

O luto à luz da perspectiva fenomenológico-existencial

Grief in a phenomenological-existential perspective

Carlos Eduardo Soares Reis

Larissa Galeno Melo

Áurea Souza Aguiar Santos

Demétrio Félix Beltrão da Silva

DOI: 10.47573/aya.5379.2.55.6

RESUMO

O luto é um fenômeno complexo e processual decorrente da morte de alguém afetivamente significativo. Não raro o luto gera sofrimento intenso nas pessoas com implicações para vida cotidiana. Isso tem chamado atenção de estudiosos de diversas áreas a fim de entender melhor tal experiência. Assim, o presente estudo objetiva compreender o luto na perspectiva fenomenológico-existencial. Para isso, realizou-se pesquisa bibliográfica nas bases de dados Scielo, Pepsic e Lilacs. Resgataram-se sete artigos que focavam o tema para a construção desse trabalho. Pode-se analisar que o luto é compreendido como a morte de uma relação e momento de transformação existencial. Tal perspectiva não tem como foco os sintomas do luto, mas a reconstrução de significado diante do novo horizonte mundando que se apresenta. Além disso, o luto não é uma experiência a ser superada e sim con(vivida) o que explica o motivo dessa perspectiva não se apegar no tempo cronológico como critério de patologização do vivido e ancorar-se em teorias a priori para tecer conclusões gerais sobre cada experiência singular. Diante disso, a perspectiva fenomenológico-existencial, como qualquer outro conhecimento, não abarca a totalidade das questões humanas nem tece verdades absolutas sobre o luto, porém convida-nos para a reflexão das atitudes naturais as quais embasamos nossa visão acerca dos fenômenos a fim de “abalar” as estruturas do mundo natural e se embrenhar na realidade do mundo-vivido de cada pessoa e, assim, criar uma atmosfera de compreensão para que novos arranjos existenciais brotem e o enlutado possa retomar a tutela de sua vida.

Palavras-chave: luto. fenomenologia. existencialismo.

ABSTRACT

Grief is a complex phenomenon, of a procedural nature, resulting from the death of someone who is emotionally significant. Grief often generates intense suffering in people's lives with implications for everyday life. This has drawn the attention of scholars from different areas in order to better understand this experience. Thus, this study aims to understand grief from the existential-phenomenological perspective. For this, a bibliographic research was carried out in the Scielo, Pepsic and Lilacs databases. After reading the initial results, seven articles that focused on the theme were chosen for the construction of this work. It can be analyzed that mourning is understood as the death of a relationship and a moment of existential reconstruction. Such a perspective does not focus on the symptoms of grief, but on the reconstruction of meaning in view of the new worldly horizon that presents itself. In addition, mourning is not an experience to be overcome, but an experience to be lived through, which explains why this perspective does not stick to chronological time as a criterion for pathologizing the experience and anchoring in a priori theories to draw general conclusions about each unique experience. Therefore, the existential-phenomenological perspective, like any other knowledge, does not encompass the totality of human issues or weaves absolute truths about grief, but invites us to reflect on the natural attitudes on which we base our view of the phenomena in order to “to shake” the structures of the natural world and immerse oneself in the reality of each person's lived-world and, thus, create an atmosphere of comprehension so that new existential arrangements emerge and the mourner can resume the tutelage of his life.

Keywords: grief. phenomenology. existentialism.

INTRODUÇÃO

O presente estudo objetiva compreender o luto por uma perspectiva fenomenológico-existencial. Para tanto é preciso salientar que, de forma geral, o luto é entendido como sendo o processo acarretado pela morte de alguém afetivamente importante (KÜBLER-ROSS, 2012). Trata-se de um acontecimento que assume formas diferentes dependendo a cultura em que se manifesta. Portanto não é uma condição que assume critérios definidos face à iminência de morte, apesar das interpretações do trabalho de Kübler-Ross (2012) ter estimulado a ideia das fases do luto como algo universal.

Em face da maneira como o ocidente encara a morte, a saber, como o fim da existência e o fracasso de projetos, não raro o luto gera reações de intenso sofrimento nas pessoas com momentos de negação, revolta, depressão e até perda de sentido da vida (PARKES, 1998; KÜBLER-ROSS, 2012). Essas implicações emocionais têm chamado atenção de estudiosos e profissionais da saúde para o cuidado das pessoas enlutadas reconhecendo esse período como de enorme fragilidade emocional e social.

Por esse e outros motivos a atual edição do Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (APA, 2014) tem cogitado colocar o luto no rol dos transtornos contemporâneos tendo como referência o tempo de duração, a intensidade dos sintomas e o impacto funcional na vida da pessoa. Tal condição seria denominada de “transtorno do luto complexo persistente”, mas ainda é taxada como possibilidade futura de diagnóstico devido à escassez de estudos.

Sabe-se que o luto comumente é visto como uma condição privada que atinge apenas o indivíduo e alguns familiares próximos. Contudo ele é um fenômeno de muito interesse para o aspecto social, pois envolve questões como pensão, status (viúvo), estigmas (solidão) e produtividade laboral. Tendo em vista esses outros aspectos é que Freitas (2018, p. 50) chama atenção para as iniciativas que colocam o luto como possível transtorno, pois a:

Avaliação do processo de luto como normal ou complicado recai sobre o clínico, correndo-se riscos, amplamente debatidos pela literatura, de se intensificar a patologização da vida, aumentando o número de diagnósticos e o uso de medicação desnecessária.

Assim, o luto é um assunto complexo que demanda atenção de profissionais e estudantes para reflexão de suas implicações na existência das pessoas. É nesse ponto que percebemos a importância de fazer esse trabalho para contribuir com a compreensão desse momento tão singular e, por vezes doloroso, da vida. Dessa maneira optamos por compreender o luto sob o enfoque fenomenológico-existencial para ampliar o entendimento sobre o tema, potencializar reflexões teóricas e implicações práticas.

Mas o que quer dizer enfoque fenomenológico-existencial?

Para Feijoo (2011) a proposta de uma psicologia fenomenológica-existencial surge como alternativa para a dicotomia que a psicologia está imersa: de um lado privilegiando um “Eu” privado encerrado em si mesmo (subjetivismo) e por outro enaltecendo o viés positivista que só enxerga a subjetividade como sendo comportamento. Para a mesma autora, ambos os lados reduzem a complexidade do fenômeno humano ora a um determinismo, ora a atuação de forças ocultas do psiquismo e, mesmo sem a intenção explícita, acabam desconsiderando o horizonte mais extenso das relações mundanas que são marcadas pela intencionalidade da consciência e do poder-ser como possibilidade inevitável.

Entende-se que a perspectiva Fenomenológica-Existencial, como o próprio indica, tem a influência do movimento fenomenológico e das filosofias existencialistas. Ambas são representadas por divesos pensadores, sobretudo europeus, como Husserl, Heidegger, Sartre, Merleau-Ponty. Trata-se, portanto, de apropriações de ambos os movimentos na tentativa de crítica à psicologia e ao trabalho psicoterápico (MOREIRA, 2010; FEIJOO, 2011). Vale ressaltar que para os fins desse trabalho não há como encerrar a explicação que tais linhas de pensamento merecem devido sua extensão, embora uma breve explicação do fundamento será necessária para chegarmos a compreensão do luto nessa perspectiva.

Para isso, discorreremos de forma introdutória sobre a fenomenologia, o existencialismo e, por fim, demonstraremos como o luto é encarado pelo autores que trabalham com a proposta em questão.

MÉTODOS

Este estudo foi realizado a partir de uma pesquisa bibliográfica, de cunho qualitativo, acerca de como o luto é compreendido na perspectiva fenomenológico-existencial. De acordo com Gil (2008) a pesquisa bibliográfica revela sua importância no contexto de buscar trabalhos, compará-los e interpretá-los em prol de obter conhecimento amplo do tema pesquisado. Especificamente adotaremos a revisão narrativa (ROTHER, 2007) para a construção do presente trabalho.

Dessa maneira, enfatizou-se trabalhar com artigos científicos publicados em base de dados (SciELO, PePSIC, LILACS) com acesso ao texto completo que tratasse especificamente sobre o tema e não delimitamos um espaço temporal. Não foram considerados artigos publicados em línguas estrangeiras.

FENOMENOLOGIA: NOÇÕES INTRODUTÓRIAS

A fenomenologia é um marco na história da filosofia e das ciências humanas e sua importância está no resgate da subjetividade outrora esquecida. Quem empreendeu esse projeto de retomada da subjetividade foi o matemático alemão Edmund Husserl que tratava a consciência como eminentemente mundana, ou seja, ligada e direcionada ao mundo (HOLANDA, 1997).

A consciência deixou de ser tida como um receptáculo privado ou teatro interno do indivíduo, passando sua concepção a ser voltada agora para “além dela mesma”. Essa explicação deságua no conceito de intencionalidade de Brentano onde toda consciência é “consciência de algo” explicitando a natureza intrínseca da relação consciência-mundo-subjetividade (BORIS, 2011).

Assim, em suas raízes, a fenomenologia é um método para se conhecer a realidade de forma mais original, ou seja, sem a apropriação epistemológica das ciências naturais da época que permeavam e ditavam a maneira de conhecer baseado na lógica positivista. Holanda (1997, p. 36) ratifica que a fenomenologia “surge como crítica à psicologia positivista, objetiva, experimental que, como as demais ciências, buscava o conhecimento absoluto ignorando a subjetividade”.

Devido à disseminação do pensamento cartesiano nas ciências modernas as disciplinas tiveram que se ajustar ao paradigma dominante das ciências naturais que consideravam entre outros aspectos a cisão entre sujeito e objeto. Para Husserl a relação entre sujeito e objeto não é cindida; Pelo contrário, ela é inevitavelmente junta, pois a consciência não é fechada em si mesma e nem toma para si a credencial de ser o aparato conhecedor do mundo (FEIJOO, 2011).

O caráter intencional da consciência desloca a centralidade do ego para uma posição de codependência com o mundo, insinuando que o sujeito pensante e a coisa pensada não estão em posições hierárquicas distintas. Desse modo, para a fenomenologia o conhecimento se dá a partir da abstenção temporária de preconceitos - a redução fenomenológica - que “implica uma abstração de ideias preestabelecidas em prol de um contato direto com o observador e com o vivido. Desta maneira, sem elementos perturbadores, a apreensão do mundo surge mais clara e límpida” (HOLANDA, 1997, p. 38).

A ideia de redução não pode ser confundida como mera técnica, mas sim uma atitude necessária para “voltar às coisas mesmas” que quer dizer oportunizar a imersão do sujeito na realidade de maneira mais pura e sem adornos. Por isso, dizer que a fenomenologia busca as essências é demonstrar que há possibilidade de transcendência do aparente e da impressão imediata. Deve-se colocar o “mundo entre parênteses”, estabelecer a *epoché*, que nada mais é que o afastamento e a negação da postura acrítica do mundo. Como afirma Moreira (2010, p. 725):

A redução é a operação pela qual a existência efetiva do mundo exterior é “posta entre parênteses” para que a investigação se ocupe apenas com as operações realizadas pela consciência, sem se perguntar se as coisas visadas por ela realmente existem ou não. Através da redução, Husserl pretende “suspender” a tese do mundo natural.

O mundo natural é mundo tal como concebido pelas convenções, conceitos e verdades determinadas como se fossem, de fato, naturais. Antagônico ao mundo natural estaria o mundo-da-vida (*Lebenswelt*) que seria o mundo “pré-reflexivo”, aquele que não está impregnado com todas as teorias e convenções do saber especializado, mas um mundo bastante particular, vivido pelas pessoas na facticidade do cotidiano, em que nem sempre as leis científicas se aplicam.

Em uma definição geral, podemos entender mundo da vida como a experiência e o conjunto coerente de vivências pré-científicas (...) em contraste com o mundo propriamente científico, no qual a realidade é analisada a partir dos elementos próprios da ciência corrente, com seus correspondentes pressupostos e orientações de método, sejam tais pressuposições explícitas ou não (MISSAGGIA, 2018, p. 192)

Como assinalado acima é uma questão tanto de perspectiva como de método. Podemos tratar o mundo como a massa mecanicista arredondada que obedece algumas leis fixas e só pode ser analisado de determinada maneira. Porém, também podemos vê-lo como fenômeno anterior a tudo isso, um mundo que se mostra para cada um de nós de forma diferente. O esforço da fenomenologia nesse sentido foi inaugurar um modo de pensar que não se guiasse apenas pela epistemologia e método dominante da época, tornando-se, ao longo das investigações, uma maneira peculiar de conhecer a realidade (HOLANDA, 1997).

A fenomenologia é assim uma atitude de resistência aos naturalismos impostos pelos conhecimentos e, ainda, um desassossego que move para a construção de novas visadas sobre os fenômenos do mundo.

A orientação fenomenológica exige que se saia do campo empírico, que posicione os objetos no espaço e no tempo, e isto envolve a necessidade de deixar o campo emergir num gesto não teorizante. Para tanto é preciso que, uma vez diante do fenômeno, se dê um passo atrás e se retorne ao seu correlato co-originário (FEIJOO, 2011, p. 415).

O correlato co-originário é a inseparável comunicação dos seres humanos com o mundo-da-vida, além da inexorável interação entre os seres existentes. É dessa constatação que surge de forma tão cara a noção de intersubjetividade e corporeidade da fenomenologia. O autor que se destaca nessa discussão é Merleau-Ponty (1999) por perceber a transformação do corpo na modernidade tratado como objeto por influência da res extensa cartesiana. Para o pensador em questão estava havendo um distanciamento entre a experiência vivencial do ser humano e o corpo.

Desse modo, para o fenomenólogo francês, o corpo visto como objeto é apenas um ente no meio de vários outros entes; algo decomponível, separado do todo, mensurável e explicado pelas ciências naturais (MERLEAU-PONTY, 1999). A ideologia transmitida era do corpo como “posse” e, na fenomenologia merleau-pontiana, considera-se que o ser humano é o próprio corpo. Por isso, Merleau-Ponty (1999) salienta que o objeto é aquele no qual se pode manter distância e ser visto por diferentes perspectivas, logo, o corpo não é objeto, pois este está enlaçado em nós e só pode ser observado por outro corpo.

A corporeidade para fenomenologia não considera o corpo como a soma das partes ou o conjunto dos órgãos biológicos. Ele é o veículo do mundo que carrega as marcas das experiências de vida, é fonte de expressão e de locomoção onde cada aspecto é repleto de significado. Esse mesmo corpo é aquele que transcende as formas na medida em que não se limita ao físico e que se relaciona com o outro numa intercorporeidade.

Desse jeito se pode perceber que a fenomenologia valoriza bastante o aspecto vivencial de como o ser humano se relaciona consigo e com o outro sempre convidando a refletir nas verdades solidificadas em que acreditamos. Com isso, abrimos espaço agora para dissertar sobre outra corrente filosófica importante nas reflexões sobre o humano que influenciou a perspectiva fenomenológico-existencial e também foi influenciada pela fenomenologia: o existencialismo.

NOÇÕES INTRODUTÓRIAS SOBRE O EXISTENCIALISMO

Collete (2009) aponta que o existencialismo é uma filosofia que se preocupa com o modo ser do homem no mundo e isso reflete diretamente na sua existência. Por existência podemos entendê-la como a condição humana primordial da vida e ela é “visualizada” no modo como nos debruçamos com as problemáticas e dilemas que se mostram no cotidiano.

Escrever sobre existencialismo é lembrar o filósofo Kierkegaard que influenciou outros pensadores ao se debruçar em reflexões sobre angústia, liberdade, fé, escolhas etc. Para esse filósofo a vida humana não se subordina ao crivo da razão e dos conceitos, e o ser humano sempre está em busca de preencher suas contradições. “Em Kierkegaard o existencialismo é a expressão de uma experiência singular, individual, pois a existência é uma tensão entre o que o homem é e o que o ele não é” (EWALD, 2008, p. 157).

Essa filosofia foi tida como um movimento europeu de pensamento cujo expoente mais conhecido foi Jean Paul Sartre, apesar de que ele nega esse adjetivo de “existencialista”

(EWALD, 2008). O mais importante de destacar no existencialismo sartreano era seu princípio fundamental de que o homem só cria a própria essência à medida que vive sua existência no mundo. É dessa maneira que a existência precede a essência ao contrário dos objetos que, frequentemente, a essência precede sua existência (SARTRE, 1970).

Ao contrário de Kierkegaard que tinha um fundo cristão em sua filosofia, o existencialismo de Sartre não tinha nenhuma afinidade com Deus. Nesses termos, o homem só tem a si mesmo e ao mundo. Por isso que nessa filosofia se enaltece muito a responsabilidade e a angústia advinda da ação do ser humano e do seu caráter indeterminado. Para o existencialismo não existe conhecimento algum sobre o homem que subjuguie sua existência.

Em primeira instância, o homem existe, encontra a si mesmo, surge no mundo e só posteriormente se define. O homem, tal como o existencialista o concebe, só não é passível de uma definição porque, de início, não é nada: só posteriormente será alguma coisa e será aquilo que ele fizer de si mesmo. Assim, não existe natureza humana, já que não existe um Deus para concebê-la (SARTRE, 1970, p. 3).

Se não há Deus para cuidar do homem ele precisa cuidar de si. E é cuidando de si que o ser humano percebe o tamanho da responsabilidade de suas escolhas. Sartre (1970) salienta que a pessoa ao decidir se projetar no mundo de uma determinada maneira, não está decidindo apenas por si mesmo, mas por toda a humanidade. O curso de nossas escolhas atinge diretamente a nós mesmo e indiretamente a todos os outros. Vide o exemplo contemporâneo da pandemia da COVID-19 onde dependemos um dos outros para evitar novas contaminações e frear a disseminação do vírus.

Da constatação do ser humano como um projetar-se no mundo e de sua concomitante responsabilidade é que nasce a inevitável angústia. Semelhante à ansiedade que alerta para algo aversivo, a angústia a qual Sartre (1970) se refere não conduz à paralisia ou ao pessimismo, e sim impele à ação, pois ela é decorrente do profundo reconhecimento de que direta ou indiretamente influenciemos o curso de outras vidas.

Percebe-se como as ideias existencialistas persistem em colocar o ser humano numa posição de artífice de próprio futuro. Ser arquiteto da própria existência resulta numa condição de desamparo. “O homem está desamparado porque não encontra nele próprio nem fora dela nada a que se agarrar. Para começar, não encontra desculpas (...) o homem está condenado a ser livre (SARTRE, 1970, p. 6).

Nessa perspectiva, o desespero é uma camada inerente a vida. “Ele significa que só podemos contar com o que depende da nossa vontade ou com o conjunto de probabilidades que tornam a nossa ação possível” (SARTRE, 1970, p. 8). O desespero escancara nossa condição indeterminada e as oscilações de nossos valores. Para o existencialista não se nasce com um dom ou qualidade no sentido de um estado natural das coisas. Por exemplo, não se nasce competente; a competência é um ato (FONSECA, 1988).

A ação humana não é ilimitada, apesar de o existencialismo reconhecer que é núcleo central que move a vida. Suas limitações encontram-se, sobretudo, a própria finitude humana. A consciência da morte é vista tanto como impedimento de projetos como também oportunidade de renovação de si mesmo e reavaliação da própria existência.

Individualizando-se, o sujeito então consegue enxergar a sua existência para além das expectativas sociais, tendo a oportunidade de avaliar a conclusão da sua trajetória, como um leitor que contempla toda a beleza e a feiura de uma narrativa em sua versão final (LISBOA, 2016, p. 261).

Dessa individuação nasce a autenticidade considerando-a com uma possibilidade de distinção em que, gradativamente, o ser humano vai tecendo suas próprias características que o diferem da multidão. Dessa maneira, Heidegger assevera que o ser humano (Dasein) é abertura dinâmica que está em constante movimento, se metamorfoseando na sua condição de ser-no-mundo. “Nessa perspectiva, estar no mundo não significa estar dentro do mundo, mas estar envolvido em uma trama de significados sempre historicamente em movimento” (REBOUÇAS; DUTRA, 2018, p. 197).

“O termo Dasein, nesta perspectiva, refere-se ao existir humano que se dá como um acontecer (sein) que se realiza aí (Da), no mundo, sendo o próprio existir que consitui o aí em que se dá a existência” (MOREIRA, 2010, p. 727). Dessa maneira, o que nos interessa é entender o Dasein não como uma substância definida, mas como uma perspectiva de vivência que enaltece o caráter existencial do ser humano e não apenas sua objetividade.

Assim, como já ressaltado anteriormente, a angústia, liberdade, autenticidade e interação entre humano são temas centrais para o existencialismo ao mesmo tempo em que são elementos primordiais para entender a perspectiva fenomenológica existencial do luto apresentada no próximo tópico.

O LUTO NA PERSPECTIVA FENOMENOLÓGICO-EXISTENCIAL

De acordo com Barbosa, Melchiori e Neme (2011) os estudos que envolvem fenomenologia e luto então preocupados, sobretudo, nos significados atribuídos à perda de entes queridos. Para as autoras, o método fenomenológico de pesquisa sobre o tema não só funciona como caminho para construção do conhecimento, mas também como espaço para que os colaboradores da pesquisa expressem suas emoções, sentimentos e expectativas sobre a vida.

Segundo Freitas e Michel (2014) o luto é a morte de uma relação. Isso implica que parte do mundo do enlutado se esvai demandando novas formas de existir. “Com a supressão do outro, há uma perda de sentido do mundo-da-vida com exigência de nova significação. A vivência do luto impõe, por conseguinte, novas formas de ser-no-mundo” (FREITAS; MICHEL, 2014, p. 274).

O artigo de Silva e Melo (2013) ilustra bem isso ao mostra que o luto apareceu como motor para redimensionamento da existência não numa visão pessimista de estreitamento das possibilidades do existir, mas como ampliação de horizonte rumo a uma existência mais congruente consigo mesmo. É uma constatação interessante, pois se espera do luto apenas o lugar da tragédia onde o enlutado vai entrar no ciclo de negatividade em que nada de “bom” emerge.

Na pesquisa acima citada se percebe que o luto também pode ser espaço de reelaboração da vida como um todo e a vivência pode ser diferente da socialmente esperada. Como disse a mãe enlutada da pesquisa citada referindo-se a filha falecida: É uma coisa que eu não quero, como eu digo: “lembrar dela com alegria, não com tristeza (...) Eu reclamava demais da vida e hoje em dia eu não reclamo. Para mim é tudo bom” (SILVA; MELO, 2013, p. 152-153).

O luto na perspectiva fenomenológico-existencial pode ser encarado como experiência arrebatadora que lança o ser humano no encontro com tonalidades afetivas fundamentais. Tais tonalidades já comentadas em tópicos passados, como a angústia e o desamparo são, por vezes, sedimentadas pelo cotidiano da “era da técnica” ou até domesticadas pela atitudes do mundo natural como se, de fato, houvesse uma maneira correta de viver o luto. As tonalidades afetivas principais que perpassam o luto como decorrente da morte, seja ela real ou simbólica, são a angústia e o temor (FEIJOO, 2013).

Qual a relação entre luto e angústia? O luto representa, antes de tudo, o estado momentâneo – nem por isso fugaz - daquele que perdeu algo ou alguém carregado de afeto. Essa perda é uma experiência de deparar-se com a ausência, com o nada. Por sua vez, o nada é possibilidade disfarçada do vir a ser algo novo. A angústia está nesse face a face com o nada. A angústia do luto está na abertura que brota da iminência da morte do outro. Numa perspectiva fenomenológico-existencial o luto não é visto sob o aspecto moralista dos julgamentos que dizem como o enlutado “deve” viver ou sofrer; isso é mais uma imposição do mundo natural que tece certa atitude impessoal diante da perda como se a vida dos que ficaram precisasse cessar de alguma maneira.

É evidente que essa perspectiva não está negando as formas “majoritárias” de viver o luto, mas está questionando-as ao mesmo tempo em que busca abrir brechas para outras formas de ser no mundo, principalmente no contato com essas tonalidades afetivas, que por vezes são negadas no mundo contemporâneo como improdutivas de serem sentidas. Dessa forma, diante da perda e no estado de luto aquele que morreu deixa um vazio que pode ser espaço para outras possibilidades de vida. O “preenchimento do vazio” não implica esquecimento ou desrespeito. Implica uma demanda existencial, pois a angústia do nada aguarda atitude de criação e não de fuga desse contato (ARIMA; FREITAS, 2017).

O mal estar que o luto provoca é porque ele lança o ego num patamar totalmente oposto do pedestal em que ele se encontra na contemporaneidade. O ego precisa se achar no controle; se achar determinado; se achar produtivo. O ego enlutado é indeterminado, sem controle e “improdutivo”. O ego é finito. É insignificante. Desse modo, em situações onde a angústia impera, Feijoo (2013, p. 6) explica com base em Heidegger que “é nesta situação limite, com o romper das prescrições do mundo, que pode ocorrer um despertar para o espaço de realização do ser-aí, ou seja, abre-se o seu poder-ser”.

Outra tonalidade afetiva que podemos considerar no luto é o temor diante do horizonte imenso que se instala. Temor principalmente do novo que demanda muita criação do ser humano para lidar com as demandas contextuais da vida. Além desse temor das demandas operacionais vem a questão do temor a respeito do que posso tornar-me sem a presença desse outro. “Esse anúncio diz respeito a algo ameaçador, destruição que traz em si possibilidade de aniquilamento daquilo que se é” (FEIJOO, 2013, p. 10).

Tanto na angústia como no temor podemos tirar pontos importantes para uma compreensão do luto nessa perspectiva na qual tratamos. Primeiro que a angústia não é só negatividade vazia e sim possibilidade de ser algo diferente do que se é. Parece utópico diante do modo como parte da sociedade ocidental encara a morte, mas do ponto de vista fenomenológico-existencial não encarar a angústia diante da perda é viver uma ilusão e conformar-se na estrutura do mundo natural. Nesse caso, não se trata de apontar o dedo em julgamento para dizer como se deve

viver, mas reconhecer na angústia o inevitável acontecimento diante das transformações que a perda acarreta. Segundo, o temor anuncia nosso caráter frágil o que leva a reflexão que a pessoa enlutada pensa na sua própria finitude e a teme, numa espécie de luto pelo reconhecimento da autoaniquilação.

Para Feijoo (2013, p. 10) duas possibilidades surgem frente ao temor: “retomar a obediência às crenças e rituais que de alguma forma prometem prevenção e controle ou a possibilidade de uma atitude corajosa”. O temor é a condição de possibilidade da coragem. Coragem aqui no sentido de transcender as determinações das formas sedimentadas. No caso do luto seria encontrar alguma forma de (con)viver com a ausência física do pessoa falecida.

Portanto, se levarmos em conta as contribuições de uma perspectiva fenomenológico-existencial do luto devemos proporcionar esse espaço para o acolhimento dessas experiências diversas que emergem. As palavras de Feijoo (2013, p. 12) resumem bem a atuação:

(...) nós psicólogos, em nossa clínica, frente à inseparabilidade do singular e do plural, posamos também despertar, ou, pelo menos, não facilitar, o adormecimento das tonalidades afetivas fundamentais (...) E ao considerar a existência, em sua dinâmica performática, o clínico apropria-se desse espaço para manter um lugar onde transformações existenciais possam acontecer. Ele sabe que não pode provocar de nenhum modo o acontecimento de transformação. O psicoterapeuta, em uma atitude de humildade, sabe apenas que estar naquele encontro pode facilitar o acontecimento.

Isso, por exemplo, coloca a relação psicoterapêutica embasada pela perspectiva fenomenológico-existencial, em patamar diferente no trato com aquele ou aquela que vem em busca de ajuda. O especialista desce da sua torre de marfim e se coloca vulnerável diante do mundo do outro, no caso, a pessoa enlutada. Essa postura não remete à humildade fingida, mas ao reconhecimento de que toda teoria, por mais que seja importante como motor para o ato de pensar, não é suficiente para abarcar toda aquela existência que se mostra. Daí que a ideia husserliana de epoché ou suspensão se torna importante na medida em que optamos por momentaneamente privilegiar a existência mundana da pessoa enlutada ao invés de se apegar nas teorias a priori.

A emersão do campo num gesto não teorizante indica que o “eu” considerado dentro da perspectiva em questão é mais coerente com o fluxo de vivências que acontece na totalidade do ser do que um determinismo passado ou na externalidade do comportamento observável. Dessa forma a visão fenomenológico-existencial busca a fundação da subjetividade de forma mais ampla, “retornando às coisas mesmas” e reconhecendo a indissociabilidade entre o “nós” que se estabelece na relação terapêutica e na vida social. Nesse ponto de vista o existencial de forma alguma se refere ao individual propriamente dito, mas também abarca a comunidade.

Nesses termos podemos pensar, por exemplo, porque a morte de pessoas famosas ou epidemias provocam lutos coletivos mesmo que tais mortes não atinjam diretamente nossas vidas. Tal fenômeno reflete a união do que Heidegger chamou de ser-no-mundo e evidencia essa união entre os existentes e a codependência da nossa condição de ser-para-morte. Assim, quando alguém perde uma pessoa querida, de alguma maneira ela permanece só que com sentidos diferentes. Daí o motivo porque o luto não se supera, se convive (FREITAS, 2013).

Podemos afirmar que a perspectiva aqui discutida visa criar uma atmosfera de compreensão do vivido no luto:

E a compreensão é um ato de pensar que também busca o significado dos acontecimentos, mas não de forma genérica. A compreensão emerge e responde às urgências da vida, partindo da concretude da existência e retornando a ela. (...) A reflexão, por exemplo, sobre a liberdade pode ser fundamental para a minha própria experiência de liberdade. Um pensar sobre a morte pode me colocar diante do meu próprio morrer... (CRITELLI, 2011, p. 23)

É essa compreensão que pensamos ser a oportunidade ou a qualidade principal das contribuições da perspectiva fenomenológico-existencial do luto. Enquanto o mundo contemporâneo nos afasta do sentir ou mesmo do pensar, em situações de luto a pessoa se ver inevitavelmente impelida e, por vezes, atormentada por pensamentos e emoções confusas e estranhas decorrente da nadificação daquela ausência deixada pelo falecido e que, muitas vezes, necessitam de uma relação convidativa para o diálogo compreensivo que pode ser impulsionada pela visão fenomenológico-existencial. Em outras palavras: “a filosofia (da existência, a fenomenologia) pode subsidiar a compreensão do existir que, por sua vez, conduz à transformação concreta de um jeito de viver” (CRITELLI, 2011, p. 24).

Esse contato com o outro enlutado é impulsionado pela atitude fenomenológica que é o antagonico da atitude natural e, em termos de uma psicoterapia fenomenológico-existencial, Dutra (2013, p. 211) define o que é direcionar-se por esse caminho:

(...) escolher um caminho profissional pautado na perspectiva fenomenológico-existencial implica um determinado olhar sobre os entes e o mundo. Um olhar que interroga, que não aceita, passivamente, as verdades instituídas. Um olhar que na clínica, por exemplo, não adota, sem questionar, os rótulos instituídos pelos campos de saber que costumam nomear e classificar, de forma generalizada, o sofrimento, de acordo com os seus manuais de transtorno mentais, já tão bem assimilados pelo senso comum.

Por isso que dentro da lente que adotamos para a elaboração desse trabalho o luto não é algo a ser superado, não é da ordem linear de causa e efeito e, no que diz respeito ao enlutado, ele não precisa de cura e sim busca por autonomia dentro da nova realidade que se mostra (MICHEL; FREITAS, 2019). Nessa visão não se objetiva o resgate da vida como era antes da morte do ente querido ou a construção de um prognóstico pré-definido de como será a vida daqui pra frente.

De fato, o marcador que parece importar é a capacidade do sujeito de guiar a própria vida após o acontecimento, mas isso não é, necessariamente, medido pelo tempo cronológico, pois numa clínica fenomenológico-existencial reconhece-se a existência do tempo vivido. Nas palavras dos autores: “É, pois, com sua presença, mais do que com técnicas interventivas, que o clínico permanece junto-ao paciente e pre-ocupado com aquilo que ele é como enlutado e não ocupado com seus sintomas” (MICHEL; FREITAS, 2019, p. 7).

Nesse sentido, Freitas (2018) propõe adotar “clínica do luto” ao invés de “terapia do luto” por argumentar que esta última quer propiciar algum tipo de reparo ou extirpar algum sintoma; já a primeira como uma possibilidade de cuidado que reconhece a dor como fazendo parte do processo. Ou seja, o luto é um processo existencial que precisa ser aceito do que superado por alguma técnica. Nas palavras da autora “essa perspectiva contrapõe-se à apreensão do luto como uma vivência passível de ser compreendida a priori, com etapas e experiências predeterminadas, que se constituem como mero efeito de uma perda” (FREITAS, 2018, p. 53).

Para Freitas (2018) o luto precisa ser entendido como aquela inclinação originária em que a pessoa está fadada a passar por ser constituinte de sua existência. Como o ser humano

é um ser que convive com os outros a intersubjetividade é um dos núcleos centrais para a compreensão do luto. Essa intersubjetividade não se restringe ao processamento cognitivo de uma subjetividade privada, mas tem seu lugar na carne, na corporeidade. Levando isso em conta o luto é muito mais que a perda do corpo do outro como algo objetificado e inerte. A corporeidade ainda transita pela vida do enlutado mesmo que o corpo físico tenha sido enterrado, pois na perspectiva estudada o corpo não é apenas o conjunto dos órgãos, o corpo é sentido e sendo sentido ele persiste mesmo na sua ausência. Enquanto o corpo físico se vai os sentidos e significados emergem insistentemente e isso foge das fronteiras do conhecimento objetivo.

Esse tipo de interpretação se distancia das perspectivas normativas e dos protocolos moldados para dizer como o enlutado “deveria” trabalhar seu luto. Considera a presença do falecido como sentido que se perpetua mesmo na ausência do corpo físico. Por fim, pode-se sintetizar que a visão fenomenológico-existencial implica compreender o luto no seu aspecto mais singular, pois:

A tarefa que a existência impõe se torna, pois, viver com a ausência, uma vez que o morto se mantém como sentido para o enlutado, caráter irrevogável do luto, ou em outros termos, viver um luto é ter como desafio se ver habitando às voltas com a desorganização imediata de um mundo outrora partilhado, mas ainda aberto ao sentido. Uma clínica existencial do luto se constitui, portanto, pela abertura de possibilidades para novas formas de ser-com, dada pela irremediável ausência do morto. Apesar de não ser mais possível que nossa experiência conjunta se atualize, o mundo e a relação pedem uma ressignificação (FREITAS, 2018, p. 53)

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do apresentado pode-se constatar numa perspectiva fenomenológico-existencial que o luto é considerado, apesar de todo sofrimento que possa acarretar, um tempo de reflexão e redimensionamento da existência. Com isso, tal perspectiva não foca no enquadramento do luto como patologia a ser tratada, mas como momento de tecer novos significados para vida dos que ficaram.

Assim, por mais que o sofrimento possa permear tal experiência, o luto não se restringe aos seus sintomas. Em uma clínica do luto fenomenológico-existencial buscar-se-á a investigação das tonalidades afetivas e a criação de uma atmosfera que propicie a compreensão e compartilhamento do vivido, bem como a vivência autêntica das emoções. Essa busca não se baseia em preconceitos e concepções anteriores e sim na experiência originária da pessoa enlutada.

Considera-se a distinção entre o tempo cronológico e tempo vivido, privilegiando-se esse último. Com isso, o luto não tem prazo de validade e muito menos se esgota em sete dias. A pressão do tempo cronológico é muito mais uma tentativa de enquadrar o sofrimento humano no seu aspecto funcional de capacidade de produção do que necessariamente um tempo previsto para o sofrimento se dissipar.

Por fim, o luto não é uma vivência a ser suprimida. Para a perspectiva fenomenológico-existencial o luto não se supera, se convive e espera-se que a relação que se estabelece na clínica, por exemplo, possa ser um espaço de compreensão desse momento tão delicado da existência humana e que aqueles que ainda seguem em vida possam continuar sua caminhada na coexistência da presença-ausente da saudade.

REFERÊNCIAS

- AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. DSM-5: Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais. Artmed Editora, 2014.
- ARIMA, A. C.; FREITAS, J. L. O luto velado: a experiência de viúvas lésbicas em uma perspectiva fenomenológico-existencial. *Temas em Psicologia*, v. 25, n. 4, p. 1467-1482, p. 2017.
- BARBOSA, C. G.; MELCHIOR, L. E.; NEME, C. M. B. Morte, família e compreensão fenomenológica: revisão sistemática de literatura. *Psicologia em Revista*, v. 17, n. 3, p. 363-377, 2011
- BORIS, G. D. J. B. A (pouco conhecida) contribuição de Brentano para as psicoterapias humanistas. *Revista da Abordagem Gestáltica*, v. 17, n. 2, p.193-197, 2011.
- CRITELLI, D. (2011). *Psicologia e Fenomenologia (Filosofia e Terapia)*. In J. O. Breschigliare & M.C. Rocha (Orgs.). *SAP Serviço de Aconselhamento Psicológico: 40 anos de história* (p. 19-28). São Paulo: SAP/IPUSP.
- EWALD, A. Fenomenologia e Existencialismo: articulando nexos, costurando sentidos. *Estudos e pesquisas em Psicologia*, v. 8, n. 2, p. 149-165, 2008.
- FEIJOO, A. M. C. A crise da subjetividade e o despontar das psicologias fenomenológicas. *Psicologia em Estudo*, v. 16, n. 3, p. 409-417, 2011
- FEIJOO, A. M. L. C. O homem em crise e a psicoterapia fenomenológico-existencial. *Fenomenologia e Psicologia*. v. 1, n. 1, p. 95-106, 2013.
- FONSECA, A. Grupo, fugacidade, ritmo e forma. São Paulo: Ágora, 1988
- FREITAS, J. L. Luto, pathos e clínica: uma leitura fenomenológica. *Psicologia, USP*. v. 29, n. 1. p. 50-57. 2018
- FREITAS, J. L.; MICHEL, L. H. F. A maior dor do mundo: o luto materno em uma perspectiva fenomenológica. *Psicologia em Estudo*, v. 19, n. 2, p. 273-283, 2014.
- GIL, A. C. Métodos e técnicas de pesquisa social. 6 ed. São Paulo: Atlas, 2008
- HOLANDA, A. Fenomenologia, psicoterapia e psicologia humanista. *Estudos de psicologia*, v. 14, n. 2, p, 33-46, 1997.
- KUBLER-ROSS, E. Sobre a morte e morrer. Martins Fontes: São Paulo, 2012.
- LISBOA, C. P. Introdução ao existencialismo: perspectivas literárias. *Problemata: R. Intern. Fil.* v. 7. n. 2, p. 254-267, 2016.
- MERLEAU-PONTY, M. Fenomenologia da Percepção. Ed 2. São Paulo: Martins Fontes, 1999.
- MICHEL, L. H. F.; FREITAS, J. L. A clínica do luto e seus critérios diagnósticos: possíveis contribuições de Tatossian. *Psicologia USP*, v. 30, 2019.
- MISSAGGIA, J. A noção husserliana de mundo da vida (Lebenswelt): em defesa de sua unidade e coerência. *Trans/Form/Ação*, v. 41, n. 1, p. 191-208, 2018.

MOREIRA, V. Possíveis contribuições de husserl e heidegger para a clínica fenomenológica. *Psicologia em Estudo*, v. 15, n. 4, p. 723-731, 2010

PARKES, C. M.. Luto estudos sobre a perda na vida adulta. Summus editorial, 1998

REBOUÇAS, M. S. S.; DUTRA, E. A hermenêutica heideggeriana na pesquisa em clínica. *Revista pesquisa qualitativa*, v. 6, n. 11, p. 192-211, 2018.

ROTHER, E. T. Revisão sistemática X revisão narrativa. *Acta paul. enferm.* v. 20, n. 2, 2007.

SARTRE, J. P. O existencialismo é um humanismo. *L'Existentialisme est un Humanisme*, Les Éditions Nagel, Paris, 1970

SILVA, P. K. S.; MELO, S. F. Experiência Materna de perda de um filho com câncer infantil: um estudo fenomenológico. *Revista da Abordagem Gestáltica*, v. 19, n. p. 247-156, 2013.