

TRANSFORMAÇÕES E EXPANSÕES DO ENVELHECER¹

Cibele M. M. Di Battista Brandão,² Marília

cibelebrandao@cibelebrandao.com.br

Resumo

A autora apresenta questões tangentes à velhice, com base tanto no envelhecimento do analista quanto no do paciente. Por meio da ótica do analista, a autora reflete acerca da busca de significados que permeiam essa fase da vida. Procura compreender as angústias que surgem em tal momento, expondo duas vinhetas clínicas que trazem luz a alguns aspectos da teoria e da técnica psicanalítica no processo de análise com pessoas idosas.

Palavras-chave: envelhecimento, psicanálise, afeto, ansiedade, luto

Transformations and expansions of aging

Abstract: The author presents issues related to old age, based on both the analyst's own aging process and that of the patient. From the analyst's perspective, the author reflects on the search for meanings that permeates this phase of life, seeking to comprehend the anxieties that arise at that time. Two clinical vignettes are exposed that shed light on some aspects of psychoanalytic theory and technique in the process of analysis with elderly people.

Keywords: aging, psychoanalysis, affect, anxiety, mourning

Sobre os limites do envelhecer

A beleza da forma e da face humana desaparece para sempre no decorrer de nossas próprias vidas; sua evanescência, porém, apenas lhe empresta o renovado encanto. Uma flor que dura apenas uma noite nem por isso é menos bela.
(Freud, 1916/2010, p. 345)

Neste artigo, apresento algumas questões que abordam o ponto de vista do psicanalista em contato com pacientes idosos, com base tanto no envelhecimento do próprio psicanalista quanto no do paciente. Proponho um breve estudo das angústias vivenciadas diante do fim da vida – a aposentadoria, o adoecer e as consequentes limitações. Emprego uma abordagem teórica

1 Publicado e cedido por *Psicanálise* (Revista da Sociedade Psicanalítica de Porto Alegre, SPPA, Vol. 29, 2022).

2 Membro efetivo, analista didata e docente da Sociedade Brasileira de Psicanálise de São Paulo (SBPSP); membro, docente e presidente do Núcleo de Psicanálise de Marília e Região (NPMR).

embasada por Quinodoz (2008) em seu livro *Vieillir: une découverte*. O tema, qual seja, os limites do envelhecer, será pensado no sentido da elasticidade das diferentes emoções que podem ocorrer com algumas pessoas nessa fase.

Após o falecimento de Freud, ocorrido em 23 de setembro de 1939, diante de seu ataúde no crematório de Londres, o escritor e seu grande amigo Stefan Zweig proferiu algumas palavras. Entre elas, enalteceu o momento: quem ali estava presente participava de um momento histórico. Todos viam uma partida, mas a situação não representava um fim, e sim uma suave transição da mortalidade para a imortalidade. Ressaltou a importância da vida de um homem cuja obra transformou a maneira através da qual o ser humano é visto.

Envelhecimento e morte coroados com invulgar êxito, visto que são poucas as pessoas que alcançam tamanho privilégio. Aquém disso, mesmo que seja uma parte ínfima, é preciso que o ser humano possa sentir o envelhecimento com o intuito de elaborar uma ideia capaz de trazer significado à sua existência. Na questão do envelhecimento, alcançar significados é fundamental. Sentir que a vida teve alguma importância também se faz necessário.

O enfoque dado ao tema reside na tentativa de compreensão das angústias que aparecem nesse período da vida. Outros aspectos relevantes mencionados são as vivências sentidas pelo psicanalista em relação ao seu próprio envelhecimento e em relação às questões que aparecem na intersubjetividade. Na análise desses pacientes, encontramos as mesmas referências de base, tais como as que dizem respeito ao inconsciente: a transferência, o complexo de Édipo com seus aspectos genitais e pré-genitais, a compulsão à repetição, os mecanismos de defesa, as identificações projetivas e introjetivas, e assim por diante. Certos aspectos particulares, entretanto, são dignos de nota.

No contato mais próximo com o envelhecimento, surgem duas motivações principais que demandam atenção: a dificuldade de enfrentar o extenso trabalho de luto decorrente das inúmeras perdas inerentes à própria velhice e a busca pela identidade, que se altera com rapidez e requer atualização. Tais motivações são complementares e não se excluem. Essa vivência descrita, de excesso de estímulos e rapidez na modificação da identidade, já vimos acontecer, por exemplo, na adolescência. Na velhice, a urgência para se obter esses recursos tem o objetivo de enfrentar a finitude e a morte, enquanto, na adolescência, necessita-se de tais recursos para poder aproveitar a vida e crescer.

A capacidade de integrar as lembranças tem papel importante na reconstituição de uma história de vida. Uma pessoa que não se sente uma unidade

dentro da própria história sofre do sentimento de falta de pertencimento, de desarmonia. Sofre por não saber o motivo pelo qual viveu. Assim, conhecer e estar atento a tais questões torna-se fundamental, pois esses pacientes têm urgência em sua busca; afinal, como fator desfavorável, existe o tempo, que, na maioria das situações, é exíguo para essa população.

O tempo de vida possui um valor irreparável para a imagem da pessoa que o cria. Um olhar sobre o conjunto da vida, a necessidade de uma noção de coerência e a visualização das histórias pessoais internas auxiliam na conquista de objetos totais, de acordo com as ideias expostas por Klein (1959/1991) em seu artigo “Nosso mundo adulto e suas raízes na infância”.

No decorrer das análises, visualizam-se certos traços do caráter dos pais, que não são traços novos, mas trazem um outro olhar sobre eles. Tal fato abre perspectivas inesperadas, que fazem os pacientes se interessarem por novos aspectos e as relações acabarem se modificando no interior deles mesmos, ainda que os pais já sejam falecidos.

No envelhecimento, a aproximação do fim da vida é percebida pela urgência para dar significado às várias fases anteriormente vividas, de modo que o passado, o presente, o prazer e a dor estejam integrados, sendo preciso reconstituir a história. Às vezes, é no último momento que certas pessoas sentem a necessidade de pôr em ordem a compreensão do que foi a própria vida, para poder então deixá-la em paz. Para se deixar um lugar, é preciso tê-lo sentido de uma forma única e que tenha um importante significado.

O que desejam as pessoas mais velhas que buscam análise pela primeira vez, depois de se aposentarem ou mesmo após terem realizado grande parte dos projetos que movem um ser humano na vida? O que buscam os analistas que se dedicam a esse contingente de pacientes idosos?

Assim, escrevo sobre as vivências do analista em contato com o seu envelhecimento, sobre o psicanalista que vivencia várias idades em um mesmo dia de trabalho, como alvo da identificação projetiva dos pacientes, e acerca da discriminação que é preciso ser feita por ele mesmo entre sua idade real e a fantasiada. É fundamental estar consciente da própria idade real e de tudo o que isso acarreta.

Por meio de duas vinhetas clínicas, levanto pontos da teoria e da técnica psicanalítica no processo de análise com pessoas idosas. As questões apresentadas permeiam as principais motivações dos pacientes, expondo as razões essenciais que se tornam preciosas para essas pessoas idosas, além de tratar da comunicação não verbal entre o paciente e o analista.

O envelhecer do analista

*Meu coração, coisa de aço
começa a achar um cansaço
está à procura de espaço
para outro desenho da vida.
Já por exausta e descrida
não me animo a um breve traço:
– saudosa do que não faço
– do que faço, arrependida.
(Meireles, 1987, p. 148)*

Durante o exercício de sua atividade, o analista tem não só uma idade real, mas também várias idades durante um mesmo dia, conforme as variações de papéis e de transferências que lhe são atribuídas por seus analisandos. É importante que ele possa levar em consideração a sua idade real e tudo o que ela representa, sem a negação da passagem do tempo. Da mesma forma, é importante perceber as atribuições que lhe estão sendo feitas.

A multiplicidade das idades investigadas traz um caráter particular a sua atitude diante do próprio envelhecimento e da aproximação da morte. Até mesmo o fato de transferencialmente os analisandos solicitarem, com frequência, a potência e a saúde do analista é um aspecto que também conta em seu próprio trabalho de envelhecer. O analista envelhece, mas sente-se útil. Como a experiência de ver o tempo de vida passar é angustiante para o ser humano, esse aspecto geralmente é bastante observado pelos analisandos. Eles tentam ver como o analista lida com o próprio envelhecer, através das atitudes e gestos concretos.

Um analista exprime aos pacientes a consciência que ele tem a respeito de sua idade real e de como aproveita ou não o desenrolar do tempo. Há vários aspectos do setting analítico que tratam dessa questão: a frequência e a duração das sessões, a data de férias, as reações diante da separação, ao término da análise, e, por fim, a decisão de quando se aposentar. Da mesma forma, é igualmente importante o analista dar-se conta da idade, aceitando tal papel como ferramenta útil para o trabalho. O mesmo deve fazer em relação à idade que lhe é atribuída, pois, por meio disso, leva em consideração a realidade psíquica de seu paciente e a relação que ele propõe criar entre ambos.

O analista é sucessivamente investido de vários personagens importantes do mundo interno de seus analisandos. Diferem o sexo, as idades e os papéis. No entanto, o objetivo reside na ampliação da percepção que o analisando possa ter a respeito do próprio mundo mental. Nessa concepção, tal ampliação, se verdadeira, acontece também no mundo interno do analista.

A passagem do tempo traz para o analista várias vantagens. Uma delas é poder ver, na prática, aquilo que, quando jovem, sabia mais na teoria. A experiência pode ajudá-lo a lidar com seus aspectos que se tornam deficitários à medida que o tempo passa. Por exemplo, um analista passa a vida basicamente escutando, e isto torna muito difícil aceitar o aparecimento de uma deficiência de audição ou de memória. A perda objetiva precisa estar ancorada em um plano de troca que envolva a perda do objetivo pelo ganho no subjetivo, até quando isto for possível. A intensidade de sua escuta interna pode compensar a diminuição objetiva da audição. Estando bem, o analista é capaz de ter uma vida útil e longa.

A escuta interna é uma atitude do analista que não procura entender somente o que o paciente fala, mas busca o conjunto das necessidades comunicadas através da linguagem não verbal; trata-se de uma escuta que vai além da audição das palavras, sendo uma atitude que, na verdade, o analista vai cultivando durante toda a vida. Temos à disposição um conceito como a atenção flutuante, já sugerido por Freud nos primórdios da psicanálise. Por meio de gestos, atitudes e entonações, os fenômenos da identificação projetiva trazem a mensagem latente que há por trás do discurso manifesto. A capacidade da escuta interna do analista revela para o analisando a sua própria capacidade de se escutar e, conseqüentemente, escutar melhor os outros.

Quando o analista leva em conta suas deficiências surgidas com o avanço da idade, pode receber os analisandos dentro de um enquadre calmo e adequado, que favoreça aquilo que se vai. Há, entretanto, um limite para isso, pois a escuta interna não pode mais ser compensada pela deficiência apresentada. Assim, é chegada a hora de parar. A aceitação de certas perdas extremas é dolorosa, mas ainda há aqui a possibilidade de elaboração para o aproveitamento ou não de mais uma etapa da vida. É hora de retirar-se do trabalho, mas não da vida. A vida continua, e uma nova etapa pode ser construída.

A elaboração de tais questões traz a possibilidade de o analista ampliar suas condições internas para receber esse tipo de paciente, que raramente inicia uma análise por iniciativa própria. Em geral, quem nota a necessidade são os familiares próximos ou os cuidadores. Afinal, como teriam a ideia se são pessoas que, durante a juventude, provavelmente ouviram que a busca pela psicanálise seria indicada somente para quem apresentasse um quadro psicopatológico bem definido e com certa gravidade? É comum também pensar que, nessa idade, não vale mais a pena empreender um novo projeto. Para que mudar se o tempo de vida importante já se foi?

*Uma vez mais se constrói
a casa aérea da Esperança
Nela reluzem alfaías
de Sonho e de Amor: aliança.
(Andrade, 1988, p. 86)*

Meu primeiro contato com um paciente de idade bastante avançada para realizar um processo de análise foi muito profícuo, tendo ocorrido de forma inusitada e contrária ao que foi descrito anteriormente. O próprio paciente sentiu a necessidade e solicitou à família que procurasse um analista para ele, pois tivera – por si mesmo – uma resposta de por que valeria a pena submeter-se a um processo analítico. Na época, encontrava-se com 82 anos de idade.

Fred sentia-se perto de sua morte. Sentia-se angustiado e deprimido. Era muito pressionado por uma situação interna que exigia dele um trabalho de elaboração. Diante de um fim que se anunciava próximo, estava muito inquieto pelo fato de ter sido, por toda a sua vida, uma pessoa de trato bastante difícil. Denominou-se para mim como uma pessoa irascível. Tal estado emocional fizera com que todas as suas relações fossem pobres, distantes e muito reprimidas por ele mesmo. Dizia sentir um arrependimento que o corroía, e precisava falar intimamente com alguém.

Por conta dessas emoções, sentiu-se impelido a pedir aos familiares que encontrassem um analista disposto a vê-lo em seu domicílio. Quando fui chamada, lembro-me de que, desde o nosso primeiro contato, esperava encontrar alguém difícil, pois assim sua família me apresentou a situação. Para a nossa surpresa, tanto minha quanto dele, os encontros ocorreram em um clima favorável, assim como a nossa ligação foi formada de maneira fácil e disponível. Falávamos de situações e emoções difíceis, angustiantes, mas trabalhávamos, no sentido mais prazeroso que esse verbo possa ter.

Ele procurava alguém que o ouvisse. Sentia necessidade de recontar sua história de vida em detalhes, relatando fatos passados havia décadas. Falou-me muito do quanto admirava sua mãe. E eu, nesses momentos, vivia a curiosa experiência de olhar para ele, um ancião, e ver um menino. Fred sentia arrependimento por ter sido agressivo em seus contatos e tinha, como sonho, a ideia de que, se lhe fosse dada uma chance de recomeçar, mudaria tudo em sua vida.

Para uma pessoa que fora tão refratária em suas relações, dizia-me, surpreendentemente, que, quando me relatava essa angústia e pensava na possibilidade de tudo ter sido diferente, sentia um reconforto. Passou a entender que era esse reconforto que justificava nossos contatos. Tinha consciência de

que não haveria tempo para muitas outras mudanças em sua própria vida. De fato, o seu falecimento ocorreu quando ainda não havíamos completado três meses de trabalho.

O reconforto residia também no fato de ele sentir que me dava elementos para continuar meus estudos. Perguntava-me se nossas conversas poderiam ser um dia úteis para alguém. Dizia-me que, se nossa ligação servisse e fosse útil para mim, para ele já seria razão suficiente, sentindo que teria valido a pena. Fred tinha razão; surgiram muitos frutos. Esse encontro, ocorrido há vários anos, motivou-me para muitos outros.

Segundo Quinodoz (2008), a psicanálise não traz respostas para perguntas que são urgentes para uma pessoa idosa, mas podem ajudá-la a criar as respostas por si mesma, transformando as angústias presentes.

O retorno do reprimido

A necessidade de conceber a vida como um todo coerente, ou seja, com começo, meio e fim, está presente em todas as idades. Nos mais jovens, esta ideia fica mascarada, pois eles estão ocupados com as múltiplas atividades urgentes trazidas pela intensidade do dia a dia. Os jovens têm a impressão de que uma longa vida os espera e, inconscientemente, adiam a satisfação de suas necessidades para um tempo inesgotável. Em contrapartida, os idosos são mais estimulados pela pressa. São motivados pela necessidade de obter um sentido coerente da vida, e aquilo que ficou reprimido exige compreensão. A aproximação do fim traz a urgência de buscar uma significação da totalidade, de preferência através da integração entre passado e presente, com o intuito de preparar o futuro, mesmo que ele seja breve. Reconstituir as lembranças adquire um papel relevante no processo de envelhecer.

A busca pela ressignificação das experiências vividas permeia a questão de elaboração das perdas, pois é nesse momento que reside a motivação do processo analítico. Episódios de depressão e de angústia são recorrentes.

Quanto mais idoso for um paciente, mais numerosas serão as perdas que ele enfrentará. Podem ser perdas de entes queridos, de atividades cotidianas, de aspectos da saúde, entre outras. Geralmente, essas perdas chegam em conjunto. Para certos pacientes são perdas particulares de que não conseguem dar conta, pois vem uma seguida da outra, e assim residem na raiz do processo de luto, algo que se torna difícil de ser vivenciado sozinho.

Por vezes, a necessidade da análise aparece nessa situação exigindo recursos tanto internos quanto externos. Há um acúmulo de ansiedades que reativam a não elaboração de outras angústias passadas. O que foi reprimido

sem elaboração retorna. Diante de uma perda atual significativa, um luto anterior, ocorrido mesmo na infância, volta a fazer parte de ansiedades que demandam um entendimento e uma elaboração. É uma perda, mesmo que aparentemente pequena, capaz de mobilizar uma outra perda catastrófica, a qual, por sua vez, é inconscientemente reativada. Fica abalado o sentimento de identidade: um abalo na raiz do *self* e que precisa ser recuperado ou reelaborado para trazer certa estabilidade e possibilidade de viver a vida até o fim.

Laura, uma paciente de 70 anos, apesar de estar vivendo um momento muito doloroso de sua vida, procurou-me por sugestão de sua sobrinha. Mulher esclarecida e em muitos pontos independente, estava de tal forma ferida, que não se deu conta da própria necessidade de ser contida e ouvida. Laura nunca tinha estado em análise. Para ela, nesse sentido, tudo era a primeira vez. Apesar disso, parecia que ela tinha conhecimento e sentia familiaridade no processo. Sendo assim, não demonstrou dificuldade para adaptar-se às propostas feitas por mim com o intuito de compormos o nosso setting.

Propus, e ela prontamente aceitou, que nos víssemos todos os dias da semana em que eu estivesse trabalhando. Laura estava vivendo uma crise em seu turbulento casamento e, por ser uma pessoa muito ativa e determinada, no momento, como definiu para mim, estava a nocaute e muito deprimida. Seu pai, bastante idoso, falecera havia um mês, e sua mãe encontrava-se internada por estar muito debilitada, tendo vindo a óbito dois meses depois.

A grande questão trazida por Laura naquele momento é que seu marido estava apaixonado por uma moça mais nova que a filha caçula deles. Ele dizia ter encontrado uma felicidade havia muito buscada e, agora que fora posta em suas mãos, não queria perder a chance. Pediu a separação. A paciente, que sempre fora muito dinâmica, sentia-se como se o seu mundo tivesse desabado.

Conforme nossas sessões prosseguiram, Laura começou a se distanciar dos problemas atuais e passou a me contar de forma detalhada episódios de quando era criança. Contou-me que, se fosse caracterizar seu sentimento mais marcante desde a infância, este seria a inferioridade. Esse sentimento aparecia principalmente no contato com a irmã mais velha, que era muito bonita e motivo de orgulho de sua mãe. Para a paciente, na sua concepção infantil, essa irmã tinha só alegrias e experiências que sempre deram certo, tudo corria bem para ela.

Havia em suas memórias uma pequena particularidade que desejava me contar, pois ilustraria esse sentimento do qual falávamos. Sua irmã, por ser mais velha, estava alguns anos à frente na escola, e usava um uniforme diferente do seu, com a saia feita de casimira, um tecido nobre. Por outro lado, a

saia de Laura, que frequentava ainda o primário, era feita de brim, um tecido mais rústico. A paciente dizia sentir vergonha desse traje, que, para ela, denunciava a diferença existente entre as duas. Uma era melhor do que a outra; uma era mais amada e admirada pela mãe do que a outra. À noite, na cama, almejava que acontecesse um milagre e ficava à espera do amanhecer; quando fosse vestir-se para ir à escola, desejava que sua saia, como por um milagre, tivesse sido transformada em outra, similar à da sua irmã. Com frequência, enquanto dormia, tal desejo tornava-se um sonho em que aparecia realizada essa transformação.

Diante desses relatos, passei a conjecturar o que teria motivado minha paciente a deixar de lado os relatos angustiantes de sua vida atual de uma pessoa adulta em conflitos para me descrever vivências da sua infância até, ao final, me relatar um sonho que teria ocorrido seguramente seis décadas antes.

Em seu artigo “A transformação das experiências emocionais em sonhos”, Barros (1997), em uma revisão teórica iniciada por Freud e outros autores contemporâneos de diversas orientações, diz que:

as imagens pictóricas do sonho, a meu ver, além de nomeações sincréticas de emoções, são expressões compactadas de núcleos significativos da vida emocional; e que exercem uma função estruturante do psiquismo. Esses núcleos atuam como estruturas atribuidoras do significado às nossas vivências emocionais. (s./p.)

Nesse sentido, é provável que Laura tenha dado em seu sonho, além da figurabilidade da emoção que sentia, a noção do quanto sempre quis seguir adiante, transformando o sofrimento em desenvolvimento. Foi o que sempre tentou. Em uma de nossas últimas sessões, disse-me que percebia como era mais proveitoso usufruir do seu desejo de desenvolvimento, tendo em mim uma aliada nessa trajetória.

Parece-me que lutou para conseguir sair dessa situação, levantar-se e trilhar um caminho próprio rumo à busca de uma identidade que a deixasse livre sem fazer comparações, para que, assim, começasse a olhar a vida sob outro prisma: o da independência e da autonomia, sem idealizações. Conseguiu uma evolução por meio de estudos e trabalho, os quais iniciou precocemente. Viveu muitas realizações como fruto de seu empenho. Ainda assim, duvidava da própria possibilidade de encantar e ser a preferida de seus pais. No curso de seu envelhecimento, quando deparou com essa vivência amorosa decepcionante, reviveu uma perda catastrófica, visto que se tratava não só de uma questão atual, mas também anterior. Assim, reativou uma perda anterior,

muito dolorida, de se ver em situação inferior à de sua irmã. Ao seu ver, idealizadamente, a irmã mais velha era quase perfeita. Sentiu que, em toda a sua vida, precisou lutar para ter qualquer coisa que desejasse. Nada veio de maneira natural. Passaram-se vários anos até Laura conseguir visualizar que era assim para qualquer ser humano.

Finalizo com uma citação de Klein, em seu texto “Nosso mundo adulto e suas raízes na infância”:

quando as pessoas ficam mais velhas e os prazeres da juventude se tornam cada vez menos disponíveis, se ainda não desapareceu a gratidão por satisfações passadas, as pessoas idosas podem usufruir ainda do que quer que esteja ao seu alcance. (1959/1991, p. 280)

Os pais e os avós podem continuar se alimentando e compartilhando dos prazeres pelos progressos dos mais jovens, desde que tenham conservado internamente a possibilidade de sentir gratidão por aquilo que receberam. Assim, tornam-se capazes de usufruir – sem inveja ou ressentimento – o crescimento dos mais novos. Além disso, graças a tal atitude e serenidade podem identificar-se com eles, possibilitando uma troca. Tudo o que é vivido e sentido durante a vida como realização e fonte de prazer, na velhice, passa a ser um núcleo de experiência que possibilita lidar com os limites trazidos pelo envelhecer.

Referências

- Andrade, C. D. de (1988). *Poesia errante: derrames líricos (e outros nem tanto, ou nada)*. Record.
- Barros, E. L. da R. (1997). A transformação das experiências emocionais em sonhos. Trabalho apresentado no Fórum Científico da Sociedade Brasileira de Psicanálise de São Paulo (SBPSP), São Paulo.
- Freud, S. (2010). Sobre a transitoriedade. In S. Freud, *Obras completas*. Companhia das Letras. (Trabalho original publicado em 1916)
- Klein, M. (1991). Nosso mundo adulto e suas raízes na infância. In M. Klein, *Inveja e gratidão e outros trabalhos: 1946-1963* (pp. 280-297). Imago. (Trabalho original publicado em 1959)
- Meireles, C. (1987). *Canção excêntrica*. Nova Aguilar.
- Quinodoz, D. (2008). *Vieillir: une découverte*. Presses Universitaires de France.
- Zweig, S. (1943). *Encontros com o destino*. Guanabara.