Matura Idade

DRA. JAQUELINE DORING RODRIGUES

Em uma época em que a juventude é deificada, a velhice e o processo do envelhecimento são interpretados como um problema. Muitos querem viver o máximo de tempo possível, mas ninguém quer ser velho. Um grande paradoxo. Dessa limitada compreensão acerca do ritmo natural da vida, podemos verificar que não estamos maduros como indivíduos, quem dirá como sociedade, em termos de formação humana. Cada fase da vida não dominada forma o campo para o insucesso da seguinte. E como podemos então nos formar como pessoas mais capazes de envelhecer com maior domínio de si?

A palavra *maturidade* significa, em termos literais, a idade em que se está pronto – como um fruto maduro, pronto para ser colhido e chegar ao seu destino final. Estar no ponto a que se veio, nem verde nem apodrecido, simplesmente ser fruto da vida para nutrir o mundo com o que se tem de melhor, com o que se construiu, com o que se cultivou.

Para os povos greco-romanos no período arcaico, a fase do meio da vida era o ponto culminante – inclusive, a palavra *clímax* vem de *klimakterium*, que significa menopausa. Era um momento de mudança do desenvolvimento externo para o interno, como uma preparação da alma de volta ao lar. Aquilo que consideramos como sendo sintomas da velhice era bem-vindo para eles, já que viam o objetivo da volta ao lar com outros olhos. Para nós, a morte, sendo o fim do mundo, nos ameaça; já para aqueles povos era uma passagem natural para outra forma de existên-

cia. Nós, ao contrário, estamos em uma constante fuga coletiva da morte e, se fugimos dela, perdemos a incrível oportunidade de aprendizado que a tentativa de compreendê-la pode nos trazer.

Talvez a resposta para a pergunta inicial esteja na frase de Jorge Angel Livraga que diz: “Considera a tua personalidade como teu primeiro discípulo”. Assim, uma forma de termos maturidade seria pela formação de caráter. Mas o que seria isto? Fazendo uma relação com a frase “há de ser reto ou endireitado”, atribuída a Marco Aurélio, entendido nos mistérios de Ares-Dionísio, significa que podemos aprender ativamente, colocando nossa vontade em sermos pessoas melhores, ou passivamente, com a vida se encarregando de nos proporcionar problemas (oportunidades) para nos fazer crescer. Nesse sentido, a idade vem com muitas perdas, as quais poderiam nos fazer atribuir os verdadeiros pesos e medidas às coisas. Entretanto, insistimos em manter a mecanicidade, a ausência de consciência, no nosso dia a dia. Se toda prova (“batalha”) exige algo de que não dispomos, vencê-la seria ganhar forças (ferramentas). Então, tem certeza de que prefere uma vida sem essas provas? Como nos contos de fada ou clássicos, tal qual os príncipes ou heróis, que a cada obstáculo ganham uma arma para enfrentar o próximo desafio, deveríamos ir ao encontro das nossas batalhas diariamente.

Ter mais domínio de si seria como uma harmônica integração do temperamento, do caráter e da personalidade, fazendo com que tenhamos nossos estados afetivos mais

“A IDADE VEM COM MUITAS PERDAS, AS QUAIS PODERIAM NOS FAZER ATRIBUIR OS VERDADEIROS PESOS E MEDIDAS ÀS COISAS. ENTRETANTO, INSISTIMOS EM MANTER A MECANICIDADE, A AUSÊNCIA DE CONSCIÊNCIA, NO NOSSO DIA A DIA.”

disciplinados. Mas o que atrasa o nosso desenvolvimento emocional? Considero que seja o desconhecimento de nossa psique e de que somos formados. Isso lembra aquela famosa frase: “homem, conhece-te a ti mesmo”. O maior perigo para não se chegar a uma maturidade bem-formada são as fragilidades. Estas podem ser físicas, energéticas, psicológicas (emocionais) e mentais. Em última instância, trazem o medo e a atitude de constante defesa contra os outros; trazem o medo como uma força dolorosa que torna nossas ações ineficazes, que se esconde por trás de muitas outras emoções, paixões ou sentimentos.

FRAGILIDADES

As fragilidades são inúmeras e, uma a uma, vão se somando e construindo uma barreira para o amadurecimento natural que envolve a velhice. Para ficar mais clara a compreensão, trago uma fragilidade de cada veículo da personalidade. A fragilidade mental envolve aquele insaciável apetite mental que não está ligado à intenção de contato com a verdadeira natureza humana, e sim a uma compulsão egoísta de saber mais e mais, sem uma finalidade altruísta. A fragilidade psicológico-emocional tem um subjetivismo inerente que fecha as portas para o todo; a pessoa leva os acontecimentos para o lado pessoal e fantasia que tudo ao redor acontece glorificando-a ou atacando-a. Já a fragilidade energética se manifestaria em uma vontade diminuída quando as ações são voltadas ao coletivo, mas em um estado de ânimo reconstituído quando algo dá prazer ou está ligado ao ócio. Por fim, a fragilidade física acontece quando nos deixamos saciar pelos desejos do corpo e não os vencemos pelo esforço; por exemplo, quando recorremos a inúmeros procedimentos estéticos em vez de adotar uma correta atividade física, desenvolvendo virtudes, como a disciplina, o empenho, a constância e a reta ação.

Sobre a maturidade, em se tratando de um processo educativo humano, poderíamos entender que certas tendências agiriam contra ele. Assim, temos que estar atentos a forças contrárias ao nosso crescimento, como: revolta, que nos leva a uma falta de compreensão, a uma queda do emocional; suscetibilidade, quando temos nosso amor-próprio ferido; arrogância, quando nos confundimos com nossos títulos, quando nos apoiamos em uma “máscara” e buscamos aceitação dos outros; intolerância, quando não nos damos o direito de cometer erros e exigimos essa perfeição dos outros também. Ou seja, é necessário ter em mente essas fraquezas e perceber que aprendemos graças às correções que fazemos. Devemos lembrar que talvez precisemos de mais tempo para educar a personalidade e mais “abertura de espírito” para agir em prol das transformações.

Essas são posturas que diferenciam um processo de envelhecer ativo de um passivo. O “jovem” idoso é aquele que escolheu ativamente, ao longo de sua vida, carregar sua mala – não de coisas, mas de ferramentas humanas capazes de auxiliá-lo diante das dificuldades que podem se apresentar. A qualidade jovem caracteriza-se por possuir um espírito alegre e liberto, e sua bagagem é leve. Por isso, não precisa fugir da vida, tampouco ir correndo ao encontro da morte. Diante das pequenas mortes, expõe uma a uma as suas armas virtuosas.

Portanto, para um processo de envelhecer saudável, se requer um constante labor, interno e externo – este último, produto da consciência para ter uma personalidade harmônica, que serve e dá condições para que a alma se expresse. Nesse caminho consciencial, poder é capacidade de ação. Esta ação se dá por meio de virtudes desenvolvidas, como calma, paciência, capacidade de decisão, motivação, autoformação, tolerância ativa, temperança em vez de intolerância, humildade de coração de quem tem confiança em si mesmo em vez de orgulho. Por fim, amadurecer é não maldizer o destino, e sim se responsabilizar e se comprometer com a vida: aceitar as correções da natureza, abrindo as portas para um vínculo transcendental do qual tão pouco sabemos, mas que possivelmente nos leva à verdadeira cura. ❶

Antologia

Os medos

*Medo de viver, medo de falar
de se recolher e calar
de escuridão, de se arrepiar
medo de parar pra pensar
medo de trovão, de agitação
medo de sair por aí e agir*

*De se descobrir ou se afirmar
medo de talvez consentir
de prevalecer, de se dividir
medo de subir e cair
de dissimular, de não se aguentar
medo de ser muito feliz
e pirar...*

Joyce Moreno/Rodolfo Stroeter