

# Reflexões em torno do envelhecer...

CAMINHAVA, LENTAMENTE, POR uma rua movimentada na cidade em que vivera sua juventude... Os passos trôpegos, o olhar distante, as mãos trêmulas seguravam o pão mal embrulhado junto ao leite, os quais, certamente, seriam sua primeira refeição naquele dia... Eram sete horas de uma manhã fria e chuvosa... Do meu carro, no trânsito lento e engarrafado, eu o contemplava, meditando sobre como seria sua vida nesta fase final... A esposa estaria viva? Teria filhos? Quem o ajudaria nos cuidados diários? Aos poucos, fui imaginando como seria sua rotina diária...

*Deveria levantar-se bem cedo, pois a maioria dos idosos acordam bem antes do amanhecer... Depois da habitual higiene, vestiria sua roupa do dia a dia, verificaria se o dinheiro estava trocado para ir à padaria e o contaria mais de uma vez; em seguida, sairia pela porta de serviço para tomar o elevador, mas verificaria antes se a porta ficara realmente fechada. Na recepção conversaria com o porteiro, comentando sobre o tempo, reclamando do reumatismo e das dores na coluna e ganharia a rua, dirigindo-se à padaria mais próxima. Teria dificuldade em abrir seu guarda-chuva, já roto e enferrujado, e iria pela calçada, a mesma do prédio onde ficava seu apartamento.*

*Enfrentaria a fila na padaria, resmungaria contra a demora em ser atendido, contra a falta de cortesia do balconista que o atendera e falaria de como tudo está tão caro e diferente do “seu tempo”...*

*E retornaria para casa, vacilante e incomodado com o barulho dos carros que se acumulavam na rua molhada, buzinando impacientemente... E o seu dia transcorreria na mesma e monótona rotina até que novamente surgisse a noite e tudo recomeçasse no outro amanhecer... Imaginei que sua companheira já teria partido e sua vida ficara mais triste ainda, sem ter com quem conversar ou reclamar e sem o afeto que o nutria nas noites de solidão...*

É muito triste ver um idoso sozinho, caminhando pelas ruas ou nas praças de minha cidade. Observo que muitos andam com dificuldade, enxergam mal e, de tão frágeis, parecem que vão cair a qualquer momento. Fico pensando:

– Onde estariam seus familiares? Como permitem que andem sozinhos em ruas tão agitadas e com tanta violência?

E refletindo melhor, fiquei arquitetando o que poderíamos fazer quando tivéssemos de atender aos idosos em nossas casas espíritas ou mesmo em alguma situação que nos colocasse frente a frente com suas dificuldades, presos na solidão de suas vidas, tristes e sofridos, sem nenhum objetivo que nos motivasse a viver...

Como ajudar o idoso?

Durante alguns dias, aquela imagem do idoso caminhando sozinho não saía de minha mente...

Após algumas reflexões em torno do que poderíamos realizar, iniciei, no final da década de 1980, com outras companheiras, o trabalho com o idoso em nossa casa espírita, que prossegue até hoje, com bons resultados. Atualmente, fazendo um balanço das atividades com o grupo da terceira idade, cujos encontros são semanais, verifico que a maior beneficiada fui eu, pelo muito que

aprendi e pelas ótimas amizades que fiz. E, no esforço de estudar e repassar para eles conteúdos doutrinários e inerentes a esta faixa etária, conquistei valiosos recursos para minha vida atual, em que posso enfrentar os problemas das limitações físicas, as mudanças, as perdas, com fé e serenidade íntima.

Naquele tempo, eu não possuía nenhuma experiência com relação ao trabalho com o idoso, e comecei a pesquisar, participar de seminários, visitar casas geriátricas, conversar com aqueles que já adentravam nesta faixa etária e organizar material e subsídios na literatura espírita. Com a ajuda de uma psicóloga que já trabalhava com o idoso e ao lado de uma equipe bem entrosada, pudemos iniciar esta tarefa, que prossegue até nossos dias. A psicóloga Ana Lima, que iniciou este trabalho conosco, reside, atualmente, em Vila Velha, no Espírito Santo, e já está realizando este mesmo atendimento em centro espírita daquela cidade. Composto nossa equipe, temos uma médica, que nos orienta e faz palestras; uma psicóloga, que dá apoio ao grupo, com dinâmicas e atendimento fraterno; e expositores do Evangelho e de assuntos inerentes ao idoso. Com momentos de lazer e muita participação do grupo, conseguimos manter um clima de fraternidade e amor, em que todos se sentem bem acolhidos e à vontade para falar de seus problemas, de suas vidas e dificuldades. Facilita nosso trabalho poder contar com toda a estrutura que a casa espírita nos concede, utilizando os recursos necessários e o encaminhamento daqueles que necessitem de uma ajuda mais específica, de caráter material, moral ou espiritual.

Outro fator importante é a integração do idoso nos setores de trabalho da casa espírita. Ele se sente útil e eleva sua autoestima.

Nós, espíritas, devemos adotar, em nossos setores assistenciais e doutrinários, núcleos de trabalho para a realização desta tarefa com o mesmo empenho com que tratamos da evangelização do jovem e da criança.

É muito importante valorizar aqueles que adentram a terceira idade, incentivando-os a desenvolver suas potencialidades, propiciando-lhes uma adaptação positiva e construtiva no núcleo familiar, na vida comunitária e em nossas casas espíritas, ensinando-os a viver generosamente, educando seus sentimentos, dando-lhes ensejo de crescer espiritualmente, através dos recursos e ensinamentos que o Espiritismo nos concede.

No entardecer da vida estamos nos aproximando do fechamento de um novo ciclo biológico. Viver bem, de forma saudável e equilibrada esta fase será, certamente, o preparo mais adequado para a grande viagem que teremos de realizar quando finalizarmos a atual reencarnação. Reavivando em nossos corações as luzes da esperança e a crença na imortalidade da alma para transpor os portais de um novo mundo; com fé, confiança e discernimento estaremos contribuindo para uma chegada feliz e consciente à dimensão espiritual que nos aguarda.