo) envolve os gerontes numa vivência paradoxal que provoca uma experiência de vulnerabilidade emocional por se ter ao mesmo tempo, de aceitar a inevitabilidade e imperatividade do destino e compreender que ainda há tempo disponível para realizar os seus projectos existenciais. A incerteza sobre o momento em que o seu destino se tornará efectivo e a forma como ele ocorrerá, mantêm-se durante o processo e adicionalmente, parece surgir uma esperança na continuidade desta existência própria, mas também a presença de uma abertura para a dimensão espiritual da mesma.

Inerente a tudo isto, destacou-se a transformação que a tomada de consciência de finitude produziu no *ser-no-mundo* dos gerontes, levantando-se a forte hipótese de que a intencionalidade construída em relação ao que esperam acontecer no momento da finitude, seja uma contra-resposta das experiências que os fizeram tomar consciência da mesma. Consequentemente, o resultado da construção deste significado sobre algo que intrinsecamente não se conhece, vai marcar a experiência presente e futura do geronte.

Nesta perspectiva, foram identificados nove constituintes essenciais a partir do método fenomenológico onde dois deles se relacionam com as condições inerentes à experiência (e.g. *perda inesperada de uma referência significativa; consciência dos limites corporais e temporais*), e os outros sete remetem para a construção de significado sobre a finitude (e.g. *recordação de experiências de separação relacional com vivência de angústia; antecipação; intenção paradoxal; vulnerabilidade emocional; incerteza; continuidade e abertura espiritual; mudança da perspectiva e da relação com a existência*).

Este estudo específico foi o primeiro desta natureza a ser realizado no país e mais especificamente na área do envelhecimento, e parece oferecer um amplo leque e clarificação sobre o sentido da finitude e a sua potencial influência nesta fase. A partir daqui o estudo oferece por um lado, a possibilidade de realizar mais

investigações sobre a finitude no campo dos cuidados paliativos, onde a sua respectiva iminência é ainda maior do que aquela que acontece nos gerontes, por outro lado, promove a futura realização de novas investigações sobre o amplo fenómeno da experiência subjectiva do envelhecer.

O método fenomenológico utilizado demonstrou a capacidade de retirar das experiências subjectivas algum sentido sobre a finitude existencial, um fenómeno que é em si mesmo um ícone da incerteza, e tornou explícito um conjunto de constituintes que poderão oferecer uma variedade de hipóteses assim como uma complementaridade a mais posteriores estudos quantitativos e qualitativos.

Palavras-Chave: Perspectiva Fenomenológico-Existencial, Fenomenologia, Existencialismo, Finitude, Morte, Envelhecimento, Gerontes.

ABSTRACT

The specific purpose presented in this master degree with an exploratory nature, is based upon two major points that are contextualized within a qualitative and a phenomenological-existential perspective. This points consist firstly in a qualitative and phenomenological exploration of the experience of consciousness of finitude in the elders, in order to clarify how the meaning of death and finitude is built in the consciousness of the subjects in study, and finally, the study tried to understand how this meaning inflicts his presence in the actual way of "being-in-the-world" and his existential dynamics, namely his existential project.

The aim that guided our study was the significant connection between two major human and existential conditions (i.e. ageing and finitude) that seem to have been disguised for the last century in our actual society, becoming sometimes almost a taboo matter.

In this sense, the author considered that the phenomenological exploration and clarification of the subjective experience of consciousness of finitude in the elders, would be of high relevance not only because they are the essential subjects of the ageing process but most of all, because they are closer than ever to the experience of finitude, or in other words, to the anticipated awareness that existence is going to end and what that represents for the person in question. The phenomenological investigation of this experience and its subjective meaning, also served as the first step towards a correspondent dialogue and actualization with the phenomenological and existential perspectives, in order to clarify how the consciousness of finitude influences the existential dynamics of the elders.

In terms of the selected methodology the current study used the phenomenological descriptive method of Amadeo Giorgi to allow a better description and understanding of the essence of meaning presented in this subjective experience. This understanding was built upon the determination and clarification of the essential constituents and empirical variations presented by the subjects. The population selected were three participants with more than 65 years old, that not only had reflected upon finitude but also were involved in new existential projects after their retirements.

Regarding the results, the phenomenological investigation of this study towards the experience of consciousness of finitude in the elders, revealed that the

conditions of ageing, including significant losses, body and time limits, are intimately related to the uphold of this experience, turning it gradually more present in the respective consciousness of the subjects. The contemplation of this matter and the construction of meaning about it, seems to become actualized from this point where an anticipation (i.e. a supposition based on personal and past references) has been built, involving the elders in a paradoxal experience that provokes an emotional vulnerability by having to accept the inevitability and imperative presence of their destiny but also by acknowledging that they still have time to endeavour in existential projects. The uncertainty of the moment about the time where their destiny will become effective and the way it will succeed is constant during this process and in addition, it seems to unfold a feeling of hope in the continuity of their actual existence and an opening towards a spiritual dimension.

Implied in all of this is the major transformation that these experiences of consciousness seem to reflect upon the being-in-the-world of the elder, and a possibility seemed to emerge, which reflects on the fact that the what the elders wish to happen on their dying process, seems to be the opposite of what they experienced in the moment when they took notion of their finitude. In consequence, the construction of meaning about something that intrinsically humans don't know, marks the present and future experience of the elder.

In this view, there were nine essential constituents identified in the experience of consciousness of finitude in these elders, where two of them were related to the context where this experience happens (*unexpected loss of a significant reference; awareness of body and temporal limits*), and the remaining seven (*memory of relational separation with the presence of angst; anticipation; paradoxal intention;; emotional vulnerability; uncertainty; spiritual opening and continuity; change of the perspective and the relation with existence*) point to the construction of meaning about this experience.

This specific study was the first to be done in Portugal within the area of ageing and it seems to offer an amplified spectrum and clarification, regarding the meaning of finitude and its respective influence in this phase of life. From this point it is given a possibility to build further investigations about finitude, especially in the area of palliative care where the imminence of this phenomenon is even whither than in the ageing process, and on the other hand, it can promote more studies to be done regarding the subjective experience of ageing.

The use of this specific phenomenological method revealed the capacity to capture a significant meaning about existential finitude from a subjective experience, which by the way, is a major phenomenon of uncertainty, making it more explicit by the means of its essential constituents and furthermore, it offered a variety of hypothesis that can complement future quantitative and qualitative investigations.

Key-Words: Phenomenological and existential perspective, phenomenology, existentialism, finitude, death, ageing, elders.

INTRODUÇÃO

A principal intenção subjacente à realização desta tese de monografia do Mestrado de Relação de Ajuda – Perspectivas da Psicoterapia Existencial, assenta essencialmente na tentativa de explorar de um modo fenomenológico-existencial o significado subjectivo da experiência de finitude nos gerontes, nomeadamente a respectiva construção de significado sobre este evento e a sua ligação com as condições existenciais em que os gerontes se encontram e por fim, a hipótese de como esse respectivo significado marca presença na forma actual de *ser-no-mundo* do geronte.

Embora se considere que só os seres humanos possuam a capacidade de conjuntamente antecipar e construir significado em relação ao fim da sua existência, os assuntos relacionados com a morte continuam a ser, na opinião de Montaigne (1993), desviados da consciência da maioria das pessoas, representando algo de estranho não só para elas como para a própria sociedade. Parte desta estranheza advém dum paradoxo existencial em relação à experiência da morte em si e que se traduz no facto de ela ser por um lado, um evento inevitável e garantido da existência, e por outro lado, a sua experiência directa e total encontrar-se sempre inacessível a todos aqueles que ainda fazem parte da existência. É por esta mesma razão que Emmanuel Levinas afirma “*a descrição do fenómeno da morte está destinada aos vivos, enquanto que a experiência do que se passa depois dela não é da ordem desta existência*” enquanto Epicuro alegava “*quando a morte está lá eu não estou, e quando eu estou lá a morte não está*” (Levinas, 1993, p. 28, 1995, p. 158).

Desta feita, a única forma disponível e segura para os indivíduos se relacionarem com a morte sem necessitarem de morrer, passa pela experiência da finitude ou daquilo que Heidegger (1951) baptizou como o *ser-para-a-morte*, ou seja, a consciência antecipada sobre esta futura e imperativa condição da existência.

O motivo para a escolha deste tema de Mestrado está em ressonância com o parágrafo anterior e provem de um processo gradual de aprendizagem do autor da tese, nomeadamente sobre os alicerces filosóficos na qual a psicoterapia existencial assenta e dos quais se destaca o confronto do sujeito com os chamados dados da existência. Incluído nestes dados está o confronto antecipado e posteriormente

efectivo com a condição de mortais, o que implica não só a construção subjectiva de um respectivo significado sobre a morte e o morrer, baseado por sua vez nas referências pessoais e biográficas do sujeito, como o condicionamento da presente experiência do existir e a construção do seu projecto inerente. Assim, por este ser um tema universal que marca qualquer projecto existencial, tornou-se relevante a exploração fenomenológica desta experiência subjectiva de forma a tentar clarificar a importância da sua estranheza para a existência pessoal, bem como a relação factual que os significados subjectivos da finitude possuem com as próprias condições existenciais onde os sujeitos estão lançados.

Neste âmbito, os resultados do presente estudo poderão também ser discutidos com uma das ideias mais ancestrais e essenciais das filosofias da existência, nomeadamente a ideia de que a doença, a morte e a finitude representam metáforas para a alma que agudizam a consciência para a preciosidade da vida e para o que se tem andado a fazer com ela, sendo uma condição *sine qua non* para se alcançar a autenticidade na existência e porque não, no próprio envelhecimento (Heidegger, 1951; Bolen, 1996).

Em respeito à fenomenologia, esta foi seleccionada como o procedimento metodológico de investigação, por ser um dos métodos qualitativos mais indicados para adquirir conhecimento sobre a subjectividade de uma experiência vivida e dos seus respectivos actos de consciência e de significado. Nesta óptica, sendo a finitude definida por Heidegger (1951), como um acto psíquico e de consciência onde se constrói *à priori* um significado em relação à futura e garantida experiência da morte, fica desde logo justificada a utilização desta corrente filosófica da fenomenologia, como base para a compreensão e esclarecimento das essências e das estruturas da consciência inerentes a esta experiência de antecipação.

O facto de se seleccionar gerentes que participem em novos projectos de vida após a reforma baseia-se em três pontos fundamentais, onde o primeiro se dirige para a evidência desta população se encontrar mais próxima do que nunca do evento da morte, estando gradualmente sujeita às evidências das suas limitações temporais e físicas que por sua vez, potenciam o surgimento das questões ligadas à finitude. Em segundo lugar, é necessário obter entrevistas onde os participantes apresentem boas capacidades cognitivas de forma a que a reflexão sobre a sua experiência de finitude possa ser fenomenologicamente bem descrita, no sentido de se alcançar uma maior luz sobre o significado da vivência bem como o seu efeito durante o último terço de

vida. Por fim, a particularidade de se seleccionar gerontes que frequentam universidades da terceira idade ou estarem envolvidos em novos projectos pós-reforma, representa na opinião do autor um sinal de autenticidade perante a existência dado que esta escolha revela uma abertura para novas aprendizagens, através de uma intencionalidade que se projecta no futuro com a esperança de continuar a existir. Em consequência disto, é levantada também a hipótese da consciência da finitude poder contribuir para esta motivação e esperança de voltar a aprender.

A presente tese de mestrado começa então por enquadrar no capítulo I, a perspectiva fenomenológico-existencial onde se descreve o significado e o contexto histórico das duas correntes que a constituem, a saber, a fenomenologia e o existencialismo.

Em segundo lugar, desenvolve-se o tema do envelhecimento com um enfoque especial na perspectiva existencial e por último, exploram-se os conceitos e imagens culturais associados a esta condição, percorrendo-se o evento da morte e da finitude em termos históricos e através da perspectiva de quatro dimensões existenciais.

No capítulo II, está indicada a metodologia utilizada bem como algumas noções do que representa a investigação qualitativa, introduzindo-se de seguida o método fenomenológico de Amadeo Giorgi, que serviu de base para a pesquisa da temática em estudo.

Para o capítulo III reservou-se a apresentação dos resultados das experiências subjectivas de finitude, sendo estas analisadas detalhadamente e graficamente através dos constituintes essenciais e das variações empíricas implícitas nas descrições dos três participantes.

No IV e último capítulo serão discutidos os resultados por meio de uma dialéctica com a literatura existente e sugerem-se novas possibilidades para futuras investigações assim como as limitações encontradas no presente estudo.

CAPÍTULO I

Enquadramento Teórico

Perspectiva Fenomenológico-Existencial

A perspectiva fenomenológico-existencial resulta duma ligação entre a fenomenologia e o existencialismo, duas correntes da filosofia que de acordo com Teixeira (2006), viriam a influenciar e desenvolver vários modelos no campo da psicologia, psiquiatria e psicopatologia.

O mesmo autor afirmou no ano de 1994 que a fenomenologia e o existencialismo apareceram como campos de elevado potencial de compreensão e reflexão sobre o homem e a sua subjectividade inerente, promovendo um questionamento sobre a estrutura das relações que o sujeito estabelece com o mundo e com a existência, sendo que estes campos por sua vez, não se dirigem nem à realidade objectiva nem aos processos inconscientes, mas sim ao modo como os factos são percebidos conscientemente pelo sujeito e como determinam o seu comportamento e percepção do mundo.

Assim, de forma a se compreender esta relação com o mundo, deve-se tomar em consideração três importantes directrizes dentro deste contexto (Teixeira, 1994):

- a) o facto da experiência individual não dever ser fragmentada em categorias abstractas;
- b) nada ser verdadeiro ou real para o sujeito a menos que ele participe, tenha consciência e se relacione com a verdade ou a realidade em questão;
- c) finalmente, o que se torna central é o fenómeno que surge à consciência, a experiência individual e a dinâmica existencial.

Para Leão (2006), a fenomenologia e as filosofias da existência surgiram como resposta e crítica ao pensamento contemporâneo que se debateu durante séculos com dois princípios ontológicos que se contrapunham, o corpo mortal (i.e. percívél), e a alma eterna (i.e. imortal), estando este debate ainda vigente na actualidade.

O enigma da existência pode ser pensado hoje como uma metáfora de uma elipse onde se contrapõem mas mutuamente se remetem duas grandes questões: seremos apenas matéria totalmente perecível, um corpo em tudo semelhante ao do animal ou, pelo contrário, a dimensão trágica do corpo vivido que somos, dará ao homem uma realidade inviolável permitindo-lhe ultrapassar a dimensão de corpo-objecto? (Leão, 2006, p. 280).

A mesma autora alega ainda que a questão entre corpo e alma, é entendida pela fenomenologia e as filosofias da existência como uma relação ontológica onde ambos estão comprometidos numa mesma substância, e, para se compreender a sua realidade, será necessário religar essa substância ao mundo, aos outros que a rodeiam e à dimensão de projecto existencial. Esta relação do sujeito com o mundo e mais especificamente a percepção e a construção de significado que se estabelece entre eles, vai também ao encontro das ideias de Heidegger e Gadamer, quando destacam a importância do contexto político, social e cultural como factores essenciais para as perspectivas fenomenológico-existenciais (Sousa, 2004).

Para além da influência terapêutica marcada em modelos como o da psicoterapia existencial, a teoria da *gestalt* e a psicologia humanista, esta perspectiva alargou-se também por outras áreas como a literatura de Dostoievsky ou Virgílio Ferreira, a pintura de Van Gogh e outras áreas do conhecimento humano como a sociologia, o direito ou a história.

Para melhor se clarificar os fundamentos nos quais esta perspectiva assenta, torna-se necessário explicitar o significado e uma parte da história de ambas as correntes que a constituem.

Fenomenologia

A etimologia da palavra fenomenologia provém da junção de dois termos gregos que são “*phainomenon*” (aquilo que aparece) e “*logos*” (razão ou conhecimento), definindo-se de forma genérica como o estudo daquilo que aparece ou surge na consciência, ou seja, a forma subjectiva como cada pessoa vivencia as suas experiências e o significado que lhes atribui (Smith, 2003).

Para Moren (2000), a fenomenologia define-se a si mesma como uma forma radical de fazer filosofia, um tipo de atitude ou prática que coloca ênfase na procura da verdade e na descrição do *phainomenon* na primeira pessoa. O seu primeiro passo

é o de tentar explorar e revelar a essência do fenómeno em si-mesmo da forma mais pura possível, evitando com isso que as teorias, dogmas ou preconceitos, contaminem a descrição de uma determinada experiência ou vivência subjectiva, sejam essas teorias de natureza científica, religiosa ou cultural.

Em termos históricos e de acordo com o mesmo autor, a fenomenologia é considerada como um movimento inaugurado por Edmund Husserl (1859-1938), no princípio do séc.XX, tendo sido uma das muitas correntes da filosofia proeminentes nessa altura tais como o neo-kantianismo, o idealismo, a hermenêutica, a filosofia existencial, o empirismo e o positivismo.

Embora Husserl seja considerado o “nó” da fenomenologia, como refere Paul Ricoeur citado por Leão (2006), ele deve muito da sua inspiração ao seu mestre Franz Brentano (1838-1917), pois foi este último que iniciou a tentativa de actualizar o método de investigação em psicologia e que se caracterizou primeiramente, por passar a considerar os fenómenos psicológicos como actos da consciência de forma a tentar descrever as estruturas que os regem.

Neste sentido, o contexto antecedente a Husserl é descrito por Maciel (2003), ao referir que Brentano e Wilhelm Wundt, o pai da psicologia científica, nutriram de uma rivalidade que ainda hoje se encontra presente neste campo de estudo, mais especificamente no conflito entre a investigação qualitativa e a quantitativa. Ambos publicaram em 1874, os primeiros textos “fundadores” da psicologia numa tentativa de lhe atribuírem um padrão de cientificidade e autonomia, baseando-se respectivamente na filosofia e na fisiologia. Ora, esta rivalidade assentava por um lado, na tese de Wundt de que a psicologia era uma ciência natural que devia ocupar-se dos conteúdos objectivos da mente esforçando-se por demonstrar, medir e replicar os conhecimentos adquiridos através da experimentação e observação em laboratório. Com isto, colocava-se de lado toda a subjectividade por esta ser considerada uma ameaça para a cientificidade, tal como referiu Watson em 1913. Por seu lado, Brentano defendia que a psicologia deveria tornar-se numa ciência descritiva da vida interior das pessoas, ocupando-se do estudo empírico da parte da vida que era captada através de uma percepção interior, uma percepção que ele intitulou como a *intencionalidade* da consciência (Maciel, 2003).

Nesta altura, o conceito de fenomenologia já tinha marcado a sua presença nas obras de Immanuel Kant e de Hegel como uma nova forma de fazer filosofia, mas só foi oficialmente apresentado em 1900 no livro *Investigações Lógicas* de

Husserl, onde entre outros assuntos, se criticou fortemente o método das visões positivistas e naturalistas vigentes na altura em relação às chamadas ciências da consciência e ao respectivo estudo dos fenómenos psicológicos.

Apesar do impacto desta obra ter enaltecido e exigido o lugar da filosofia como ciência de rigor no estudo dos fenómenos da consciência, Husserl nunca se manifestou contra a psicologia.

Husserl nunca se opôs à psicologia como um todo, mas apenas a certos tipos de psicologia que ele chamou de naturalistas e objectivistas, isto é, psicologias que numa equivocada imitação das ciências físicas, tentaram livrar-se das características essenciais dos fenómenos psicológicos (Spiegelberg, 1981, p.134).

A essência desta crítica em relação à atitude natural e objectivista perante os fenómenos da consciência, foi sucintamente desenvolvida por Ludwig Binswanger (1973), no seu ensaio sobre a fenomenologia, quando referiu que a ciência não reconhece outra realidade que não seja aquela que possa ser captada pela percepção sensorial, possuindo como objecto de estudo as coisas ou processos da natureza que são reais e percebidos pelos sentidos, enquanto que a fenomenologia tratava dos fenómenos, i.e., os tipos ou figuras da consciência que não possuem uma realidade objectiva em si mesmos mas tem uma essência que é captada através de uma visão intuitiva ou imediata. De acordo com este mesmo autor, a ciência possui como modelo o cientista, alguém que examina isoladamente as partes de um todo, levanta as suas hipóteses, valida-as e de seguida cria as suas leis gerais, por seu turno, a fenomenologia possui como modelo o artista, alguém que utiliza os sentidos mas também as suas capacidades anímicas e percepções categoriais para captar, mergulhar e intuir um outro tipo de realidade que apenas está acessível se for restringida a análise.

Para Giorgi (2005), a consciência e as suas manifestações tornaram-se os pontos fulcrais da fenomenologia tendo o próprio Husserl chegado a afirmar que sem a consciência, não haveria nada ao qual pudéssemos atribuir significado já que deixaria de existir um mediador entre os seres humanos e o seu mundo. Esta capacidade de mediação era conhecida como a intencionalidade da consciência, uma das ideias que Husserl adoptou de Brentano, referindo que ela seria a própria essência da consciência, isto é, a propriedade de se dirigir e ligar a um determinado

objecto real ou ideal, sendo que toda a consciência seria sempre “consciência-de” alguma coisa (Moren, 2000).

Novamente na opinião de Giorgi (2005), a intencionalidade para Husserl significava que todo o acto da consciência se relaciona com um objecto que transcende o próprio acto, isto é, por vezes a consciência dirige-se a um objecto que existe no mundo como por exemplo uma caneta e outras vezes, dirige-se para um objecto que existe no próprio reino dos actos da consciência como por exemplo a reflexão sobre um acontecimento passado. Por sua vez, o acto da consciência possuía um duplo significado que remetia para um acção da consciência em direcção a determinado objecto mas acima de tudo para uma actualização da sua presença subjectiva no mundo.

Foi dentro deste contexto que Husserl desenvolveu o seu método fenomenológico cujo catalizador principal era a redução fenomenológica, um tipo de atitude que se dedicava à descrição das *coisas em si-mesmas* e à descoberta das suas respectivas essências através das experiências subjectivas e presentes, pois todo o conhecimento incluindo o científico, era construído com base neste mundo subjectivo e vivido (Holanda, 1997; Gjengedal, Kirkevold & Kvigne, 2002).

O próprio Merleau-Ponty (1969), afirma que no final da carreira, Husserl admitiu que os seus esforços dirigiram-se sempre à tentativa de nos fazer regressar a esse *mundo vivido* ou *Lebenswelt*, um espécie de mundo pré-reflexivo ou aquilo que já existe antes de qualquer reflexão humana. Este projecto de Husserl em alcançar o *Lebenswelt* foi e ainda é considerado como algo idealista por representar a tentativa de descobrir uma consciência universal cuja essência é metafísica e abstracta, mas não deixa de ser interessante a semelhança que este mundo possui com alguns dos conceitos espalhados pela nossa civilização como o *Chi* ou energia vital dos chineses, o *Nada Divino* de Meister Eckhart, o *Ohm* da filosofia Hindú, entre outros.

Apesar desta intenção última de Husserl, foi fundamentalmente a partir das ideias dos actos da consciência e da experiência subjectiva que mais tarde se conseguiu evidenciar o facto da consciência representar entre outras coisas, um princípio de abertura pois é devido a ela que estamos abertos e presentes para o mundo, para os outros e até para nós próprios (Giorgi, 2005). Neste aspecto, Deurzen-Smith (1997) admite que a fenomenologia de Husserl acabou por vir a aprofundar a noção de intencionalidade de Brentano, ao referir que esta ultima determinava a forma de nos relacionarmos com o mundo, pois seria a partir dessa

relação que cada sujeito construiria e actualizaria os significados próprios inerentes à sua existência.

De facto, Husserl veio a marcar e influenciar inúmeros sucedâneos na filosofia e na psicologia existencial, como os casos de Martin Heidegger, Sartre, Paul Ricoeur, Lévinas, Karl Jaspers, Boss, Buber ou Ludwig Binswanger. Apesar da sua fenomenologia se ter sempre dirigido para a pura descrição dos fenómenos da consciência, os respectivos sucedâneos de Husserl e em especial Martin Heidegger, acabaram por se desviar do seu projecto original ao oferecerem um cariz hermenêutico à fenomenologia, de modo a clarificarem a relação do homem com a sua dinâmica existencial.

No essencial, Teixeira (1994) descreve alguns dos conceitos fundamentais da fenomenologia dispondo-os de acordo com a perspectiva descritiva e original de Edmund Husserl mas também de acordo com a perspectiva existencial ou hermenêutica iniciada por Martin Heidegger. Neste sentido, a fenomenologia descritiva de Husserl pode resumir-se a:

- Fenómeno quer dizer “o que aparece”, o objecto intuído ou aparente, o que aparece à consciência no aqui e no agora;
- A fenomenologia examina os conteúdos da consciência enquanto puramente dados e despídos das vestes das ideias e dos pré-conceitos dos saberes teóricos;
- A intuição é a visão directa e imediata duma realidade ou verdade;
- Torna-se necessário explorar o que é dado, isto é, a própria coisa que se percebe, se sente ou de que se fala;
- Descrever os fenómenos, tal como eles se apresentam à consciência;
- Analisar o vivido, como fundamento do conhecimento e como forma de encontrar a autenticidade da experiência;
- Definir a essência da consciência como intencionalidade, ou seja, a consciência não está separada do Mundo, é sempre “consciência-de” qualquer coisa.

No que diz respeito à fenomenologia existencial de Martin Heidegger, onde os aspectos da existência, do projecto existencial e a hermenêutica do *Ser* com o seu mundo são realçados, Teixeira (1994) destaca três pontos principais:

- A relação íntima do Homem com a sua existência, emergindo esta como projecto montado sobre a temporalidade, cujo horizonte futuro é a finitude;
- A necessidade de compreender o existente, iluminando, desvendando e trazendo à claridade o sentido da presença no mundo;
- A fenomenologia da totalidade da vida humana e as temáticas existenciais, de que são exemplos os significados da vida, da morte e da angústia.

Existencialismo

Se por um lado é legítimo admitir que Edmund Husserl foi o grande impulsionador da fenomenologia, o mesmo não se pode fazer em relação ao existencialismo e às filosofias existenciais, dado que não existe um “nó” no existencialismo.

O existencialismo e a existência estão etimologicamente associados à palavra *ex-sistere* que por sua vez, significa emergir ou sair de si mesmo e cujas raízes remontam ao tempo dos Gregos e às suas questões filosóficas sobre a alma ou a essência do Ser. Importa também desde já referir que ao falar-se de existência, deve-se sempre considerar que dela fazem parte o próprio sujeito, os outros, as coisas e o mundo em si.

A partir do Séc. XIX e segundo a opinião de Friedman (1991), começou através dos escritos de Kierkegaard, Nietzsche e Dostoyevsky, a enfatizar-se a existência individual e a contemplação do homem na sua situação concreta, incluindo a sua cultura, história, relações com os outros e acima de tudo, o significado da existência pessoal.

À semelhança da fenomenologia e ainda de acordo com o autor anterior, o existencialismo como movimento procurou focar-se na experiência subjectiva do existir, evitando perspectivar o sujeito de forma geral, abstracta ou exterior. Foi por esta altura que o homem começou a aperceber-se da imensidão dos fenómenos humanos do mundo em que habita e compreendeu que a razão não era suficiente para o explicar.

O homem actual, perdida já há tempos a crença na explicação sobrenatural ou religiosa, vê falhar agora a concepção racionalista que desde então lhe servira de suporte. Não lhe é possível já sentir-se dono, centro – talvez criador – duma estrutura universal que por si mesma se explica e em si mesma se apoia. Volta subitamente a experimentar a sensação do homem que – após um acidente – recupera os sentidos num lugar estranho e ignorado e paira num dos muitos planetas, no meio da escuridão dum mundo talvez sem sentido; esforça-se, apesar disso, por caminhar, de misteriosos pontos de partida, em direcção a metas desconhecidas (Gambra, 1964, p. 372).

O dinamarquês Soren Kierkegaard merece um especial destaque por ser considerado por muitos autores, o precursor e iniciador contemporâneo deste movimento, influenciando a maioria dos filósofos vindouros. Tal influência deu-se principalmente através da noção de angústia e do aviso sobre a influência do racionalismo nos ditames do homem, mas foi a sua vida e intensa dedicação às questões da existência concreta que abriu possibilidades infinitas sobre o entendimento do modo do homem estar ligado à terra, ao seu corpo, à miséria e a imperfeição do existir (Gambra, 1964; Jaspers, 1971; Friedman, 1991; Deurzen-Smith, 1997).

Na opinião de Gambra (1964), Kierkegaard afirmava que a existência do homem era vivida a par e passo com um sentimento de angústia, oriundo da consciência de existirmos num abismo cujo destino é a finitude, tal como atesta a seguinte passagem. “...vivemos num Universo livremente criado por Deus, mas entretemos-nos com o uso da nossa razão, com a engrenagem social que inventámos e vivemos no artifício, consciência ensurdecida, de costas para a autêntica realidade” (p. 377).

Esta angústia por sua vez, era a condição essencial para um projecto de busca em direcção a uma fonte divina que estaria por detrás da criação do Universo e da qual estaríamos dependentes. Daqui surgia também o paradoxo existencial resultante, na opinião de Farago (2006), da relação e da absoluta incomensurabilidade entre a verdade eterna e a existência humana ou entre o infinito e o finito, algo que caracterizava as várias relações do sujeito com o mundo e com tudo o que o transcende.

Desta forma, a consciência que não tivesse ensurdecida iria envergar por uma tarefa existencial de tentar unir os contrários na sua própria carne, ou seja, procurar religar o humano e o divino, a razão e a fé ou o tempo e a eternidade. Nesta medida,

o homem podia esforçar-se em entender o abismo da existência, sabendo ao mesmo tempo, que tal tarefa nunca se poderia encerrar totalmente (Farago, 2006).

É novamente Gamba (1964), quem nos descreve o que representa o pensamento deste movimento, alegando que a partir de Kierkegaard tudo o que era existencialista remetia para a percepção da existência como algo primordial, misterioso e irreduzível à essência, podendo todavia adquirir um sentido de ponto de partida para a transcendência (e.g. Karl Jaspers, Gabriel Marcel) ou por outro lado, ser um terreno mais concreto onde o “Ser” do homem se manifesta (e.g. Martin Heidegger, Jean-Paul Sartre).

Num sentido mais concreto, Teixeira (2006) considera que a finalidade desta corrente e a sua aplicação para o campo da Psicologia e da Psicoterapia, assenta numa síntese do que é que caracteriza a existência individual, o que representa o ser-no-mundo para o sujeito, como se caracteriza o confronto do indivíduo com os chamados dados da existência e por fim, o que representa o projecto existencial.

Foi Heidegger quem procurou primeiramente responder à questão “O que significa *Ser*?”, sabendo de antemão que apenas se poderia aproximar dessa essência sem contudo alcançá-la totalmente, mesmo assim, ele começou por elaborar uma ontologia que procurava investigar a forma como os seres humanos se relacionam com a existência. Segundo Deurzen-Smith (1997), essa ontologia era caracterizada pela utilização de novos conceitos oriundos da linguagem alemã dos quais se destaca o *Dasein*, ou seja, o *ser-aí*, remetendo para um tipo particular de presença *com e para* a existência.

Em termos gerais a existência é descrita por Heidegger, citado por Pedro Alves (comunicação pessoal, na Aula de Fenomenologia e Filosofias da Existência, integrada na 2ª edição do mestrado de relação de ajuda: perspectivas da psicoterapia existencial no ISPA. Lisboa, 2006), como o intervalo espaço-temporal para onde o *Dasein* é lançado, sendo que ao longo desse contexto compreendida entre o nascimento e a morte, cada indivíduo fica entregue às inevitáveis condições da existência conhecidas por *existenciais*, dos quais são exemplos a *temporalidade*, a *facticidade*, o ser-no-mundo, a *corporalidade*, a *abertura*, *espacialidade*, *consciência*, *angústia*, o *cuidado* ou *sorge*, e a finitude.

A importância da temporalidade para a existência é desenvolvida por Lopes (2006), ao caracterizá-la como a realidade onde o sujeito está presente e que é

marcada por uma experiência que abarca ao mesmo tempo a sua historicidade, assim como a tarefa prospectiva de escolher o destino para onde cada qual se dirige. A vivência do tempo como continuidade e fluidez, é crucial para uma existência mais plena de sentido e satisfação, onde o sujeito assume a sua temporalidade pessoal marcada por uma actualização contextualizada nos instantes significativos do *aqui-e-agora*, caso contrário, quando o tempo se torna estático o sujeito pode deprimir-se com o passado, dissipar-se com o presente e confrontar-se com a ansiedade do desconhecido no futuro. Nas palavras deste mesmo autor, *“Existir é essencialmente vir-a-ser esse projecto na temporalidade, prestando constante atenção aos instantes que indelevelmente o marcam”* (p. 173).

O *Dasein* transmitia ainda a noção de que o ser humano está sempre em relação com a existência e nunca podia ser entendido de forma isolada, pois cada pessoa desenvolve uma forma particular de estar nesse mundo e que é conhecida como o existencial ser-no-mundo. Este ser-no-mundo para Heidegger (1951), absorvia-se muitas vezes nos ditames de uma cultura ou de uma multidão de pessoas e conseqüentemente, sabotava a autenticidade do seu Ser, tornando-se anónimo para si mesmo.

Este aviso do ser-no-mundo poder tornar-se anónimo por meio de uma absorção nas multidões, não pretendia promover a rejeição ou o isolamento em relação aos outros, mas sim aprender a olhar para a relação com eles de uma maneira diferente, integrando-os como uma facticidade da sua existência que não devia impedir que cada um mantivesse os seus valores próprios e se tornasse responsável pelas suas escolhas, a sua singularidade e a sua respectiva existência (Deurzen-Smith, 1997).

De facto, o ser-no-mundo sempre foi um elemento essencial para a filosofia e a psicoterapia existencial dado que o sujeito se encontra sempre em relação com o mundo e possui uma forma particular de o fazer. É a partir das relações e da sua respectiva inter-subjectividade que qualquer individuo aprende a construir os significados sobre a existência, sendo que estes podem ser os mais diversos como em Sartre (1956), quando considera que o inferno são os outros ou os de Buber (1970), ao apelar para a existência de uma espécie de comunhão sagrada entre as pessoas.

Assim, todo o individuo experimenta também na relação com os outros e com a existência, a chamada incerteza existencial por não conseguir antecipar as reacções dos outros nem o tipo de respostas que eles podem despertar em nós, o que faz

Spinelli (2007) afirmar que o indivíduo é um Ser incerto dentro de uma existência aberta de inter-relação.

Esta abertura para a existência só pode acontecer porque existe um corpo ou uma estrutura anatómica através da qual a essência do homem se torna visível, entre outras coisas, porém, o corpo possui um significado mais amplo do que o fisiológico pois é a partir dele que cada sujeito estabelece relações consigo mesmo, com os outros e com a existência, actualizando e vivenciando a sua situação no mundo (Merleau-Ponty, 1969; Boss, 1994).

Urge, portanto, compreender que a cada vez que se toma consciência do corpo há imediatamente uma vivência, cuja função para Minkowski (1992), é a de contacto vital com a existência. Com efeito, foi Merleau-Ponty (1969), quem preconizou a existência desta vitalidade e polaridade entre o corpo e corporeidade (i.e. *corpo vivido*), considerando-o como o modo de ser ou o veículo do ser-no-mundo, estando esta ideia claramente definida em Fuchs (2003, p. 224).

A *corpo vivido* não só significa o corpo que é sentido, o espaço subjectivo das sensações corporais, mas é ele que condensa a minha experiência pré-reflexiva como um todo, mediada pelo corpo, pelos seus sentidos e membros. Eu actuo através do meu corpo, percepciono e existo por meio dele sem precisar de reflectir explicitamente sobre isso. Assim, o *corpo vivido* significa a minha relação com o mundo da forma como ela é mediada e vivida pelo corpo ou pela encarnação do meu “ser-no-mundo”. O corpo como objecto é ao invés, uma estrutura anatómica e fisiológica sujeita a observações, análise e manipulações por parte da medicina – um objecto que por possuir propriedades de um organismo vivo e ser o campo da expressão da pessoa, entra obrigatoriamente numa complexa relação com a subjectividade do *corpo vivido*.

Mais especificamente, Arthur Tatossian citado por Sivadon e Fernandez-Zoïla (1988), exemplificava esta polaridade em termos de o *corpo que tenho* e o *corpo que sou*, o *corpo-externo* e o *corpo-interno* e finalmente o *corpo-portador* e o *corpo-espectral*.

Regra geral, este suporte anímico acompanha desde sempre o sujeito ao longo do tempo e da tarefa existencial como atestam os anteriores autores na citação adiante.

É no corpo que provo, por mim mesmo, o sentido mais profundo que cada um de nós dá espontaneamente ao verbo existir, isto é, estar aqui, manifestar-se. É pelo corpo e somente por ele que eu posso estar aqui e manifestar-me (Waelhens, p. 237).

A tarefa existencial para esta abordagem, implica também a contemplação da responsabilidade pelas escolhas e a construção do projecto existencial, uma atitude inerente ao conceito heideggeriano de autenticidade. Com efeito, a autenticidade não é considerada como algo que deve ser absoluto ao longo da existência já que por vezes surgem situações que ultrapassam as escolhas do indivíduo.

A autenticidade é capacidade de aceitar a condição humana tal como ela é e conseguir confrontar-se com a ansiedade e com a escolha do futuro, reduzindo a culpabilidade existencial. A autenticidade caracteriza a maturidade no desenvolvimento pessoal e social (Cabestan citado por Teixeira, 2006, p. 291).

Esta respectiva ansiedade existencial na opinião de Chon (1997), é um resultado da capacidade do indivíduo se projectar na temporalidade trazendo como consequência a tomada de consciência de ele ser o responsável pelo sentido que atribui à sua existência, sabendo ao mesmo tempo que o seu destino caminha inevitavelmente para o fim. É também por esta razão que muitos autores caracterizam a ansiedade existencial como uma ansiedade da morte (Heidegger, 1951; Sartre, 1956; Jaspers, 1971; Yalom, 1980; Hetherington, 2001; Werle, 2002).

Adicionalmente, esta ansiedade é também vivida porque a responsabilidade do homem perante a sua existência significa que ele está condenado a ser livre, onde cada escolha que toma representa automaticamente uma inviabilização das suas outras possibilidades e uma consequente absorção do indivíduo em sensações de alienação e isolamento por ter de gerir todo este processo (Sartre, 1956).

Como verificámos, o destino do homem em direcção ao fim é algo inegável e imperativo que produz uma intensa ansiedade ou angústia existencial, todavia, isso nunca impediu que ele procurasse construir ou criar um significado para a sua existência. Aliás, cada indivíduo constrói sempre um significado da vida que viveu, da morte, do sofrimento e daquilo que possa transcender a existência e o seu próprio ser, sabendo de antemão que embora não controle as situações que lhe acontecem ele pode sempre escolher como responder a elas (Frankl, 1997).

É certo que existem situações-limite (e.g. morte, sofrimento, culpa, destino, luta) na existência onde essa liberdade é desafiada e vivida com angústia e desespero, algo que foi evidenciado por Jaspers (1971), ao considerar essas situações como características básicas da existência, sendo uma condição mas também uma oportunidade onde o indivíduo tinha a tarefa árdua de escolher entre o desespero ou a transcendência.

Jaspers compara-as a um muro contra o qual se embate, porque é da queda que o homem se pode erguer de novo. Encarar as situações-limite, sem fugir e sem as negar, é o único modo que ele tem de poder decifrar ou *ver* o que está para além delas. Porque elas *estão-lá*, sem que sejam previsíveis nem superáveis, sem que se possam deduzir de alguma outra coisa, ser explicadas ou modificadas. Não é possível estruturar uma teoria geral das situações-limite. E é precisamente nisso que reside a sua grandeza. Assumir livremente a sua ruína é a única forma de o homem *descobrir que essa ruína não é o fim, mas um novo princípio e um novo começo*. (Perdigão, 2001, p. 547) .

Através dos dois parágrafos anteriores, tomamos a liberdade e a responsabilidade de assumir que o próprio envelhecimento reúne também todas as condições para ser considerado como uma *situação-limite*, restando ao indivíduo escolher dentro dessas limitações a forma como vai responder ao envelhecimento e mais tarde, ao processo de morrer.

Envelhecimento

A idade só perde valor quando pretende ser juventude
(Herman Hesse, in *Elogio da Velhice*)

Para o interesse desta tese o envelhecimento será aqui abordado de um modo existencial, contudo, será feita uma breve passagem sobre a sua perspectiva demográfica, assim como a de desenvolvimento do ciclo de vida, mais conhecida por *Life-Span*.

O envelhecimento possui uma relação íntima com os assuntos da morte e da finitude por diversas razões, entre as quais se destacam o facto do encurtamento do tempo da existência ser cada vez mais iminente, o caso da sociedade os perspectivar até agora como assuntos *tabus* e contrários à vida e ao bem-estar e, finalmente, o facto de serem temas associados a perdas constantes, provocando mudanças e a

descoberta de novos sentidos e adaptações em relação aos limites do ser-no-mundo.

A interrogação sobre o envelhecimento é uma pergunta acerca da finitude do homem e da sua liberdade (Olievenstein, 2000, p.).

Até há relativamente pouco tempo a velhice era, segundo Simone de Beauvoir (1990), um segredo vergonhoso, indecente e ostracizado pela sociedade, sendo comparável a uma doença ou a uma simples condição biológica. Na sua opinião, a sociedade não adoptava qualquer reciprocidade no olhar que lançava sobre os gerontes, denunciando neles todo o fracasso da civilização, um pouco à semelhança do que acontecia com os leprosos, os deficientes, os jovens delinquentes e as crianças abandonadas.

Ainda hoje existem reflexos desta perspectiva, nomeadamente na tematização das investigações científicas do envelhecimento sobre os aspectos da medicalização, da avaliação do declínio da saúde e da perda de capacidades físicas e cognitivas, lançando assim uma visão tendencialmente patológica sobre esta fase do ciclo da vida. O número deste tipo de investigações patológicas tornou-se hoje considerável e entre outras variáveis, tem contribuído para o aumento do *idadismo* e da *gerofobia*, ou seja, um conjunto de “mitos” e preconceitos sociais sobre o envelhecimento que o perspectivam como uma fonte de senilidade, inactividade, fraqueza e inutilidade (Nogueira, 1996).

Esta postura social atingiu tal dimensão que Louise Berger, citada por Martins e Rodrigues (2004), afirma que os “velhos” de hoje são vistos como sujeitos “gastos” e “enrugados” que cometeram a asneira de envelhecer numa cultura que deifica a juventude.

Tanto Beauvoir (1990) quanto Bosi (1994), concluíram nas suas obras em relação à velhice, que a sociedade formula uma série de clichés baseados somente na consideração do idoso como objecto da ciência, da história e da sociedade, o que por seu turno acabam por descrever o geronte apenas na sua exterioridade, isto é, ele acaba por ser sempre descrito pelo outro e nunca por ele próprio. Beauvoir (1990) fez questão de aludir para este facto dizendo que o geronte é acima de tudo um indivíduo que interioriza a própria situação e a ela reage e em consequência, a longevidade deveria passar a ser encarada na pluralidade das suas experiências individuais em vez

de ser retida ou investigada com base num conceito. Nesta medida, o investigador ou pesquisador da área poderá ter um maior alcance e possibilidade de confrontar as diferentes experiências de envelhecimento umas com as outras, tentando identificar as constantes e determinar as razões das suas diferenças.

Por outro lado é importante ter em conta que a maioria das visões patologizantes do envelhecer, brotou de um conjunto de estudos retirados a partir de populações envelhecidas e inactivas, no entanto, apesar da existência destas inúmeras investigações, o envelhecimento continua a ser considerado pelas palavras de Levinson, citado por Marchand (2005, p.11), *“como a fase mais longa e a que mais segredos mantém na nossa sociedade e, provavelmente, na generalidade da história humana”*.

Do ponto de vista demográfico e de acordo com a OMS (1984), podemos afirmar que actualmente o envelhecimento populacional tornou-se num fenómeno que atinge proporções mundiais, não só em países desenvolvidos como em países ainda em desenvolvimento. No caso da Europa, a longevidade não parou de aumentar, começando no séc XVIII por ser de 31 anos, passando em 1956 para 66 anos, e presentemente, atingindo o valor médio de 74.

Estima-se que actualmente, as pessoas idosas sejam 580 milhões no mundo inteiro, dos quais 350 milhões ou seja, 61% da população mundial, vivam em países desenvolvidos. Em relação ao futuro, a OMS prevê que no ano de 2020, os gerontes ascendam aos 1000 milhões, passando no ano 2025, a serem mais numerosos do que os jovens com menos de 20 anos.

Estes números reflectem bem o impacto do envelhecimento na nossa sociedade e entre outros factores, acabaram por contribuir para uma mudança de mentalidade, interesse e cuidado em relação a esta fase, sendo que a própria OMS passou a definir o envelhecimento como o término de um processo de alterações fisiológicas mas também psicológicas, sofridas por todas as pessoas e as quais não podem ser interrompidas. Como resultado, a própria visão do desenvolvimento humano acabou por mudar a sua perspectiva sobre a longevidade, passando a integrar esta fase dentro da totalidade do ciclo de vida em vez de a excluir.

Os primeiros movimentos realizados a favor dessa integração do envelhecimento no ciclo do desenvolvimento humano podem ser encontrados no trabalho de Eriksson (1963), mais especificamente na sua teoria sobre as crises de vida entre a infância e a terceira idade. A tese deste autor defendia a existência de

oito principais crises ao longo da vida, às quais o sujeito tinha de se adaptar, podendo advir da sua resposta um conjunto de consequências positivas ou negativas.

Sobre a crise da terceira idade, o mesmo autor mencionava a oportunidade de ela poder oferecer uma integração dos saberes adquiridos na existência e que passava por criar e assegurar um significado digno sobre a vida vivida, aceitando a morte e desenvolvendo uma preocupação despegada em relação à existência. Todavia, esta crise podia também oferecer uma experiência de desespero perante a inevitabilidade da morte, conjuntamente com o desgosto e a falta de sentido sobre a vida vivida.

A perspectiva deste ciclo da vida ou *Life-Span*, é proposto por Baltes & Baltes (1990), onde o envelhecimento se integra como uma parte de um todo do desenvolvimento humano, desenvolvimento esse que é visto como um processo contínuo que transcende a infância e a adolescência. Assim e ao longo da vida, o indivíduo vai continuamente experimentando processos de mudança e de adaptação, os quais resultam em novos comportamentos, novas relações, novas percepções de si mesmo e da realidade, independentemente da idade cronológica.

Para Fontaine (1999), começaram actualmente a desenvolver-se outras abordagens cujo espectro se dirige não à “velhice” mas sim às “velhices”, ou seja, à compreensão dos múltiplos processos do envelhecimento e das suas disparidades subjectivas ou individuais. De facto, vários autores como Fontaine (1999) e Fernández-Ballesteros (2000), tem aludido para uma nova mudança de mentalidade no intuito de apreender estes processos, primeiramente em termos biológicos (onde há o aumento de doenças, modificações de imagem e da mobilidade), em termos sociais (a mudança de estatuto devido à reforma) e finalmente, em termos psicológicos (transformação das actividades intelectuais e motivações pessoais).

À semelhança do parágrafo anterior, Baltes & Silverberg citados por Fonseca (2004), admitem que para além da existência de variabilidades individuais e subjectivas no processo do envelhecer, podem-se identificar três dimensões invariantes que são: o aumento das perdas físicas onde a saúde se torna um problema crescente; a tendência para acumular pressões e perdas sociais, sendo comum nas sociedades ocidentais oferecerem-se poucas oportunidades para novos papéis sociais no geronte; e por fim, a diminuição do tempo cronológico que pode levar à perspectiva iminente da finitude, forçando muitas vezes a uma mudança no sentido de vida.

Tudo isto é acompanhado pela presença de mudanças no corpo ao nível da aparência e das funções, o que de acordo com Blessmann (2004), faz com que a velhice seja em parte temida. A mesma autora cita a ideia de Bernard de que o corpo possui um papel preponderante no envelhecimento por aquilo que ele representa, isto é, o facto do corpo representar a vida e a dinâmica das suas possibilidades infinitas mas ao mesmo tempo, proclamar a morte futura através da temporalidade, da fragilidade e do desgaste. Um testemunho directo da imperatividade dos limites do corpo durante é-nos dado por Olivenstein (2000), quando toma consciência de que o seu corpo já estava a envelhecer.

Subia as escadas de quatro em quatro até ao terceiro andar onde vivia. Num dia como os outros, cheguei ao segundo patamar, parei sem forças, sem pernas. Este incidente vulgar, em si, deixou-me em depressão pelo menos 4 dias (p. 29).

Surgiu também uma nova preocupação da sociedade em relação a esta fase, especialmente em relação ao envelhecimento bem-sucedido onde ocorrem, para além das eventuais perdas e declínios, os processos de aperfeiçoamento, acumulação e integração de conhecimentos e sabedorias da vida.

Neste sentido, promovem-se cada vez mais investigações e intervenções que buscam a *eudaimonia* ou o bem-estar na idade avançada, onde de acordo com Novo (2003), se ressaltam a importância que os factores do bem-estar psicológico possuem na adaptação saudável a esta fase, dentro dos quais se destacam a aceitação de si mesmo, o domínio sobre o ambiente, as relações positivas com outros, a descoberta de um novo sentido de vida, a vontade de um crescimento pessoal e a autonomia moral.

Deste modo, todos estes processos *salutogénicos* de mudança, transição e adaptação em relação às várias experiências de perda, são agora os principais focos de interesse de disciplinas como a gerontologia e geriatria, com o objectivo principal de ajustar as vulnerabilidades psicológicas que aceleram este processo.

Nesta perspectiva, o principal factor que promove a transição e adaptação destas vulnerabilidades psicológicas, traduz-se de acordo Moos, Schlossberg e Rutter, citados por Fonseca (2004), numa mudança fundamental que supõe o abandono de um conjunto de concepções e a substituição por outras novas, marcando

ao mesmo tempo uma nova organização da vida e uma nova expressão do Ser ou mais especificamente, do ser-no-mundo.

Em termos existenciais, Längle (2001) define o envelhecimento como um processo multidimensional de perda de competência, sendo progressivo, irreversível e que não depende somente de factores associados a doença. Esta fase representa um desafio existencial onde ocorre uma desvinculação da vida social e relacional, tornando o geronte mais virado para o seu mundo interno do que do seu mundo externo.

De facto, este autor admite que este mundo interno da experiência do envelhecer vai tocar em pelo menos três paradigmas existenciais de grande relevância, a saber:

- a. A experiência das múltiplas perdas nesta fase, forçam o indivíduo a tomar consciência dos limites da oportunidade da existência humana. Se ele não for capaz de aceitar estas limitações constantes e ajustar-se a elas, a sua experiência do envelhecer será vivida com enorme pressão, juntamente com sentimentos de solidão e de vazio. Em consequência, ele tentará distrair-se e enveredar em actividades que o distraiam da evidência destes limites;
- b. A consciência de finitude, o testemunho da perda das pessoas à sua volta e os factores ligados à doença física, despertam o sujeito para a proximidade da morte. Desta maneira, a natureza transitória e impermanente da vida devem ganhar um maior valor e intensidade, mas caso a pessoa não se ajuste desta forma, o envelhecer será vivido como uma experiência interminável de privação e de perda total de valores e sentido para vida, onde o indivíduo se considera como um perdedor ou um falhanço, mergulhando no mundo da depressão;
- c. A perda subjectiva de competência e a inevitabilidade do processo do envelhecer, intensificam o sentimento de impotência perante os principais processos da vida, podendo resultar numa experiência de medo se o sujeito não aceitar a existência de uma área da sua vida e do seu ser-no-mundo, que transcendem o seu próprio controle.

Como verificámos anteriormente, as perdas são processos invariantes durante esta fase que culminam principalmente com o tema da morte mas são acompanhadas

também pela reforma, pelo distanciamento dos colegas de profissão, divórcios, perda de amigos e familiares, diminuição da funcionalidade, entre outros (Sousa, Figueiredo & Cerqueira, 2006). O geronte é praticamente forçado a aceitar esta área da vida que transcende o seu controle e que é representada em última análise pela morte, sendo que este respectivo processo vai possibilitar a colocação de novas questões sobre o sentido da existência, da vida e da morte, sejam elas ontológicas, filosóficas ou religiosas (Längle, 2001).

Nesta óptica, as atitudes dos gerontes perante a morte e a finitude parecem variar por um lado, numa maior capacidade para estabelecer um sentido simbólico da imortalidade em comparação com jovens adultos, como refere Drolet (1990), ou por outro lado, podem apresentar de acordo com Roth (1978), um intenso medo da morte que se encontra muitas vezes reprimido. Este medo nos gerontes para Cicirelli (2002), encontra-se muitas vezes relacionado com uma fraca religiosidade ou espiritualidade, com a falta de suporte social e finalmente com baixa auto-estima.

A diversa panóplia de comportamentos nos gerontes perante a morte foi também evidenciada por Howarth (1998), ao referir que alguns se mostram preparados para o evento enquanto que outros preferem pensar só no presente ou demonstrar sentimentos que reflectem um imenso apego à vida. O autor ressalta ainda quatro tipos de pensamentos ligados à morte e que são a contemplação de uma morte “boa” ou “má”, o grau de controlo sobre esse momento, tornar a morte legítima ou significativa e por fim, os rituais de funeral ou o desejo de ser lembrado.

O escritor e prémio Nobel da literatura Herman Hesse, dedicou uma das suas obras a esta fase do desenvolvimento humano à qual intitulou de “*Elogio da Velhice*”. Entre as principais ideias expostas neste livro é referida a necessidade de aceitar graciosamente tanto a velhice como a morte, duas realidades constantemente presentes na natureza e no mundo à nossa volta onde tudo se encontra em eterna mutação. Para Hesse (2002), ter consciência do envelhecimento significa tomar consciência de que o corpo envelhece e desafia os sujeitos a desenvolver as capacidades de auto-controle e serenidade, de forma a aprender a lidar com a dor e com a nova condição da reforma imposta pela sociedade.

A visão deste autor pode ser em parte entendida como optimista mas cujo significado pode ser útil, pois ele destaca virtudes e possibilidades necessárias para uma boa resiliência na velhice, como a regeneração, a sabedoria, a transcendência, a

maturidade, a tolerância e o encanto pelas coisas. Grande parte destas virtudes são postas à prova através da presença da realidade da morte.

Algo que habita em nós e que está constantemente presente na nossa realidade, sendo o ar que respiramos. É na proximidade da morte que poderemos ser capazes de reconhecer a presença de Deus, da alma, de um segredo, da coincidência dos opostos e da unidade (Hesse, 2002, p.).

Finitude

Certos autores como Sartre (1956), entendem o destino último do homem como uma *nadificação* e a principal prova de que a existência humana é totalmente absurda, enquanto que outros autores como Heidegger, citado por Deurzen-Smith (1997), consideram a consciência da finitude como um meio para tornar a nossa existência mais autêntica, dado que através dela nos abrimos para um estado de ansiedade e de vazio que faz parte da natureza do ser-no-mundo e que produz uma nova sensibilidade na sua forma de estar.

O processo para alcançar um existência autêntica passa entre outras coisas, pelo confronto do ser-no-mundo com os chamados quatro dados da existência e que são de acordo com Yalom (1980), a consciência da liberdade, a consciência da solidão, a consciência da falta de sentido e a consciência da morte.

Estes dados da existência envolvem, na perspectiva de Teixeira (2006), uma consciência da tragédia inerente à condição humana e construída por insegurança, frustração e perdas irreparáveis, e por outro lado, a consciência da esperança que resulta da liberdade de escolha, da auto-realização, da dignidade individual, do amor e da criatividade.

O conceito da finitude para Heidegger (1951), nunca foi definido como um sinónimo da experiência directa da morte mas sim como uma forma antecipada de aproximação da intencionalidade da consciência em relação a esse dado da existência, bem como a tudo o que isso possa representar para o individuo. Embora a finitude seja distinta da morte por se tratar de uma experiência *à priori* em relação ao evento em si, é certo que existe uma íntima e inegável dialéctica entre ambas.

Neste sentido, a concepção e o significado da morte como evento, baseia-se naquilo que Leloup (2002) chama de pressuposto antropológico, ou seja, um

conjunto de valores, crenças, imagens culturais e familiares herdadas pelo sujeito, que juntamente com as experiências pessoais de vida, servem de fonte principal para a construção subjectiva de sentido sobre tudo o que se relaciona com a existência, e onde se inclui a morte.

Dado que esta herança cultural entra em íntima dialéctica com as experiências subjectivas de finitude, torna-se então crucial descrever na medida do possível, os significados culturais e mundanos inerentes ao evento da morte.

Em termos gerais, o esclarecimento do significado cultural da morte será aqui explorado através da utilização de fundamentos fenomenológico-existenciais inspirados no trabalho de Ludwig Binswanger, nomeadamente os conceitos sobre as *dimensões da existência* e a *história interna do sujeito*, sujeito esse que será aqui representado pela morte.

A razão principal desta escolha, prende-se no facto deste psiquiatra e filósofo Suíço ter adoptado uma perspectiva que reunia as ideias de Husserl, Heidegger e Buber, tendo sido na opinião de Spiegelberg (1982), o primeiro a introduzir os fundamentos da fenomenologia nos campos da psiquiatria e psicologia, criando posteriormente a sua *Análise Existencial* ou *Daseinanalyse*.

História Interna do Sujeito

A importância da história interna do sujeito para a *Daseinanalyse* de Binswanger, reflecte-se na expressão de Heidegger (1967) de que “*é a história que carrega e determina toda a condição e situação humana*” (p. 26).

Para se explicar todo o espectro histórico do tema da morte no mundo Ocidental, seria necessário realizar uma outra tese dado que os conhecimentos sobre a morte provêm desde os tempos primitivos e atravessam as civilizações egípcias e greco-romanas, mas apesar disto não deixaremos de efectuar uma breve passagem sobre alguns desses registos.

No que toca a estas eras históricas e de uma maneira geral, as respectivas atitudes, práticas e significados atribuídos a este acontecimento, possuíam raízes em comum, como os casos da crença numa alma ou vida que iam além existência e da dimensão espaço-temporal mas acima de tudo, a ideia de que durante a própria existência cada indivíduo deveria preocupar-se em agir de um modo virtuoso, para ser digno de alcançar esse “além”.

Na opinião de Leloup (2002), as civilizações mais antigas possuíam uma relação familiar com a morte, quer fosse através da criação de manuais ou guias de preparação como o caso do livro egípcio da morte *Pert em Rhu*, datado do ano de 3000 a.C., quer fosse através da realização de profundas reflexões existenciais sobre o tema, como no caso dos Filósofos da Grécia Antiga.

Uma das mais célebres iconografias da civilização egípcia em relação à morte, é a imagem do julgamento de Osíris onde após o fim da existência, o coração seria pesado com uma pena. Essa imagem procurava transmitir a ideia de que era crucial durante a existência, saber desenvolver um equilíbrio entre os aspectos mundanos e materiais representados pelo coração e os aspectos imateriais e elevados representados pela pena. Se o coração fosse mais pesado que a pena, a alma do sujeito teria a oportunidade de viajar até ao submundo de forma a purificar a sua essência.

À semelhança da civilização egípcia, a Grécia antiga também partilhava deste significado em relação à morte, pois de acordo com Sheikh & Sheikh (2002), no livro da *Republica*, Platão refere que o verdadeiro método do filósofo passava por ensaiar a sua própria morte, no sentido de habituar a alma a desapegar-se do corpo e dos sentimentos mundanos, de forma a entrar em contacto com as realidades mais elevadas.

Durante a Idade Média e de acordo com Grof (1994), o interesse na morte e no morrer foi estimulado pela incerteza do tempo de vida existente nessa altura, estando a morte presente em todo o lado onde as pessoas morriam aos milhares em guerras e epidemias, como no caso da peste negra. Nesta altura e segundo o mesmo autor, o cristianismo tornou-se uma autoridade no assunto chegando a desenvolver um guia para esta fase, conhecido por *Ars Moriendi* ou seja, a arte de morrer.

O livro dividia-se em duas partes fundamentais, sendo que a primeira se denominava de *Mors certa, Hora incerta* e tinha o objectivo de levar as pessoas a compreenderem que a morte é garantida para todos embora essa altura fosse imprevisível e com isto, as pessoas deveriam aprender a viver cada momento como se fosse o último, evitando prolongar a vida a todo o custo. Na segunda parte conhecida por *Memento mori*, estimulava-se as pessoas a relembrem e ensaiarem a sua morte durante a vida, de forma a entrarem em contacto com a impermanência da vida e do corpo, para assim praticar a transcendência da alma em direcção a uma abertura espiritual.

No desenrolar da história ocidental, foram também criados diversos sistemas de crença e tradições místicas que ofereciam uma familiaridade em relação à morte e na sua generalidade, estes tipos de sentido possuíam conteúdos muito similares entre si. Neste aspecto específico, destaca-se a tradição judaico-cristã alicerçada por um lado nos valores do catolicismo e por outro lado, nos do judaísmo.

Do lado do catolicismo, a morte foi sempre considerada como uma passagem, uma palavra cuja origem provém da palavra hebraica *pessah* e que significa passar de um estado de consciência a outro. Por outro lado, ao longo da sua história e nomeadamente na altura da inquisição, a Igreja utilizou muitas vezes o medo do além e do desconhecido como um veículo de conversão dos infieis, incutindo a ideia de um julgamento final e de um Deus condenador, sendo que a própria fase terminal da vida de Jesus Cristo esteve sempre associada a momentos de dor, sofrimento, abandono e traição, em nome do sacrifício pelos seres humanos (Leloup, 2002). Era desta forma que a morte adquiria um poder imenso sobre as massas que foi muitas vezes utilizado não só por padres mas também por reis e sociedades que em nome de uma determinada ordem, decidiam quem vivia e quem morria (Moore & Williamson, 2003).

Em relação às tradições judaicas, Parkes, Laungeni & Young (2003), referem que era costume considerar que a seguir à morte, a alma ficaria a pairar algum tempo sobre o corpo antes de seguir um processo de purificação e de duração variável onde era limpa dos seus pecados e após isso, ela poderia por vezes regressar. Embora haja uma crença na imortalidade no judaísmo, ela está principalmente patente na descendência onde é costume honrar-se os mortos e reconfortar os vivos.

Actualmente podemos afirmar que ao longo da história Ocidental até se chegar ao último século, os significados e atitudes perante a morte caracterizaram-se pelo estabelecimento de uma relação natural com a mesma, onde se convivia e reconhecia a sua presença. Era a partir dela que se proclamavam a defesa de certos valores espirituais e que transcendiam a existência, ao mesmo tempo que se procurava chamar a atenção de que para se morrer bem, era necessário viver bem, todavia, o assunto da morte não deixava de estar envolto num sentimento de medo.

As respostas da cultura ao medo da morte foram fortemente desenvolvidas por Moore & Williamson (2003), alegando que o próprio progresso humano é impulsionado pelo medo da morte já que ao longo da história da humanidade tudo foi feito para suavizar o insulto que a morte parece dirigir ao ser humano. Os autores

destacam como exemplos, os casos onde a cultura enaltece os actos heróicos quando alguém se sacrifica por uma causa maior, a transformação da morte num simbolismo de uma nobre busca ao encontro do Ser, a luta contra as forças do mal, os funerais, a arte e a literatura, em suma, todo um conjunto de produções culturais que procuram dar um sentido e objectivo à existência humana, de modo a garantir uma certa dignidade à humanidade perante o seu triste final.

Hoje em dia a morte deixou de ser um acontecimento familiar e tornou-se num assunto ainda mais tenebroso, principalmente a partir da revolução industrial e consequentemente a partir da era tecnológica e do progresso científico. Destas perspectivas milenares passámos, num período de um século, para uma completamente oposta e que assenta em valores empíricos e materialistas que dificultam a relação, o diálogo e o encontro com o significado da morte, tornando-a como refere Ariés (1989), numa morte interdita.

A própria ciência parece ter arrumado a questão da morte ao considerá-la como o fim absoluto de vida, mas a sua descoberta parece ser tão válida como aquilo que diziam as tradições religiosas. Sobre este assunto, o célebre psicólogo Pierre Weil (1995), que deixou esta existência há uma semana atrás e ao qual aproveitamos para prestar a devida homenagem, referia que a ciência apenas pode provar através dos instrumentos que usa para medir a vida que a actividade do corpo termina na morte, não podendo no entanto assumir por suposição, que a essência do Ser e inerente na sua corporalidade, irá terminar. Para muitos esta expressão pode ser vista como algo perversa, mas não deixa de ser uma outra perspectiva, aliás, há 500 anos atrás também se julgava através daquilo que os sentidos transmitiam que a terra era plana e chegando à linha do horizonte, os homens caíam pelo universo abaixo.

Recorrendo novamente a Grof (1994), o emergir desta era tecnológica fez com que a maioria das tradições espirituais e sistemas de crença, passassem a ser criticados e ridicularizados por académicos ilustres, considerando-as como alegorias, fábulas ou produtos da fantasia de pessoas que não sabem aceitar a sua mortalidade ou que apresentam alguma resistência psicológica contra essa respectiva angústia.

De facto, Zimmerman (1998) considera que a morte começou a ser temida porque desafia os valores actuais da cultura ocidental, centrada em demasia numa perspectiva antropocêntrica e dualista, encarando a humanidade como a fonte superior de todo o sentido, fim e valor, onde o homem faz tudo o que quer no mundo natural. Na opinião do mesmo autor, o dualismo e as oposições binárias do Ocidente

chegam ao ponto de privilegiar as características associadas ao poder, à razão, à competitividade e ao masculino, dominando em larga escala os valores associados ao sentimento, ao corpo, à entrega e ao feminino.

Embora a maioria das crenças espirituais referidas atrás preenchessem as necessidades emocionais de muitos indivíduos e possuíssem uma certa verdade simbólica ou poética, a perspectiva mecanicista, positivista e naturalista da sociedade actual, abafou as emoções em detrimento da razão e com isso, favoreceu as visões agnósticas e materiais. Como resultado, nos países industrializados fazem-se todos os esforços para ignorar a morte e quando ela irrompe na nossa vida, ficamos altamente perturbados por não possuímos qualquer esquema ou sistema de crença com um sentido ao qual nos possamos identificar (Parkes, Laungeni & Young, 2003).

A psiquiatra Elizabeth Kübler-Ross (1969) já tinha notado durante os primórdios das suas investigações com doentes terminais, como estes significados mecânicos e materiais sobre a morte, despertavam à partida diversos medos e angústias na consciência dos seus pacientes, como os casos do medo da solidão, da separação dos entes queridos, do receio da dor física, da degenerescência mental, o medo da perda do “eu” e até o medo do além ou do mundo metafísico.

Podemos então afirmar que a liberdade de escolha do indivíduo em relação à construção de significado sobre a morte, encontra-se mais presa aos valores da tragédia e da perda do que aos da esperança e do amor, pois tal como refere Macquarrie citado por Hall (2000), a morte continua a ser o símbolo da finitude e se calhar do possível absurdo da existência humana.

Porém, tem-se testemunhado nos últimos tempos um crescente interesse associado aos temas da morte, através do surgimento de novas disciplinas como a Tanatologia, a Bioética e os temas da eutanásia, a contemplação de visões mais transcendentais assumidas pela Psicologia Transpessoal e os seus estados modificados da consciência e finalmente, através de novas práticas médicas como os Cuidados Paliativos.

Esta referida prática médica foi por seu turno fortemente inspirada pelo trabalho realizado por Cecily Saunders na Europa e por Elizabeth Kübler-Ross na América, onde se deu uma aproximação mais íntima sobre o testemunho da própria experiência subjectiva do morrer.

Neste sentido, quem acompanha as pessoas durante o processo do morrer afirma que esse processo não é só uma catástrofe biológica mas sim um autêntico

acontecimento psicológico que atinge o indivíduo, a sua estrutura familiar e social, sendo um dos maiores acontecimentos de vida e que fundamenta o sentido da própria existência (Saunders & Baines, 1989; Hennezel, 2001).

O doente terminal responde em forma de um luto antecipado por meio de seis mecanismos de defesa que foram celebrizados por Kübler-Ross (1969) e que se traduzem nas reacções de choque, negação, negociação, revolta, depressão e aceitação. Estes momentos de revolta, dor, tristeza ou esperança, são vividos por cada pessoa de acordo com as suas capacidades e há mesmo autores como Marie de Hennezel (comunicação pessoal, no Curso de Cuidados Paliativos sobre o acompanhamento psicológico nos momentos finais de vida na Unipaz. Lisboa, Outubro de 2001), que defendem que a morte é vivida à semelhança da maneira como se viveu a vida e as suas crises precedentes, tornando-se a morte num espelho da nossa vida e da maturidade integral alcançada durante a existência.

O testemunho dos cuidadores que trabalham com doentes terminais possui por um lado uma considerável dose de vivências angustiantes e confrontos com o sofrimento a múltiplos níveis mas como aponta Hennezel (2001), a maioria dos cuidadores bem formados, treinados e acompanhados nesta área revelam que a relação com a morte altera fundamentalmente três vertentes:

- A hierarquia dos valores: a afectividade prima sobre a efectividade e a experiência e amar e ser amado ganha uma nova importância;
- A relação com o tempo: toma-se mais tempo para contemplar uma bonita paisagem, ouvir música, sustentar o amor ou a amizade;
- A atitude profunda perante os seres e as coisas: as atitudes de superioridade, de poder total e de posse parecem muitas vezes irrisórias.

Como foi possível constatar através dos parágrafos anteriores, esta história da morte é de uma maneira geral, a que se encontra presente na cultura ocidental bem como nos seus respectivos indivíduos, e como consequência, quem toma consciência da morte acaba por construir um significado sobre a mesma que recorre inevitavelmente a estas referências.

No interesse desta tese, falta então evidenciar a perspectiva da morte e da finitude de acordo com a perspectiva existencial que resume bem o espectro de sentidos construídos em relação ao tema em estudo.

Dimensões Existenciais da Morte

Este tema sempre foi um objecto de cuidado e considerada como a musa da filosofia, pois de acordo com Yalom (1980), torna-se impossível filosofar sem a morte, dado que ela é um acontecimento que define o próprio sentido da vida e o comportamento do sujeito na existência.

À imagem de Heidegger, Yalom (1980) estudou extensivamente o assunto da morte, e, baseado no seu referencial teórico e prática clínica, concluiu que o confronto com a morte produz fortes mudanças pessoais e internas sendo uma fonte de ansiedade existencial que influencia as experiências e comportamentos humanos, podendo muitas vezes causar psicopatologias se não for correctamente adaptada.

Este mesmo autor oferece-nos ainda exemplos de investigações nesta área que cobrem um horizonte que vai desde as experiências quase-morte até à psicoterapia com pacientes oncológicos terminais, sendo que em relação a esta última se destaca o facto desses pacientes terem reportado intensas mudanças que se caracterizaram por: um rearranjo das suas prioridades existenciais; sensação de possuir liberdade para escolher aquilo que desejam realizar; forte comprometimento em se dedicarem ao aqui-e-agora em vez de adiarem os seus projectos para um momento indeterminado do futuro; contemplação dos elementos essenciais da vida e da natureza; a procura de relações e diálogos mais profundos com os entes queridos; diminuição dos medos interrelacionais como o da rejeição e maior abertura para cometer riscos.

É certo que dentro do existencialismo, há autores como Levinas (1993, 1995), que defendem o significado transcendental e espiritual da morte enquanto que outros como Sartre (1956), referem que ela impõe uma nadificação, porém, e como referia Heidegger (1951), essa relação de transcendência ou nadificação, só pode ser vivenciada com base nesta existência concreta.

Seguindo esta linha de pensamento, iremos então alargar o espectro do fenómeno da morte, tendo em conta os seus contextos ou dimensões existenciais que para além de espirituais, são também físicos, sociais e pessoais. Estas Dimensões da Existência ou *World-View's*, foram propostas primeiramente por Binswanger e será com base nelas e na história interna da morte que perspectivaremos a construção dos significados existenciais associados à finitude. Embora de acordo com Spiegelberg (1982), existam na *Daseinanalyse* três tipos de *World-View's* ou Dimensões na Existência, a psicoterapia existencial na actualidade acabou por introduzir uma

quarta dimensão através de Deurzen-Smith (1997) e que merece ser aqui destacada. Assim, as quatro principais dimensões da existência às quais iremos recorrer são:

- a) o *Ümwelt* ou mundo físico, relacionado com o mundo das coisas naturais e biológicas, a relação com o corpo, os objectos, a matéria;
- b) o *Mitwelt* ou mundo social, que inclui as relações com os outros, com a comunidade ou a cultura;
- c) o *Eigenwelt* ou mundo privado, onde estão os valores, crenças pessoais e íntimas, a forma como nos vemos a nós próprios em termos sexuais, familiares, de auto-confiança, entre outros;
- d) o *Überwelt* ou mundo espiritual, representando a ligação com o absoluto e os aspectos abstractos da existência, onde se incluem as nossas ideologias, as crenças da vida e da morte e que se encontram na base de todas as outras teorias e interpretações.

ümwelt (mundo físico).

Quando o significado da morte é construído a partir do *Ümwelt* ou mundo físico, ele brota fundamentalmente a partir de uma perspectiva relacionada com dimensões e valores ligados à matéria, à biologia, fisiologia, espaço e aos acontecimentos visíveis da natureza, valores esses que possuem na sua grande maioria, uma explicação mecânica e palpável para os diversos fenómenos.

A grande representante e dinamizadora desta perspectiva na sociedade ocidental e em particular sobre os assuntos da morte e do morrer, é a ciência e a sua visão biomédica, dado que 85% das pessoas segundo Twycross (2001), tem a probabilidade de vir a falecer num hospital e com isso, ficar entregue a este tipo de abordagem.

O reflexo da influência destes valores empíricos sobre o significado da morte, está visível na definição deste acontecimento de acordo com o dicionário de medicina elaborado no ano de 2000, por Manuila, Manuila, Lewalle & Nicoulin.

Paragem completa e definitiva das funções vitais de um organismo vivo, com desaparecimento da sua coerência funcional e nomeadamente da actividade eléctrica do cérebro e destruição progressiva das suas unidades teciduais e celulares.

O impacto desta fisicalidade está, de acordo com autores como Kübler-Ross (1969) e Hennezel & Leloup (1998), directamente relacionado com os principais medos da morte aos quais as pessoas mais se identificam, como os casos do medo dor e da degenerescência física.

Nesta linha de ideias e citando novamente Merleau-Ponty (1969), o corpo possui uma corporalidade inerente que está empenhada em projectos existenciais e se manifesta sendo que a presença do homem no mundo é sempre corporal, mas perante a presença da morte tudo isto fica efectivamente aniquilado ou posto imediatamente em causa. Em linha com esta ideia está a primeira evidência que apela nos pacientes terminais para o início da sua experiência integral de confronto com a finitude e que é a consciência da gravidade da doença resultante dos desconfortos e complicações físicas, exigindo por si mesmas, um aumento cada vez mais gradual das medicações cuja alteração se torna visível para as pessoas que o rodeiam. É esta facticidade da situação do corpo que intensifica a consciência da inevitabilidade da morte e confronta o Ser com o facto de ir morrer, onde muitas vezes se começa a escutar um íntimo murmúrio que diz “Isto também me vai acontecer!” (Hennezel & Leloup, 1998).

Para Bernardo (1999), a consciência da inevitabilidade biológica da sua própria morte, um conhecimento que é provavelmente exclusivo do ser humano, parece não trazer à maioria dos homens a vantagem que lhe estaria inerente, i.e., a alegria suprema de estar vivo. Ao invés, a perspectiva física sobre a morte parece imbuir um conjunto de significados trágicos e opostos à vida, mais especificamente como uma ameaça à noção do bem-estar devido não só à perda do veículo e principal referência do Ser como à consequente iminência de sofrimento físico, e, finalmente, como um fracasso para o progresso da sociedade por lembrar o homem da sua impotência e dos seus limites.

Ao olhar através da anterior definição, a existência e a respectiva finitude adquirem o sentido de epifenómenos da matéria ou produtos de dinâmicas bioquímicas do cérebro, logo, de acordo com este ponto de vista, quando o corpo deixar de ter actividade, a existência do individuo e tudo o que lhe está associado seguem o mesmo caminho e terminam.

Em termos específicos, quem se identifica somente com valores do *Ümwelt*, acaba por perspectivizar a finitude como o limite terminal de uma existência e de uma consciência encarnada num corpo, dado que esta perspectiva oferece um significado

inquestionável e apodíctico sobre a imperatividade física da morte, sendo por esta razão que Yalom (1980) refere em parte, que a fisicalidade da morte destrói o homem.

mitwelt (mundo social).

A consciência e o significado da morte, são também construídos a partir do mundo social ou *Mitwelt*, dado que aí ocorre a facticidade empírica da morte do outro, ou seja, ao olharmos para um ser que morreu observamos que os “*processos fisiológicos que estavam por detrás das suas expressões e comportamentos, atingiram o seu fim*”, sobrando diante da maioria das pessoas uma coisa ausente, um corpo inanimado ou como defendia Levinas (1993, p. 20), uma espécie de um *nada*.

Para Heidegger (1951), a morte ganha o sentido de fim e de aniquilação de todos os *seres-no-mundo*, pois a observação da morte do outro permite verificar que as relações que este estabelecia consigo, com os outros e com o mundo, acabam eventualmente por desaparecer. Os sobreviventes testemunham que o ser-no-mundo que lhes era querido deixa de existir por causa da morte e por inerência, ela adquire um significado associado à perda.

Ainda de acordo com o mesmo autor, é certo que o morto não é simplesmente uma “coisa” morta, pois deixa para trás pessoas que ainda se preocupam e se relacionam com o mesmo através de lembranças, mas o final da sua existência irá sempre afectar e romper a identidade dos sobreviventes, seja pelo término da relação que estabeleciam com ele, seja pelo facto desse fim espelhar e anunciar o destino de todos os seres-no-mundo.

Esta constatação causa na maioria das vezes sentimentos de medo, inquietude e culpa, juntamente com um acréscimo de responsabilidade no sobrevivente pela sua própria vida, de forma a não merecer o mesmo destino (Heidegger, 1951). Como resposta a este rol de sentimentos, o ser-no-mundo procura evitar esta tomada de consciência de poder igualmente deixar de existir e em certa medida, é auxiliado pelo mundo onde se encontra.

Neste ponto de vista, a própria sociedade ou o *Das Man*, como Heidegger (1951) lhe chamou, faz questão de esconder a morte através das rotinas da mundanidade, fazendo com que cada individuo aprenda a ocultar este dado da existência dizendo a si próprio que haverá de morrer num evento qualquer do futuro e com isto, evita a iminente certeza da morte e ilude-se que tal esteja longe de lhe

acontecer. Conseqüentemente, a própria cultura ocidental foge ou evita a morte, colocando-a no lugar de tabu que no século passado esteve reservado ao sexo (Ariés, 1989: May, 1969).

Dentro deste mundo social, a consciência constrói um significado sobre a finitude através de uma competição entre os valores da vida e os valores associados à morte, trazendo como resultado uma perspectiva onde a morte se assemelha a um inimigo que retira os seres da existência incutindo nos sobreviventes o medo e a dor da perda dos entes queridos por, como alegava Ducceschi (1970), desligar totalmente o individuo de todas as relações interpessoais para se alcançar a solidão e a obscuridade mais absoluta.

O sentido negativo e trágico da morte é causado fundamentalmente pelas nossas relações com os outros, pois a morte deles deixa um vazio, uma imobilização, é o fim de um Ser onde se testemunha a ausência da linguagem e dos signos, aí não há nenhuma transformação do Ser (Levinas, 1993).

Na perspectiva de Kübler-Ross (1969), muitos são os sobreviventes que procuram retaliar contra a inevitabilidade da sua morte, embora no final se apercebam que tal luta é impossível de vencer. É esta evidência inevitável que acaba por remeter cada sujeito para um íntimo dilema do seu foro privado e pessoal, despertando no seu interior um debate entre a questão de ser-no-mundo e o *deixar-de-ser-no-mundo*, e que por sua vez, irá colocá-lo perante a tal obscuridade e solidão, referidas no parágrafo anterior. É a partir daqui que surgem crises, tensões, conflitos e contradições que obrigam a profundas mudanças e transformações. (Kübler-Ross, 1969; Hennezel & Leloup, 1998; Leloup, 2002).

eigenwelt (mundo privado).

O mundo privado ou *Eigenwelt*, passa então a ser essencial para esclarecer estas crises e dilemas, inclusive para descobrir o sentido da frase de Yalom (1980, p. 30) quando refere que “*se a fisicalidade da morte destrói o homem, a sua ideia ou essência salvam-no*”.

Do ponto de vista do mundo privado, Heidegger (1951) declara que ao experimentar a finitude através da fisicalidade da morte dum ser querido, temos a possibilidade de testemunhar o que é a totalidade dessa existência ou por outras palavras, compreendemos através da morte do outro que a sua existência se completou ou totalizou, dado que ele nasceu, viveu e morreu. Num sentido inverso, o

mesmo autor alude-nos de que é a partir desta constatação que os sobreviventes passam a considerar na primeira pessoa, que a totalidade existencial só poderá ser alcançada através da experiência directa da morte de si-mesmos, passando este evento a ser a possibilidade mais factual da existência de qualquer individuo.

Embora a vivência directa da morte esteja inacessível enquanto existimos, Heidegger (1951) refere que a consciência nunca deixa de se relacionar com a sua finitude principalmente através da temporalidade e da projecção do seu ser-no-mundo na totalidade do futuro. Neste aspecto, há medida que cada ser-no-mundo se projecta na totalidade do seu futuro e subsequentemente, na plenitude das suas possibilidades existenciais, mais cedo ou mais tarde vai deparar-se com a inevitabilidade do seu fim, apercebendo-se em última análise que é um *ser-para-a-morte*.

Ducceschi (1970), aprofunda esta ideia afirmando que a finitude potencia esta nova consciência de si mesmo, produzindo uma experiência de medo e angústia causadas pela possibilidade de antecipar um futuro onde a morte é inevitável. Esta experiência da consciência da finitude é nova e diferente de todas as outras, pois coloca o homem perante um problema sem solução onde toda uma estrutura composta de passado, presente e futuro, é ameaçada irreversivelmente pelo “nada”, o impalpável, o incompreensível e a alienação total.

Ora, como refere Levinas (1993), a consequência da factual tomada de consciência de sermos um ser-para-a-morte, vai colocar em questão o projecto e as possibilidades existenciais do individuo já que ele passa a compreender que o *vir-a-ser* significa também um *vir-a-morrer* (p. 53). Desta feita, cada sujeito começa a ganhar consciência que o encontro com a totalidade da sua existência não só implica o fim da mesma, como é um momento completamente indeterminado, à excepção obviamente das situações de suicídio ou de eutanásia.

Na opinião de Buber citado por Fuchs (2003), o verdadeiro *insight* sobre a irreversibilidade do tempo vivido é um facto que se manifesta de um forma avassaladora na existência humana, principalmente através da morte de si próprio, algo que é também acompanhado por sentimentos de culpa.

A partir de agora, o fim do ser-no-mundo e a incerteza de quando esse momento ocorrerá, emergem na consciência como angustiantes dados irrefutáveis, mas esta ansiedade existencial ganha ainda uma maior dimensão, a partir da altura em que o individuo começa a suspeitar que a morte representa em si-mesma, a

possibilidade da total aniquilação da própria essência do seu Ser, ou como diria Heidegger (1951, p. 274), a morte esconde em si “*a impossibilidade da possibilidade do ser*”.

Desta forma a indeclinável verdade que resulta da fisicalidade da própria morte, induz na consciência do indivíduo a noção de que ele está vulnerável e entregue a ela por mais estratégias que possa ter para evitar esse encontro e tal evitamento surge, na opinião de Ducceshi (1970), porque o indivíduo não suporta a ideia de voltar ao “nada”, nem a negação da própria razão de ser.

Por um lado, é certo que a estratégia de fuga perante o dado existencial da finitude oferece vantagens a curto prazo, nomeadamente ao evitar a ansiedade existencial presente na tomada de consciência das iminentes possibilidades da aniquilação do ser-no-mundo, mas por outro lado, cada vez que um indivíduo foge deste dado inevitável, ele foge também da sua essência fundamental e da sua possibilidade existencial mais básica, tornando-se assim inautêntico para si-mesmo e para o seu mundo.

Para Heidegger (1951), a consciência da finitude e a consequente antecipação da morte do ser-no-mundo, é uma condição que desperta a autenticidade perante a existência, pois cada indivíduo passa a compreender de forma trágica mas verdadeira, que o ser-no-mundo se resume a um ser-para-a-morte a partir do qual ficará destituído de tempo, de corpo, de espaço, de relações e de consciência nesta existência. Perante este angustiante e incontornável dado existencial, o autor refere que cada indivíduo deve aprender a saber *estar decidido* em relação ao efectivo fim do seu ser-no-mundo, rendendo-se a essa evidência e tomando acima de tudo consciência que a possibilidade de deixar de ser-no-mundo é uma iminência da existência que pode acontecer a qualquer momento.

Para Werle (2002), a angústia nunca se desvanecerá totalmente mas curiosamente, é através da sua respectiva vivência que cada ser-no-mundo pode começar a atribuir um sentido mais profundo à sua existência, começando a singulariza-la. Por outras palavras, a presença desta angústia permite ao indivíduo compreender que o ser-para-a-morte o impulsiona para aproveitar o mundo antes de ele desaparecer, abrindo a consciência para a contemplação da preciosidade e da rara oportunidade que a existência representa e com isso, criar as condições necessárias para que surja o cuidado ou o *sorge* perante a mesma.

Assim, a autenticidade do indivíduo resulta deste confronto com a ideia da morte dentro do fluxo temporal, promovendo a compreensão e aceitação dos limites de todas as existências, assim como os seus lados efêmeros e imprevistos. Esta ideia é completada por Levinas (1995), ao afirmar que a angústia da finitude produz no indivíduo o efeito de começarmos a “cuidar” autenticamente do Ser, da existência e das relações com os outros de uma forma mais responsável, por sabermos que um dia iremos de forma trágica e escandalosa, perdê-los a todos. Para Heidegger (1951), esta condição da existência é crucial para se viver com maior abertura, cuidado, responsabilidade, humildade e liberdade perante nós próprios, perante os outros e perante o mundo.

O sentido genuíno do ser-para-a-morte de Heidegger, revelou a sua preocupação pela autenticidade perante a existência mas este conceito acabou também por lançar a consciência, dentro do tempo da existência, numa dialéctica entre o dilema do Ser e a possibilidade da sua impossibilidade, ou como diria Levinas (1993), na possibilidade da morte nos vir a tornar num “nada” ou num “não-ser”.

Esta dialéctica vigora ao nível do mundo privado ou *Eigenwelt*, onde o significado associado à morte remete para uma experiência intra-psíquica e para um dilema entre o ser-no-mundo e o fim do ser-no-mundo, entre o “ser” e a possibilidade do “não-ser” ou entre o “Eu” e o “Não-Eu”. Em termos mais fenomenológicos, esta experiência pode à semelhança do que acontece com a doença, criar uma vivência de fechamento perante a existência devido à tematização ou ao esquecimento da inexorável possibilidade da aniquilação do ser, levando a atitudes de narcisismo e de autismo mas por outro lado, poderá levar a uma harmonia ou plenitude interior pois a consciência tem a oportunidade de repensar-se ou “abrir-se” para a incerteza que representa a sua condição de ser-no-mundo (Correia, 2006).

Apesar da essência da morte ter sido perspectivada até agora através dos três mundos da *Daseinanalyse*, a garantia mais factual que ela nos promete, baseia-se na tomada de consciência de que a existência do ser-no-mundo vai inevitavelmente terminar, apesar de ela não nos garantir que a essência inerente ao Ser será aniquilada, dado que este assunto já transcende os limites da existência. É por esta razão que a essência da morte continuará a ser insondável para a consciência e tal como refere Levinas (1993, p.17), a deixar-nos “*sem resposta*”, todavia, coloca a

questão de ser difícil distinguir se a angústia da morte provém do facto de ela ser o fim do Ser ou do facto dela ser impossível de representar para a consciência.

No entanto, se a morte física, a morte do outro, o fim dos seres-no-mundo e de todos os existenciais do individuo são factos empíricos e observáveis na linha temporal da existência, a morte e a aniquilação total da essência de cada Ser, permanecem como uma dúvida que acompanhará cada individuo até ao final do fluxo da sua temporalidade, criando uma comunhão de destino incerto entre todos os seres e a até uma angustiante vivência de falta de sentido perante o destino.

Apesar disto, a falta de sentido proveniente desta dúvida existencial, pode não só criar uma vivência de angústia como pode criar uma oportunidade para o individuo adoptar valores de esperança e continuidade sobre o que a finitude pode representar, acompanhando em paralelo o lado trágico sobre a mesma. Como tal, o significado da finitude encerra em si mesmo esta “*possibilidade da impossibilidade do ser*”, traduzida como o inexorável fim da existência do individuo que provoca de acordo com Ducceschi (1970), um despojamento e alienação da experiência temporal, confrontando o sujeito com a experiência atemporal e irreversível.

Consequentemente, o homem procura reagir à irreversibilidade da morte, criando a irreversibilidade da vida, ou seja, a imortalidade, sendo daqui que surge o espírito religioso que compensa o medo da morte, através dum relacionamento com uma realidade que transcende os limites sensoriais e existenciais, de forma a se prolongar a identidade própria (Ducceschi, 1970).

Nesta medida, tal compensação vai criar a contemplação de todas as possibilidades do Ser, inclusive a sua própria transcendência em direcção ao “nada” e àquilo que ultrapassa a consciência do individuo dentro da existência. Por esta razão, torna-se relevante contemplar a dimensão existencial que abarca estas questões.

überwelt (mundo espiritual).

Edmund Husserl, citado por Binswanger (1987), referia que a nossa consciência prescreve constantemente a esperança de que a continuidade da nossa experiência se manterá, e Jaspers (1971), apelou-nos para a difícil decisão entre o desespero ou a transcendência perante uma condição limite. Nesta óptica e para melhor compreendermos os aspectos que transcendem o Ser, passamos a perspectivar a finitude a partir do *Überwelt* ou mundo espiritual proposto por Deurzen-Smith (1997), que representa a ligação de cada individuo com estes aspectos abstractos da

existência e onde a morte, o “nada”, bem como tudo aquilo que não tem resposta, estão incluídos.

É certo que a anterior autora mostra-se um pouco reservada em relação à amplitude que a palavra espiritual pode alcançar mas de acordo Thorenson & Harris (2002), a palavra *spiritus* provém do Latim e significa *o sopro da vida*. Neste sentido, a espiritualidade deve ser entendida como uma noção mais abrangente do que a religião ou as suas respectivas crenças pessoais ideossincráticas, sendo descrita como uma procura do Ser e uma conexão com aquilo que vai além de nós mesmos, transmitindo um sentido de sagrado em relação aos mistérios e àquilo que se desconhece.

Neste sentido, ao mesmo tempo que o indivíduo desperta para a finitude, ele lança-se em direcção ao lado desconhecido e sagrado que se encontra presente em si-mesmo, na sua existência e nas suas relações com o mundo, tomando a partir daí a liberdade de se abrir ou fechar em relação ao “nada” e a tudo o que lhe é “diferente” (Levinas, 1993, 1995).

Esta possibilidade de nos tornarmos num “nada” adquire de acordo com o anterior autor, um duplo sentido que passa primeiramente por ser uma ameaça para o indivíduo e o seu ser-no-mundo mas consequentemente, é a partir deste “nada” que é possível ir ao encontro das essências fundamentais do Ser, da existência e até da finitude, essências essas cujas naturezas são definidas como incertas, imateriais e impermanentes.

Ora, é importante referir que o conceito do “nada” na opinião de Zimmerman (1998), sempre desafiou o pensamento ocidental virado para o dualismo, materialismo e o antropocentrismo, embora fosse muito familiar para as filosofias orientais como o Taoísmo ou o Hinduísmo, mas principalmente para o Budismo, do qual curiosamente Heidegger se chegou a aproximar.

Estas filosofias ajudaram este filósofo a declarar que o homem só se tornaria livre se aprendesse a “deixar as coisas serem”, obtendo introspecção na direcção do “nada” que impregna todas as coisas, incluindo o espaço onde a presença e a revelação do Ser têm lugar. Para Heidegger, citado novamente por Zimmerman (1998), o homem ou o *Dasein*, é um tipo peculiar desse “nada” ou seja, uma forma temporária dentro do vazio absoluto, não sendo superior aos outros mas simplesmente um momento no jogo dos fenómenos.

Na mesma linha das ideias, Arthur Schopenhauer mencionava no distante ano de 1844, que devíamos aprender a ser um “nada” ou a aproximarmos-nos do “ventre do nada”, sendo aí que estaria o tronco da vida. Com esta atitude, poderíamos compreender de forma estóica, que não há razões para alarme em relação ao “nada” dado que da mesma maneira que não temos consciência de onde estávamos antes de nascer, também depois da morte perderemos a consciência de perceber algo ruim ou até angustiante, regressando apenas ao mesmo ventre de onde a consciência veio. Em forma de síntese, as ideias essenciais de Schopenhauer (2000), consideravam a morte como a aniquiladora das representações da consciência sobre o ser-no-mundo, embora ela nunca destruísse a fonte que mantêm e origina a própria consciência.

Perante a faceta insondável da morte e a possibilidade do indivíduo se tornar num “nada”, surgem também questões na consciência que ultrapassam o conhecimento mundano e a sabedoria retirada das experiências vividas, tais como: Que sentido podemos tirar do “nada”? Seremos só um corpo que sente dor e prazer? Seremos só um repositório de boas e más memórias encapsuladas dentro de um tempo limitado? Para onde vão os que nos deixam? Quando eu morrer o que é que morrerá em mim?

Estas questões fazem com que a morte e a finitude possuam uma importância vital por forçarem o emergir da possibilidade do Ser se relacionar com os valores mais transcendentais e espirituais da existência, com a intenção de encontrar significados para estas dúvidas que ultrapassam as capacidades normais da consciência, um pouco à semelhança daquilo que referiam as tradições místicas.

Este aspecto tem estado sempre presente desde a origem do homem e em especial no acompanhamento aos moribundos, estando a morte sempre envolta numa densa espiritualidade como refere Bernardo (1999). O mesmo autor, exemplifica esta ideia através de Hipócrates e dos seus discípulos, quando proibiam a aproximação do médico do moribundo pois no seu entender, a morte era uma coisa entre os deuses e os homens, não se devendo interferir.

Como foi evidenciado anteriormente, os significados para os dilemas apresentados pela morte, têm sido oferecidos maioritariamente pelas tradições místicas, religiosas e pelos antigos sistemas de crenças, considerados hoje em dia como obsoletos. Certos autores como Schopenhauer (2000), consideravam que as religiões funcionaram muitas vezes no sentido contrário ou seja, como “antídotos da morte”, por passar a crença da certeza na imortalidade da alma e impedir o acesso à

verdadeira mensagem existencial escondida por detrás da morte, no entanto, são elas que continuam a oferecer há milénios, noções mais ou menos integradas sobre a existência, a morte e a transcendência.

É importante também saber distinguir que a espiritualidade ou o *Überwelt* vão além da religião da mesma maneira que a corporalidade vai além do corpo, todavia, o fio condutor entre elas baseia-se no facto destas abordagens serem a única fonte de sentido a partir da qual a intencionalidade da consciência começa a relacionar-se com a eternidade, com o “nada”, com o infinito e o absoluto, ou seja, com tudo aquilo que se encontra fora do tempo e transcende a consciência do Ser, bem como as suas representações construídas ao longo da existência.

Para alguns autores do existencialismo, a relação estabelecida com a eternidade, o “nada” ou o absoluto, é uma das dimensões através do qual o ser-no-mundo se manifesta e em muitos casos é através deste mundo espiritual que se consegue desdobrar outras possibilidades de sentido em relação à finitude, assentes em valores de esperança, continuidade, amor, transcendência e criatividade, sem que por isso se esqueça o seu lado trágico (Tillich, 1952; Jaspers, 1971; Levinas, 1993, 1995).

A criação desta abertura para uma aproximação com o lado enigmático, transcendente e sagrado da existência humana, desenvolve no indivíduo aquilo que Kierkegaard referia como sendo o “salto de fé” ou o nível do religioso.

A fé para Kierkegaard, é relativa ao momento da autoconsciência, momento transcendental absolutamente específico, momento de “dependência” e “passividade” em face da “origem” em que o indivíduo se recebe e a partir do qual existe, pensa, sabe, quer e se exprime. A fé outra coisa não é senão este reconhecimento de uma presença do absoluto no coração da consciência finita (Farago, 2006, p. 159).

Este filósofo considerava que uma vivência autêntica da fé, onde o divino se pudesse manifestar a partir do homem e não a partir de um ser distante, era o remédio para o desespero e a angústia da existência (Farago, 2006).

O próprio Jaspers (1971), defendia a importância desta ideia de Kierkegaard, ao sugerir que o “salto de fé” não tinha uma lógica em si nem se dirigia a nenhuma forma de religião específica, mas representava a liberdade de escolha do indivíduo em acreditar numa existência maior do que aquela que a ciência conseguia detectar.

Um outro filósofo espiritual que se recusava a defender qualquer tipo de religião sem por isso deixar de falar na importância da fé foi Paul Tillich (1952), defendendo a fé como amenizadora da angústia existencial na medida em que cada indivíduo passaria a aprender a render-se ao inevitável, colocando-se à disposição daquilo que é maior do que ele próprio e que está na sua própria origem.

Neste sentido e apesar de estarmos confinados ao ciclo e às condições espaço-temporais da existência, o *Überwelt* permite uma abertura do Ser em direcção à sua própria transcendência, desenvolvendo um relacionamento com tudo o que lhe está interligado e criando ao mesmo tempo, uma intimidade com o lado enigmático e inolvidável do *ex-sistere* e da finitude. O “salto de fé” que o indivíduo pode efectuar em relação à finitude, manifesta-se então através de uma entrega e confiança no absoluto, no nada e na eternidade da qual ele faz parte e ao qual voltará.

Esta transcendência em direcção ao “nada” ou se preferirmos em direcção ao “todo”, não é da exclusividade do momento da morte embora seja só através dela que em princípio a conseguiremos vivenciar na totalidade. No entanto, é possível ensaiar parte desta transcendência enquanto nos encontrarmos dentro do fluxo temporal desta existência principalmente se, como diria Schopenhauer (2000), *“aprendermos a viver plenamente a eternidade e o absoluto no agora, dando as boas-vindas à morte”*.

As “boas-vindas à morte” podem ser interpretadas como uma abertura para a outridade da existência e para a descoberta de “outras” possibilidades do nosso ser-no-mundo e inclusivamente uma abertura na relação com os “outros” indivíduos e com tudo aquilo que desconhecemos da existência e da nossa própria experiência vivida (Levinas, 1995).

O homem ocidental e antropocêntrico terá mais cedo ou mais tarde, de enfrentar o desafio de desdobrar os seus valores do poder, de domínio e da primazia da matéria, rendendo-se ao encontro com a essência do seu Ser e entregando-se a este “nada/todo”. Aliás, na opinião de Meister Eckhart citado por Zimmerman (1998), o espectro de experiências vividas do ser-no-mundo só está disponível porque existe este “Nada Divino”, onde tudo acontece e ao qual devemos aprender a nos entregar.

Para quem duvide desta provação existencial e porque não, transcendental, resta apenas referir o testemunho de Kübler-Ross (1998), quando referia que esta atitude de entrega e rendição se encontra presente nas duas palavras mais proferidas pelos moribundos e que são as palavras “Deus” e “Mãe”. Talvez seja também por

isto que Françoise Dolto, citada por Hennezel (2001a, p. 144), diga que “*o importante é que o moribundo largue o seu corpo, da mesma maneira que um recém-nascido deve largar a placenta e o cordão umbilical...é a última divisão do ser humano... para quê? ... não sabemos, é um mistério...um segredo...*”.

A angústia existencial Heideggeriana inerente a esta questão mantém-se, principalmente porque o tempo, a existência e a finitude, são entendidos como sinónimos do limite do Ser, no entanto, nada impede os sujeitos de se renderem à possibilidade deles representarem também, uma oportunidade de ligação do ser-no-mundo com o infinito, o desconhecido e a outridade.

Assim, a “fonte” ou o “ventre do nada” podem até ser vivenciados nesta existência concreta e presente, sem ser obrigatório esperar pela morte para aprender a transcender o próprio Ser (Buber, 1970; Jaspers, 1971; Levinas, 1993, 1995; Kierkegaard citado por Farago, 2006).

Em termos mais fenomenológicos e citando a opinião de Levinas (1995), o *eidos* ou a essência da morte não é afinal a aniquilação do Ser mas “*uma premonição na qual intuimos que todos estamos a caminho do desconhecido numa viagem sem retorno*”.

CAPÍTULO II

Metodologia

Objectivos do Estudo

Enquadrado num contexto de uma investigação qualitativa, o presente estudo tem como objectivo principal a descrição das experiências subjectivas da tomada de consciência da finitude em gerontes.

Em termos mais específicos, pretende-se então examinar de um modo fenomenológico como é vivida a experiência da consciência da finitude, de modo a se descobrir as essências dos significados subjectivos associados a este fenómeno de antecipação do fim da existência.

Posteriormente à aplicação do método fenomenológico, iremos procurar relacionar o resultado destas experiências subjectivas com o enquadramento teórico, nomeadamente a ligação com os significados culturais sobre a morte e o impacto que esta experiência produz na forma de existir do sujeito durante o envelhecimento.

Participantes

A amostra foi constituída por três sujeitos com idades compreendidas entre os 65 e os 75 anos, sendo dois do género feminino e um do género masculino.

Os critérios de inclusão dos participantes nesta amostra foram a idade superior a 65 anos, estarem já aposentados mas envolvidos em novos projectos existenciais após a reforma, a comprovação da existência de uma experiência onde tenha ocorrido uma tomada de consciência da finitude, e finalmente, a apresentação de boas capacidades de articulação de forma a que as experiências pudessem ser correctamente descritas.

O critério de envolvimento em novos projectos existenciais reflecte para o autor do estudo, um sinal de autenticidade por indicar que estes gerontes, apesar das circunstâncias do envelhecimento em que se encontram, escolheram realizar e construir um novo projecto em vez de se remeterem para situações mais passivas ou fechadas em relação à existência.

Sujeito #1

Sexo masculino, 65 anos e nacionalidade portuguesa; reformado há cinco anos; trabalhou como chefe de cabine numa companhia aérea; frequenta uma universidade da terceira idade.

Sujeito #2

Sexo feminino, 70 anos e nacionalidade portuguesa; reformada; trabalhou como enfermeira; frequenta uma universidade da terceira idade.

Sujeito #3

Sexo feminino, 78 anos e nacionalidade portuguesa; reformada há dezasseis anos; trabalhou como professora primária; é voluntária num clínica de saúde mental.

Material

A entrevista presencial foi escolhida como o principal meio para obter descrições suficientemente amplas sobre os objectivos em questão, tendo estas sido registadas num gravador áudio e transcritas integralmente para um documento digital de um computador portátil.

O tratamento dos dados recolhidos na entrevista foi efectuado a partir do método fenomenológico de Amadeo Giorgi.

Procedimentos

Dois dos participantes foram sugeridos a esta investigação através de outros tantos colegas do autor, sendo que em relação a estes últimos um pertencia ao Mestrado de Relação de Ajuda e o outro à Formação de Psicoterapeutas Existenciais na Sociedade Portuguesa de Psicoterapia Existencial. O terceiro sujeito foi seleccionado por conveniência, pelo próprio autor do estudo.

Após a certificação do cumprimento dos critérios de selecção, quer por parte do autor quer por parte dos seus respectivos colegas, os participantes foram contactados telefonicamente pelo autor, tendo sido apresentado a finalidade deste estudo assim como o pedido para o consentimento informado por parte dos participantes, em relação aos procedimentos do estudo. Posteriormente, foi

combinado individualmente um encontro no local de trabalho do autor para a realização de uma entrevista presencial. A totalidade das entrevistas foi realizada entre os meses de Fevereiro e Abril de 2008 e obteve a duração média de 35 minutos.

Durante a realização das mesmas, foi criado primeiramente um ambiente empático e informal com os participantes onde se agradeceu a sua disponibilidade e voluntariedade, para de seguida se esclarecer novamente os objectivos do estudo. Foi estabelecido um tempo limite de 40 minutos para se responder à questão da investigação, dando-se no entanto, toda a liberdade e espontaneidade para as respostas.

Neste sentido, a questão da investigação colocada foi: "*Por favor descreva-me, durante a sua fase de envelhecimento, uma experiência onde tenha tomado consciência da sua finitude*".

Com o respectivo consentimento, foi pedido a autorização para o registo da entrevista através de um gravador áudio, tendo esta decorrido com o mínimo de intervenção por parte do investigador e com a adopção de uma atitude fenomenológica por parte do mesmo. Após o registo áudio das entrevistas, realizou-se uma transcrição integral das mesmas para um documento digital, para posteriormente serem sujeitas aos procedimentos do método fenomenológico de Amadeo Giorgi.

Investigação Qualitativa

Antes de desenvolvermos o método deste estudo, torna-se relevante compreender que actualmente o método fenomenológico faz parte de um todo que é a investigação qualitativa, juntamente com a teoria narrativa, a *grounded theory*, a etnografia e finalmente o estudo de caso.

A definição de investigação qualitativa segundo Creswell (2007), baseia-se essencialmente na utilização de determinados paradigmas, pressupostos ou perspectivas filosóficas, que fundamentam a exploração de significados que indivíduos ou grupos atribuem a determinados problemas sociais ou humanos.

O papel desta investigação resume-se a uma tentativa de aumentar a compreensão dos problemas humanos, revelando de acordo com Eisner (2003) o "como?" do problema em vez do seu "Porquê?".

Como foi referido no capítulo I deste presente estudo, o conflito entre a investigação quantitativa e qualitativa está hoje presente na psicologia desde os tempos de Brentano e Wundt, tendo a investigação qualitativa contribuído para a reformulação e o desafio dos pressupostos na qual a psicologia científica tem assentado, em nome de um conhecimento mais adequado em relação à variedade e complexidade do fenómeno humano.

Não se deve contudo, entender que um tipo de investigação é superior ou inferior ao outro já que a investigação quantitativa e científica da psicologia é altamente relevante e nunca irá desaparecer, mas deve no entanto aprender a ampliar os seus métodos de conhecimento e a questionar os seus próprios conceitos.

Alguns destes questionamentos são feitos por autores como Giorgi (2005), quando afirma que o laboratório experimental e as políticas de manipulação e controle das variáveis não devem ser entendidos como locais ou práticas ideais para adquirir um conhecimento seguro e objectivo, mas também por autores como Camic, Rhodes e Yardley (2003), nomeadamente ao defenderem que o conceito de objectividade ensinado nos manuais e aulas de psicologia se tornou num mito pois nenhuma experiência, questão de investigação ou interpretação dos dados, pode ser considerada como algo verdadeiramente objectivo e empírico, por estar sempre relacionado com um determinado contexto.

A posição da investigação fenomenológica ou hermenêutica sobre a investigação quantitativa e científica, encontra-se também bem explicitada em Sousa (2004), em especial na sua citação sobre Kockelmans.

É comum ouvir-se que a psicologia fenomenológica e hermenêutica devia eliminar todas as formas de conhecimento empírico sobre a psicologia. Esta noção é uma interpretação errada sobre a intenção deste tipo de autores e pode ser facilmente demonstrada. Primeiro de tudo, nenhum fenomenólogo de renome alguma vez afirmou esse tipo de declaração e bem pelo contrário, já que todos eles defendem claramente que aquilo a que chamamos “psicologia”, é uma complexa variedade de disciplinas cada uma com o seu método próprio: a psicologia empírica usa métodos empíricos, a fenomenologia eidética usa métodos descritivos e a fenomenologia hermenêutica utiliza métodos interpretativos (p. 199).

A investigação qualitativa tem vindo a ganhar aos poucos o seu lugar no estudo da condição humana e tem-se caracterizado por uma variabilidade na forma de trabalhar e recolher dados, no entanto, possui um tronco comum que assenta numa

integração do estudo da psicologia com a riqueza dos seus contextos históricos, sociais e culturais. Ainda em relação a este tronco comum, ressalta-se a especial atenção que a investigação dá às pessoas, às suas experiências, situações e respectivos contextos, tomando sempre em consideração o facto dos indivíduos serem os actores principais na criação de significados intencionais sobre essas experiências (Maracek, 2003).

A reunião das características comuns que definem as investigações qualitativas, são-nos então apresentadas por Creswell (2007), sem ordem específica de importância:

- *Ambiente natural* – A informação é recolhida no campo onde os participantes vivenciam o problema através de um contacto directo e interacção com os mesmos;
- *O investigador é um instrumento chave* – Os investigadores qualitativos participam na análise de documentos, observação de comportamentos ou acções e na realização presencial das entrevistas, sendo o elo principal da filtragem da informação e do desenho do estudo;
- *Múltiplas fontes de informação* – A recolha de informação é realizada por meio de entrevistas, observações ou documentações, nunca estando cingida a uma única fonte de informação e posteriormente, os investigadores retiram um sentido e organizam-no de acordo com categorias que atravessam todas essas fontes;
- *Análise indutiva da informação* – A análise da informação não é feita da teoria para a prática mas sim a partir de uma circularidade que parte da prática para a teoria, fazendo com que muitas vezes o investigador mantenha uma constante colaboração e interacção com os participantes, de forma a esclarecer abstracções e dúvidas que possam surgir durante as análises;
- *Os significados criados pelos participantes* – O investigador faz questão de compreender e dar relevo ao significado que os participantes atribuem ao problema e não ao significado que o próprio investigador traz para o estudo;
- *Desenho Emergente* – Isto significa que o desenho da investigação pode emergir durante o processo, ou seja, muitas vezes o plano inicial e as suas respectivas fases podem sofrer alterações;

- *Perspectivas teóricas* – Os investigadores possuem um referencial teórico próprio a partir do qual organizam o seu estudo;
- *Interpretação* – Após a recolha da informação, o tratamento dos dados é feito através da interpretação do investigador com base no seu referencial pessoal e teórico, sendo que o estudo depois de editado, será interpretado pelos participantes e pelos leitores de outras formas variadas, contribuindo para o facto de todas as situações humanas possuírem diferentes perspectivas;
- *Holístico* – Os investigadores procuram desenvolver um quadro complexo do problema em estudo e isso envolve a adopção de múltiplas perspectivas e a identificação dos vários factores da situação para clarificar o respectivo quadro. Os investigadores não se baseiam em explicações de causa-efeito mas sim na interacção de todas essas complexidades.

Em termos gerais, o resultado final de uma investigação qualitativa segue normalmente uma linha de orientação que integra simultaneamente a experiência dos participantes, a reflexão do investigador, a descrição e interpretação do problema e as propostas de intervenção em relação à literatura existente (Creswell, 2007).

Método Fenomenológico

Inspirado na ideia célebre de Husserl, da qual a consciência e a forma como ela se apresenta é radicalmente diferente dos objectos físicos e das leis de causa-efeito, Giorgi (1997) assume que os aspectos cruciais de uma abordagem fenomenológica assentam em primeiro lugar na compreensão do fenómeno da consciência, e em segundo lugar, na totalidade da experiência vivida de uma determinada pessoa. Neste sentido o papel da consciência deixa de ser ignorado ou entendido de forma neutra e é assumido como a principal fonte de construção de significado, em relação aos objectos ou fenómenos que se apresentam intuitivamente.

Dentro deste contexto, assume-se que a intencionalidade da consciência permite o relacionamento com os objectos físicos à sua volta, objectos esses que são regulados pela causalidade e estão situados num determinado tempo e espaço, no entanto, esses objectos físicos transcendem qualquer acto da consciência sendo que esta última consegue apenas intuí-los ou experimentá-los como essências ou presenças não-físicas dotadas de um determinado significado. Esta descrição é

crucial de acordo com Giorgi (1997), especialmente na área das ciências humanas onde se estudam fenómenos que não tem uma presença física propriamente dita, como os casos dos sonhos, das alucinações, visualizações, memórias e claro, da própria finitude que é o tema deste presente estudo.

O fenómeno é então esta presença ou intuição que se procura descrever precisamente da forma como aparece à consciência, sendo que a relação entre a experiência do sujeito e o objecto intuído, “real” ou “irreal”, passa a ser entendida de uma forma estrutural e holística. Consequentemente, da intuição resultante desta anterior relação emerge um significado próprio construído pelo sujeito que também é explorado e descrito durante o processo do método fenomenológico (Giorgi, 1997).

O método fenomenológico original proposto por Husserl na obra *Ideas I*, era primeiramente um método para fins filosóficos baseado na utilização de vários níveis de redução fenomenológica como a eidética e a transcendental, onde de alguma maneira se procurava alcançar a essência universal sobre o “mundo vivido” ou *Lebenswelt*. A generalidade deste método filosófico centrava-se em três passos cruciais que iremos descrever adiante e que são conhecidos como a redução fenomenológica, a descrição e por fim, a procura das essências universais (Giorgi, 1997; Giorgi & Giorgi; 2003; Giorgi & Gallegos, 2005).

Assim, a redução fenomenológica original resume-se de acordo com Giorgi (1997), numa adopção de uma atitude onde o conhecimento *à priori* sobre um determinado fenómeno é colocado em suspensão ou em *epoché*, de maneira a que o fenómeno seja descrito na medida exacta em que é intuído ou experimentado.

A descrição deste fenómeno é o passo seguinte da redução e vai no fundo exprimir linguisticamente essa presença da maneira mais pura possível e a partir dela própria, ou seja, livre da influência da atitude natural que procura explicar, construir ou interpretar essa presença ou fenómeno a partir de fora.

Por último, a procura das essências manifesta-se através da descoberta do significado fundamental sem o qual um determinado fenómeno deixaria de ser. Para tal, utiliza-se a *variação livre imaginativa* que permite ir ao encontro das características do fenómeno que mantém a sua identidade constante ou invariável e à qual se chama a essência. Um exemplo disto é ilustrado por Giorgi (2003), ao afirmar que uma chávena pode variar em termos da sua cor, forma, material ou peso mas a sua essência é o facto de ela ser um contentor de líquidos maneável para as mãos, ou seja, sem este significado essencial a chávena deixava de ser uma chávena.

A aplicação deste método não era da exclusividade dos assuntos filosóficos pois Husserl queria também que os seus seguidores o utilizassem para fins científicos, nomeadamente na psicologia. Desta forma, o uso deste método para fins científicos ou psicológicos, apresentava uma ligeira diferença no terceiro passo da redução fenomenológica traduzida por uma busca da estrutura essencial da experiência subjectiva ao invés de uma busca das essências universais onde até o próprio sujeito era colocado em *epoché* (Giorgi, 1997; Giorgi & Giorgi, 2003).

Método Fenomenológico de Amadeo Giorgi

We need a method that is as essentially geared to the qualities of humans as quantification is geared toward the essence of things.

Giorgi (2005, p.80)

Passando agora para a descrição específica do método fenomenológico utilizado nesta presente tese, compete-nos referir que este foi criado por Amadeo Giorgi em 1985 através da já referida influência do pensamento de Husserl, mas também do prefácio da obra de Merleau-Ponty, “*A Fenomenologia da Percepção*” (Giorgi & Gallegos, 2005).

O método inicia-se com a realização de uma entrevista com os participantes do estudo onde é descrita a experiência que se pretende investigar, sendo que desde o início o investigador mantém a atitude da redução fenomenológica e uma sensibilidade em relação ao tema que neste caso específico foi a consciência da finitude nos gerontes. Posteriormente, o investigador transcreve a informação recolhida que é definida como os dados brutos da investigação ou *Raw Data*, de forma a sujeitar esses dados a um processo de quatro passos.

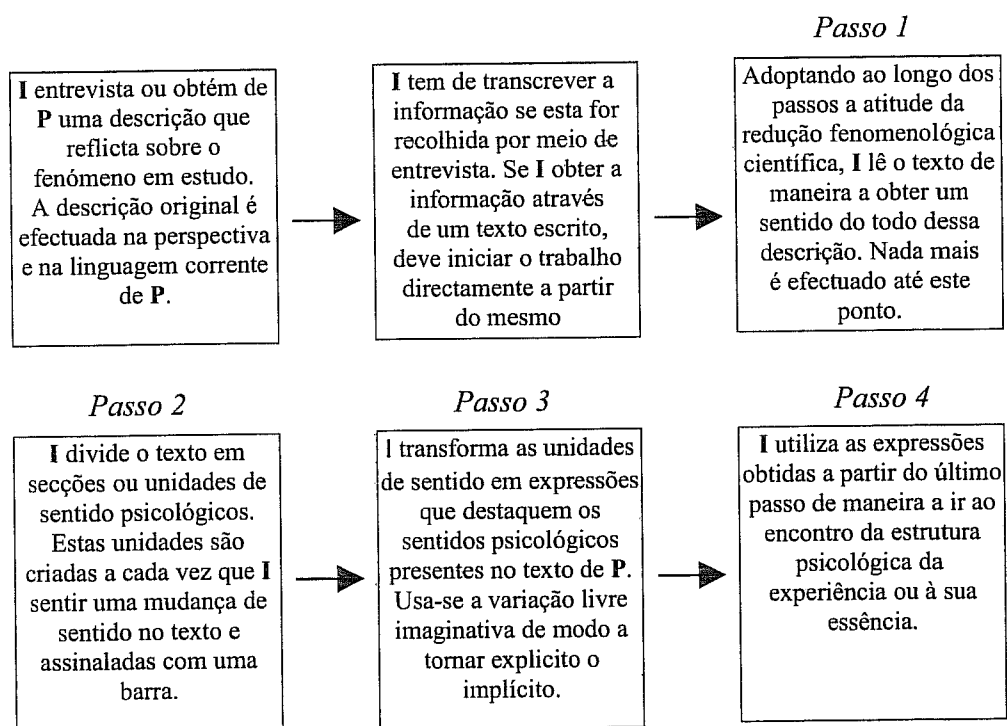
Estes respectivos passos são descritos por Giorgi & Giorgi (2003), em forma de texto mas também em forma de ilustração gráfica presente na Figura 1, tendo estas demonstrações sido fielmente transcritas para o corrente estudo:

- *Ler no sentido do Todo* – A descrição das experiências subjectivas recolhidas através de entrevistas, é lida pelo investigador de maneira a ser entendida como um todo, sendo crucial o investigador saber como a descrição acaba;
- *Unidades de Sentido* - Após a leitura da descrição da experiência como um todo e sabendo de antemão que a derradeira intenção de uma análise

fenomenológica é a descoberta do sentido de uma experiência, o investigador volta a ler a descrição do princípio e começa a constituir as *unidades de sentido*. Estas unidades de sentido são determinadas a cada vez que o investigador experimenta uma mudança de sentido na descrição, efectuando uma marca nesse local. A descrição total da experiência é dividida em partes de modo a facilitar a análise do sentido em termos práticos;

- *Expressões psicologicamente sensíveis* - O investigador transforma as expressões quotidianas dos participantes e que estão imbuídas de sentidos relacionados com o contexto do sujeito, em linguagem psicológica sensível ao tema, refinando progressivamente as expressões dos participantes em significados psicológicos para tornar explícito aquilo que está implícito;
- *Estrutura Geral de Significado* - Finalmente, o investigador determina a *estrutura geral de significado* através da utilização da variação livre imaginativa, descobrindo aquilo que é invariante ou essencial na experiência e que servirá de guia para as posteriores análises.

Figura 1. Demonstração dos passos do método fenomenológico de Giorgi



I = Investigador P = Participante

A descoberta das estruturas de significado de uma determinada experiência é sem dúvida um dos mais importantes passos do método em especial para o processo de análise, mas este não representa o último passo (Giorgi & Giorgi, 2003). De facto, o objectivo final das estruturas de significado passa por auxiliar a compreensão dos dados empíricos de uma forma mais metódica e sistemática, compreensão essa que é feita através da análise dos chamados constituintes essenciais dessa respectiva estrutura que, por sua vez, permitem clarificar as variações empíricas encontradas.

No sentido de se exemplificar este tipo de compreensão, iremos apresentar abaixo a Tabela 1, oferecida por Giorgi (2007), onde do lado esquerdo se colocam os chamados constituintes essenciais presentes numa experiência significativa durante a psicoterapia e do lado direito as variações empíricas dos sujeitos em relação a essa experiência.

Tabela 1.
Experiências significativas dos clientes durante o processo de psicoterapia.

Constituintes essenciais	P1	P2
Motivação e Abertura	Elevada devido à presença de expectativas positivas sobre a terapia e o terapeuta.	Baixa devido ao facto de ter entrado no estudo de forma involuntária e de possuir experiências passadas negativas de psicoterapia.
Envolvimento Emocional	Conseguiu exprimir-se emocionalmente de forma intensa.	Dificuldade em lidar com material afectivo da infância que tinha sido evitado anteriormente.

P1= Variações empíricas do Participante 1 P2= Variações empíricas do Participante 2

CAPÍTULO III

Apresentação dos Resultados

Os resultados serão aqui apresentados de acordo com duas vertentes principais onde a primeira se refere à *estrutura geral de significado*, que reúne basicamente a essência comum das experiências subjectivas dos três participantes em relação ao tema em estudo, enquanto que a segunda passa pela identificação dos chamados *constituintes essenciais* de modo a serem analisados à luz das *variações empíricas*.

A transcrição das entrevistas, o tratamento dos dados brutos de acordo com os quatro passos do método fenomenológico de Giorgi e as estruturas gerais de significado de cada um dos participantes, podem ser consultadas na secção dos Anexos, mais respectivamente nos anexos A, B e C.

Descrição da Estrutura Geral de Significado nos 3 Participantes.

O aparecimento da experiência da tomada de consciência de finitude nestes gerontes, está associada a contextos e acontecimentos onde ocorreu uma inesperada perda de uma referência significativa.

O surgimento desta tomada de consciência está também relacionado com a consciência dos limites físicos e funcionais do corpo inerentes ao processo do envelhecimento. Por sua vez, o sujeito atribui a estas limitações físicas o significado de constituírem a evidência de que o tempo da existência caminha inevitavelmente para o fim.

Este processo inicial, parece despertar também a recordação de experiências onde ocorreu uma separação relacional, sendo essa memória acompanhada por sentimentos de angústia.

Em consequência disto, o sujeito cria um significado antecipado e ao mesmo tempo incerto, em relação ao que poderá vir a acontecer no final da sua existência, sendo que esse significado se apoia nas referências passadas e presentes do sujeito e simultaneamente, parece condicionar a sua experiência presente e futura, chegando ao ponto de, em última análise, contribuir para uma mudança e reflexão ao nível do significado da existência e da respectiva relação com a mesma.

De facto, o significado antecipado desta experiência é paradoxal, pois de um lado surge a aceitação resignada sobre a inevitabilidade e imperatividade da condição da morte, enquanto que por outro lado, surge a vontade de continuar a existir e de aproveitar significativamente o tempo disponível, sendo a experiência também vivida com vulnerabilidade emocional.

Por sua vez, esta vulnerabilidade emocional parece fazer emergir um desejo de continuar a realizar projectos no tempo disponível da existência, mas também através de uma abertura para valores espirituais que contextualizam a finitude em termos metafísicos e alimentam a crença da possibilidade de uma continuidade da existência após a morte.

Constituintes Essenciais da Estrutura Geral de Significado e Variações Empíricas

Os constituintes essenciais representam no fundo os significados invariantes que foram encontrados no espectro da experiência da consciência da finitude dos três participantes. Assim, foram identificados nove constituintes essenciais na estrutura geral de significado, onde dois deles (*perda inesperada de uma referência significativa; consciência dos limites corporais e temporais*) estão relacionados com as condições ou contextos onde a tomada de consciência da finitude ocorre, enquanto que os outros sete (*recordação de experiências de separação relacional com vivência de angústia; antecipação; intenção paradoxal; vulnerabilidade emocional; incerteza; continuidade e abertura espiritual; mudança da perspectiva e da relação com a existência*) remetem para o significado que é construído pelos participantes sobre essa experiência.

Estes constituintes essenciais ou elementos-chave da estrutura serão então apresentados abaixo, juntamente com uma análise das suas respectivas variações empíricas que serão complementadas através das citações mais relevantes dos próprios participantes, indicadas através da sigla u.s. (unidade de sentido) e do respectivo número que poderá ser consultado no anexo B. A síntese dos constituintes essenciais e das variações empíricas é ilustrada no final desta secção através da apresentação da Tabela 2.

Perda inesperada de uma referência significativa.

As experiências que proporcionaram nestes três gerontes a tomada de consciência da sua finitude, estão associadas a momentos significativos das suas vidas onde ocorreu uma perda inesperada de uma referência importante, quer para as suas formas de estar na existência quer para as suas identidades pessoais.

Para o sujeito 1 (S1), a consciência de finitude surgiu no dia em que lhe foi retirada sem aviso, a etiqueta com o nome pessoal do seu local de trabalho, um evento que representou a confirmação do fim de uma dedicação profissional com 30 anos e de uma função útil e activa.

Foi um choque...foi a machadada final onde percebi que já não pertencia aqui (u.s. 6).

No sujeito 2 (S2), o contexto da ocorrência desta experiência surgiu antes dos seus 40 anos de idade através de uma inesperada experiência-limite causada pela reacção alérgica a um medicamento que não só a colocou em perigo de vida como desafiou a sua noção de saúde e bem-estar, ao colocá-la perante a evidência do sofrimento físico.

Nessa altura, senti-me extremamente mal e sentia que ia efectivamente morrer e, devido a esta experiência ganhei um intenso receio e medo da morte.....a experiência tornou-me mais consciente de que havia muito sofrimento à minha volta (u.s. 2).

Finalmente, o sujeito 3 (S3), refere a perda dos seus bens materiais por duas ocasiões onde foi vítima de roubo mas também da perda duma crença pessoal de que alguém próxima a si jamais cometeria um acto de suicídio.

Eu digo isto porque eu já fui roubada, em pleno dia, acabada de vir de um funeral, estava no meu carro e abriram-me a porta e um rapaz novo tirou-me a mala....eu gritei e gritei mas ninguém me ajudou. Fiquei sem nada ...(u.s. 9); Aconteceu com o meu ex-marido...e ao fim de uma vida inteira com ele de 35 anos, ele colocou uma camioneta à frente da casa e levou-me tudo (u.s. 3); Tive um desgosto indescritível....disse-lhe que ele haveria de ter um final desgraçado e há 7 anos atrás ele suicidou-se.....queria que ele pagasse mas não com um final destes tão desastroso (u.s. 4).

Consciência dos limites corporais e temporais.

O último dos constituintes que remete para o contexto onde ocorre a experiência da finitude, está relacionado com a tomada de consciência dos limites físicos e funcionais do corpo inerentes ao processo do envelhecimento, o que por sua vez serve para estes gerontes como a inegável evidência de que a existência e o respectivo tempo disponível se encontram limitados.

S1 começa por confessar-nos como o cansaço físico e a gradual perda de funcionalidade do corpo lhe transmitem a noção de que num certo dia terá de forçosamente o abandonar.

Eu sei que tenho um corpo, que possui um determinado tempo de duração e um dia esse corpo vai precisar de descansar, vai deixar de sofrer e eu estarei de partida” (u.s. 12); “eu estou habituado a este corpo há imensos anos, e vai chegar o momento onde ele já não serve, já não aguenta mais e terei de o abandonar contra minha vontade (u.s. 14).

Na opinião de S2, são os momentos de mal-estar físico durante o envelhecimento que a relembram da perda de funcionalidade do corpo e da inerente evidência dos seus limites temporais.

Nunca mais voltei a pensar nela, até começar a envelhecer e especialmente a sentir-me mais frágil..Comecei então a pensar muito na morte e isso perdura até hoje (u.s. 3); Nesta fase do envelhecimento eu penso muito mais vezes na morte e tenho mais consciência da minha finitude, principalmente através dos meus achaques e das minhas doenças, pois quando me sinto mal fisicamente eu assumo que isso faz parte do meu fim ou seja, há medida que eu avanço na minha idade e o fim se aproxima, o corpo vai dando de si (u.s. 1).

O episódio em que S3 foi roubado por uma ladrão numa via pública serve como exemplo para enaltecer esta consciência dos limites corporais.

É claro que eu vou aqui ou ali mas sinto-me frágil. Se eu fosse mais nova eu não tinha este receio de andar na rua, nem pensava nisso. Senti-me frágil e ninguém me acudiu, o ladrão estava-me a seguir e tirou-me tudo, fiquei sem nada. Quando penso na finitude eu penso nesta fragilidade e no efeito que o episódio do ladrão deixou em mim, pois a morte também é como um ladrão que me segue e que me vai roubar desta vida (u.s. 11).

Recordação de experiências de perda com vivência de angústia.

A partir dos dois constituintes referidos atrás, parece também surgir a recordação de outras experiências de perda ou separação relacionadas com pessoas significativas e que por sua vez, são acompanhadas de sentimentos de angústia. Este constituinte parece situar-se na fronteira entre os constituintes do contexto e os constituintes da construção de sentido sobre a finitude.

No caso de S1, a altura da entrada para a reforma coincidiu com a sua separação conjugal que representou um abrupto e angustiante duplo corte mas também um duplo ajustamento à sua nova situação.

Além da reforma, também vivi uma separação e isso foi extremamente doloroso, porque foi um duplo ajuste na minha vida, duplo corte e ajuste (u.s. 8).

Em S2, apareceu à sua consciência a recordação de uma experiência de separação conjugal angustiante que quase a levou ao desespero e também de memórias da sua vida profissional ligada à enfermagem onde assistiu à morte de muitos dos seus utentes.

Passei por uma separação muito traumática e houve uma altura em que eu me senti muito desesperada....com o efeito dos medicamentos e de vez em quando pensava na morte ou em tomar os medicamentos pois sentia que não era possível viver naquela situação (u.s. 11); As pessoas que estavam conscientes e se aperceberam que iam morrer, tiveram todas, e foram muitas, um final doloroso. Agarravam-se a minha mão e diziam-me “não me deixe morrer” e “eu não quero morrer” e tinham faces e expressões muito alteradas, com um sofrimento incrível (u.s. 18).

Para S3, ressalta-se a angustiante vivência do suicídio do seu ex-marido e uma experiência passada num local público onde lhe roubaram os pertences.

Eu já fui roubada, em pleno dia, acabada de vir de um funeral, estava no meu carro e abriram-me a porta e um rapaz novo tirou-me a mala....eu gritei e gritei mas ninguém me ajudou. Fiquei sem nada, sem documentos, sem dinheiro (u.s. 9).

Antecipação.

A tomada de consciência da finitude está também ligada à construção de um determinado significado em relação ao futuro evento da morte e no qual os sujeitos

do estudo vivenciam antecipadamente aquilo que por eles é construído nas suas consciências. Esta construção é baseada em referências subjectivas próprias que parecem influenciar a existência presente e determinar uma forte previsão de sofrimento físico na altura da morte.

Para além do sofrimento físico, S1 antecipa também uma experiência de solidão no momento da sua morte.

Vou fazer o que posso por passar este tempo no melhor modo possível, dentro das limitações, da ferrugem, das dores articulares ou da coluna (u.s. 15); No momento da finitude física ou a morte física do corpo, será um dos poucos momentos da existência onde a pessoa está completamente só, consigo própria e onde teremos de responder perante tudo aquilo que fizemos (u.s. 22).

Para S2 é adicionado na sua antecipação de dor física o facto de ter de deixar de viver e de desfrutar das oportunidades da existência.

Hoje também tenho a noção que morrer, é sinónimo de deixar de ter todos os nossos prazeres.. (u.s. 14); Mas o deixar de viver é uma coisa que a morte me vai cortar e além desse sofrimento, custa-me pensar naqueles momento finais que a morte me vai trazer (u.s. 15).

As expressões de S3 revelam também uma concordância com o que foi apresentado atrás.

Quando penso na finitude eu penso nesta fragilidade (u.s. 11); Quando penso nisso eu penso que não gostava sobretudo de sofrer (u.s. 17).

Intenção paradoxal.

Perante a antecipação do fim da existência, todos os sujeitos manifestaram a presença de uma intenção ou vontade paradoxal e que assenta em dois pólos diferentes, ou seja, a aceitação do lado inevitável e imperativo da sua morte e por outro lado o desejo de continuar a viver e a realizar projectos.

Eu sei que um dia já cá não estarei a fazer nada e que tenho de aprender a deixar-me ir, mas ao mesmo tempo, tenho a consciência de que ainda quero fazer aqui umas cozinhas, que o meu corpo ainda aguenta mais um tempinho (S1, u.s. 15).

Ele me pudessem reconhecer sem hipocrisia, como uma pessoa que lhes deixou uma boa lembrança, porque eu vou acabar, porque eu acabei e vou ser nada..a minha morte é o fim de tudo e se não for a boa memória que eu deixo cá, então não há sentido nenhum para a vida” (S2, u.s. 27).

Eu agora todos os dias vejo que já não tenho muitos dias pela frente e sei que já não tenho as mesmas capacidades mas o que eu procuro é fazer coisas, ir viajar, comer, ir aos bailes do Santo António... (S3, u.s. 12); Eu peço a Deus que a minha morte seja repentina como a dos meus familiares, mas eu não quero deixar este mundo e as coisas (S3, u.s. 17); Eu não queria ir já, eu quero cá estar, este sol é muito lindo, há muita coisa que não presta mas há muita coisa linda, quero cá estar, mesmo com a maldade do nosso semelhante ao lado (S3, u.s. 23).

Vulnerabilidade emocional.

Como foi referido anteriormente, o sentido da experiência da finitude nestes gerontes veio acompanhado de uma intenção paradoxal que por sua vez, parece estar ligada a sentimentos de vulnerabilidade emocional perante a contemplação daquilo que a condição de mortal representa, tendo esta vulnerabilidade alternado entre sentimentos de medo, angústia e depressão.

Na experiência de S1 destacam-se a presença de emoções depressivas.

Este pensamento de que já não vale a pena ou de que já cá não estou a fazer nada, coincide com umas fases mais deprimidas em que a vontade de viver vai-se abaixo, mas depois lá vem uma força de dentro ou mais um dia de sol e esqueço esta ideia e pronto, continuo a lutar enquanto tiver força (u.s. 16).

Já em S2 são manifestados sentimentos de medo perante a possibilidade de sofrimento físico, de culpa e ressentimento por não ter aproveitado melhor o tempo e de angustia dirigida à obrigação de aceitar o posterior abandono dos prazeres da existência e também por desconhecer o que se poderá passar após a morte.

Ganhei um intenso receio e medo da morte (u.s. 2); Não é o seu aspecto religioso, mas sim do aspecto físico da morte, é isso que me incomoda (u.s. 12); Dá-me algum pesar, não poder voltar à adolescência, à minha juventude, de não ter mais tempo, pois dá-me a ideia de eu estar numa maratona mas onde perdi muito tempo no princípio, não aproveitei e que afinal, quando era jovem é que podia ter uma melhor performance e agora, velhota, já não a consigo alcançar.. (u.s. 28); Eu não sei se a morte tem uma resposta concreta e isso deixa-me com um desgosto muito grande pois estou sempre a questionar-me afinal, porque é que todos nós passamos cá?, porque é que vivemos? (u.s. 23).

Por fim, a vulnerabilidade presente em S3 reflecte-se em sentimentos de depressão quando passa um tempo considerável a reflectir sobre a morte.

Não fico o tempo todo a pensar no “Ai eu vou morrer” e vou deixar isto tudo, eu consigo pensar noutra coisa e avançar, fazer outra coisa que me eleve (u.s. 20).

Incerteza.

O sentido de incerteza em relação à finitude é outro dos constituintes essenciais presentes nas transcrições dos sujeitos. No caso de S1, a incerteza dirige-se apenas à altura exacta em que a morte poderá ocorrer onde se notam várias expressões indeterminadas sobre o assunto.

E vai chegar o momento...(u.s. 14); Eu sei que um dia já cá não estarei a fazer nada...(u.s. 12).

De acordo com S2, a incerteza aplica-se ao facto de não saber se terá uma morte acompanhada de dor física e também por não ter respostas sobre o lado metafísico da mesma.

Mas penso também como será a minha morte, se será horrível como a daquelas pessoas que testemunhei e que se agarravam à minha mão em grande sofrimento (u.s. 34); Provavelmente vou dar contas a Deus, ao que eu fiz da minha vida, mas isso não me assusta muito, é divagar...como disse no princípio não é uma coisa definida, é um nada, são pensamentos e ideias acerca da morte (u.s. 23).

Na perspectiva de S3, a incerteza e a dúvida apontam também para a altura da morte e para o que poderá acontecer depois.

Pois a morte também é como um ladrão que me segue e que me vai roubar desta vida quando eu menos esperar (u.s. 11); Escuso de deixar as coisas para amanhã, pois isso não vale a pena pois não sei se chego lá, se vivo até lá (u.s. 14); Sendo crente eu ainda coloco a dúvida, até porque ainda ninguém veio nos cá dizer o que se passa do outro lado (u.s. 18); São questões que vão para outra dimensão que nós não conseguimos atingir ou saber...eu não tenho muitos anos de vida mas até alguém mais novo pode ir à minha frente..lá está o grande enigma da morte, é o tempo, é o desconhecido.. (u.s. 22).

Continuidade e Abertura espiritual.

Os sujeitos manifestaram em várias passagens, vontade de continuar a realizar projectos no tempo disponível da existência e a adopção de significados que revelam uma abertura para a contemplação da dimensão espiritual da morte.

Depois lá vem uma força de dentro ou mais um dia de sol e esqueço esta ideia e pronto, continuo a lutar enquanto tiver força para manter uma certa qualidade de vida física, intelectual e espiritual (u.s. 16); Acredito que a nossa alma não morre que a existência é uma fase passageira pois a nossa casa ou lar não se encontra nesta terra, estamos aqui para viver experiências, tomar decisões, para nos transcender, nos conhecermos melhor (S1, u.s. 17).

S2 confessa nas suas citações a esperança de realizar o seu projecto com vista a uma morte serena e manifesta abertura para o lado espiritual embora possua dúvidas em relação a isso.

É assim que eu desejo morrer, com esta serenidade, paz e com a sensação de dever cumprido, de que no fundo jamais morrerei na memória das pessoas (u.s. 35); No aspecto religioso eu penso então mas o que fica é o corpo...o que vai para os vermes é o corpo”, mas há uma alma...há alguma coisa que nos transcende e que vai para outro sítio mas onde é que é esse sítio? onde é que isso paira? onde é que isso está...? (u.s. 22).

Com S3, manifesta-se claramente uma esperança na realização do seu projecto existencial e uma declarada crença em Deus.

Como sei que já tenho pouco tempo de vida, então eu aproveito, fico com esta vontade de fazer coisas, de aproveitar a vida, como se tivesse uma nova vida, com a finitude próxima eu fico com vontade de querer viver. Aquilo que eu posso fazer hoje eu já não deixo para amanhã.. (u.s. 13); Eu creio no Senhor, eu sei que um dia vou lá ter com ele e etc, mas honestamente, eu gostava muito que ele não me chamasse já...é verdade, eu não queria morrer já, eu pelo menos ainda queria trabalhar bem no computador, fazer aquelas coisas com o computador (u.s. 19); Eu peço a Deus que a minha morte seja repentina... (u.s. 17).

Mudança da perspectiva e da relação com a existência.

Em termos gerais e essenciais, a experiência da tomada de consciência da finitude nestes gerontes aponta em última análise, para uma mudança da perspectiva da existência que se traduz no desenvolvimento e adopção de novas formas de

relação com a mesma, incluindo na relação do sujeito consigo mesmo, com os outros e com o mundo.

S1 atribui o sentido de passagem à existência e assume a adoção de uma forma de relacionamento que o ajude a desligar-se gradualmente da mesma, de maneira a facilitar o seu processo da morte.

A finitude possuiu o efeito de me transmitir a ideia de que tudo é perecível, que passa e é transitório e que temos de aproveitar a vida aqui com consciência, para o auto-conhecimento, para estudarmos os outros, reflectirmos sobre as nossas falhas, incertezas e inseguranças (u.s. 19); Com a consciência da finitude eu vou-me desligando aos poucos das coisas que me rodeiam, em vez de ser actor passei a ser mais espectador.....Assim, no momento da morte, posso estar desligado emocionalmente e fisicamente de todos os momentos que passei nesta realidade, para quando for a nossa partida eu possa estar em paz comigo, com os outros e com o mundo, fechar a porta e dizer “goodbye” (u.s. 21).

Em S2, a finitude fê-la aperceber-se que não tinha aproveitado bem a sua existência e a tornar-se sensível ao sofrimento da existência, começando a procurar estabelecer relações com os seres vivos e as pessoas que minorassem esse sofrimento e permitissem deixar uma boa memória de si aos outros.

A experiência que tive...fez-me reflectir e ter a sensação que eu não tinha aproveitado bem o tempo que estava a viver e a partir daí, tracei um novo propósito para a minha vida. Disse para mim que iria dar mais importância às pessoas mas também a todos os seres vivos ou a tudo o que fosse vivo (u.s. 5); Tornou-me mais consciente de que havia muito sofrimento à minha volta e que eu tinha de participar a ajudar a minorar o sofrimento ou pelo menos a ser mais simpática, mais participativa e menos indiferente com aquilo que se passava à minha volta, em vez de me preocupar só com o trabalho, com o viver para os meus... (u.s. 9); Foi..o envelhecimento e o facto de estar mais perto do fim, a fazer-me compreender que não somos todos iguais, cada um tem a sua maneira de ser e cada um pode vivê-la como quer sem que prejudique os outros,.. temos de ser abertos a isso, a deixar as pessoas serem como são (u.s. 32).

Finalmente, S3 alega que a finitude a fez aperceber-se da preciosidade do tempo disponível, de que a vida não oferece garantias e da importância de realizar escolhas de acordo com as suas possibilidades, adoptando uma postura mais activa na sua existência.

Ter 10 anos de vida pela frente é o mesmo para mim do que ter 10 minutos, podem achar que é muito mas para mim não (u.s. 2); Aproveito e escuso de deixar as coisas para amanhã, isso não vale a pena pois não sei se chego lá, se vivo até lá” (u.s. 14); Agora tenho cuidado com aquilo que escolho fazer, escolho o que entendo e posso fazer e me dê prazer. Não vou fazer projectos que eram para outra altura da minha vida (u.s. 15); É o sentido da vida, renovar as coisas, andar dum lado para o outro pois parar é morrer (u.s. 24).

Tabela 2.

Análise dos Constituintes Essenciais e das suas Variações Empíricas

Constituintes Essenciais	Variações Empíricas		
	S1	S2	S3
Perda inesperada de referência significativa	Perda da etiqueta que representava a sua ligação profissional	Experiência-limite de sofrimento físico e perda do bem-estar	Perda da totalidade dos seus bens materiais
Limites Corporais e Temporais	Perda da funcionalidade e cansaço físico do corpo são as evidências que comprovam o fim inevitável da existência	Mal-estar físico e consciência de ter desperdiçado tempo de vida. Os momentos são vistos como irrepetíveis	Insegurança devido à fragilidade do corpo, surgindo o desejo de adiar a morte e aproveitar o tempo disponível
Recordação de experiências de Separação Relacional com vivências de Angústia	Momento da reforma e separação conjugal	Separação conjugal e testemunho de várias mortes devido à sua profissão	Suicídio do ex-conjuge e roubo da carteira em local público
Antecipação	Será forçado a abandonar o corpo com sofrimento físico e uma experiência de solidão	Receio da possibilidade de ocorrer sofrimento físico, à semelhança do que testemunhou na sua profissão	A morte vai-lhe retirar e roubar a vida
Intenção Paradoxal	Aceitação resignada da inevitabilidade da morte e vontade de continuar a a realizar projectos	Aceitação resignada do fim das oportunidades de prazer e presença de maior abertura e sensibilidade perante o sofrimento alheio	Aceitação da inevitabilidade da morte e desejo de continuar a viver e aproveitar o tempo disponível
Vulnerabilidade Emocional	Depressão devido ao cansaço físico e impotência perante a imperatividade da morte	Medo e angústia perante a morte. Culpa e ressentimento por não ter aproveitado melhor a vida	Depressão perante a reflexão sobre a morte
Incerteza	A altura da morte é incerta	Não saber se o momento da morte será doloroso. Não possui evidências em relação às suas crenças numa vida após a morte	Momento da morte é incerto e está dependente da vontade de Deus

Tabela 2
Análise dos Constituintes Essenciais e das suas Variações Empíricas (cont.)

Constituintes Essenciais	Variações Empíricas		
	S1	S2	S3
Continuidade e Abertura Espiritual	Crença de que após a morte continuará a existir numa realidade que o transcende	Esperança numa morte serena e de deixar uma boa memória aos outros. Crença na existência de uma alma que transcende o corpo embora tenha dúvidas	Esperança em viver tempo suficiente, em ter uma morte repentina e um futuro encontro com Deus, apesar de não ter confirmações efectivas sobre essa possibilidade
Mudança da Perspectiva e da Relação com a Existência	A existência é vista como um passagem onde procura melhorar da sua qualidade de vida física, mental e espiritual. Deseja desligar-se fisicamente e afectivamente da existência de forma a facilitar o momento da morte	Deu maior importância à vida, ao tempo que dispõe e a todos os seres vivos, tornando-se mais aberta na relação com os outros. Procura minorar o sofrimento, promover experiências de prazer e deixar uma boa memória de si	Estar vivo não é uma garantia, sendo importante aproveitar o tempo presente. É mais conscienciosa nas escolhas que faz e procura renovar aquilo que está velho

CAPÍTULO IV

Discussão dos Resultados

Podemos afirmar através duma leitura dos resultados apresentados, que o primeiro propósito deste estudo foi aparentemente cumprido, nomeadamente na descrição e exploração fenomenológica da experiência de tomada de consciência da finitude nestes respectivos gerontes. Em relação ao segundo propósito de compreender como é efectuada a construção deste significado à luz das perspectivas fenomenológico-existenciais, iremos então neste derradeiro capítulo, esclarecer a dialéctica desta perspectiva com os resultados obtidos a partir do método fenomenológico de Amadeo Giorgi.

É a partir da estrutura geral de significado sobre a experiência de finitude, identificada a partir das descrições obtidas na amostra dos três gerontes, que se vai estabelecer a ligação da respectiva estrutura com o mundo onde ela se encontra. Por outras palavras, vamos compreender e clarificar na medida do possível, como a estrutura do significado comum a essas três subjectividades está em íntima relação com os contextos, referências e condições fenomenológico-existenciais, presentes nestas respectivas consciências. No final deste subcapítulo apresenta-se uma ilustração gráfica através da Figura. 2, com vista a auxiliar exclusivamente, a clarificação da relação entre os constituintes essenciais.

Na parte final do capítulo, será destacada uma conclusão possível sobre o estudo, juntamente com a apresentação das limitações e potencialidades encontradas no processo, sugerindo-se também propostas para investigações futuras.

Diálogo com a Literatura

Em qualquer diálogo digno desse nome as duas partes envolvidas entram num processo de mediação ou comunhão e, como foi referido anteriormente, iremos para este caso específico mediar o encontro entre a estrutura geral de significado de uma experiência subjectiva e as referências apresentadas pelo espectro fenomenológico-existencial. Importa ainda ressaltar que a estrutura geral de significado vai ser considerada exclusivamente em função dos seus constituintes essenciais, dado que a dialéctica com as variâncias empíricas transcenderia de

sobremaneira os limites desta tese, todavia, o leitor pode facilmente encontrar congruências dessas variâncias com a literatura, se se empenhar nessa direcção.

Os dois primeiros constituintes essenciais (e.g., *perda inesperada de uma referência significativa; consciência dos limites corporais e temporais*), estão relacionados com os contextos, condições ou situações em que a tomada de consciência da finitude ocorre, i.e., são os momentos e acontecimentos significativos vividos pelos participantes até ao momento corrente, que forçaram o emergir da tomada de consciência da finitude.

Com isto, torna-se importante destacar que uma das principais situações invariantes na experiência destes participantes, é o caso de eles se encontrarem na fase do envelhecimento, e, como tal, faz com que os dois referidos constituintes essenciais se relacionem desde já com as ideias de Jaspers (1971) e de Heidegger (1951). Neste último caso, a noção da facticidade para as quais os indivíduos são lançados, aplica-se perfeitamente à situação do processo de envelhecimento onde de acordo com muitos dos autores mencionados, ocorrem múltiplas perdas físicas, sociais e psicológicas, para as quais o geronte se vê lançado (Baltes & Silverberg, 1995; Fontaine, 1999; Fernández-Ballesteros, 2000; Längle, 2001; Sousa, Figueiredo e Cerqueira, 2006). Em relação ao primeiro caso apresentado antes do início deste parágrafo, facilmente se deduz que o momento exacto em que ocorre a experiência da consciência da perda significativa, é vivido de uma forma inesperada, tornando-a numa situação-limite que não foi propriamente desejada ou escolhida pelos sujeitos mas na qual eles acabam por embater sem contudo as poderem evitar ou negar.

A consciência e efectividade dos limites corporais que tornam os gerontes “gastos” e “enrugados” aos olhos de outros, como referiam Martins e Rodrigues (2004), situam-se em termos de experiência subjectiva, na linha daquilo que Blessman (2004) expôs ao citar Bernard, ou seja, proclamam a morte futura através da temporalidade, da fragilidade e do desgaste. Adicionalmente, este “corpo-externo” ou “corpo que eu tenho”, i.e., a prova profunda da existência e que permite os gerontes estarem no “aqui” e manifestarem-se, acaba por ser colocado em causa pela própria consciência, por serem demonstradas evidências do seu desaparecimento e de tudo o que isso pode representar, comprovando assim as opiniões apresentadas pelos peritos da corporalidade (Merleau-Ponty, 1969; Waelhens e Tatossian, citados por Sivadon e Fernandez-Zoïla (1988); Boss, 1994; Hennezzel e Leloup, 1998; Minkowski, 1999; Fuchs, 2003).

Estes dois constituintes anteriores foram e são, experiências ou situações directamente vivenciadas pelos participantes e pela efectividade dos seus próprios corpos, e, como verificamos anteriormente, encontram-se na origem do surgimento da tomada de consciência da finitude. Posteriormente, estes constituintes parecem também associar-se à recordação de memórias onde ocorreu uma separação relacional e que são acompanhadas por sentimentos de angústia.

Se por um lado os constituintes do contexto foram situações inesperadas que ocorrem e ocorreram sem a responsabilidade directa do sujeito, este constituinte em particular já remete para uma escolha do próprio e para a sua inerente vivência de angústia já que cada escolha efectuada deixa automaticamente outras possibilidades de lado (Heidegger, 1951; Sartre, 1956; Jaspers, 1971). Devido a esta razão, escolheu-se situar este constituinte na fronteira entre os contextos e a construção de significado sobre a finitude como poderão verificar mais abaixo na Figura 2.

A partir daqui, verificámos como estes constituintes dirigem a intencionalidade das consciências para a inegável limitação do tempo da existência, principalmente através de um processo circular na temporalidade referido por Lopes, (2006), que percorre as referências passadas (i.e. perdas significativas, separação relacional e angústia), das vivências presentes (i.e. limites físicos e funcionais) e por fim, da antecipação em relação ao futuro (i.e. finitude).

Este aspecto reflecte também em parte o pensamento de Beauvoir (1976), nomeadamente no facto destes gerontes interiorizarem esta experiência e procurarem responder a ela. Por sua vez, levanta-se a partir daqui a hipótese desta situação e da sua correspondente resposta constituírem aquilo que Baltes e Baltes (1990) referiam como o processo de mudança e ajustamento às realidades do envelhecimento e onde se incluem a oportunidade de procurar e adoptar novas percepções, concepções, questões e finalmente, significados ou sentidos para a vida (Längle, 2001; Novo, 2003, Moss, Schlossberg e Rutter citados por Fonseca, 2004).

Simultaneamente, a procura de uma construção de significado sobre a finitude nestes gerontes é sem dúvida efectuada em forma de antecipação, pois a experiência da morte não está disponível para uma vivência directa, pelo menos em relação ao que se consideram ser os limites temporais da existência (Heidegger, 1951; Levinas, 1993, 1995).

O constituinte essencial de *antecipação*, revelou claramente através das variâncias empíricas apresentadas que estes sujeitos se apercebem que o vir-a-ser se

torna também num vir-a-morrer, confrontando estes participantes com a possibilidade da impossibilidade do Ser (Heidegger, 1951; Levinas, 1993). Por fim, grande parte da intencionalidade dessa antecipação centra-se também na probabilidade e no receio de vir a ocorrer sofrimento físico durante o processo (Kübler-Ross, 1969; Hennezel & Leloup, 1998).

A presença nesta experiência do constituinte essencial *intenção paradoxal*, demonstra a tensão e a angústia existente entre a aceitação de uma inevitabilidade do destino e a liberdade que ainda se dispõe para se reagir ou escolher, um paradoxo que é constante na existência e que adquire múltiplas formas de sentido e de vivência, como o “finito-infinito”, “o ser-o nada”, “fim-passagem”, “eu-outro” “corpo-alma”, “possibilidade-impossibilidade”, “razão-fé”, “desespero-transcendência”, “prazer-dor”, entre outros (Heidegger, 1951; Sartre, 1956; Jaspers, 1971; Levinas, 1993:1995; Kierkegaard citado por Farago, 2006).

Como consequência da experiência destas intenções paradoxais surge uma vivência emocional que à primeira vista, desvitalizou os gerontes por meio de sentimentos de angústia, medo ou desespero perante o despojar da existência (Ducceschi, 1970; Moore & Williamson, 2003). Neste sentido, a *vulnerabilidade emocional* aponta para a presença e inevitabilidade da vivência desta angústia ou ansiedade pois a situação em si, impede o evitamento da mesma ou a tentativa de ensurdecer a consciência e distanciá-la das possibilidades ainda presentes na existência. De alguma forma, os sujeitos deste estudo encontraram uma forma de estarem “decididos” em relação à sua finitude (Heidegger, 1951; Jaspers, 1971; Kierkegaard citado por Farago, 2006).

Toda esta panóplia antecipada de perdas, limites, paradoxos e vulnerabilidades emocionais, resultam também do facto do tema da morte deixar os gerontes sem-resposta segundo Levinas (1993), através da qual se justifica a identificação do constituinte *incerteza* nesta experiência. Esta incerteza, enigma ou falta de resposta concreta testemunhada nas descrições dos participantes, dirigiu-se para a indeterminação em relação ao momento e à forma como se desenrolará o processo da morte, mas também para questões profundas da essência do Ser e do facto de haver ou não algo que transcenda os limites da existência. Assim, à semelhança do que Levinas (1993) anunciava, estes participantes parecem também intuir que vão a caminho do desconhecido numa viagem sem retorno.

Comprova-se a partir do que foi referido até aqui que o “muro” causado pela angústia, o desespero e as suas questões emergentes, parecem dirigir a consciência destes sujeitos para a importância de actualizarem as suas existências e assumirem a construção das mesmas, e paralelamente, este “muro” acabou por os impulsionar em direcção a questões de transcendência da existência. Isto foi verificado nas variâncias empíricas e está novamente em concordância com a literatura (Heidegger, 1951; Tillich, 1952; Buber, 1970; Ducceschi, 1970; Jaspers, 1971; Levinas, 1993, 1995).

De facto, ao resgatarmos a ideia de Frankl (1997), de que embora o ser humano não possa controlar os eventos que lhe surgem ele possui a liberdade de poder escolher como responder a eles, os gerontes deste estudo apresentam uma escolha que, embora condicionada pelas situações onde se encontram, vai honrar o sentido da palavra *ex-sistere*, no sentido de continuarem a projectarem-se para o futuro do seu tempo restante e também para a possibilidade de um transcendência além dos limites existenciais.

O constituinte de *continuidade e abertura espiritual*, adquire aqui o seu lugar mas também o seu sentido, sendo a única possibilidade que permite abrir o Ser para além da sua aniquilação ou nadificação, acabando por espiritualizar o processo ao dar uma esperança de continuidade à sua identidade própria por meio de uma aproximação e entrega em direcção ao “nada/todo”, amenizando assim a angústia e o desespero (Tillich, 1952; Ducceschi, 1970; Jaspers, 1971; Levinas, 1993; 1995; Zimmerman, 1998; Schopenhauer, 2000; Farago, 2006).

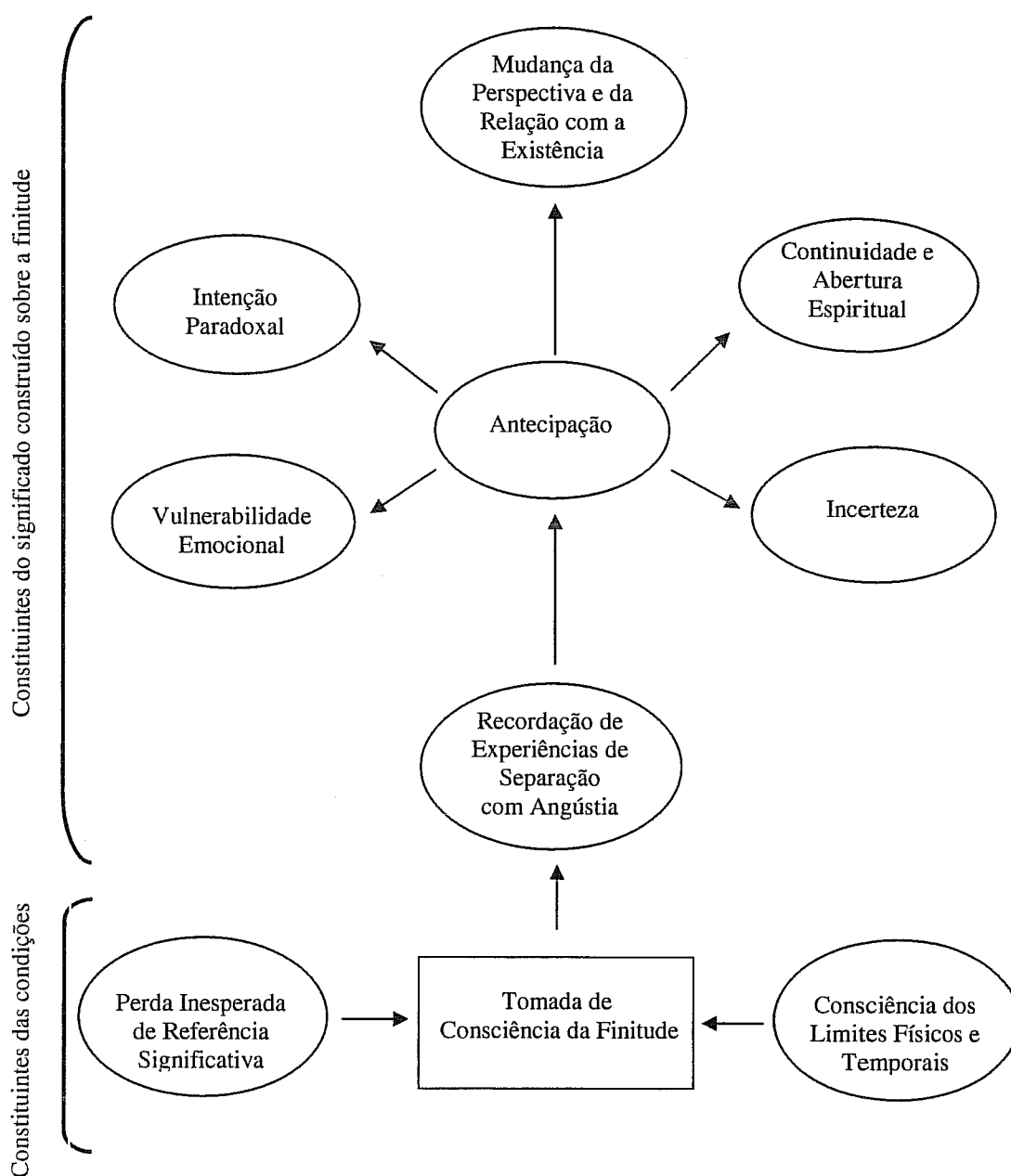
Finalmente, no que se refere à *mudança de perspectiva e da relação com a existência*, a experiência da tomada de consciência da finitude nestes gerontes e a constelação dos seus respectivos constituintes, revelou influenciar significativamente a forma do geronte se relacionar consigo mesmo, com os outros, com o mundo e finalmente com o seu projecto existencial. Este constituinte acaba por reunir em si mesmo a generalidade das ideias fenomenológico-existenciais em relação ao confronto do sujeito com este dado existencial, onde a possibilidade desse evento acontecer se torna cada vez mais palpável e actual, principalmente através das evidências físicas que o confrontam com a angústia do vir-a-ser significar um vir-a-morrer (Heidegger, 1951; Levinas, 1993; 1995). Assim, a experiência da consciência deste destino e o significado atribuído a ele absorvem o sujeito num questionamento

sobre a responsabilidade e liberdade que possui em relação ao tempo disponível, assumindo a construção do seu projecto até ao fim.

Por último, o autor do estudo levanta uma hipótese que considera estar implícita neste anterior constituinte e que somente se evidencia através da análise das suas variâncias empíricas. Embora os sujeitos não revelem estar cientes disso e a literatura apresentada não a suporte de forma clara, esta hipótese baseia-se na possibilidade da intenção futura dos participantes sobre o que esperam acontecer no momento da finitude, ser de alguma maneira uma repercussão oposta das experiências passadas que os levaram a tomar consciência da mesma. De um modo mais específico, S1 mencionou que na altura em que a experiência ocorreu ele estava de baixa médica devido ao cansaço físico e psicológico e por outro lado, ele espera estar no momento da finitude, “desligado” da existência de modo a vivenciar o processo de morrer mais facilmente. Em S2, ocorreu em primeiro lugar uma experiência-limite de grande sofrimento que a lançou na contemplação da finitude e por outro lado, ela deseja não ter sofrimento físico na altura da morte ou vir-a-ter uma morte serena. Por fim em S3, ela foi apanhada de surpresa na altura do suicídio do seu marido e do roubo dos seus bens materiais e aquilo que mais deseja em relação à finitude, é que “Deus” não a leve de surpresa ou se quisermos, que não a roube da vida sem avisar.

Todos estes significados estão presentes nos projectos destes gerontes e as suas escolhas e vivências presentes, acabam por ser condicionadas e actualizadas com vista a esse antecipado fim.

Figura 2. Relação dos Constituintes Essenciais da Consciência de Finitude.



Conclusão

A essência de uma perspectiva fenomenológico-existencial não pretende oferecer receitas ou respostas para a existência dos indivíduos mas preocupa-se em clarificar as situações construídas pelos mesmos ou até pelas próprias culturas, para que questões ou vivências fundamentais e essenciais possam surgir. É neste processo de novos questionamentos e experiências que se podem descobrir outras possibilidades ou se quisermos, uma certa transcendência em relação aquilo que foi efectivamente construído, e, nesta tese de mestrado, tudo foi feito para que essa abordagem fosse honrada, independentemente dos resultados alcançados.

Relativamente a este estudo, a investigação fenomenológica da experiência da tomada de consciência da finitude nestes gerontes, demonstrou que as condições do envelhecimento, desde as perdas significativas aos limites do corpo e do tempo, estão directamente relacionadas com esta vivência, tornando-a cada vez mais presente.

A contemplação deste assunto e a sua construção de significado parece começar a actualizar-se veementemente a partir daqui, onde a antecipação construída (i.e. uma suposição apoiada nas referências próprias e passadas do indivíduo) envolve os gerontes numa vivência paradoxal que provoca uma experiência de vulnerabilidade emocional por se ter ao mesmo tempo, de aceitar a inevitabilidade e imperatividade do destino e compreender que ainda há tempo disponível para realizar os seus projectos existenciais. A incerteza sobre o momento em que o seu destino se tornará efectivo e a forma como ele ocorrerá, mantêm-se durante o processo e adicionalmente, parece surgir uma esperança na continuidade desta existência própria, mas também a presença de uma abertura para a dimensão espiritual da mesma.

Inerente a tudo isto, destacou-se a transformação que a tomada de consciência de finitude produziu no ser-no-mundo dos gerontes, levantando-se a forte hipótese de que a intencionalidade construída em relação ao que esperam acontecer no momento da finitude, seja uma contra-resposta das experiências que os fizeram tomar consciência da mesma. Consequentemente, o resultado da construção deste significado sobre algo que intrinsecamente não se conhece, vai marcar a experiência presente e futura do geronte.

As respostas concretas ou o conhecimento apriorístico sobre os assuntos da morte e da finitude, continuam a ser um projecto impossível de alcançar,

independentemente da perspectiva em que nos coloquemos e especialmente enquanto fazemos parte dos limites da existência. A razão desse impossibilidade como verificamos, prende-se no facto da experiência directa da morte não estar “à mão de semear” e por isso deixar o individuo sem-resposta e muitas vezes com uma angústia intensa em relação ao próprio sentido da existência, levando muitas pessoas a procurarem distrações de forma a que a mesma seja amenizada. No caso do envelhecimento e como já foi referido, o tempo disponível está efectivamente mais curto e o corpo evidencia sinais da sua senescência, fazendo com que a possibilidade de distração em relação a essa tomada de consciência seja reduzida drasticamente.

De uma forma essencial, o significado da finitude já nos foi apresentada por Levinas (1993), como uma intuição na qual vamos a caminho do desconhecido numa viagem sem retorno, e os sujeitos podem antecipar esse desconhecido como a representação da aniquilação total do seu Ser ou como uma possibilidade de transcendência desse Ser em direcção à fonte que o originou, tendo a partir daí, determinadas consequências para a sua existência restante.

Independentemente da forma como cada um enfrenta esse desconhecido, o reverso da medalha e o aspecto mais invariante de tudo isto é o facto do sujeito ter de abandonar esta existência concreta, ficando obrigatoriamente despojado e dissolvido de tudo o que construiu até então, de tudo ao qual está ligado e também da própria consciência de si e das coisas (Levine, 1982).

Isto representa um desafio enorme para toda a humanidade que deve ser atendido com o maior cuidado, dado que estamos perante a empreitada do Ser aprender a desapegar-se de tudo ao qual está ligado, parecendo à primeira vista uma espécie de anedota cósmica. Em relação a este aspecto testemunhámos como alguns dos gerontes neste estudo escolheram aproveitar ao máximo as possibilidades disponíveis enquanto que outros procuraram distanciar-se gradualmente das mesmas, sendo arriscado decidir qual das decisões é a mais autêntica.

Por fim, sugere-se o desafio de honrar o aspecto transcendente presente na questão da finitude mas acima de tudo na existência em si, especialmente nesta era em que o controlo sobre os outros e as coisas começa a ficar ou desactualizado ou perverso demais. A abertura e a rendição perante o lado incerto e desconhecido da existência poderá ser uma escolha a contemplar tendo em vista o destino de termos de ser carregados ao colo em direcção a essa outridade da vida que no fundo, também faz parte da nossa própria essência e das relações com os outros, enfim, da condição

universal dos seres humano. Talvez assim, esta abertura para o desconhecido, para o outro e para o diferente, possa ser trabalhada de forma antecipada e como possibilidade, pois o momento chegará em que ela deixa de ser uma escolha e passará a ser uma actualidade.

Se por um lado, a experiência do que vem depois da morte não é da ordem desta existência, por outro lado, cabe aos vivos a liberdade de escolher os significados associados à antecipação desse fim, sabendo de antemão que a consequência dessa representação, determinará e actualizará a construção do tipo de relações com a existência, com o mundo e com os outros. A questão do envelhecimento torna-se de facto neste estudo, uma questão sobre a finitude e as possibilidades da liberdade do Ser.

Limitações do Estudo

A investigação descritiva fenomenológica propriamente dita, está na ciências humanas e em termos mundiais, a dar os primeiros passos, enquanto que em Portugal e especialmente nos campos da Psicologia, este método encontra-se praticamente em fase embrionária, sendo efectivamente nula no campo da Gerontologia. Esta realidade é agravada pela resistência ou estranheza que os métodos qualitativos ainda provocam em muitas das instituições das áreas humanas.

Por esta razão existiram à partida, não só limitações em termos de suporte como em termos de experiência comprovada por parte do investigador, o que deixa em aberto o facto de poderem haver outras posturas por explorar, relativamente à forma como se processa a obtenção dos dados e até na sua interpretação.

Dado que este estudo é qualitativo e por isso obedece a determinadas condições referidas anteriormente no capítulo II, é importante ressaltar que o próprio autor não deixou de estar envolvido na construção de um significado final sobre o estudo, possuindo ele também as suas próprias referências que em parte, contribuiriam para a determinação da escolha desses significados. Apesar de todos os esforços terem sido feitos para se adoptar uma postura fenomenológica sobre a leitura, investigação e dialéctica dos resultados, é certamente impossível, independentemente do método utilizado, um só sujeito ter acesso a todas as possibilidades de significado sobre um determinado fenómeno, ficando por isso, muitas outras por explorar.

Dado que o método fenomenológico é automaticamente associado a Husserl e à sua busca das essências universais ou puras, é importante desmistificar o método de Giorgi e compreender que à semelhança do que este autor defende, nestas investigações fenomenológicas e científicas, nunca se pretende assumir a presunção de afirmar que os resultados encontrados possam ser generalizados para todas as experiências da finitude ou mesmo dos gerontes, pois isso não seria científico nem credível, dado que aquilo que se descobriu aplica-se somente a este universo de três participantes e um investigador. Mais estudos necessitariam de ser produzidos para comprovar eventuais correlações.

O facto deste método fenomenológico ser intitulado como descritivo, não deverá ser levado à letra pois embora ele permita descrever as experiências subjectivas da forma mais neutra possível, a ligação posterior desses resultados à literatura ou ao mundo onde eles se inserem, é inevitável.

Por fim, o investigador teve um acesso vertical à reflexão dos participantes sobre a experiência da consciência da finitude, a construção dos significados e as mudanças para as suas existências que aparentemente resultaram dessa vivência e nesse aspecto, ficam obviamente por explorar a efectividade dessas mudanças no mundo do sujeito e em termos longitudinais.

Potencialidades e Propostas de Investigação

Numa era em que os temas da morte e do envelhecimento se tentam soltar de amarras que ocultaram estes fenómenos durante o século passado, este tipo de investigação parece oferecer um amplo leque e clarificação sobre o sentido da finitude e a sua potencial influência no envelhecer.

Este foi também um estudo exploratório e o primeiro desta natureza específica a ser realizado no país, e espera-se que deixe uma boa contribuição para investigações futuras na área da finitude humana e também do envelhecimento.

O método fenomenológico de Amadeo Giorgi revelou ser bastante eficiente na descrição de uma experiência subjectiva, demonstrando uma harmoniosa ligação entre os aspectos essenciais e as variâncias de um fenómeno. Adicionalmente, existe também a possibilidade de alongar o estudo em termos de análises mais aprofundadas sobre as variâncias empíricas das experiências e os seus respectivos significados.

Crê-se também que existem condições para que a relação entre a investigação qualitativa e a quantitativa deixe de ser estranha e se comecem a realizar mais estudos que compensem esta lacuna. Neste sentido, sugere-se que nas ciências humanas a investigação qualitativa seja lançada em primeiro lugar para depois ser complementada pela quantitativa.

A razão desta sugestão provém de duas vertentes resultantes da utilização do método fenomenológico neste estudo sendo a primeira, a capacidade que demonstrou em retirar das experiências subjectivas algum sentido sobre a finitude existencial, um fenómeno que é em si mesmo um ícone da incerteza, e em segundo lugar, por tornar explícito um conjunto de constituintes que poderão oferecer uma variedade de hipóteses para posteriores estudos quantitativos.

Oferece-se também a partir deste estudo, a possibilidade de realizar não só investigações sobre a finitude no campo dos cuidados paliativos onde a iminência da finitude é ainda maior do que aquela que acontece nos gerontes. Celebramos o facto de que na área da Gerontologia se tenham efectuado esforços para perspectivar o envelhecimento de um outro ângulo mais salutogénico, mas desafiamos que a investigação se possa também centrar no fenómeno em si, ou seja, na experiência subjectiva do envelhecer.

REFERÊNCIAS

- Ariés, P. (1989). *História da morte no ocidente*. (2ª ed.). Lisboa: Coleção Teorema.
- Baltes, P. & Baltes, M. (1990). Psychological perspectives on successful aging: The model of selective optimization with compensation. In P. B. Baltes and M. M. Baltes (Eds.), *Successful aging*, (pp. 1 –34) New York: Cambridge Press.
- Beauvoir, S. (1990). *A velhice*. (4ª ed.) Rio de Janeiro: Nova Fronteira.
- Bernardo, M. (1999). Introdução. In J.L. Portela, & I.G. Neto (Eds.), *Dor e cuidados paliativos*. (pp. 1-7). Lisboa: Permanyer Portugal.
- Binswanger, L. (1973). Sobre fenomenologia. In *Artículos y conferencias escogidas*. (pp. 15-45). Madrid: Editorial Gredos.
- Binswanger, L. (1987). *Mélancolie et manie*. Paris: Puf.
- Blessmann, E. (2004). Corporeidade e envelhecimento. *Estudos Interdisciplinares de Envelhecimento*, 6, 21-39.
- Bosi, E. (1994). *Memória e Sociedade: lembranças de velhos*. (7ª ed.). São Paulo: Companhia das Letras.
- Boss, M. (1994). *Existential foundations of medicine and psychology*. New Jersey: Jason Aronson.
- Buber, M. (1970). *I and thou*. New York: Scribner's
- Cicirelli, V. (2002). The fear of death in older adults: predictions from terror management theory. *Journals of Gerontology Series B: psychological sciences and social sciences*, 57, 357–66.
- Cohn, H. (1997). *Existential thought and therapeutic practice*. London: Sage.
- Correia, E. (2006). Uma visão fenomenológico-existencial em psicologia da saúde?!. *Análise Psicológica*, 3, (14), 337-341
- Creswell, J. (2007). *Qualitative inquiry and research design: choosing among five approaches*. London: Sage Publications.
- Deurzen-Smith, E. (1997). *Everyday mysteries: existential dimensions of psychotherapy*. London: Routledge.
- Drolet, J. (1990). Transcending death during early adulthood: symbolic immortality, death anxiety, and purpose in life.” *Journal of Clinical Psychology*, 46, 148–60.
- Ducceschi, (1970). *Psicoterapia existencial*. Porto Alegre: Sulina.

Eisner, E. (2003). On the art and science of qualitative research in psychology. In P.M. Camic, J. E. Rhodes & L. Yardley (Eds.), *Qualitative research in psychology: expanding perspectives in methodology and design*. (pp. 17-29). Washington, D.C. American Psychological Association.

Eriksson, E. (1963). *Childhood and society*. (2nd ed.). New York: W. Norton.

Farago, F. (2006). *Compreender Kierkegaard*. Petrópolis: Editora Vozes

Fernández-Ballesteros, R. (2000). Gerontología social. Una introducción. In R. Fernández-Ballesteros (Eds.), *Gerontologia social*. Madrid: Pirámide.

Fonseca, A. (2004). *O Envelhecimento: uma abordagem psicológica*. Lisboa: Universidade Católica Portuguesa.

Fonseca, A.(2005). *Desenvolvimento humano e envelhecimento*. Climepsi.

Frankl, V. (1997). *Man's search for ultimate meaning*. New York: Edition Plenum Press.

Friedman, M. (1991). *The worlds of existentialism: a critical reader*. Delmar Publisher.

Fuchs, T. (2003). The phenomenology of shame, guilt and the body in body dysmorphic disorder and depression. *Journal of Phenomenological Psychology*, 33, (2), 223-243.

Gambra, R. (1964). *Pequena história da filosofia*. Porto: Livraria Tavares Martins.

Giorgi, A. (1985). *Phenomenology and psychological research*. Pittsburgh, PA. Duquesne University Press.

Giorgi, A. (1997). The theory, practice and evaluation of the phenomenological method as a qualitative research procedure. *Journal of Phenomenological Psychology*, 28, 235-260.

Giorgi, A. & Giorgi, B. (2003). The descriptive phenomenological psychological method. In P.M. Camic, J. E. Rhodes & L. Yardley (Eds.), *Qualitative research in psychology: expanding perspectives in methodology and design*. (pp. 243–273). Washington, D.C. American Psychological Association.

Giorgi, A. (2005). The phenomenological movement and research in the human sciences. *Nursing Science Quarterly*, 18, 75-82.

Giorgi, A. & Gallegos, N. (2005). Living through some positive experiences of psychotherapy. *Journal of Phenomenological Psychology*, 36, 75-82.

Giorgi, A. (2007). Material oferecido... durante as Aulas de Mestrado. Fenomenologia. In 2ª edição do mestrado de relação de ajuda: perspectivas da psicoterapia existencial. Lisboa: ISPA.

Gjengedal, E., Kirkevold, M. & Kvigne, K. (2002). Gaining access to the life-world of women suffering from stroke: methodological issues in empirical phenomenological studies. *Journal of Advanced Nursing*, 40, (1), 61-68.

Grof, S. (1994). *Books of the dead – manuals for living and dying*. London: Thames and Hudson.

Guignon, C. (1998). *Poliedro heidegger*. Lisboa: Instituto Piaget.

Hall, A. (2000). Death & dying: resurrection or dissolution? a dialogue in suffering between Victor Frankl and Jean-Paul Sartre. *Journal of the Society for Existential Analysis*, 11.1, 106-121.

Heidegger, M. (1951). *El ser y el tiempo*. Madrid: Ediciones F.C.E.

Heidegger, M. (1967). *Sobre o humanismo*. Rio de Janeiro: Biblioteca Tempo Universitário.

Hennezel, M. (2001a). *O papel do psicólogo*. In Maurice Abiven (Eds.), *Para uma morte mais humana*. (pp. 133-168). (2ª ed.). Loures: Lusociência.

Hennezel, M., & Leloup, J.Y. (1998). *A arte de morrer*. Lisboa: Editorial Notícias.

Hesse, H. (2002). *Elogio da velhice*. Difel.

Hetherington, H. (2001). Aspects of finitude: (comprehension and apprehension). *Journal of the Society for Existential Analysis*, 12.1, 136-153.

Hoffman, P. (1998). A morte, o tempo e a história: segunda parte de o ser e o tempo. In Charles Guignon. (Ed.), *Poliedro heidegger*, (pp. 213-231). Lisboa: Instituto Piaget.

Holanda, A. F. (1997). Fenomenologia, psicoterapia e psicologia humanista: *Estudos de Psicologia*. 14, 33-36.

Horwarth, G. (1998). “Just live for today”. Living, caring, ageing and dying. *Ageing and Society*, 18, 673-689.

Jaspers, K. (1971). *Philosophy of existence*. University of Pennsylvania Press

Kübler-Ross, E. (1969). *On death and dying*. New York: Macmillan.

Kübler-Ross, E. (1998). *A roda da vida*. Rio de Janeiro: Editora Sextante.

Längle, A. (2001). Old-age from an existential-analytical perspective. *Psychological Reports*, 89, 211-215.

- Leão, P. (2006). Para uma fenomenologia da identidade pessoal. *Análise Psicológica*, 3, (14), 279-287.
- Leloup, J.Y. (2002). *Além da luz e da sombra: sobre o viver, o morrer e o ser*. (3ª ed.). Petrópolis: Editora Vozes.
- Levinas, E. (1993). *Dieu, la mort et le temps*. Paris: Éditions Grasset & Fasquelle.
- Levinas, E. (1995). *Altérité et transcendance*. Paris: Éditions Grasset & Fasquelle.
- Levine, S. (1982). *Who dies?*. New York: Anchor Books.
- Lopes, G. (2006). *Psicologia da pessoa e elucidação psicopatológica*. Porto: Higiomed Edições.
- Maciel, J. (2003). Franz Clemens Brentano e a psicologia. In Adriano Holanda e Maria Bruns (Eds.), *Psicologia e fenomenologia: reflexões e perspectivas*. (pp. 27-39). Campinas: Editora Alínea.
- Maracek, J. (2003). Dancing through minefields: toward a qualitative stance in psychology. In P.M. Camic, J. E. Rhodes & L. Yardley (Eds.), *Qualitative Research in Psychology: Expanding Perspectives in Methodology and Design*. (pp. 49-69) Washington, D.C. American Psychological Association.
- Marchand, H. (2005). *Psicologia do adulto e do idoso*. (2ª ed.) Coimbra: Quarteto.
- Martins, R.M. & Rodrigues, M.L. (2004). Estereótipos sobre os idosos: uma representação social gerontofóbica. *Revista do Instituto Superior Politécnico de Viseu*, 29, 249-254.
- May, R. (1969) *Love and will*, New York: Dell Publishing.
- Merleau-Ponty, M. (1969). *Phénoménologie de la perception*. Éditions Gallimard.
- Minkowski, E. (1999). *Vers un comsologie*. Paris: Petit Bibliothèque Payot.
- Moore, C. & Williamson, J. (2003). The universal fear of death and the cultural response. In C. D. Bryant. (Ed.), *Handbook of death and dying*. (pp. 3-13). Virginia Polytechnic Institute, Blacksburg. Sage Publications.
- Montaigne, M (1993). *The essays of Michel de Montaigne*. London: Penguin Classics.
- Moran, D. (2000). *Introduction to phenomenology*. London and New York: Routledge.

- Nogueira, P. A. (1996). O idoso: o sentimento de solidão ou o mito do abandono. *Monografia de fim de curso*. ISPA: Lisboa.
- Novo, R. (2003). *Para além da eudaimonia. O bem-estar psicológico em mulheres na idade adulta avançada*. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian.
- Olivenstein, C. (2000).– *A arte de envelhecer*. Lisboa: Notícias editorial.
- OMS. (1984). *Aplicaciones de la epidemiología al estudio de los ancianos*. Informe de un grupo científico de la OMS sobre la epidemiología del envejecimiento. Ginebra.
- Perdigão, A. (2001). A filosofia existencial de Karl Jaspers. *Análise Psicológica*, 4, 539-557.
- Roth, N. (1978). Fear of death in the aging. *American Journal of Psychotherapy*, 32, 552–61.
- Sartre, J-P. (1956). *Being and Nothingness*. New York: Philosophical Library.
- Saunders, C., & Baines, M. (1989). *Living with dying: the management of terminal disease*. Oxford University Press.
- Schopenhauer, A. (2000). *Metafísica do amor, metafísica da morte*. São Paulo: Martins Fontes.
- Sheikh, A. A. & Sheikh, K. (2002). Death imagery: confronting death brings us to the threshold of life. In Sheikh (Ed.), *Healing images: the role of imagination in health*. (pp. 471-488). New York, Baywood.
- Sivadon, P. & Fernandez-Zoila, A. (1988). *Corpo e terapêutica: uma psicopatologia do corpo*. Campinas: Papirus.
- Smith, D. (2003). Phenomenology. In *The Stanford Encyclopedia of Philosophy* Edward N. Zalta (Ed.). Consultado a 13 de Setembro de 2007 através de <http://plato.stanford.edu/entries/phenomenology.html>
- Spiegelberg, H. (1981). *The phenomenological movement: a historical introduction*. (3rd ed.). Springer.
- Spiegelberg, H. (1982). *Phenomenology in psychology and psychiatry: a historical introduction*. 193-230. Evanston: Northwestern University Press.
- Sousa, D. (2004). A short note underlying reflection on psychotherapy research. *Existential Analysis*, 15.2, 194-202.
- Sousa, L., Figueiredo, D., & Cerqueira, M. (2006). *Envelhecer em família*. (2^a ed.). Porto: Ambar.

Spinelli, E. (2007). *Practising existential psychotherapy: the relational world*. London: Sage Publications.

Teixeira, J.C. (1994). Fenomenologia, existencialismo e psicopatologia. In José A. Carvalho Teixeira (Ed.), *Fenomenologia e psicologia*. (pp. 47-54). Lisboa: ISPA.

Teixeira, J. (2006). Introdução à psicoterapia existencial. *Análise Psicológica*, 3, (14), 289-309.

Thorenson, C. & Harris, A. (2002). Spirituality and health: what's the evidence and what's needed?. *Annals of Behavioral Medicine*, 24, (1), 3-13.

Tillich, P. (1952) *The courage to be*. London: Yale.

Yalom, I.D. (1980). Life, death and anxiety. In Irvin Yalom (Ed.), *Existential psychotherapy* (pp. 29-74). Basic Books.

Watson, J. (1913). Psychology as the behaviorist views it. *Psychological Review*, 20, 158-177.

Weil, P. (1995). *A morte da morte*. São Paulo: Editora Gente.

Werle, M. (2002, Novembro). *A angústia, o nada e a morte em Heidegger*. Comunicação apresentada na XXVI Jornada de Filosofia e Teoria da Ciências Humanas, "A filosofia da existência e a tragédia moderna", Marília: UNESP.

Zimmerman, M.E. (1998). Heidegger, budismo e ecologia profunda. In Charles Guignon. (Ed). *Poliedro Heidegger*, (pp. 259-287). Lisboa: Instituto Piaget.

ANEXOS

Anexo A

Transcrição das Entrevistas

Sujeito 1

Entrevistador: Por favor descreva-me uma experiência durante a fase do envelhecimento, onde tenha tido consciência da sua finitude?

Sujeito 1: Estou reformado há cinco anos e esta tomada de consciência sucedeu por volta dessa altura, de uma maneira muito real. A consciência da finitude veio associada a essa brusca transição que foi a minha reforma, onde deixei de trabalhar.

Tinha uma profissão extremamente activa e movimentada dado que durante 30 anos fui chefe de cabine da companhia X. Viajava duas a três vezes por semana ou às vezes todos os dias, fazia malas, desfazia malas e estava rodeado de gente à volta, pois os voos estavam sempre cheios e, de um momento para o outro, mais especificamente num período de um ano entrei para a reforma. Mas antes de me reformar oficialmente, tive um ano com parte doente pois fisicamente e psicologicamente já me tinha esgotado, portanto, tive aquele período de um ano, onde houve como um “*air-bag*” da parte doente que me preparou para aquilo que mais ou menos seria a reforma, no dia em que fiz 60 anos.

Não me custou ser reformado nem me custou deixar de andar de avião pois já estava muito cansado. O engraçado é que nós tínhamos cacifos onde cada um tinha o seu nome, onde a documentação era posta e antes do voo, íamos buscar essa documentação. O choque não foi deixar de voar mas o desaparecimento da minha etiqueta com o nome, pois aquele espaço era reservado para os meus papéis e foi isso que me custou, foi a “*machadada final*”, percebi que já não pertencia aqui. Quando aquilo desapareceu, desapareceu a minha referência física ao meu local de trabalho, que era o meu nome, o meu espaço e onde estavam as papeladas. Foi o corte umbilical, pois foi nesse momento que se cortou a ligação com o meu local de trabalho, com toda uma vida de trabalho, que já estava a ser dolorosa por razões físicas sobretudo, estava a ser muito pesado para mim. Para além da reforma, também vivi uma separação e isso foi extremamente doloroso, porque foi um duplo ajuste na minha vida, duplo corte e ajuste.

Depois, surgiu o engrenar num novo estado, numa nova situação de que ainda estou capaz para fazer isto ou aquilo especialmente coisas que sempre quis fazer antes, mas depois vemos a realidade de que a reforma não dá para tudo, que é muito restritiva e quando a saúde não ajuda, o dinheiro tem de ir para a saúde e não pode ir para aquilo que se queria fazer, pois é preciso um certo investimento.

Mesmo assim, disse para mim que estava bem e que ia fazer voluntariado em centros sociais, grupos, instituições, com crianças com sida e corri tudo o que os outros me indicavam. Receberam-me bem nesses centros e diziam que me contactariam passado um mês ou dois, mas não fui contactado por ninguém. Queria ocupar a minha reforma adoptando uma criança sem família e sem nada através dessas instituições, para eu lhe dar uma referência, como se fosse um familiar do mundo cá fora, do mundo real e não só da instituição, mas não foi possível.

Ao reflectir sobre a minha morte eu sei que tenho um corpo, que possui um determinado tempo de duração e um dia esse corpo vai precisar de descansar, vai deixar de sofrer e eu estarei de partida. Existem duas vertentes nesta questão, sendo que a primeira tem a ver com um lado lógico, já que sei que a morte é uma coisa que acontece desde o começo do mundo e tudo o que tem um começo tem um fim. A outra vertente da questão é mais pessoal pois eu estou habituado a este corpo há imensos anos, e vai chegar o momento onde ele já não serve, já não aguenta mais e terei de o abandonar contra minha vontade.

Esta última vertente relaciona-se muito com as minhas crenças religiosas, nomeadamente aquilo que acredito ou não

acredito. Eu sei que um dia já cá não estarei a fazer nada e que tenho de aprender a deixar-me ir, mas ao mesmo tempo, tenho a consciência de que ainda quero fazer aqui umas cozinhas, que o meu corpo ainda aguenta mais um tempinho e que vou fazer o que posso por passar este tempo no melhor modo possível, dentro das limitações, da ferrugem, das dores articulares ou da coluna. Este pensamento de que já não vale a pena ou de que já cá não estou a fazer nada, coincide com umas fases mais deprimidas em que a vontade de viver vai-se abaixo, mas depois lá vem uma força de dentro ou mais um dia de sol e esqueço esta ideia e pronto, continuo a lutar enquanto tiver força para manter uma certa qualidade de vida física, intelectual e espiritual.

Eu acredito que a nossa alma não morre, que a existência é uma fase passageira pois a nossa casa ou o nosso lar não se encontra nesta terra. Só estamos aqui para viver experiências, para tomar decisões, para nos transcender, para nos conhecermos melhor, e como acredito que há uma continuidade e seguimento, encaro o meu corpo como uma maneira de me poder manifestar neste plano da existência e quando ele estiver sem aproveitamento ou eu estiver sem aproveitamento neste espaço, largarei o corpo e partirei para uma outra realidade que me escapa.

A consciência da finitude possuiu o efeito de me transmitir a ideia de que tudo é perecível, que passa e é transitório e que temos de aproveitar a vida aqui com consciência, para o auto-conhecimento, para estudarmos os outros, reflectirmos sobre as nossas falhas, incertezas e inseguranças e para saber perdoar, pois é essencial perdoar. Estamos todos diariamente a lidar com contrariedades e injustiças nas relações com os outros e devemos aprender a tornarmos-nos mais espectadores, vendo as coisas com uma certa distância, para nos irmos desligando. Tenho de me perdoar a mim primeiro e às minhas falhas, pois só assim é que posso perdoar os outros, mas isso é difícil, é uma busca continua e permanente.

Com a consciência da finitude eu vou-me desligando aos poucos das coisas que me rodeiam, em vez de ser actor passei a ser mais espectador, cada vez mais quero ser mais espectador do que autor. Assim, no momento da morte, posso estar desligado emocionalmente e fisicamente de todos os momentos que passei nesta realidade, para quando for a nossa partida eu possa estar em paz comigo, com os outros e com o mundo, fechar a porta e dizer “*goodbye*”.

Para além disto, no momento da finitude física ou a morte física do corpo, será um dos poucos momentos da existência onde a pessoa está completamente só, consigo própria e onde teremos de responder perante tudo aquilo que fizemos, não fizemos como se fosse um sumário desta estadia, daquilo que se passou.

Sujeito 2

Entrevistador: Por favor descreva-me uma experiência durante a fase do envelhecimento, onde tenha tido consciência da sua finitude?

Sujeito2: Nesta fase do envelhecimento eu penso muito mais vezes na morte e tenho mais consciência da minha finitude, principalmente através dos meus achaques e das minhas doenças, pois quando me sinto mal fisicamente eu assumo que isso faz parte do meu fim ou seja, há medida que eu avanço na minha idade e o fim se aproxima, o corpo vai dando de si.

No entanto a primeira vez que eu embati com a minha finitude, deu-se quando eu ainda não tinha chegado aos 40 anos, através de uma reacção alérgica muito grande a um medicamento. Nessa altura, senti-me extremamente mal e sentia que ia efectivamente morrer e, devido a esta experiência ganhei um intenso receio e medo da morte. Depois dessa fase eu nunca mais voltei a pensar nela, até começar a envelhecer e especialmente a sentir-me mais frágil. Comecei então a pensar muito na morte e isso perdura até hoje.

Para mim, a morte representa o fim do meu prazer, do meu viver. A experiência que tive aos 40 anos, fez-me reflectir e ter a sensação que eu não tinha aproveitado bem o tempo que estava a viver e a partir daí, tracei um novo propósito para a minha vida. Disse para mim que iria dar mais importância às pessoas mas também a todos os seres vivos ou a tudo o que fosse vivo. Eu senti que estava a viver a vida como um cão por “vindima vindimada”. Aquela experiência deu-me a noção que eu devia ser melhor no relacionamento com as pessoas e de que a vida seja ela humana ou não humana é muito, muito importante, pois nunca se pode regressar à mesma vida ou ao mesmo momento. A partir daí, comecei a ouvir mais as pessoas e acho que me tornei uma pessoa melhor...não no sentido religioso, de pensar que vou morrer e tenho lá um Deus à minha espera que me vai dizer o que é que fizeste da tua vida ou como é que a aproveitaste?...mas sim no sentido de que a vida é uma coisa irrepitível e que tenho de fazer da vida alguma coisa...de proporcionar mais “bem-estar” a todos os que me rodeiam e àqueles que eu encontrasse pelo caminho, inclusive as plantas e aos animais, aos seres vivos.

Neste aspecto, essa experiência foi positiva, tornando-me numa pessoa mais generosa, alias eu era uma pessoa generosa mas era de uma forma inconsciente, talvez inata, e depois comecei a fazer um esforço de melhorar e de ir eu à procura das necessidades das pessoas em vez de ficar à espera, comecei a ser eu a adiantar-me às solicitações, a adiantar-me aquilo que uma pessoa precisasse e eu pudesse ajudar.

Esta experiência tornou-me mais consciente de que havia muito sofrimento à minha volta e que eu tinha de participar a ajudar a minorar o sofrimento, ou pelo menos a ser mais simpática, mais participativa e menos indiferente com aquilo que se passava à minha volta, em vez de me preocupar só com o trabalho, com o viver para os meus, etc. à semelhança daquela frase de não ser uma pessoa só do meu país mas para o mundo, querer estar mais aberta a isso.

Por outro lado, esta experiência deu-me um terrível medo da morte, sobretudo daquilo que me pudesse levar para a morte como, por exemplo os medicamentos. Ganhei mesmo um receio terrível de tomar medicamentos e do sofrimento físico que daí poderia vir. Por exemplo, olhava para os medicamentos e se suspeitasse que um deles me pudesse causar sofrimento ou dor física, eu ficava com um medo terrível.

É certo que também passei na minha vida por uma separação muito traumática e houve uma altura em que eu me senti muito desesperada, estando sob o efeito dos medicamentos e de vez em quando, pensava na morte ou em tomar os medicamentos pois sentia que não era possível viver naquela situação, mas eu só não os tomei porque o medo físico da morte fez-me recuar. Até parece que me tornei uma pessoa cobarde, não no sentido de ter medo do que está para além da morte, como se fosse parar ao inferno ou enfrentar um Deus, não é o seu aspecto religioso, mas sim do aspecto físico da morte, é isso que me incomoda. A tomada de consciência deste imenso medo não surgiu de uma forma imediata, foi

surgindo com o passar do tempo após aquela experiência.

Mas hoje também tenho a noção que morrer, é sinónimo de deixar de ter todos os nossos prazeres, mesmo que nesta idade, a vida não nos dê grandes prazeres loucos ou umas coisas assim, mas no dia-a-dia há ainda alguns prazeres como o fazer uma compra, conversar com um amigo, fazer um passatempo como ler um bom livro e ver um bom filme, tomar um café,...mas o deixar de viver é uma coisa que a morte me vai cortar....e além desse sofrimento, custa-me pensar naqueles momento finais que a morte me vai trazer...Até pode ser uma morte em que eu me deito na cama e pronto, dá-me um "Aí" e volto-me para o lado ou fico na mesma e morro. Quando dizem que teve uma "morte santa" eu pergunto-me o que é isso de uma "morte santa"? Lembro-me que a minha mãe me disse que o meu pai teve uma "morte Santa", que morreu na cama junto com a minha mãe e ela nem deu por isso. Eu tinha 4 anos e sempre ouvi dizer que quando a minha mãe acordou, ela viu que ele estava morto, mas eu pergunto-me quem é que sabe que ele não terá sofrido naqueles breves instantes...? ninguém sabe.

Para além disso eu vi muita gente morrer ao longo da minha vida profissional pois trabalhei num Hospital,...a experiência que eu tenho de ver outras pessoas morrer foi a de testemunhar sempre mortes muito, muito dolorosas, principalmente nas pessoas que estavam conscientes, pois aquelas que eu recebia em coma eu não sei o que elas estavam a sentir. Assim, as pessoas que estavam conscientes e se aperceberam que iam morrer, tiveram todas, e foram muitas, um final doloroso. Agarravam-se a minha mão e diziam-me "não me deixe morrer" e "eu não quero morrer" e tinham faces e expressões muito alteradas, com um sofrimento incrível e portanto, isso a mim aterra-me imenso que me possa acontecer igualmente...o sofrimento ridículo daquelas pessoas, era um sofrimento físico mas também a outro nível pois elas não queriam deixar a sua vida e a sua família, a sua gente, os seus prazeres, o viver e partir para onde quer que seja.

Não era uma questão religiosa mas uma questão de deixarem de viver e do sofrimento de estar a morrer. Eu tenho isso muito presente em mim, vem-me muito à memória elas agarradas à minha mão a dizerem não me deixe morrer, sem qualquer serenidade. E, apesar de me custar deixar de viver, se eu soubesses que iria morrer serenamente, eu já aceitaria isso melhor.

Eu tenho consciência e aceito que a minha etapa, a minha maratona está quase ou pelo menos já está mais perto do fim, mas ninguém me garante que vai ser com serenidade. Em relação a essas coisas do Lavoisier, onde ele diz que não existe a morte e que tudo se transforma, eu pergunto-me mas que vida é essa..? Já viu que é de cavalo para burro...isso aterra-me imenso, eu ser um ser humano que tem a presunção de ser superior a um verme mas depois sermos comida para os vermes. Vamos ser enterrados, transformamos-nos como diz o Lavoisier e depois vão os vermezinhas comer-nos...então, mas que estranha forma de vida é essa..? é por isso que eu acho que é de cavalo para burro....Depois, no aspecto religioso eu penso então "mas o que fica é o corpo...o que vai para os vermes é o corpo" mas há uma alma...há alguma coisa que nos transcende e que vai para outro sítio mas onde é que é esse sítio? onde é que isso paira? onde é que isso está...?

Aí provavelmente vou dar contas a Deus, ao que eu fiz da minha vida, mas isso não me assusta muito, é divagar...como disse no princípio não é uma coisa definida, é um nada, são pensamentos e ideias acerca da morte. Eu não sei se a morte tem uma resposta concreta e isso deixa-me com um desgosto muito grande pois estou sempre a questionar-me afinal, porque é que todos nós passamos cá?, porque é que vivemos? Será uma forma de purificação para dar contas a Deus?...então muito bem, isso é o aspecto religioso, mas em relação ao aspecto físico eu só me lembro daquela definição que aprendi no Liceu, onde todo o ser vivo, nasce, cresce, reproduz-se e morre, e por isso penso para mim, Será este o sentido da vida?... qual será a nossa importância e o que deixou no mundo? É deixar cá outros seres?

Dessa forma eu procuro ter alguma importância e deixar cá uma memória ou fazer algo cá de significativo. Eu compreendo que quando se faz uma homenagem a um morto e se levam flores ou dá uma condecoração póstuma, não vai

ser o morto a usufruir disso mas sim a memória daquela pessoa, o trabalho e a obra que aquela pessoa deixou..assim custa-me muito pensar que sou um “zé-ninguém” porque não deixei cá nenhuma memória pois não aproveitei bem a vida e tento agarrar-me aquilo que ainda me resta e dizer assim, “Bem, eu também gostava de deixar algo cá e receber uma condecoração, ou as pessoas ficarem cá a pensar em mim depois da minha morte, deixar alguma coisa boa que eu tivesse feito”.

Sei que é um pouco de vaidade mas queria que mesmo aqueles que pensam mal de mim, me pudessem reconhecer sem hipocrisia, como uma pessoa que lhes deixou uma boa lembrança, porque eu vou acabar, porque eu acabei e vou ser nada..a minha morte é o fim de tudo e se não for a boa memória que eu deixo cá, então não há sentido nenhum para a vida. Mas tem piada que quem fez mal também deixa cá memória mas eu não penso em fazer mal, pois intrinsecamente acho que sou uma pessoa boa, se fizer mal é involuntariamente.

Dá-me algum pesar, não poder voltar à adolescência, à minha juventude, de não ter mais tempo, pois dá-me a ideia de eu estar numa maratona mas onde perdi muito tempo no princípio, não aproveitei e que afinal, quando era jovem é que podia ter uma melhor *performance* e agora, velhota, já não a consigo alcançar e vou perder esta maratona chegando com muitas horas de atraso em relação àquilo que tinha sido proposto ou suposto conseguir. Neste espaço de tempo que me resta, eu quero fazer tudo ou melhorar pois perdi muito tempo na altura, quando podia fazer as coisas com mais tempo e mais descansadamente. Isto é, no aspecto de melhorar a minha vida e a vida dos outros que me rodeiam.

A marca daquela experiência má foi muito forte para mim, mas mesmo que eu não tivesse tido essa experiência há anos atrás, eu sei que com o passar do tempo e da idade, eu tomaria consciência de que a vida é extremamente importante e de que eu não a aproveitei na sua plenitude, aliás, eu acho que não há ninguém que a consiga aproveitar na sua plenitude, mas pelo menos deve-se aproveitar o máximo daquilo que eu seria capaz, ou o máximo das minhas possibilidades pois tenho a impressão que nem sequer o médio fiz, não a aproveitei suficientemente.

Houve muitas coisas que eu não fiz ou não vi e que nesta idade já não é possível fazer. O que a morte significa para mim e o tempo respectivo é que eu não aproveitei bem o que a vida me proporcionou, não só para os outros como para mim própria, não no sentido de ter uma vida boémia mas pelo menos não viver tão fechada, ser mais compreensiva, mais simpática e muito mais tolerante. Esta nova fase deu-me uma maior abertura e tolerância que eu nunca pensei alcançar, pois fui educada num colégio com regras e normas muito rígidas e que se tinham de seguir. Antes quase que não podia sorrir em relação à maneira de ser de alguém...foi a própria idade, o envelhecimento e o facto de estar mais perto do fim, a fazer-me compreender que nós não somos todos iguais, cada um tem a sua maneira de ser e cada um pode vivê-la como quer sem que prejudique os outros,.. temos de ser abertos a isso, a deixar as pessoas serem como são. Eu tenho pena de não ter sido educada a ser eu própria. Embora na velhice os defeitos fiquem atenuados, há também qualidades que vem ao de cima e exemplo disso é eu ter aprendido a ser tolerante. Para mim a riqueza é a vida ser pluridiferente.

Para concluir, eu sinto-me na recta final um pouco cansada e sabendo que vou perder, mas penso também como será a minha morte, se será horrível como a daquelas pessoas que testemunhei e que se agarravam à minha mão em grande sofrimento, ou se vai ser como aquela canção francesa que eu ouvi, de assistir à morte de uma mãe com grande serenidade e que tinha cumprido o seu dever na vida. É assim que eu desejo morrer, com esta serenidade, paz e com a sensação de dever cumprido, de que no fundo jamais morrerei na memória das pessoas, mas o problema é que nunca vi ninguém morrer assim, bem pelo contrário, assisti a pessoas e experiência bem aterrorizantes.

Sujeito 3

Entrevistador: Por favor descreva-me uma experiência durante a fase do envelhecimento, onde tenha tido consciência da sua finitude?

Sujeito 3: Eu só há bem pouco tempo é que me apercebi que tenho pouco tempo de vida pela frente. Ter dez anos de vida pela frente é o mesmo para mim do que ter 10 minutos, podem achar que é muito mas para mim não. O tempo parece curto porque eu gosto da vida e consigo apreciá-la, com todos os defeitos que ela possa ter.

O momento mais marcante que me fez pensar na finitude, aconteceu com o meu ex-marido que não prestou como pessoa, e ao fim de uma vida inteira com ele de 35 anos, ele colocou uma camioneta á frente da casa e levou-me tudo. Tive um desgosto indescritível, não sou capaz de dizer o que senti, o que tive ou não tive, pensei que este homem afinal era louco e disse-lhe que ele haveria de ter um final desgraçado e há 7 anos atrás ele suicidou-se. Eu queria que ele pagasse mas não com um final destes tão desastroso. Aquela morte foi-lhe proporcionada pois ele foi operado e perdeu uma perna, depois tinha que tirar outra e decidiu tomar uns comprimidos e matou-se. Eu reflecti muito sobre isto, a pensar que ele errou no que fez, como é que ele foi capaz de fazer isto á sua vida? Destruí-la sem jeito nenhum, deixando cá tudo..?!

Deus trouxe-nos cá e devemos viver a vida e não fazer mal a ninguém, ou desperdiçá-la, só as pessoas de maldade é que pensam por fim á sua própria vida ou estragam a sua vida. A morte deve ser rápida e dar tempo suficiente para se viver. Temos de saber aguentar tudo o que acontece na vida.

Por causa da minha vida estar a chegar ao fim, eu sinto que devo viver mais, sair à noite, e andar à vontade na rua, mas com este mundo eu tenho medo, não ando à vontade na rua e sinto-me mais frágil ou limitada nesse aspecto. Eu digo isto porque eu já fui roubada, em pleno dia, estava no meu carro e abriram-me a porta do carro e um rapaz novo tirou-me a mala....eu gritei e gritei mas ninguém me ajudou. Fiquei sem nada, sem documentos, sem dinheiro, por acaso até tinha a chave de casa no banco do carro senão ficava mesmo sem nada. Tive imenso trabalho depois para cancelar os cartões, apresentar uma queixa na polícia e fazer novos documentos. A vida de hoje tem pouco interesse porque a governação actual é muito estranha, na altura em que eu vivi na outra época, ou seja, antes do 25 de Abril, foi uma época que comparada com a de hoje, é como uma mudança da noite para o dia. Agora não há respeito por ninguém, não se pode andar na rua, não se pode viajar pois as pessoas tem medo e acho que isto fechou as pessoas. Nós não vivemos só de dia, também vivemos de noite e era bom sentir segurança para o fazer se nos apetecer.

É claro que eu vou aqui ou ali mas sinto-me frágil. Se eu fosse mais nova eu não tinha este receio de andar na rua, nem pensava nisso. Senti-me frágil e ninguém me ajudou, o ladrão estava-me a seguir e tirou-me tudo, fiquei sem nada. Quando penso na finitude eu penso nesta fragilidade e no efeito que o episódio do ladrão deixou em mim, pois a morte também é como um ladrão que me segue e que me vai roubar desta vida.....ele rouba-me e tira-me esta vida mas também sei ou acredito que depois eu vou ter algo de novo, ou vou parar a outro mundo.

Eu agora todos os dias vejo que já não tenho muitos dias pela frente, e sei que já não tenho as mesmas capacidades mas o que eu procuro é fazer coisas, ir viajar, comer, ir aos bailes do Santa António, este ano ainda fiz isso e andei desde o campo das cebolas à casa dos bicos, ao Castelo, ainda andei bastante, e gosto de fazer estas coisas e coisas novas.

Como sei que já tenho pouco tempo de vida, então eu aproveito, fico com esta vontade de fazer coisas, de aproveitar a vida, como se tivesse uma nova vida, com a finitude próxima eu fico com vontade de querer viver. Aquilo que eu posso fazer hoje eu já não deixo para amanhã...Quando eu era nova eu pensava que podia deixar as coisas para amanhã, mas hoje já não faço isso. Eu aproveito e escuso de deixar as coisas para amanhã, pois isso não vale a pena pois não sei se chego lá, se vivo até lá.

Agora também tenho cuidado com aquilo que escolho fazer, escolho o que entendo e posso fazer e me dê prazer. Não

me vou a por a fazer projectos que eram para outra altura da minha vida, como por exemplo comprar uma casa nova....para quê? Se estou cá só dez anos para que é que vou fazer uma casa nova...?!

Mas no fundo eu não consigo estar sempre a pensar na morte, não posso estar muito tempo a pensar nisso, não consigo, não há ninguém que consiga fazer isso. Mas quando penso nisso eu penso que não gostava sobretudo de sofrer, eu peço a Deus que a minha morte seja repentina como a dos meus familiares, mas eu não quero deixar este mundo e as coisas.

Eu sou uma pessoa crente em Deus, sei que talvez vá parar a um sítio melhor, eu suponho que talvez vá para a um sítio melhor. Sendo crente eu ainda coloco a dúvida, até porque ainda ninguém veio nos cá dizer o que se passa do outro lado. Eu creio no Senhor, eu sei que um dia vou lá ter com ele e etc, mas honestamente, eu gostava muito que ele não me chamasse já...é verdade, eu não queria morrer já, eu pelo menos ainda queria trabalhar bem no computador, fazer aquelas coisas com o computador.

Não fico o tempo todo a pensar no “Ai eu vou morrer” e vou deixar isto tudo, eu consigo pensar noutra coisa e avançar, fazer outra coisa que me eleve. Foi Deus que me colocou cá e os meus pais claro, mas é Deus que me vai tirar de cá. Eu não tenho controle sobre o meu fim mas Deus tem, ele é que sabe. Se eu controlasse isso eu não morria. Se alguém me disser quem é que controla isso eu sou todo ouvidos...mesmo aqueles ateus não sabem, ninguém faz noção disso.

É algo mais espiritual, são questões que vão para outra dimensão que nós não conseguimos atingir ou saber...eu não tenho muitos anos de vida mas até alguém mais novo pode ir à minha frente..lá está o grande enigma da morte, é o tempo, é o desconhecido..nós vimos cá com uma missão e essa missão depois vai-se. Posso ter todos os conhecimentos do além e etc, mas Deus só leva quem quer e quando quer e nós só cá estamos porque ele quer.

Eu não queria ir já, eu quero cá estar, este sol é muito lindo, há muita coisa que não presta mas há muita coisa linda, quero cá estar, mesmo com a maldade do nosso semelhante ao lado. É uma pena as pessoas fazerem tantas maldades uns aos outros.

Eu sei que não sou diferente das outras pessoas e que não tenho tantos anos de vida pela frente e hei-de partir um dia. Mas quando vejo algo velho eu quero logo arranjar isso, ou comprar uma coisa nova, e esse é o sentido da vida, renovar as coisas, andar de um lado para o outro pois parar é morrer. Na minha maneira de ver, a proximidade da morte faz-me querer continuar ir em frente, fazer aquilo que eu puder.

Anexo B

Tratamento da Informação Bruta segundo os Passos do Método

Sujeito 1

<i>Unidades de Sentido</i>	<i>Expressões Psicologicamente Sensíveis</i>	<i>Estrutura Geral de Significado</i>
<p>1. Entrevistador: Por favor descreva-me uma experiência durante a fase do envelhecimento, onde tenha tido consciência da sua finitude?</p> <p>Sujeito 1: Bem, eu estou reformado há cinco anos e esta tomada de consciência sucedeu por volta dessa altura, de uma maneira muito real.</p>	<p>1. Em resposta à pergunta do entrevistador, o Sujeito 1 (S1) refere que a consciência da sua finitude surgiu a partir de uma acontecimento real e concreta.</p>	<p>1-5. A consciência da finitude surgiu a partir de um acontecimento concreto e repentino, que posteriormente causou uma mudança na sua forma de “ser-no-mundo”. Essa mudança de estilo de vida acabou por ser bem aceite por S1.</p>
<p>2. A consciência da finitude veio associada a essa brusca transição que foi a minha reforma, onde deixei de trabalhar.</p>	<p>2. S1 alega que a tomada de consciência da finitude esteve associada ao momento em que ele entrou para a reforma. Para S1, esse momento foi percebido como uma experiência repentina que viria posteriormente a mudar o seu estilo de vida.</p>	
<p>3. Tinha uma profissão extremamente activa e movimentada dado que durante 30 anos fui chefe de cabine da companhia X. Viajava duas a três vezes por semana ou às vezes todos os dias, fazia malas, desfazia malas e estava rodeado de gente à volta, pois os voos estavam sempre cheios e, de um momento para o outro, mais especificamente num período de um ano entrei para a reforma.</p>	<p>3. S1 descreve que exerceu, ao longo dos seus 30 anos de profissão, uma função muito stressante e activa, estando em contacto permanente com pessoas. S1 afirma que toda essa actividade e exigência profissional, terminaram de uma forma repentina num período de um ano.</p>	
<p>4. Mas antes de me reformar oficialmente, tive um ano com parte doente pois fisicamente e psicologicamente já me tinha esgotado, portanto, tive aquele período de um ano, onde houve como um “air-bag” da parte doente que me preparou para aquilo que mais ou menos seria a reforma, no dia em que fiz 60 anos.</p>	<p>4. S1 relata que no ano anterior à sua reforma ele esteve de baixa médica, devido ao esgotamento e cansaço acumulados na sua profissão. S1 considera que este período de baixa médica, serviu para ele se preparar para aquilo que futuramente seria a sua reforma.</p>	
<p>5. Não me custou ser reformado nem me custou deixar de andar de avião pois já estava muito cansado.</p>	<p>5. O posterior abandono da sua profissão foi bem aceite por S1, dado que isso o aliviou do cansaço acumulado.</p>	
<p>6. O engraçado é que nós tínhamos cacifos onde cada um tinha o seu nome, onde a documentação era posta e antes do voo, íamos buscar essa documentação. O choque não foi deixar de voar mas o desaparecimento da minha etiqueta com o nome, pois aquele espaço era reservado para os meus papéis e foi isso que me custou, foi a “machadada final”, percebi que já não pertencia aqui.</p>	<p>6. S1 descreve um momento significativo passado no seu local de trabalho, onde se sentiu surpreendido por testemunhar que a etiqueta onde estava escrito o seu nome, tinha sido retirada sem pré-aviso, do cacifo onde habitualmente guardava os seus pertences. S1 considerava o cacifo como um espaço pessoal e privado do seu trabalho e quando testemunhou a evidência do desaparecimento dessa etiqueta, S1 chocou-se e passou a assumir inequivocamente que já não pertencia aquele mundo de trabalho.</p>	<p>6-7. S1 descreve que o momento significativo que o fez tomar consciência da sua finitude associou-se ao desaparecimento e à consequente perda de uma referência que o relacionava com a sua anterior forma de “ser-no-mundo”. Esse momento foi sentido como um corte abrupto e inesperado, não só pelo facto de não ter sido escolhida pelo próprio mas também por ter representado a confirmação de já não estar relacionado com a anterior forma de “ser-no-mundo”. S1 relata ainda que a fase terminal dessa anterior forma de “ser-no-mundo”, já estava a ser vivida com angústia.</p>

<p>7. Quando aquilo desapareceu, desapareceu a minha referência física ao local de trabalho, que era o meu nome, o meu espaço e onde estavam as papeladas. Foi o corte umbilical, pois foi nesse momento que se cortou a ligação com o meu local de trabalho, com toda uma vida de trabalho, que já estava a ser dolorosa por razões físicas sobretudo, estava a ser muito pesado para mim.</p>	<p>7. Para S1, o desaparecimento da etiqueta representou o desaparecimento da referência física que o ligava ao mundo do trabalho. S1 descreve este momento como um “corte umbilical” onde se terminou a relação com o mundo do trabalho. S1 relata ainda que o fim dessa relação profissional já estava a ser vivido de uma forma angustiante devido aos problemas físicos acumulados.</p>	
<p>8. Para além da reforma, também vivi uma separação e isso foi extremamente doloroso, porque foi um duplo ajuste na minha vida, duplo corte e ajuste.</p>	<p>8. S1 refere a existência de um outro momento significativo passado em paralelo com a entrada para a reforma e que foi a separação da sua ex-mulher. Estes dois momentos foram definidos por S1, como experiências angustiantes onde ocorreu um duplo término de relações, seguido de um duplo ajustamento posterior.</p>	<p>8. Em paralelo com este momento significativo, S1 relata um outro momento significativo associado à consciência da finitude e que foi a sua separação conjugal. As duas experiências foram vividas com intensa angústia, dado que S1 teve de passar ao mesmo tempo por dois processos de perda e do respectivo ajustamento à perda.</p>
<p>9. Depois, surgiu o engrenar num novo estado, numa nova situação de que ainda estou capaz para fazer isto ou aquilo especialmente coisas que sempre quis fazer antes, mas depois vemos a realidade de que a reforma não dá para tudo, que é muito restritiva e quando a saúde não ajuda, o dinheiro tem de ir para a saúde e não pode ir para aquilo que se queria fazer, pois é preciso um certo investimento.</p>	<p>9. S1 refere que após o término destas duas relações anteriores, voltou a sentir-se capacitado para investir em novos projectos dos quais nunca tinha tido oportunidade de realizar. Apesar das suas intenções iniciais, S1 apercebeu-se que a realidade financeira da sua reforma não lhe permitia investir em novos projectos, dado que a maior parte do seu dinheiro tinha de ser aplicado em questões de saúde.</p>	<p>9-11. S1 procurou lidar com a perda e a respectiva angústia resultante desses dois momentos, investindo na tentativa de realizar novos projectos e de estabelecer novas referências relacionais com outros, chegando a tomar acções nesse sentido mas no entanto, elas acabaram por não produzir nenhum retorno. S1 justifica que a existência de limitações associadas à sua nova condição de “ser-no-mundo”, estiveram na origem do impedimento da realização dos novos projectos que ambicionava, deixando-o desapontado.</p>
<p>10. Mesmo assim, disse para mim que estava bem e que ia fazer voluntariado em centros sociais, grupos, instituições, com crianças com sida e corri tudo o que os outros me indicavam. Receberam-me bem nesses centros e diziam que me contactariam passado um mês ou dois, mas não fui contactado por ninguém.</p>	<p>10. S1 alega que procurou iniciar um trabalho de voluntariado em várias instituições que receberam e ouviram o seu pedido, mas acabou por nunca ser contactado pelas mesmas.</p>	
<p>11. Queria ocupar a minha reforma adoptando uma criança sem família e sem nada através dessas instituições, para eu lhe dar uma referência, como se fosse um familiar do mundo cá fora, do mundo real e não só da instituição, mas não foi possível.</p>	<p>11. A intenção de S1 era a de ocupar o tempo da sua reforma, dedicando-se a estabelecer uma relação com uma criança órfão de modo a oferecer-lhe uma referência relacional que fosse diferente daquelas que existiam dentro das instituições. S1 afirma com algum desapontamento que a sua intenção nunca acabou por se realizar.</p>	
<p>12. Ao reflectir sobre a minha morte eu sei que tenho um corpo, que possui um determinado tempo de duração e um dia esse corpo vai precisar de descansar, vai deixar de sofrer e eu estarei de partida.</p>	<p>12. S1 considera que a tomada de consciência em relação à sua finitude, associa-se em paralelo com a consciência do limite de duração do seu corpo. S1 pressupõe que no futuro da sua existência irá ocorrer um momento onde o seu corpo necessitará de descansar e assume que nessa altura, deixará de sentir o sofrimento físico do corpo e abandonará o mesmo.</p>	<p>12. S1 considera que a consciência da finitude está também directamente relacionada com a consciência dos limites temporais e funcionais do seu corpo. S1 antecipa que a passagem do tempo em direcção ao futuro, vai aumentar o seu sofrimento físico e reduzir a funcionalidade do corpo, sendo que numa data indeterminada deixará eventualmente de funcionar. S1 prevê que na data em que o seu corpo terminar a sua actividade, ele será obrigado a abandonar o corpo e a existência.</p>

<p>13. Existem duas vertentes nesta questão, sendo que a primeira tem a ver com um lado lógico, já que sei que a morte é uma coisa que acontece desde o começo do mundo e tudo o que tem um começo tem um fim.</p>	<p>13. Para S1, a questão da finitude é encarada através de duas perspectivas. Segundo S1, a primeira perspectiva possui uma conotação lógica e evidente, onde a morte é percebida como um fenómeno inevitável e que está eternamente presente no mundo.</p>	<p>13-14. S1 encara primeiramente a finitude de uma forma geral, considerando-a como uma condição inevitável e iminente da existência. Em segundo lugar, a finitude é encarada por S1 de forma mais pessoal, onde confessa que terá de aceitar a sua impotência perante a imperatividade da limitação temporal e funcional do seu corpo que o forçaram a abandonar a existência.</p>
<p>14. A outra vertente da questão é mais pessoal pois eu estou habituado a este corpo há imensos anos, e vai chegar o momento onde ele já não serve, já não aguenta mais e terei de o abandonar contra minha vontade.</p>	<p>14. A segunda perspectiva possui uma conotação subjectiva já que S1 admite, por um lado, estar habituado ao seu corpo há muito tempo e por outro lado, ter de aceitar contra a sua vontade, o facto de no futuro ter de abandonar o corpo quando este deixar de funcionar.</p>	
<p>15. Esta última vertente relaciona-se muito com as minhas crenças religiosas, nomeadamente aquilo que acredito ou não acredito. Eu sei que um dia já cá não estarei a fazer nada e que tenho de aprender a deixar-me ir, mas ao mesmo tempo, tenho a consciência de que ainda quero fazer aqui umas cozinhas, que o meu corpo ainda aguenta mais um tempinho e que vou fazer o que posso por passar este tempo no melhor modo possível, dentro das limitações, da ferrugem, das dores articulares ou da coluna.</p>	<p>15. S1 admite que a segunda perspectiva sobre a finitude, está associada a questões de índole religiosa. S1 admite que no futuro há-de chegar um momento onde não lhe fará sentido continuar a existir e que ele deve aprender a render-se a essa inevitabilidade, mas por outro lado, manifesta a sua vontade em querer continuar a viver e a realizar os projectos que forem possíveis. S1 afirma que apesar da consciência das suas limitações corporais e temporais, ele manifesta a vontade de passar o tempo que lhe resta com alguma qualidade.</p>	<p>15. S1 apresenta uma ambiguidade em relação à perspectiva pessoal da finitude, dado que por um lado está obrigado a render-se à inevitabilidade do fim do seu corpo e da sua existência, mas por outro lado, deseja continuar a existir com qualidade de vida e a realizar os projectos possíveis.</p>
<p>16. Este pensamento de que já não vale a pena ou de que já cá não estou a fazer nada, coincide com umas fases mais deprimidas em que a vontade de viver vai-se abaixo, mas depois lá vem uma força de dentro ou mais um dia de sol e esqueço esta ideia e pronto, continuo a lutar enquanto tiver força para manter uma certa qualidade de vida física, intelectual e espiritual.</p>	<p>16. S1 confessa que as fases em que se sente deprimido e com menos vontade de viver, coincidem com os pensamentos de falta de sentido para continuar a existir. Após estas fases mais depressivas, S1 afirma que acaba por surgir uma nova vontade para continuar a existir e a lutar pela melhoria da sua qualidade de vida física, intelectual e espiritual.</p>	<p>16. S1 demonstra uma ambivalência emocional que passa por momentos de depressão onde não encontra sentido para a existência e outros momentos onde ganha um novo alento para continuar a viver e a melhorar a sua qualidade de vida, física, intelectual e espiritual.</p>
<p>17. Eu acredito que a nossa alma não morre, que a existência é uma fase passageira pois a nossa casa ou o nosso lar não se encontra nesta terra. Só estamos aqui para viver experiências, para tomar decisões, para nos transcender, para nos conhecermos melhor.</p>	<p>17. S1 refere a sua crença na imortalidade da alma e considera a existência como uma fase passageira de experiências e vivências que visam um aprimoramento do "Ser". Para S1, a verdadeira morada do "Ser" não se encontra nesta existência.</p>	<p>17-18. S1 acredita que após a morte e no momento em que o seu corpo cessar a actividade, a essência do seu "Ser" continuará a existir numa outra realidade que o transcende. S1 considera a existência em si como uma fase passageira de oportunidades para o melhoramento das suas qualidades essenciais. S1 admite que o seu corpo é apenas uma forma temporária para a essência do seu "Ser" se manifestar, sendo que para S1 esta existência não é considerada a verdadeira "morada" do seu "Ser".</p>
<p>18. Como acredito que há uma continuidade e seguimento, encaro o meu corpo como uma maneira de me poder manifestar neste plano da existência e quando ele estiver sem aproveitamento ou eu estiver sem aproveitamento neste espaço, largarei o corpo e partirei para uma outra realidade que me escapa.</p>	<p>18. S1 assume que a sua crença na imortalidade e continuidade da alma, permite-lhe olhar para o seu corpo como uma forma temporária de ele se manifestar neste plano da existência. Quando o corpo de S1, deixar de reunir as condições necessárias para viver neste plano da existência, S1 assume que irá partir para uma outra realidade que o transcende.</p>	
<p>19. A consciência da finitude possuiu o efeito de me transmitir a ideia de que tudo é perecível, que passa e é transitório e que temos de aproveitar a vida aqui com consciência, para o auto-conhecimento, para estudarmos os outros, reflectirmos sobre as nossas falhas, incertezas e inseguranças.</p>	<p>19. A tomada de consciência da finitude para S1, permitiu-lhe começar a perspectivar o mundo e a existência como perecíveis, passageiros e transitórios, sendo particularmente importante aproveitar com consciência o tempo da existência disponível. S1 afirma que as formas de aproveitar este tempo com consciência passam por conhecer-se a si mesmo, compreender os outros, reflectir sobre as falhas de carácter e inseguranças.</p>	<p>19. A tomada de consciência da finitude permitiu que S1 reflectisse e mudasse a sua perspectiva da existência, passando a assumir a importância de alterar o significado da sua relação com o mundo e as pessoas.</p>

<p>20. É também essencial saber perdoar pois estamos todos diariamente a lidar com contrariedades e injustiças nas relações com os outros e devemos aprender a tornarmos-nos mais espectadores, vendo as coisas com uma certa distância, para nos irmos desligando. Tenho de me perdoar a mim primeiro e às minhas falhas, pois só assim é que posso perdoar os outros, mas isso é difícil, é uma busca continua e permanente.</p>	<p>20. S1 dá especial relevo à capacidade de saber perdoar, confessando que existem diariamente contrariedades e injustiças nas relações com os outros e a forma que S1 escolheu para lidar com elas, foi a de se tornar mais distante, desligando-se gradualmente da sua relação com a existência. S1 assume que continua a tentar perdoar-se a si próprio pelas suas falhas nas relações, antes de conseguir perdoar os outros.</p>	<p>20-21. Devido às contrariedades, injustiças e falhas percebidas por S1 nas suas anteriores relações com os outros, S1 destaca a importância de aprender a perdoar-se a si próprio, para depois perdoar os outros. S1 confessa que como resultado da consciência da finitude, escolheu tornar-se mais distante nas relações com os outros e com o mundo, com o intuito de se desligar emocionalmente desta existência de forma mais fácil e obter uma maior serenidade no momento da morte.</p>
<p>21. Com a consciência da finitude eu vou-me desligando aos poucos das coisas que me rodeiam, em vez de ser actor passei a ser mais espectador, cada vez mais quero ser mais espectador do que autor. Assim, no momento da morte, posso estar desligado emocionalmente e fisicamente de todos os momentos que passei nesta realidade, para quando for a nossa partida eu possa estar em paz comigo, com os outros e com o mundo, fechar a porta e dizer "goodbye".</p>	<p>21. Na opinião de S1, a consciência da sua finitude permitiu que ele se desligá-se do mundo à sua volta, de modo a que o momento da sua morte seja vivido com maior serenidade. S1 assume que o desligamento emocional e físico em relação a esta existência, vai facilitar o seu processo da morte.</p>	
<p>22. Para além disto, no momento da finitude física ou a morte física do corpo, será um dos poucos momentos da existência onde a pessoa está completamente só, consigo própria e onde teremos de responder perante tudo aquilo que fizemos, não fizemos como se fosse um sumário desta estadia, daquilo que se passou.</p>	<p>22. S1 conclui que o momento físico da experiência da morte, é perspectivado como uma vivência de solidão. S1 afirma que nessa altura, cada consciência irá ter de se confrontar com tudo aquilo que realizou e não realizou ao longo da existência.</p>	<p>22. S1 refere que a experiência do morrer, será um momento de solidão dado que a sua consciência terá de se confrontar com aquilo que alcançou assim como o que não alcançou nesta existência.</p>

Sujeito 2

Unidades de Sentido

Expressões Psicologicamente Sensíveis

Estrutura Geral de Significado

<p>1. Entrevistador: Por favor descreva-me uma experiência durante a fase do envelhecimento, onde tenha tido consciência da sua finitude?</p> <p>Sujeito 2: Nesta fase do envelhecimento eu penso muito mais vezes na morte e tenho mais consciência da minha finitude, principalmente através dos meus achaques e das minhas doenças, pois quando me sinto mal fisicamente eu assumo que isso faz parte do meu fim ou seja, há medida que eu avanço na minha idade e o fim se aproxima, o corpo vai dando de si.</p>	<p>1. Em resposta à questão do entrevistador, o Sujeito 2 (S2) alega que a consciência da finitude surge principalmente nas alturas em que se sente mal fisicamente. Este mal estar físico, é entendido por S2 como uma consequência da fase final da vida e uma antecipação do fim da existência, onde há medida que o tempo avança o corpo vai começando a deixar de funcionar nas melhores condições.</p>	<p>1. S2 assume que a tomada de consciência da finitude está associada à consciência do corpo, em especial aos momentos onde o seu corpo causa um mal-estar físico. Para S2, as experiências de mal-estar corporal, representam as confirmações de que com a passagem do tempo, o seu corpo irá deixar de funcionar e a sua existência chegará eventualmente ao fim.</p>
<p>2. No entanto, a primeira vez que eu embati com a minha finitude, deu-se quando eu ainda não tinha chegado aos 40 anos, através de uma inesperada reacção alérgica muito grande a um medicamento. Nessa altura, senti-me extremamente mal e sentia que ia efectivamente morrer e, devido a esta experiência ganhei um intenso receio e medo da morte.</p>	<p>2. O primeiro momento significativo em que S2 se confrontou com a finitude, deu-se antes de fazer 40 anos de idade, numa altura em que após uma operação sofreu uma inesperada reacção alérgica a um medicamento. Durante essa experiência-limite, S2 chegou a acreditar que não iria sobreviver e desenvolveu desde então, um intenso medo da morte.</p>	<p>2. S2 refere a existência de um momento concreto que antecedeu a fase do envelhecimento, a partir do qual tomou consciência da finitude pela primeira vez. Nesse momento, S2 passou por uma experiência-limite inesperada que o colocou em perigo de vida e que posteriormente, acabou por lhe desenvolver um intenso medo da morte.</p>
<p>3. Depois dessa fase eu nunca mais voltei a pensar nela, até começar a envelhecer e especialmente a sentir-me mais frágil. Comecei então a pensar muito na morte e isso perdura até hoje.</p>	<p>3. S2 afirma que voltou a pensar mais frequentemente no assunto da morte, a partir do momento em que começou a envelhecer e a sentir-se mais fragilizada devido a essa fase de vida.</p>	<p>3-4. S2 afirma que voltou a reflectir sobre a finitude quando entrou na fase do envelhecimento e a sentir-se consequentemente mais frágil. S2 atribui à finitude, o sentido do término da existência e dos seus momentos de prazer.</p>
<p>4. Para mim, a morte representa o fim do meu prazer, do meu viver.</p>	<p>4. Para S2 a morte representa o fim dos seus momentos de prazer e da sua experiência de viver.</p>	
<p>5. A experiência que tive aos 40 anos, fez-me reflectir e ter a sensação que eu não tinha aproveitado bem o tempo que estava a viver e a partir daí, tracei um novo propósito para a minha vida. Disse para mim que iria dar mais importância às pessoas mas também a todos os seres vivos ou a tudo o que fosse vivo.</p>	<p>5. A experiência-limite que S2 passou aos 40 anos, permitiu reflectir sobre a sua vida e aperceber-se que não tinha aproveitado significativamente o tempo até então. S2 afirma que após essa reflexão, delineou um novo objectivo de vida que passava por atribuir mais importância às pessoas e aos seres vivos à sua volta.</p>	<p>5. A consciência da finitude permitiu que S2 reflectisse e mudasse a sua perspectiva da existência assim como o significado da relação com o mundo e as pessoas.</p>
<p>6. Eu senti que estava a viver a vida como um cão por "vindima vindimada". Aquela experiência deu-me a noção que eu devia ser melhor no relacionamento com as pessoas e de que a vida seja ela humana ou não humana é muito, muito importante, pois nunca se pode regressar à mesma vida ou ao mesmo momento.</p>	<p>6. S2 assume que essa experiência o fez reflectir sobre a sua forma de estar e começou a ter vontade de melhorar o relacionamento com os outros, ao mesmo tempo que se apercebeu da importância da vida e do facto de todos os momentos serem irrepetíveis.</p>	<p>6-7. Através dessa experiência S2 passou a desejar um melhoramento do relacionamento com os outros de forma a lhes proporcionar momentos e experiências de bem-estar. S1 ganhou também consciência de que todos os momentos da existência são irrepetíveis.</p>
<p>7. A partir daí, comecei a ouvir mais as pessoas e acho que me tornei uma pessoa melhor...não no sentido religioso, de pensar que vou morrer e tenho lá um Deus à minha espera que me vai dizer o que é que fizeste da tua vida ou como é que a aproveitaste?...mas sim no sentido de que a vida é uma coisa irrepetível e que tenho de fazer da vida alguma coisa...de proporcionar mais "bem-estar" a todos os que me rodeiam e àqueles que eu encontrasse pelo caminho, inclusive as plantas e aos animais, aos seres vivos.</p>	<p>7. Para S2, parte dessa melhoria do relacionamento com os outros passou por aprender a escutar melhor os outros. O facto de S2 se aperceber que a vida e os seus momentos são irrepetíveis, fê-lo começar a querer viver o tempo de vida de uma forma mais significativa, procurando proporcionar um bem-estar à sua volta que fosse dirigido a todas as formas de vida.</p>	

<p>8. Neste aspecto, essa experiência foi positiva, tornando-me numa pessoa mais generosa, alias eu era uma pessoa generosa mas era de uma forma inconsciente, talvez inata, e depois comecei a fazer um esforço de melhorar e de ir eu à procura das necessidades das pessoas em vez de ficar à espera, comecei a ser eu a adiantar-me às solicitações, a adiantar-me aquilo que uma pessoa precisasse e eu pudesse ajudar.</p>	<p>8. S2 considera que essa experiência-limite possuiu um efeito positivo que foi o facto de a transformar numa pessoa mais generosa. S2 afirma que a sua generosidade se tornou muito mais consciente e adoptou uma postura mais activa na procura de relação com os outros.</p>	<p>8-9. S2 alega que a consciência da finitude a tornou mais sensível ao sofrimento alheio e isso veio a transformar a sua forma de estar, passando de uma pessoa mais egocêntrica para outra mais altruísta. S2 começou então a adoptar o projecto de ajudar activamente a minorar esse sofrimento e a cuidar dos outros à sua volta.</p>
<p>9. Esta experiência tornou-me mais consciente de que havia muito sofrimento à minha volta e que eu tinha de participar a ajudar a minorar o sofrimento, ou pelo menos a ser mais simpática, mais participativa e menos indiferente com aquilo que se passava à minha volta, em vez de me preocupar só com o trabalho, com o viver para os meus, etc. à semelhança daquela frase de não ser uma pessoa só do meu país mas do mundo, querer estar mais aberta a isso.</p>	<p>9.S2 alega que a partir desta experiência ele se tornou mais sensível para com o sofrimento existente à sua volta e começou a manifestar vontade de ajudar a minorar esses sofrimento. S2 afirma que deixou de se centrar somente em assuntos pessoais e de ser indiferente em relação ao mundo à sua volta, procurando tornar-se numa pessoa mais participativa e simpática.</p>	
<p>10. Por outro lado, esta experiência deu-me um terrível medo da morte, sobretudo daquilo que me pudesse levar para a morte como, por exemplo os medicamentos. Ganhei mesmo um receio terrível de tomar medicamentos e do sofrimento físico que daí poderia vir. Por exemplo, olhava para os medicamentos e se suspeitasse que um deles me pudesse causar sofrimento ou dor física, eu ficava com um medo terrível.</p>	<p>10. A experiência-limite também teve um efeito negativo que foi o de provocar um imenso medo da morte assim como de tudo o que poderia levar à morte, como por exemplo os medicamentos. S2 refere ainda que este medo da morte, relacionava-se especialmente com o sofrimentos físico que daí poderia advir.</p>	<p>10. A experiência de S2 também acabou por produzir um intenso medo não só da morte como de tudo o que a ela poderia levar e em especial, ao sofrimento físico que daí poderia advir.</p>
<p>11. É certo que também passei na minha vida por uma separação muito traumática e houve uma altura em que eu me senti muito desesperada, estando sob o efeito dos medicamentos e de vez em quando, pensava na morte ou em tomar os medicamentos pois sentia que não era possível viver naquela situação, mas eu só não os tomei porque o medo físico da morte fez-me recuar.</p>	<p>11. S2 refere que houve outra experiência traumática na sua vida que foi a sua separação. Essa experiência provocou um imenso estado de desespero em S2, levando-a a pensar no suicídio por sentir que era impossível lidar com a sua situação. Para S2, a única coisa que a impediu de cometer o acto de suicídio, foi o medo do sofrimento físico que a morte poderia provocar.</p>	<p>11-13. S2 menciona a existência de outra experiência que contribuiu para a consciência da finitude e que foi a sua separação conjugal. A angústia e o desespero causado por essa experiência fê-lo contemplar a ideia de cometer suicídio e de se aproximar da morte, mas o receio desse acto lhe causar sofrimento físico, acabou por fazê-lo recuar. S2 afirma que o receio do aspecto físico da morte foi crescendo gradualmente após esta experiência mas confessa não recuar o aspecto metafísico da morte.</p>
<p>12. Até parece que me tornei uma pessoa covarde, não no sentido de ter medo do que está para além da morte, como se fosse parar ao inferno ou enfrentar um Deus, não é o seu aspecto religioso, mas sim do aspecto físico da morte, é isso que me incomoda.</p>	<p>12. S2 afirma que se tornou uma pessoa covarde em relação ao aspecto físico da morte, não receando no entanto, o seu aspecto religioso ou metafísico.</p>	
<p>13. A tomada de consciência deste imenso medo não surgiu de uma forma imediata, foi surgindo com o passar do tempo após aquela experiência.</p>	<p>13. S2 alega que o seu medo físico em relação à morte não surgiu imediatamente após a experiência-limite, mas foi algo que cresceu gradualmente.</p>	
<p>14. Mas hoje também tenho a noção que morrer, é sinónimo de deixar de ter todos os nossos prazeres, mesmo que nesta idade, a vida não nos dê grandes prazeres loucos ou umas coisas assim, mas no dia-a-dia há ainda alguns prazeres como o fazer uma compra, conversar com um amigo, fazer um passatempo como ler um bom livro e ver um bom filme, tomar um café.</p>	<p>14. S2 considera que a finitude implica o abandono de todas as actividades que lhe dão prazer.</p>	<p>14-15. S2 sente que a morte lhe causa dois tipos de angústia, onde a primeiro está relacionada com o abandono e eventual fim desta existência, enquanto o outro remete para o sofrimento físico da experiência do morrer.</p>

<p>15. Mas o deixar de viver é uma coisa que a morte me vai cortar....e além desse sofrimento, custa-me pensar naqueles momentos finais que a morte me vai trazer.</p>	<p>15. Para S2, a morte causa-lhe dois tipos de angústia e de sofrimento que são por um lado, o corte com a experiência do viver e por outro lado, a antecipação dos possíveis momentos finais de sofrimento físico.</p>	
<p>16. Até pode ser uma morte em que eu me deito na cama e pronto, dá-me um "Ai" e volto-me para o lado ou fico na mesma e morro. Quando dizem que teve uma "morte santa" eu pergunto-me o que é isso de uma "morte santa"? Lembro-me que a minha mãe me disse que o meu pai teve uma "morte Santa", que morreu na cama junto com a minha mãe e ela nem deu por isso. Eu tinha 4 anos e sempre ouvi dizer que quando a minha mãe acordou, ela viu que ele estava morto, mas eu pergunto-me quem é que sabe que ele não terá sofrido naqueles breves instantes...? ninguém sabe.</p>	<p>16. S2 alega a possibilidade de poder vir-a-morrer de forma branda ou suave, naquilo que se conhece por "morte santa". S2 evoca um momento da sua vida quando tinha 4 anos, onde ouviu a sua mãe pronunciar-se sobre a morte do seu pai, alegando que ele não tinha sofrido e que tinha falecido durante o sono. S2 questiona-se sobre o facto de ninguém saber verdadeiramente avaliar se o seu pai sofreu ou não nessa altura.</p>	<p>16. S2 demonstra incerteza em relação ao facto de não saber se terá uma morte serena ou uma morte com sofrimento.</p>
<p>17. Para além disso eu vi muita gente morrer ao longo da minha vida profissional pois trabalhei num Hospital,...a experiência que eu tenho de ver outras pessoas morrer foi a de testemunhar sempre mortes muito, muito dolorosas, principalmente nas pessoas que estavam conscientes, pois aquelas que eu recebia em coma eu não sei o que elas estavam a sentir.</p>	<p>17. S2 afirma que durante a sua vida profissional trabalhou num hospital e assistiu à morte de muitas pessoas. S2 diz que as mortes que testemunhou no seu local de trabalho foram percebidas como muito dolorosas, especialmente nos casos das pessoas que possuíam as suas capacidades da consciência funcionais.</p>	<p>17-18. A vida profissional de S2 confrontou-o diariamente com o testemunho da morte de outros e na grande maioria, S2 percebeu mortes dolorosas, especialmente nos casos onde as pessoas mantinham as capacidades da consciência intactas e se apercebiam da proximidade da morte. S2 refere ainda que nesses casos, as pessoas lhe imploravam para ele as salvar da morte e lhe confessavam que não estavam preparadas para morrer, sendo que S2 receia que o mesmo tipo de conflitos internos e de sofrimento, lhe venha a acontecer no futuro.</p>
<p>18. Assim, as pessoas que estavam conscientes e se aperceberam que iam morrer, tiveram todas, e foram muitas, um final doloroso. Agarravam-se a minha mão e diziam-me "não me deixe morrer" e "eu não quero morrer" e tinham faces e expressões muito alteradas, com um sofrimento incrível e portanto, isso a mim aterra-me imenso que me possa acontecer igualmente...</p>	<p>18. S2 relata através da sua experiência profissional que as pessoas que apresentavam estados de consciência normais e se apercebiam da proximidade da sua morte, acabaram por ter momentos finais muito dolorosos. S2 assistiu muitas pessoas que imploravam-lhe de uma forma sofrida para não as deixar morrer e de que não desejavam morrer e devido a esses momentos, S2 receia que o mesmo lhe possa acontecer.</p>	
<p>19. O sofrimento ridículo daquelas pessoas, era um sofrimento físico mas também a outro nível pois elas não queriam deixar a sua vida e a sua família, a sua gente, os seus prazeres, o viver e partir para onde quer que seja. Não é uma questão religiosa mas uma questão de deixarem de viver e do sofrimento de estar a morrer.</p>	<p>19. S2 considera que o sofrimento que testemunhou nos outros era um sofrimento de nível físico mas também existencial, dado que as pessoas não queriam abdicar da sua vida, das suas relações com os outros e dos seus prazeres. Para S2, este sofrimento não era uma questão religiosa, no sentido de partir para outro lugar após a morte, mas uma questão de ter obrigatoriamente de deixar de viver e de existir.</p>	<p>19. Estas referências e experiências passadas contribuiriam para S1 considerar que esse sofrimento se passava não só ao nível físico como ao nível existencial. S2 refere que o sofrimento das pessoas não era dirigido ao aspecto metafísico da morte mas sim à impotência das pessoas devido ao facto de elas terem de abandonar a existência contra a sua vontade.</p>
<p>20. Eu tenho isso muito presente em mim, vem-me muito à memória elas agarradas à minha mão a dizerem não me deixe morrer, sem qualquer serenidade. E, apesar de me custar deixar de viver, se eu soubesses que iria morrer serenamente, eu já aceitaria isso melhor. Eu tenho consciência e aceito que a minha etapa, a minha maratona está quase ou pelo menos já está mais perto do fim, mas ninguém me garante que vai ser com serenidade.</p>	<p>20. S2 alega que estas experiências continuam muito presentes na sua consciência e que as pessoas que lhe imploravam para não as deixar morrer, não apresentavam qualquer serenidade. S2 confessa que o ter de deixar de viver é um processo de difícil aceitação, mas seria mais bem vivido se tivesse a garantia de que iria morrer com serenidade. Embora S2 se aperceba que a sua existência está mais perto do fim, ela não tem qualquer garantia de que esse fim será vivido de forma sereno.</p>	<p>20. S2 afirma que a memória destas referências continua presente, em especial a evidência da falta de serenidade das pessoas que estavam prestes a falecer. S2 confessa que o processo de abandonar a existência é de difícil aceitação, em especial por não possuir qualquer certeza que lhe garanta uma morte serena.</p>

<p>21. Em relação a essas coisas do Lavoisier, onde ele diz que não existe a morte e que tudo se transforma, eu pergunto-me mas que vida é essa..? Já vii que é de cavalo para burro...isso aterra-me imenso, eu ser um ser humano que tem a presunção de ser superior a um verme mas depois sermos comida para os vermes. Vamos ser enterrados, transformamos-nos como diz o Lavoisier e depois vão os vermezinhas comer-nos...então, mas que estranha forma de vida é essa..? é por isso que eu acho que é de cavalo para burro....</p>	<p>21. S2 questiona a frase de Lavoisier que refere que “na natureza nada se cria, nada se perde, tudo se transforma”. S2 refere que após a morte o nosso corpo será devorado pelos vermes e que esta nova forma de vida é estranha e inferior em relação à forma de vida anterior.</p>	<p>21-23. S2 refere que após a morte o seu corpo será decomposto mas acredita que existe uma essência no seu “Ser” que transcende a matéria e que continuará a existir num outro plano de existência. Apesar desta crença, S2 manifesta a sua dúvida por nunca ter conhecido ou vivenciado este outro plano existencial, admitindo que este tipo de questões metafísicas e espirituais a deixam com uma sensação angustiante de incerteza por não ter qualquer resposta concreta sobre o assunto.</p>
<p>22. Depois, no aspecto religioso eu penso então “mas o que fica é o corpo...o que vai para os vermes é o corpo” mas há uma alma...há alguma coisa que nos transcende e que vai para outro sítio mas onde é que é esse sítio? onde é que isso para? onde é que isso está...?</p>	<p>22. S2 reformula a questão afirmando que por um lado, o corpo físico será decomposto pelos vermes após a morte, mas por outro lado, existe também uma alma ou algo que transcende a matéria e que sobrevive após a morte, passando inclusive a habitar um outro espaço existencial. S2, questiona-se sobre a existência desse espaço existencial dado nunca o ter encontrado ou experimentado.</p>	
<p>23. Aí provavelmente vou dar contas a Deus, ao que eu fiz da minha vida, mas isso não me assusta muito, é divagar...como disse no princípio não é uma coisa definida, é um nada, são pensamentos e ideias acerca da morte. Eu não sei se a morte tem uma resposta concreta e isso deixa-me com um desgosto muito grande pois estou sempre a questionar-me afinal, porque é que todos nós passamos cá?, porque é que vivemos? Será uma forma de purificação para dar contas a Deus? ...então muito bem, isso é o aspecto religioso</p>	<p>23. S2 afirma que as reflexões de cariz religioso sobre a morte e a existência de Deus, são consideradas como divagações, pensamentos e ideias semelhantes à descrição de um “nada”. S2 refere que a indefinição e incerteza sobre a morte o deixam angustiado por não obter nenhuma resposta concreta e por fazer surgir novas questões religiosas sobre o sentido da vida.</p>	
<p>24. ...mas em relação ao aspecto físico eu só me lembro daquela definição que aprendi no Liceu, onde todo o ser vivo, nasce, cresce, reproduz-se e morre, e por isso penso para mim, Será este o sentido da vida?... qual será a nossa importância e o que deixou no mundo? É deixar cá outros seres?</p>	<p>24. Para S2, o aspecto físico da morte está associado a uma célebre descrição aprendida na Escola Secundária e que refere que todo o ser vivo nasce, cresce, reproduz-se e morre. S2 questiona se será este o verdadeiro sentido da vida e se a nossa importância como seres passa por deixar cá algo no mundo, ou deixar cá outros seres.</p>	<p>24-27. S2 considera que o aspecto físico e funcional da existência não são suficientes para atribuir sentido à vida, dado que para S2 é importante deixar uma boa recordação para os outros antes de morrer. S2 admite a sua angustia por considerar que desperdiçou muito tempo na sua existência e nesse sentido, procura aproveitar da melhor maneira as oportunidades que ainda dispõe.</p>
<p>25. Dessa forma eu procuro ter alguma importância e deixar cá uma memória ou fazer algo cá de significativo. Eu compreendo que quando se faz uma homenagem a um morto e se levas flores ou dá uma condecoração póstuma, não vai ser o morto a usufruir disso mas sim a memória daquela pessoa, o trabalho e a obra que aquela pessoa deixou</p>	<p>25. S2 refere que procura realizar algo de significativo na sua existência, de forma a deixar cá uma memória importante. S2 adiciona que durante as condecorações póstumas, o falecido nunca usufrui das mesmas, pois elas são dirigidas às memórias, ao trabalho e à obra dessa pessoa.</p>	
<p>26. ...assim custa-me muito pensar que sou um “zé-ninguém” porque não deixei cá nenhuma memória pois não aproveitei bem a vida e tento agarrar-me aquilo que ainda me resta e dizer assim, “Bem, eu também gostava de deixar algo cá e receber uma condecoração, ou as pessoas ficarem cá a pensar em mim depois da minha morte, deixar alguma coisa boa que eu tivesse feito”</p>	<p>26. S2 confessa que sente alguma angústia ao pensar que não aproveitou bem a sua existência ou ao não deixar cá nenhuma memória importante. Segundo S2, é esta angústia que o faz querer dedicar-se aquilo que a existência ainda lhe oferece, de forma a deixar cá uma boa imagem e memória após a sua morte.</p>	

<p>27. Sei que é um pouco de vaidade mas queria que mesmo aqueles que pensam mal de mim, me pudessem reconhecer sem hipocrisia, como uma pessoa que lhes deixou uma boa lembrança, porque eu vou acabar, porque eu acabei e vou ser nada..a minha morte é o fim de tudo e se não for a boa memória que eu deixo cá, então não há sentido nenhum para a vida. Mas tem piada que quem fez mal também deixa cá memória mas eu não penso em fazer mal, pois intrinsecamente acho que sou uma pessoa boa, se fizer mal é involuntariamente.</p>	<p>27. S2 admite o desejo de deixar uma boa imagem de si, inclusive para as pessoas que a consideram de uma forma negativa, dado que após a sua morte, ele e tudo o que se relaciona com ele, irá acabar e tornar-se num nada. S2 considera que a morte será o fim de tudo e por essa razão, a única coisa que dá sentido à sua vida é o de deixar cá uma boa memória. S2 refere ainda que as pessoas que praticam más acções durante a existência também deixam cá memória e que ele não pretende praticar más acções por considerar-se uma pessoa intrinsecamente boa, uma pessoa que não pratica más acções de forma intencional.</p>	
<p>28. Dá-me algum pesar, não poder voltar à adolescência, à minha juventude, de não ter mais tempo, pois dá-me a ideia de eu estar numa maratona mas onde perdi muito tempo no princípio, não aproveitei e que afinal, quando era jovem é que podia ter uma melhor <i>performance</i> e agora, velhota, já não a consigo alcançar e vou perder esta maratona chegando com muitas horas de atraso em relação àquilo que tinha sido proposto ou suposto conseguir.</p>	<p>28. S2 confessa alguma culpa e ressentimento por não ser possível regressar à sua adolescência e juventude, de forma a dispor de mais tempo. S2 compara a sua experiência actual na existência como uma maratona onde foi desperdiçado muito tempo no princípio, pois na altura em que ele era jovem haviam muito mais condições para alcançar realizações significativas do que existem agora como geronte. S2 confessa que a sua maratona irá chegar ao fim e que ele vai chegar com muitas horas de atraso em relação ao projecto que pretendia.</p>	<p>28-29. S2 afirma a impossibilidade de puder voltar atrás no tempo de forma a ter condições mais favoráveis que permitissem realizar projectos que hoje em dia, devido às condições do envelhecimento já não são possíveis. S2 admite que esta culpa o motiva a aproveitar o tempo que resta, de maneira a melhorar os relacionamentos com os outros.</p>
<p>29. Neste espaço de tempo que me resta, eu quero fazer tudo ou melhorar pois perdi muito tempo na altura, quando podia fazer as coisas com mais tempo e mais descansadamente. Isto é, no aspecto de melhorar a minha vida e a vida dos outros que me rodeiam.</p>	<p>29. S2 afirma que a consciência de ter desperdiçado não só o tempo como a oportunidade de efectuar projectos existenciais de forma mais descansada, impulsionam-no agora para melhorar a sua vida e a dos outros no espaço de tempo que lhe resta.</p>	
<p>30. A marca daquela experiência má foi muito forte para mim, mas mesmo que eu não tivesse tido essa experiência há anos atrás, eu sei que com o passar do tempo e da idade, eu tomaria consciência de que a vida é extremamente importante e de que eu não a aproveitei na sua plenitude, aliás, eu acho que não há ninguém que a consiga aproveitar na sua plenitude, mas pelo menos deve-se aproveitar o máximo daquilo que eu seria capaz, ou o máximo das minhas possibilidades pois tenho a impressão que nem sequer o médio fiz, não a aproveitei suficientemente. Houve muitas coisas que eu não fiz ou não vi e que nesta idade já não é possível fazer.</p>	<p>30. S2 afirma que a sua desagradável experiência-limite lhe deixou marcas intensas, mas levanta a suposição de que se tal experiência não tivesse ocorrido ele iria, através do passar do tempo e da idade, tomar na mesma consciência da importância da existência e do facto de ele não a ter aproveitado na sua plenitude. S2 adiciona que ninguém consegue aproveitar a vida na sua plenitude mas que devem aproveitá-la no máximo das suas capacidades e possibilidades. Na sua opinião, S2 afirma que nem sequer atingiu o nível mediano de aproveitamento da sua existência e que nesta altura, muitas das coisas que ficaram por fazer já não são realizáveis.</p>	<p>30-31. S2 admite que a tomada de consciência da finitude lhe fez atribuir um nova importância à sua existência e à forma como a aproveita, salientando o facto de muitas vezes ser tarde de mais para realizar determinados projectos devido às limitações do seu envelhecimento. A consciência da finitude para S2 representa a diminuição de oportunidades para se tornar mais aberto e tolerante com o mundo e a existência.</p>
<p>31. O que a morte significa para mim e o tempo respectivo é que eu não aproveitei bem o que a vida me proporcionou, não só para os outros como para mim própria, não no sentido de ter uma vida boémia mas pelo menos não viver tão fechada, ser mais compreensiva, mais simpática e muito mais tolerante.</p>	<p>31. Para S2, a finitude representa o não aproveitamento das oportunidades que a existência lhe proporcionou, não só em relação aos outros como em relação a si próprio. S2 alega que esse aproveitamento não tem a ver com a vivência de uma existência desregrada mas sim com uma maior abertura perante o mundo, numa atitude mais compreensiva, simpática e tolerante.</p>	

<p>32. Esta nova fase deu-me uma maior abertura e tolerância que eu nunca pensei alcançar, pois fui educada num colégio com regras e normas muito rígidas e que se tinham de seguir. Antes quase que não podia sorrir em relação à maneira de ser de alguém...foi a própria idade, o envelhecimento e o facto de estar mais perto do fim, a fazer-me compreender que nós não somos todos iguais, cada um tem a sua maneira de ser e cada um pode vivê-la como quer sem que prejudique os outros,.. temos de ser abertos a isso, a deixar as pessoas serem como são.</p>	<p>32. De acordo com S2, esta consciência permitiu-lhe oferecer, inesperadamente, uma maior abertura e tolerância dado que grande parte da sua educação foi realizada num colégio com regras muito rígidas. S2 relembra as alturas onde sentia que estava impedida de demonstrar qualquer sentido de humor em relação à maneira de ser de alguém. Para S2, foi graças à sua idade, ao seu envelhecimento e à consciência da finitude que passou a compreender as diferenças nas maneiras de ser das pessoas e no direito em cada uma ser como é, sem que isso prejudique os outros. S2 afirma que é importante estar aberto a isso e a deixar as pessoas serem como são.</p>	<p>32-33. S2 considera que a consciência da finitude o fez tornar-se mais aberto perante ele próprio e mais tolerante perante as diferentes maneiras de cada pessoa se expressar sem que isso prejudique terceiros. S2 revela algum ressentimento por não ter sido educado a ser mais autêntico com ele próprio e a tolerar a variedade da existência.</p>
<p>33. Eu tenho pena de não ter sido educada a ser eu própria. Embora na velhice os defeitos fiquem atenuados, há também qualidades que vem ao de cima e exemplo disso é eu ter aprendido a ser tolerante. Para mim a riqueza é a vida ser pluridiferente.</p>	<p>33. S2 confessa algum desapontamento por nunca ter sido educada a ser mais autêntica com ela própria. Para S2, a experiência da velhice faz atenuar alguns dos defeitos da pessoa mas também as suas qualidades e no caso de S2, ele aprendeu a ser mais tolerante. S2 considera que a riqueza da vida está na sua variedade.</p>	
<p>34. Para concluir, eu sinto-me na recta final um pouco cansada e sabendo que vou perder, mas penso também como será a minha morte, se será horrível como a daquelas pessoas que testemunhei e que se agarravam à minha mão em grande sofrimento, ou se vai ser como aquela canção francesa que eu ouvi, de assistir à morte de uma mãe com grande serenidade e que tinha cumprido o seu dever na vida.</p>	<p>34. S2 conclui que se sente na última etapa da sua existência com algum cansaço e com uma perspectiva de perda, antecipando ao mesmo tempo como será a sua morte. S2 coloca a possibilidade da sua morte ser de um grande sofrimento semelhante aquele que testemunhou na sua vida profissional ou de ser uma morte serena com o sentimento de dever cumprido.</p>	<p>34-35. S2 revela que enfrenta a sua última fase da vida com um sentimento de cansaço e uma perspectiva de perda, manifestando também o seu medo e incerteza por não saber se irá morrer com serenidade ou com o mesmo tipo de sofrimento que testemunhou nos outros durante a sua vida profissional. S2 afirma que a sua vontade é a de falecer com serenidade e sentimento de dever cumprido, deixando também uma recordação positiva de si nos outros.</p>
<p>35. É assim que eu desejo morrer, com esta serenidade, paz e com a sensação de dever cumprido, de que no fundo jamais morrerei na memória das pessoas, mas o problema é que nunca vi ninguém morrer assim, bem pelo contrário, assisti a pessoas e experiência bem aterrorizantes.</p>	<p>35. S2 confessa que o seu desejo em relação ao momento da morte é o de falecer com serenidade, paz, sentimento de dever cumprido e a noção de que nunca morrerá na memória das pessoas, embora ao mesmo tempo confesse que pelo contrário, só tenha testemunhado mortes assustadoras.</p>	

Sujeito 3

Unidades de Sentido

Expressões Psicologicamente Sensíveis

Estrutura Geral de Significado

<p>1. Entrevistador: Por favor descreva-me uma experiência, durante a fase do envelhecimento, onde tenha tido consciência da sua finitude? Sujeito 3: Eu só há bem pouco tempo é que me apercebi que tenho pouco tempo de vida pela frente.</p>	<p>1. S3 responde à pergunta do entrevistador afirmando que só recentemente é que tomou consciência de que lhe resta pouco tempo de vida.</p>	<p>1-2. S3 alega que tomou consciência da finitude recentemente e com isso, a sua noção do tempo disponível na existência ganhou um novo significado. S3 assume que o tempo disponível passou a ser mais importante pelo facto de ser cada vez mais curto.</p>
<p>2. Ter dez anos de vida pela frente é o mesmo para mim do que ter 10 minutos, podem achar que é muito mas para mim não. O tempo parece curto porque eu gosto da vida e consigo apreciá-la, com todos os defeitos que ela possa ter.</p>	<p>2. S3 afirma que para ele, ter 10 anos de vida pela frente é equivalente a ter 10 minutos. S3 refere que o facto de ele apreciar muito a vida faz com que o tempo disponível na sua existência seja sentido como muito breve.</p>	
<p>3. O momento mais marcante que me fez pensar na finitude, aconteceu com o meu ex-marido que não prestou como pessoa, e ao fim de uma vida inteira com ele de 35 anos, ele colocou uma camioneta á frente da casa e levou-me tudo.</p>	<p>3. S3 refere que o momento significativo que a fez começar a pensar na finitude aconteceu após o seu divórcio, numa altura em que o seu conjugue resolveu levar todo o recheio da casa, sem avisar previamente.</p>	<p>3. S3 aponta a sua separação conjugal como o momento significativo da consciência da finitude, onde S3 testemunhou a inesperada e angustiante experiência da perda de todos os bens do seu domicílio, efectuada por parte do seu ex-conjugue.</p>
<p>4. Tive um desgosto indescritível, não sou capaz de dizer o que senti, o que tive ou não tive, pensei que este homem afinal era louco e disse-lhe que ele haveria de ter um final desgraçado e há 7 anos atrás ele suicidou-se. Eu queria que ele pagasse mas não com um final destes tão desastrosos.</p>	<p>4. S3 alega que sentiu um enorme desgosto pelo sucedido e começou a duvidar da sanidade mental do seu ex-conjugue. S3 aponta que na altura manifestou desejos de ódio e de vingança para com o seu ex-conjugue e uns anos depois este último acabou por cometer suicídio. S3 confessa que a sua intenção era que o ex-conjugue pagasse pelos seus actos mas nunca da maneira como tudo se sucedeu.</p>	<p>4. S3 revela que a partir daí, passou a desconfiar da sanidade mental do seu ex-conjugue e a nutrir sentimentos de raiva e de vingança perante o mesmo. Mais tarde o seu ex-conjugue cometeu o acto de suicídio e S3 começou a sentir-se culpado nomeadamente em relação ao facto de ter sentido desejos de vingança perante o mesmo.</p>
<p>5. Aquela morte foi-lhe proporcionada pois ele tinha diabetes e foi operado e perdeu uma perna, depois tinha que tirar outra e decidiu tomar uns comprimidos e matou-se.</p>	<p>5. S3 refere que o seu ex-conjugue foi auxiliado por outras pessoas no suicídio pois este último sofria de uma doença crónica. S3 afirma que devido a essa doença, o seu ex-conjugue teve de amputar uma perna e na altura em que estava para amputar a segunda perna, tomou comprimidos e cometeu suicídio.</p>	<p>5-6. S3 revela que o sofrimento devido à doença crónica do seu ex-conjugue, foi a principal causa para o acto de suicídio, no entanto, S3 desaprova o acto por considerar que a vida pertence a uma entidade divina superior e só as pessoas de mau carácter é que cometem este tipo de actos onde destroem e desperdiçam a própria existência.</p>
<p>6. Eu reflecti muito sobre isto, a pensar que ele errou no que fez, como é que ele foi capaz de fazer isto à sua vida? Destruí-la sem jeito nenhum, deixando cá tudo..?! Deus trouxe-nos cá e devemos viver a vida e não fazer mal a ninguém, ou desperdiçá-la, só as pessoas de maldade é que pensam por fim à sua própria vida ou estragam a sua vida.</p>	<p>6. S3 afirma a sua desaprovação pelo acto do ex-conjugue em destruir e desperdiçar a sua própria vida. S3 considera que só as pessoas de mau carácter é que cometem este tipo de actos pois para S3, é Deus que nos dá a vida sendo nossa obrigação vivê-la e não praticar actos de maldade perante os outros.</p>	
<p>7. A morte deve ser rápida e dar tempo suficiente para se viver. Temos de saber aguentar tudo o que acontece na vida.</p>	<p>7. S3 defende que a morte deve ser um acontecimento rápido e ocorrer numa altura em que tenha dado tempo suficiente para se viver. S3 considera que temos de aprender a suportar todos os desafios e dificuldades da vida.</p>	<p>7. S3 manifesta que a morte não deve ser provocada pelas pessoas, já que estas devem aprender a lidar com todos os desafios da vida. S3 considera que a morte deve ser um evento repentino e que deve acontecer após a pessoa ter vivido um tempo considerável.</p>

<p>8. Por causa da minha vida estar a chegar ao fim, eu sinto que devo viver mais, sair à noite, e andar à vontade na rua, mas com este mundo eu tenho medo, não ando à vontade na rua e sinto-me mais frágil ou limitada nesse aspecto.</p>	<p>8. S3 refere que a consciência da finitude o obrigou a aproveitar e desfrutar mais a vida, manifestando a sua vontade de poder passear descontraidamente na rua. S3 considera que o estado do mundo actual o faz sentir mais frágil e limitado.</p>	<p>8-9. A consciência da finitude fez com que S3 passasse a querer desfrutar mais da sua existência, apesar de ele se sentir frágil perante o mundo. S3 revela que parte dessa fragilidade está associada a um momento onde foi vítima de um roubo inesperado num local público, e quando pediu ajuda ninguém veio ao seu auxílio.</p>
<p>9. Eu digo isto porque eu já fui roubada, em pleno dia, acabada de vir de um funeral, estava no meu carro e abriram-me a porta e um rapaz novo tirou-me a mala....eu gritei e gritei mas ninguém me ajudou. Fiquei sem nada, sem documentos, sem dinheiro, por acaso até tinha a chave de casa no banco do carro senão ficava mesmo sem nada. Tive imenso trabalho depois para cancelar os cartões, apresentar uma queixa na polícia e fazer novos documentos.</p>	<p>9. S3 relata um momento onde foi vítima de um roubo inesperado onde lhe tiraram tudo o que tinha na mala, excepto as chaves de casa. S3 afirma que na altura gritou por ajuda mas ninguém a veio auxiliar. Após esse momento, S3 refere que foi obrigada a despender um imenso esforço para se salvaguardar daquilo que lhe tinha sido roubado.</p>	
<p>10. A vida de hoje tem pouco interesse porque a governação actual é muito estranha, na altura em que eu vivi na outra época, ou seja, antes do 25 de Abril, foi uma época que comparada com a de hoje, é como uma mudança da noite para o dia. Agora não há respeito por ninguém, não se pode andar na rua, não se pode viajar pois as pessoas tem medo e acho que isto fechou as pessoas. Nós não vivemos só de dia, também vivemos de noite e era bom sentir segurança para se fazer o que nos apetecer.</p>	<p>10. S3 apresenta uma crítica negativa ao modo da gestão do governo actual, referindo a sua preferência pelo governo anterior ao 25 de Abril. S3 considera que nos tempos actuais existe uma falta de respeito entre as pessoas e uma sentimento de insegurança e receio quando se anda na rua, fazendo com que muita gente se torne mais fechada no relacionamento com outros. S3 manifesta a sua vontade de sentir mais segurança para usar a sua liberdade de acção.</p>	<p>10-11. S3 critica a entidade governamental pela falta de segurança que sente quando caminha em locais públicos e admite que essa situação lhe causa receio e uma maior desconfiança na relação com os outros. S3 aponta que o seu sentimento de insegurança e fragilidade estão associados à consciência da finitude, apontando como exemplo o episódio do roubo onde subitamente, os seus pertences mais significativos lhe foram retirados. Nesse sentido, S3 também considera a morte como um ladrão que num momento indeterminado, lhe irá roubar a vida apesar de ele acreditar numa continuidade da vida após a morte.</p>
<p>11. É claro que eu vou aqui ou ali mas sinto-me frágil. Se eu fosse mais nova eu não tinha este receio de andar na rua, nem pensava nisso. Senti-me frágil e ninguém me acudiu, o ladrão estava-me a seguir e tirou-me tudo, fiquei sem nada. Quando penso na finitude eu penso nesta fragilidade e no efeito que o episódio do ladrão deixou em mim, pois a morte também é como um ladrão que me segue e que me vai roubar desta vida quando eu menos esperar....ele rouba-me e tira-me esta vida mas também sei ou acredito que depois eu vou ter algo de novo, ou vou parar a outro mundo.</p>	<p>11. S3 confessa que, ao contrário do que acontecia quando era jovem, hoje em dia se sente frágil nos momentos em que tem de se deslocar na rua, usando como exemplo o momento do roubo, onde não obteve ajuda de ninguém, tendo-lhe sido tudo retirado. S3 associa este momento de fragilidade com a consciência da finitude, considerando que a morte também poderá ser representada como um ladrão que a persegue e lhe vai roubar a vida quando menos se espera. Apesar de S3 considerar que a morte lhe irá roubar a vida, ele refere também a sua crença de uma continuidade da vida após a morte.</p>	
<p>12. Eu agora todos os dias vejo que já não tenho muitos dias pela frente, e sei que já não tenho as mesmas capacidades mas o que eu procuro é fazer coisas, ir viajar, comer, ir aos bailes do Santo António, este ano ainda fiz isso e andei desde o campo das cebolas à casa dos bicos, ao Castelo, ainda andei bastante, e gosto de fazer estas coisas e coisas novas.</p>	<p>12. S3 afirma o facto de ter consciência de que tanto o seu tempo nesta existência como as suas capacidades físicas, serem cada vez mais reduzidos. Apesar dessa limitação, S3 afirma a sua vontade de querer aproveitar o tempo e as actividades disponíveis.</p>	<p>12-14. A consciência da finitude para S3 está associada à consciência das suas graduais limitações físicas e temporais mas ao mesmo tempo, são essas limitações que impulsionam S3 para aproveitar mais significativamente o tempo disponível. S3 alega que hoje em dia, começou a aproveitar o momento presente para realizar os seus projectos, dado que tomou consciência da incerteza do seu futuro e da falta de garantia de que estará vivo no dia seguinte.</p>
<p>13. Como sei que já tenho pouco tempo de vida, então eu aproveito, fico com esta vontade de fazer coisas, de aproveitar a vida, como se tivesse uma nova vida, com a finitude próxima eu fico com vontade de querer viver. Aquilo que eu posso fazer hoje eu já não deixo para amanhã...Quando eu era nova eu pensava que podia deixar as coisas para amanhã, mas hoje já não faço isso.</p>	<p>13. S3 refere que a consciência da finitude e da limitação do seu tempo na existência, o faz desenvolver a vontade de aproveitar a vida de forma ainda mais significativa. S3 afirma que hoje em dia, ao contrário do que fazia em idade mais jovem, deixou de adiar os seus projectos para o dia seguinte, procurando se possível, realizá-los no momento presente.</p>	

<p>14. Eu aproveito e escuso de deixar as coisas para amanhã, pois isso não vale a pena pois não sei se chego lá, se vivo até lá.</p>	<p>14. S3 alega que a incerteza do dia de amanhã e o facto de não ter garantias de que estará viva, fazem-no aproveitar a existência no momento presente.</p>	
<p>15. Agora também tenho cuidado com aquilo que escolho fazer, escolho o que entendo e posso fazer e me dá prazer. Não me vou pôr a fazer projectos que eram para outra altura da minha vida, como por exemplo comprar uma casa nova....para quê? Se estou cá só dez anos para que é que vou fazer uma casa nova...?!</p>	<p>15. S3 adianta que hoje tem muito mais cuidado nas escolhas que efectua, procurando investir em projectos que se sinta capaz de fazer e que lhe tragam bem-estar. S3 dá o exemplo de um projecto que hoje em dia é desapropriado para ele, como a compra de um novo imóvel.</p>	<p>15. S3 afirma também que hoje em dia é mais consciencioso nas escolhas que faz, procurando visar o seu bem-estar e tomando em consideração as possibilidades e condições de realização dos seus projectos.</p>
<p>16. Mas no fundo eu não consigo estar sempre a pensar na morte, não posso estar muito tempo a pensar nisso, não consigo, não há ninguém que consiga fazer isso.</p>	<p>16. S3 alega que tanto ele como as outras pessoas não conseguem estar a pensar constantemente na finitude.</p>	
<p>17. Mas quando penso nisso eu penso que não gostava sobretudo de sofrer, eu peço a Deus que a minha morte seja repentina como a dos meus familiares, mas eu não quero deixar este mundo e as coisas.</p>	<p>17. S3 descreve que os momentos onde reflecte sobre a finitude, nomeadamente no momento específico da morte, o seu maior desejo é o de evitar o sofrimento e recorre ao auxílio de Deus para que o processo da morte seja repentino. Apesar de S3 reflectir sobre o processo da morte, ele confessa a sua vontade de não querer abandonar esta existência.</p>	<p>16-18. S3 assume que lhe é impossível pensar constantemente na finitude mas quando o faz, ele manifesta o desejo de ser auxiliado por uma entidade divina para tornar o processo da morte repentino e sem sofrimento. S3 manifesta a sua ambiguidade por ter a certeza da sua condição de mortal mas ao mesmo tempo não desejar abandonar esta existência. Embora S3 alegue por um lado, a sua crença numa entidade divina e na continuidade da essência do seu "Ser" após a morte, por outro lado manifesta a sua dúvida e incerteza por nunca ter conhecido uma pessoa que lhe confirme efectivamente essa crença.</p>
<p>18. Eu sou uma pessoa crente em Deus, sei que talvez vá parar a um sítio melhor, eu suponho que talvez vá para a um sítio melhor. Sendo crente eu ainda coloco a dúvida, até porque ainda ninguém veio nos cá dizer o que se passa do outro lado.</p>	<p>18. S3 assume-se como uma pessoa crente em Deus e levanta a possibilidade de após a morte, poder vir a existir num mundo melhor. S3 assume a sua crença na existência de Deus e no Além mas por outro lado, manifesta a sua dúvida por nunca ter conhecido alguém que pudesse regressar da morte e provar a existência desse outro mundo.</p>	
<p>19. Eu creio no Senhor, eu sei que um dia vou lá ter com ele e etc, mas honestamente, eu gostava muito que ele não me chamasse já...é verdade, eu não queria morrer já, eu pelo menos ainda queria trabalhar bem no computador, fazer aquelas coisas com o computador.</p>	<p>19. S3 afirma a sua crença em Deus e a certeza de que um dia se vai encontrar com ele, mas pede para que esse momento seja adiado de forma a que disponha de mais tempo para realizar certos projectos.</p>	<p>19. S3 demonstra a sua crença na possibilidade de um encontro com a entidade divina após a morte mas por outro lado, assume o seu desejo de adiar esse encontro de forma a dispor de mais tempo nesta existência para a realização dos seus projectos</p>
<p>20. Não fico o tempo todo a pensar no "Ai eu vou morrer" e vou deixar isto tudo, eu consigo pensar noutra coisa e avançar, fazer outra coisa que me eleve.</p>	<p>20. S3 alega que não tem por hábito ficar a pensar fixamente no facto de "vir-a-morrer", nem de ter um dia de abandonar esta existência. S3 refere que consegue dirigir a sua atenção para assuntos que lhe façam elevar o estado de espírito.</p>	<p>20. S3 assume a preferência de desviar a sua atenção dos assuntos da finitude de forma a manter um estado de espírito elevado.</p>
<p>21. Foi Deus que me colocou cá e os meus pais claro, mas é Deus que me vai tirar de cá. Eu não tenho controle sobre o meu fim mas Deus tem, ele é que sabe. Se eu controlasse isso eu não morria. Se alguém me dissesse quem é que controla isso eu sou todo ouvidos...mesmo aqueles ateus não sabem, ninguém faz noção disso.</p>	<p>21. S3 atribui a Deus e aos seus pais, a responsabilidade por a colocarem nesta existência, e assume que será Deus a ter a responsabilidade de terminar com a sua existência. S3 afirma que se fosse ele a possuir o controle sobre o fim da sua vida, ele nunca iria morrer. S3 manifesta que ninguém sabe explicar quem é que controla o momento da morte.</p>	<p>21-22. S3 assume a sua incerteza e desconhecimento em relação à explicação e controle sobre o momento final de vida, considerando que esse processo é da responsabilidade duma entidade divina, à qual S3 diz estar sujeita.</p>

<p>22. É algo mais espiritual, são questões que vão para outra dimensão que nós não conseguimos atingir ou saber...eu não tenho muitos anos de vida mas até alguém mais novo pode ir à minha frente..lá está o grande enigma da morte, é o tempo, é o desconhecido..nós vimos cá com uma missão e essa missão depois vai-se. Posso ter todos os conhecimentos do além e etc, mas Deus só leva quem quer e quando quer e nós só cá estamos porque ele quer.</p>	<p>22. S3 afirma que estas questões possuem uma conotação espiritual e que não estão ao alcance do entendimento dos indivíduos. S3 considera os assuntos da morte como um enigma onde o tempo de vida e a ordem de quem falece primeiro é desconhecido. S3 afirma que pode alcançar todos os conhecimentos em relação à morte e ao além, mas para ele é sempre Deus que decide quem morre e quando é que se morre, cabendo-nos estar sujeitos a isso.</p>	
<p>23. Eu não queria ir já, eu quero cá estar, este sol é muito lindo, há muita coisa que não presta mas há muita coisa linda, quero cá estar, mesmo com a maldade do nosso semelhante ao lado. É uma pena as pessoas fazerem tantas maldades uns aos outros.</p>	<p>23. S3 manifesta a sua vontade de continuar nesta existência e de não falecer por agora, pois para S3, esta vida possui uma considerável beleza apesar de existirem pessoas que praticam más acções.</p>	<p>23-25. S3 manifesta o seu desejo de continuar nesta existência que considera ser positiva, apesar da existência de outros que cometem más acções. S3 aceita a inevitabilidade da sua finitude e assume a sua vontade em querer renovar aquilo que está velho. A consciência da finitude para S3, possui o efeito de potenciar o seu desejo em continuar a viver.</p>
<p>24. Eu sei que não sou diferente das outras pessoas e que não tenho tantos anos de vida pela frente e hei-de partir um dia. Mas quando vejo algo velho eu quero logo arranjar isso, ou comprar uma coisa nova, e esse é o sentido da vida, renovar as coisas, andar de um lado para o outro pois parar é morrer.</p>	<p>24. S3 assume o facto de um dia ter de morrer e mostra-se sensível quando observa algo que está velho, dado que sente vontade de o arranjar ou se tal não for possível, comprar algo novo. Para S3, o sentido da vida passa por renovar as coisas e continuar a viver pois para ele parar é sinónimo de morrer.</p>	
<p>25. Na minha maneira de ver, a proximidade da morte faz-me querer continuar ir em frente, fazer aquilo que eu puder.</p>	<p>25. S3 assume que a proximidade da morte potencia a sua vontade de continuar a viver e a realizar aquilo que for possível.</p>	

Anexo C

Estrutural Geral de Significado

Sujeito 1 (S1)

Para S1 a tomada de consciência da finitude surgiu a partir de uma experiência onde ocorreu uma perda e conseqüente separação de uma referência significativa para a sua forma de “ser-no-mundo”, sendo que essa referência era a sua profissão. A experiência é descrita como um corte abrupto e inesperado, principalmente por não ter sido uma situação escolhida pelo próprio, sendo acompanhada de sentimentos de angústia que despertaram a recordação de experiências anteriores semelhantes, onde ocorreu uma separação em relação a uma pessoa significativa. A consciência do corpo, mais respectivamente o cansaço físico e a diminuição da sua funcionalidade inerentes ao processo de envelhecimento, também contribuem para o aparecimento desta experiência sendo acompanhados pela consciência do limite temporal da existência.

Estas limitações produzem uma antecipação em S1, admitindo que num momento futuro que é incerto, ele será forçado a abandonar o seu corpo com a possibilidade de ocorrer um sofrimento físico e uma experiência de solidão na altura da morte. Conseqüentemente, a antecipação da experiência de solidão e de sofrimento físico, fazem com que S1 desenvolva um desligamento afectivo e físico na sua relação com a existência e com os outros de modo a facilitar o processo do morrer.

O significado desta experiência é acompanhado por uma intenção paradoxal, pois por um lado surge a aceitação resignada perante a inevitabilidade do fim da existência enquanto por outro lado, surge a vontade de continuar a viver. A reflexão sobre a finitude da existência é acompanhada por uma vulnerabilidade emocional que se centra em momentos de depressão associados ao seu cansaço físico e de impotência perante a imperatividade da morte.

A experiência provocou uma mudança na perspectiva de S1 em relação à sua existência e a adopção de crenças espirituais que oferecem um significado metafísico à morte e a esperança de que o S1 continuará a existir após esse momento, numa outra realidade que o transcende. A consciência da finitude é descrita como uma experiência que alterou a sua forma de “ser-no-mundo” e que se caracterizou pela tentativa de estabelecimento de novas referências relacionais com outras pessoas e com a realização de novos projectos existenciais que promovam uma melhoria da qualidade de vida física, intelectual e espiritual.

Sujeito 2 (S2)

Para S2, o aparecimento da tomada de consciência da finitude surgiu a partir de uma experiência-limite do seu passado onde ocorreu uma perda e conseqüente separação de uma referência

significativa para a sua forma de “ser-no-mundo”, sendo que essa referencia era a sua noção de saúde e bem-estar. Esta experiência foi sentida como inesperada e contribuiu para o desenvolvimento de um sentimento de receio e angústia em relação à presença do sofrimento físico na sua vida e na possibilidade de tal ocorrer durante o processo da morte. Por sua vez, S2 associa a recordação de experiências semelhantes anteriores de perda na relação com outras pessoas relacionadas com a sua profissão e também com uma anterior relação conjugal. Outro elemento chave associado ao aparecimento desta experiência é a consciência do corpo, mais respectivamente do mal-estar físico inerente ao processo de envelhecimento que para S2, torna-se a evidência de que a sua existência possui um limite temporal e que caminha para o fim, antecipando com isso o facto de poder haver sofrimento físico nesse processo do morrer.

O significado da finitude para S2 cria é paradoxal, pois por um lado representa a aceitação resignada e inevitável sobre o fim das possibilidades e oportunidades de prazer na existência, onde manifesta algum ressentimento e culpa por não ter aproveitado o tempo anterior. Por outro lado, é despertado uma abertura em relação ao sofrimento alheio e ao facto de todos os momentos do tempo da existência serem irrepetíveis. A consciência da finitude permitiu que S2 reflectisse sobre o facto de ter desperdiçado tempo no seu passado e com isso mudasse a sua perspectiva actual da existência assim como o significado da relação com o mundo, aos seres vivos e às pessoas, procurando aproveitar o tempo e as oportunidades que dispõe para criar momentos de prazer e bem-estar nessas relações, de modo a minorar esse sofrimento alheio.

A experiência da finitude provoca em S2 sentimentos de incerteza e angustia, não só em relação ao facto de não saber se terá uma morte serena como em relação ao facto de não possuir qualquer evidência que comprove a suas crenças espirituais, nomeadamente sobre uma realidade ou existência metafísicas que transcendam a morte, notando-se também a presença de culpa por ter desperdiçado o tempo da existência.

S2 revela que enfrenta a sua última fase da vida com um sentimento de cansaço e uma perspectiva de perda, manifestando também o seu medo e incerteza por não saber se irá morrer com serenidade ou com o mesmo tipo de sofrimento que testemunhou nas relações com os outros ao longo da sua profissão. S2 manifesta a vontade e esperança de falecer com serenidade e o sentimento de dever cumprido, deixando também uma recordação positiva de si nos outros.

Sujeito 3 (S3)

Para S3, a consciência da finitude surgiu a partir de uma experiência onde ocorreu uma perda de uma referencia significativa para a sua forma de “ser-no-mundo”, sendo que essa referência eram em primeiro lugar os seus bens materiais, dos quais foi vítima de roubo por parte do marido e mais tarde por parte de um ladrão, e em segundo lugar, a crença de que o seu ex-marido jamais

escolheria cometer um acto de suicídio. Essa experiência foi sentida como inesperada e angustiante, onde ocorreu uma perda e separação relacional do seu conjugue. S3 assume que esta experiência de suicídio reforçou a sua crença de que apenas as pessoas de mau carácter terminam com a sua existência, pois para S3 a vida pertence a uma entidade superior que decide quando a vida termina, restando aos indivíduos a obrigação de saber tolerar as dificuldades da vida. O surgimento desta experiência de finitude está também ligada à consciência do corpo, mais respectivamente às suas fragilidades físicas inerentes ao processo do envelhecimento que produzem não só uma sensação de insegurança como a consciência de que a existência é temporalmente limitada.

Ao mesmo tempo, é a consciência dessas limitações que impulsionam S3 para aproveitar mais significativamente o tempo disponível e as oportunidades da existência. S3 antecipa que a morte lhe vai eventualmente retirar a vida mas manifesta a esperança e a vontade de que esse momento seja repentino e que aconteça após ter vivido um tempo considerável, admitindo no entanto a sua incerteza em relação ao momentos em que tal vai ocorrer.

O significado da consciência da finitude é paradoxal, pois por um lado S3 aceita a inevitabilidade da morte enquanto que por outro lado, deseja continuar a viver e a aproveitar o momento presente para realizar os seus projectos. Esta experiência permitiu que S3 tomasse consciência da incerteza do seu futuro e da falta de garantia de que estará vivo no dia seguinte, tornando-o ao mesmo tempo mais consciencioso em relação às escolhas e às efectivas possibilidades de realização dos projectos em que se envolve. S3 defende a sua crença na continuidade da existência após a morte e manifesta a esperança e a confiança de ir ao encontro de uma entidade divina que a auxiliará no processo da morte, embora deseja adiar esse encontro o mais tempo possível. S3 admite ainda que a reflexão permanente sobre a finitude a deixa deprimida mas assume que a consciência da finitude potenciou o seu desejo de continuar a viver e de renovar os seus projectos existenciais, apesar da inevitabilidade da morte.

Estrutura Geral de Significado da Totalidade dos Sujeitos

O aparecimento da experiência da tomada de consciência de finitude nestes gerontes, está associada a contextos e acontecimentos onde ocorreu uma inesperada perda de uma referência significativa.

O surgimento desta tomada de consciência está também relacionada com a consciência dos limites físicos e funcionais do corpo inerentes ao processo do envelhecimento. Por sua vez, o sujeito atribui a estas limitações físicas o significado de constituírem a evidência de que o tempo da existência caminha inevitavelmente para o fim.

Este processo inicial, parece despertar também a recordação de experiências onde ocorreu

uma separação relacional, sendo essa memória acompanhada por sentimentos de angústia.

Em consequência disto, o sujeito cria um significado antecipado e ao mesmo tempo incerto, em relação ao que poderá vir a acontecer no final da sua existência, sendo que esse significado se apoia nas referências passadas e presentes do sujeito e simultaneamente, parece condicionar a sua experiência presente e futura, chegando ao ponto de, em última análise, contribuir para uma mudança e reflexão ao nível do significado da existência e da respectiva relação com a mesma.

De facto, o significado antecipado desta experiência é paradoxal, pois de um lado surge a aceitação resignada sobre a inevitabilidade e imperatividade da condição da morte, enquanto que por outro lado, surge a vontade de continuar a existir e de aproveitar significativamente o tempo disponível, sendo a experiência também vivida com vulnerabilidade emocional.

Por sua vez, esta vulnerabilidade emocional parece fazer emergir um desejo de continuar a realizar projectos no tempo disponível da existência, mas também através de uma abertura para valores espirituais que contextualizam a finitude em termos metafísicos e alimentam a crença da possibilidade de uma continuidade da existência após a morte.

Os constituintes essenciais identificados na tomada de consciência da finitude nos gerontes foram nove, sendo que dois deles se aplicam ao contexto onde esta experiência surge (*perda inesperada de uma referência significativa; consciência dos limites corporais e temporais*) e os outros sete se referem à construção do significado associado à experiência (*recordação de experiências de separação relacional com vivência de angústia; antecipação; intenção paradoxal; vulnerabilidade emocional; incerteza; continuidade e abertura espiritual; mudança da perspectiva e da relação com a existência*).