

A Idade Perdida do Homem ©

O Problema da Terceira Idade

por Henrique Rosa©

Em meus artigos, já abordei vários tipos de problemas que afligem o ser humano, tais como os que dizem respeito às mães, aos pais e aos filhos, para fechar o ciclo, faltava abordar aqueles relacionados aos avôs e às avós, ou seja, aos idosos que hoje são em sua maioria discriminados. Este é um problema muito sério e complexo que ao longo das gerações vem sendo mantido, equivocadamente, pelas culturas educacionais, religiosas, políticas e econômicas.

No Brasil o homem e a mulher com 40 anos já são considerados improdutivos, velhos, e encontram muitas dificuldades para conseguir um emprego, o que é um absurdo. A nossa civilização trata muito mal os idosos, que estão sendo considerados inúteis como se nada mais pudessem fazer, recebendo um tratamento desumano e agressivo por serem vistos como problemáticos, dispendiosos e estorvos para quem os abriga.

Timidamente, a sociedade está começando a pensar nestas questões porque em todo o mundo é a população que atualmente mais cresce. “O número de idosos estimado para 2020 em todo o mundo será de 1,2 bilhões. Três quartos deles vivem em países em desenvolvimento – sete dos quais estão entre as dez maiores populações do mundo. O Brasil ocupará o 5º lugar! A China terá uma população idosa no ano 2020 virtualmente do mesmo tamanho dos Estados Unidos ou da Europa Ocidental; hoje de quase 300 milhões de habitantes. A Índia terá 150 milhões de idosos; já o Brasil, a Indonésia e o Paquistão somarão mais de 33 milhões de pessoas com mais de 60 anos.”¹

Então, nossos valores precisam mudar em relação a esta questão porque, na verdade, todos nós somos co-responsáveis pela vida neste sistema planetário e não podemos negar que estamos a caminho desta etapa também. Todos temos as mesmas chances de chegar aos 60, 70 ou 80 anos com saúde e com muitas experiências que podem auxiliar na evolução dos mais jovens e da humanidade. Portanto, todo ser humano tem direito ao respeito e à dignidade, independentemente da idade que possui.

Precisamos nos preocupar com os aspectos físicos, emocionais, mentais e espirituais da vida e aprender a valorizar todas as etapas do nosso crescimento humano porque fazem parte da evolução. O preconceito, a rejeição e a agressão dirigida aos idosos fazem parte das mentes estagnadas que não evoluíram ainda. São mentes infantis em corpos adultos incapazes de considerar a realidade da vida.

Na minha opinião, as crianças, os adolescentes e os idosos têm sido as grandes vítimas desta nossa civilização que tem ensinado a matar, a destruir, a consumir, a discriminar e a contaminar tudo o que existe.

No passado muitos povos deram valor aos idosos e à sua sabedoria, fruto de uma longa experiência de vida. O “Conselho dos Anciões” constituído por algumas civilizações tinha como objetivo ouvir, respeitar e direcionar com sabedoria o curso evolutivo de seus povos; formavam uma *gerontocracia*, que vem do grego *geron*, “ancião”, e *kratos*, “poder”, que era um sistema político baseado na autoridade decisiva dos membros mais velhos do grupo.

Por outro lado, nestes povos a cultura e a alimentação estavam mais voltadas para a natureza, o que proporcionava corpos e cérebros mais saudáveis e uma mente lúcida até o final da vida.

Nossa cultura consumista que é muito voltada para a aquisição desequilibrada de bens materiais, gerou seres humanos mental e emocionalmente infantis que, como crianças, buscam seus brinquedos preferidos, como o carro do ano e uma série de coisas materiais que a vida moderna oferece, mas não de modo natural e sim, de forma desenfreada, gananciosa, agressiva, no vale tudo em que não há limites, matando outros se for preciso para conseguir o que quer. Infelizmente, esta realidade ainda animalesca está bem diante de nossos olhos. As mentes são infantis e egoístas. As pessoas cresceram fisicamente, mas nos aspectos emocionais, mentais e espirituais estão carentes e desnutridas. Há muitos fatores que contribuem para isto e não apenas a alimentação artificial cheia de agrotóxicos e conservantes químicos que empobrecem o cérebro de energias vitais, entopem as artérias de gorduras, etc, etc. Além disto, que não deixa de ser um fator muito sério que compromete a saúde, traz muitas doenças e encurta a vida, a personalidade formou-se dentro de uma realidade complexa e tão pobre em valores humanos cujas lacunas trazem a falta de identidade, a culpa e o medo infantil. Os valores religiosos, sociais, políticos e econômicos ainda hoje privilegiam não *o ser*, mas sim *o ter*, não importando muito, os meios usados para alcançar esta expectativa. O desgaste consumido nesta empreitada não leva em conta a preocupação com a saúde física, emocional, psíquica e muito menos ainda o equilíbrio, a harmonia interna, a espiritualidade e a evolução real dos sentimentos, da mente, da consciência e da alma, assim como, do grupo familiar ou da nação de que faz parte.

Uma leitora dos meus artigos enviou-me um e-mail com um pedido para que eu “abordasse o caso dos idosos e também o lado infantil e até agressivo deles que é tão difícil de lidar”. Segundo ela, o problema é complexo e muito comum, contudo, lhe interessa saber quais são as chances que possuem hoje os idosos e se o quadro que vêm apresentando está enraizado também na herança genética das raças?

Eu penso que não podemos resumir estas questões à genética ou às raças passadas. No meu ponto de vista o problema é bem nosso, ou seja, do ocidente, da raça branca, das religiões ocidentais paternalistas e discriminadoras, de nossa cultura *imediatista* e materialista que contaminou a sociedade humana.

“O idoso tende, daqui para frente, em se transformar em um novo ator social, não mais ausente do conjunto de discursos que trata dos desafios que a maioria não enfrenta, mesmo sabendo que o país será, em poucos anos, um dos maiores conglomerados de velhos do mundo, nem deixará de falar de política em momentos de eleição, ou mesmo da plataforma dos partidos. É um ator que, com certeza também estará presente na definição de novos mercados de consumo, trabalho e lazer.”

Antigamente, atingir o estágio da idade avançada era algo valorizado, tratava-se da melhor idade, chamada também de *idade dourada*, porque era a grande oportunidade para se dedicar mais à espiritualidade, ao estudo, à pesquisa, à meditação, transmitir a sua experiência de vida aos mais jovens e a ajudar na criação e construção do *homem interno* que foi muito esquecido por nossa civilização. Esta idade dourada que em muitas tradições se iniciava a partir dos 60 anos, hoje, parece ser algo ameaçador e ao mesmo tempo uma realidade para a qual muitos preferem fechar os olhos. E porque é assim? Em primeiro lugar, o envelhecimento está ligado à idéia do término da existência, à morte física, portanto, à separação física daqueles que são próximos. Em segundo lugar, aqueles que vivem com os idosos não querem se dar conta de que também estão envelhecendo e por isto acham difícil tentar se colocarem no lugar de quem já atingiu uma idade mais

avançada que necessita de cuidados. Todos os preconceitos e as dificuldades surgem quase que inconscientemente. Mas, na maioria dos casos tudo isto envolve problemas familiares, ou seja, trata-se de um problema grupal. Os valores familiares é que estão envelhecidos. Estar vivo é o que conta, pois independentemente da idade qualquer ser humano pode tentar conviver com suas limitações e ainda assim ter atividades que trazem prazer e continuam desenvolvendo a capacidade de se relacionar, dar e receber.

O cuidar não se limita à família porque quem está vivo e com capacidade de direcionar e auxiliar de algum modo os outros também é útil para a comunidade, para a cidade, para o país. Deste modo, é o **olhar** da sociedade para os idosos que precisa mudar como, por exemplo, o olhar dos médicos, dos assistentes de saúde, dos assistentes sociais, dos psicólogos, dos religiosos, dos políticos, dos educadores, enfim, de todos os integrantes de uma sociedade humana.

É muito comum ouvir filhos dizerem: “meu pai está velho e esclerosado, não sabe o que diz”, mas se esquecem que aquele pai, ao seu modo, procurou ajudá-los a crescer; não foi perfeito mas dentro das suas limitações tentou ajudar. Infelizmente, muitos acham que pais idosos são estorvos para toda a família, enquanto outros, mesmo tendo a necessidade de colocá-los em instituições específicas que podem dar o tratamento necessário nos momentos de maior fragilidade da saúde física continuam presentes e se preocupam em assisti-los e confortá-los.

Este complexo problema exige uma mudança de atitudes, de posturas, de mentalidade, de métodos educacionais e até da própria cultura. Precisamos nos despir dos velhos dogmas, das falsas verdades, dos equivocados processos religiosos, econômicos e políticos, pois, este não é um problema que cabe apenas às famílias resolverem, mas também à sociedade e a humanidade. Sem dúvida, começa na família a renovação dos valores que envolvem todos os laços afetivos e espirituais.

Precisamos começar a cuidar da nossa velhice quando ainda somos jovens – temos de questionar a nós mesmos: que tipo de idoso(a) eu quero ser?

Mas, o que fazer hoje?

Em primeiro lugar, conscientizar aqueles que são próximos ao idoso de que ele é parte de uma unidade, que é a família, portanto, sem a participação da família ele fica mais deprimido e mais doente. Em segundo lugar, cuidar da descontaminação e da desintoxicação de seus corpos e cérebros, curar seus males também com uma alimentação adequada para sua idade. Dar-lhes um novo aprendizado, uma reeducação e uma ocupação para que tenham a oportunidade de voltar a serem úteis.

A verdade é que não aprendemos a cuidar de nossos semelhantes e nosso papel na família foi muito limitado por valores que não consideram a importância da compreensão e da solidariedade. Podemos ser úteis aos nossos semelhantes, mesmo estando velhos, porque o corpo pode estar debilitado e cansado, mas a consciência, a alma e o espírito são eternos e não são corroídos pelo tempo, ao contrário, são enriquecidos pela experiência, mesmo que o aprendizado tenha nascido dos erros ou das tantas tentativas para acertar sem muito sucesso no direcionamento da vida familiar. O corpo físico um dia morre, mas a consciência, o sentimento, a mente, a alma e o espírito não.

Ser velho não é defeito nem doença, é um processo natural da evolução humana. É uma etapa tão importante quanto outras e pode ser vivida plenamente, com dignidade, paz, felicidade, amor e sabedoria, e não de modo triste e deprimente.

Uma sociedade que trata mal seus idosos não é digna de se chamar civilizada e muito menos de humana. Precisamos nos humanizar. É hora de voltarmos a crescer por dentro, deixarmos de agir como crianças em busca da fantasia e de agirmos como pessoas inteligentes e conscientes, começando por escutar as experiências de vida dos mais velhos, refletirmos e meditarmos na sua sabedoria, *para que nossa idade dourada não seja perdida!*

¹ Parte do texto de uma palestra do prof. José Francisco Silva Dias. Coordenador do Núcleo Integrado de Estudos e Apoio da Terceira Idade, da UFSM/RGS

[ARTIGO ANTERIOR](#)

[ÍNDICE DOS ARTIGOS](#)

[PRÓXIMO ARTIGO](#)