

# O luto na clínica psicológica: um olhar fenomenológico

Mourning in psychological clinic: a phenomenological point of view

---

Ana Karina Silva Azevedo<sup>1</sup>

UFRN

Maria Aldeci Pereira<sup>2</sup>

FAFIRE

**Resumo:** Propusemos, através da pesquisa bibliográfica, traçar o percurso feito pelos cientistas e pensadores preocupados em situar o homem em seu contexto existencial e como a morte é estudada e “vivida” por este homem. Enfocamos o sofrimento daquele que é atingido pela morte de um ente querido; o processo de elaboração do luto; sua experiência emocional; e a reconfiguração existencial vivenciada com a perda. Desenvolvemos uma pesquisa com um olhar descritivo e compreensivo das manifestações e modificações ocorridas no decorrer dos tempos, sempre tendo como foco a morte do homem, suas reações frente à morte do outro e à própria morte. Para o entendimento do fenômeno da morte, nos detivemos na análise fenomenológica sob o olhar de Heidegger, em que o *Dasein* é o próprio homem lançado no mundo construindo sua história, consciente de sua finitude.

**Palavras-chave:** morte; luto; ser-para-a-morte; Heidegger.

**Abstract:** We proposed by the literature search to trace the route taken by scientists and thinkers concerned with placing the man in his existential context and how death is studied and “experienced” by this man. We focus on the suffering affected by the death of a loved one, the process of elaboration of mourning, his emotional experience, and existential reconfiguration experienced with the loss. We develop the study with a descriptive and comprehensive view of events and changes occurring in the course of time, always focusing on the man's death, his reaction before the death of another, and his own death. To understanding of the phenomenon of death in the phenomenological analysis, we stopped under the gaze of Heidegger, where *Dasein* is the man himself launched in the world building his own history, conscious of its finitude.

**Keywords:** death, mourning be-unto-death, Heidegger.

O tempo passa e deixa marcas. Faz parte de nossas vidas sem ocupar espaço e deixa um grande vazio quando leva alguém consigo. Mas é sobretudo generoso, pois um dia leva também a nossa dor (autor desconhecido).

A clínica contemporânea tem cada vez mais acolhido uma demanda recorrente da experiência de luto como geradora de sofrimento. Compartilhamos desta impressão,

---

<sup>1</sup> Professora Adjunta da Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Campus Santa Cruz. Especialista, Mestre e Doutora em Psicologia pela UFRN. E-mail: anakarinaazevedo@hotmail.com

<sup>2</sup> Formada em Psicologia pela FAFIRE – Faculdade de Filosofia do Recife. Psicóloga Clínica da Prefeitura de Natal, Especialista em Psicologia Humanista-Existencial em 2012. E-mail: aldeciapereira@hotmail.com

junto a outros psicólogos, os quais observam, na clínica, o aumento do volume dessa demanda significativa no vivenciar e expressar essa dor, e que experimenta sensações e emoções até então desconhecidas e inconcebíveis. Diante dessa realidade, surge então para nós, a oportunidade de concretizar a ideia que há muito tempo nos inquietava, desde o tempo da graduação em psicologia: o desejo de escrever sobre o sofrimento humano, no que concerne à dor sentida por cada um de nós. Dor que só o sabe como é, qual a sua intensidade, sua singularidade, ao mostrar-se e apresentar-se para o afetado por tal sentimento.

Estamos nos referindo não à dor física produzida pela estimulação de terminações nervosas específicas em sua recepção, mas à dor com sentido, com razão de ser e significado para a nossa subjetividade, com sentimento de pesar, de aflição, tristeza e desgosto. Essa dor é inominável, ela é sentida, vivida. Acreditamos que essa dor seja vivida, em sua maior plenitude e de forma avassaladora, quando a morte bate à porta e leva consigo um ente querido.

Essa dor se estende por todo o processo de luto com suas nuances, etapas, formas e implicações peculiares para cada enlutado, na busca de uma reorganização para viver – com a presença da ausência – do ente perdido sem buscar esquecê-lo.

Pensar sobre o luto é pensar sobre a morte, sobre a perda de alguém significativo para nós. Pretendemos, com este trabalho de pesquisa bibliográfica, traçar uma linha histórica da morte, do luto, do sofrimento do homem ocidental diante da morte do outro e de sua própria morte, dentro de uma linha de pensamento fenomenológico sobre a finitude do ser e do ser-para-a-morte segundo Heidegger.

A morte concebida por nós, como sendo a maior fonte geradora de sofrimento humano, suscita a necessidade de descobrir, através de uma decupagem da história da morte, do luto e do homem ocidental até os dias atuais com seus rituais construídos, desconstruídos e reconstruídos. Faz-se necessário traçarmos a evolução das atitudes do homem diante da morte, diante do sofrimento e diante da necessidade de elaborar seu pesar, seu luto. Tal iniciativa dá-se no intuito tanto de organizar o seu estar-no-mundo com suas exigências e imposições socioculturais, como também ressignificar o seu mundo, agora transformado pela dor da perda. Esta organização acontece para perceber-se, ser-aí-no-mundo consciente de sua existência sem o ente querido, de ser um ser-para-o-mundo, consciente de sua finitude, de ser um ser-para-a-morte, e, sobretudo, de ser um ser capaz de viver plenamente cada dia oportunizando o princípio da alteridade.

### **A história da morte e a morte na história**

Basta uma pessoa estar faltando no mundo para que o mundo inteiro fique vazio para você (Phillipe Ariès, 1982, p. 23).

A atitude do homem contemporâneo diante da morte é o resultado de um processo longo e lento de transformações ao longo dos tempos. Essas mudanças hoje são observadas de maneira mais rápida e consciente. Ariès (1977) disserta sobre as modificações de atitude diante da morte a partir da Idade Média, começando com a

morte domada, em que o homem era informado sobre a proximidade da chegada da morte. O aviso era dado por signos naturais e por uma convicção íntima, tendo um significado qualquer de premonição sobrenatural ou mágica.

A morte era percebida, encarada e experienciada como um acontecimento muito comum, um preceito natural da vida. O contexto leva-nos a entender a proximidade da morte com serenidade e compreensão da sua chegada. Parece-nos traduzir a compreensão sobre a morte, segundo Rogers (1983), quando diz “não me parece trágica ou terrível... parece natural que minha vida chegue a um fim” (p.28).

Tais reflexões são ilustradas ao pensarmos o comportamento do moribundo que, sentindo a proximidade da sua morte, tomava as suas providências como: esperar a morte deitado, imóvel, com o rosto direcionado para o céu, em posição jacente. Percebemos também que se seguia o ritual prescrito pelos liturgistas do século XII, com o ato de lamento da vida; o ato de perdão dos que rodeiam o moribundo; e ato de esquecer o mundo e pensar em Deus. Por fim, o padre realizava a remissão dos pecados com a incensação do corpo e água benta. As preces eram a etapa final para esperar a morte chegar (Ariès, 1977).

A morte domada desenha-se diante de nós como um evento, um acontecimento coletivo em que o ritual é organizado pelo próprio moribundo e para tal é convocada a presença de parentes, amigos, vizinhos e até curiosos sem restringir de todo o cerimonial, a presença de crianças.

Ariès (1977) enfatiza a simplicidade de como os rituais da morte eram assumidos e cumpridos de modo solene sem que as emoções e comportamentos tivessem um caráter dramático. Outro aspecto ressaltado por este autor é sobre a antiga familiaridade com a morte e a coexistência dos vivos e dos mortos. Por mais que a morte fosse familiar e próxima, os antigos temiam a proximidade dos mortos e os mantinham o mais longe possível. Fato constatado pela localização dos cemitérios que eram sempre fora das cidades, às margens de estradas. Por mais que honrassem as sepulturas e os cultos funerários, estes tinham como objetivo impedir que os defuntos voltassem para incomodar os vivos. Isto porque, o “mundo dos vivos deveria ser separado do mundo dos mortos” (p. 22).

Assim, a preocupação com a particularidade de cada homem começa a despontar mesmo que de forma sutil dentro do processo de mudança de atitude diante da morte, dentro de um contexto de aceitação do destino coletivo, da espécie. Observamos essa preocupação nas individualizações das sepulturas, “na Roma antiga cada indivíduo, às vezes mesmo um escravo, tinha um local de sepultura (*loculus*) e este local era freqüentemente marcado por inscrição” (Ariès, 1977, p. 36). Assim, o túmulo com sua inscrição traduz o anseio de preservar a identidade e a memória do desaparecido, como também, simbolicamente eterniza a presença do ente querido.

Segundo Kovács (1992), um novo sentido é dado à morte nas sociedades ocidentais lá pelo início do século XVIII: o homem volta sua atenção não para a sua própria morte, mas para o acontecimento da morte do outro, de forma dramática, exaltando-a e desejando-a para si. É a morte romântica que no século XIX ostenta em seu âmago a ideia de morte como sendo uma ruptura insuportável, por representar a morte do outro, do ser amado.

Ainda hoje somos espectadores e testemunhas de atos suicidas como resultado da dor insuportável de continuar vivendo sem a presença do ser amado que morreu. E tal ato é expresso e descrito em músicas e poesias que compõem o nosso imaginário ilustrativo. Vivenciar, não suportar a dor da perda remete-nos à música de Chico Buarque, em que o poeta retrata o relato de uma mãe que perde o filho e como essa perda lhe dilacera a alma, levando-a a não querer viver mais sem a presença daquele que era parte dela, e permanecer viva transforma-se em punição.

Oh, pedaço de mim  
Oh, metade adorada de mim  
Lava os olhos meus  
Que a saudade é o pior castigo  
E eu não quero levar comigo  
A mortalha do amor  
Adeus

(Chico Buarque, 1978)

É entre o final do século XIX e início do século XX que acontece uma mudança significativa de atitude diante da morte para os observadores sociais, a partir da intolerância com a morte do outro e do comportamento dos assistentes do moribundo, poupando-o e ocultando o saber sobre a gravidade do seu estado. Segundo Ariès (1977), surge então um sentimento de “evitar não mais o moribundo, mas à sociedade, mesmo os que o cercam, a perturbação e a emoção excessivamente fortes, insuportáveis, causados pela fealdade da agonia...” (p. 57).

Assim, concretiza-se a interdição do “vivenciar” a morte com a intenção de preservar a ventura, com o intuito de evitar a demonstração de dor, principalmente as exacerbadas, muito embora os rituais da morte e luto permaneçam conservados, mesmo que as manifestações da dor da perda ainda sejam recriminadas.

Significante também foi a retirada do moribundo do seu lar para o hospital, longe de seus entes queridos, o qual se tornou o lugar onde os cuidados e a assistência existem de forma diferente dos cuidados em casa. Foi quando “o quarto do moribundo passou do lar para o hospital” (Ariès, 1982, p. 624). E os tratamentos médicos tornaram-se prolongados e exigentes, utilizando recursos técnicos com aparelhagens pesadas às quais levaram o doente, em estado grave, a permanecer no hospital por mais tempo, e este passa a ser o único local, com a cumplicidade da família, em que a morte pode escapar de uma exposição, de uma inconveniência mórbida. A morte no hospital passa ser vista como um privilégio. O médico torna-se a única pessoa capaz de avaliar e decidir ou traçar o momento certo da morte daquele que está sob o domínio do saber científico. Configura-se dessa forma o hospital como sendo o local da morte solitária, num processo mecânico e desumanizado.

A sociedade ocidental afastou a morte, ela não faz mais uma pausa na vida das pessoas, além dos mais próximos, ou seja, já não há mais espaço para uma disponibilização espontânea de estar junto ao finado e presente com os que necessitam de acolhimento. Tal reflexão encontra-se presente nas condolências prestadas ao enlutado através da expressão de frases que já se tornaram jargão como: “... a vida continua...”, “... temos que tocar o barco...”, “... temos que pensar em quem está

vivo...”, levando-nos a pensar na morte como algo a ser esquecido, afastado de quem sente a dor do luto, algo a não ser sentido, vivenciado. Encontrando-se diante da morte, o homem depara-se com a possibilidade de sua própria morte; desta forma, a morte e o sofrimento do outro se tornam um incômodo.

A dor parece ser banalizada – por ser a morte algo natural e que ocorre a todo instante, principalmente quando é a morte do outro, com total aval da sociedade da qual fazemos parte. É quando na clínica, o enlutado queixa-se de ouvir um tipo de alento, como se o outro estivesse dizendo que não tem valia alguma ficar no lamento, na dor, já que a vida segue seu rumo independente do seu sofrimento.

A sociedade ocidental não só privou o homem de sua morte, como proíbe aos vivos de manifestarem o seu sofrimento, o seu padecer pela morte do outro, do ser amado. O sofrimento é contido, não demonstrado, as emoções são retidas e com isso a angústia gerada pela perda de alguém passa a ser algo velado ao próprio homem. Segundo Freire (2006), todo o trabalho de luto é encoberto socialmente pela vergonha da exposição pública.

A condição de finitude do homem é um fator constitutivo do ser humano, entretanto, no contexto da cultura ocidental, mesmo com a evolução temporal, o homem parece temer e negar cada vez mais a morte. Essa consciência humana remete-nos à relação conflituosa do conhecimento do homem sobre si mesmo, com a certeza da transitoriedade da vida e entendimento de seus limites e sua existência. A morte revela a fragilidade do homem, ou seja, ele não tem domínio sobre o seu grande temor que é sobre o que está na pós-morte (Freire, 2006).

Por não aceitar o inevitável, o homem cria, transforma, cultiva, inventa e produz as mais variadas e belas formas e maneiras de fazer a manutenção da sua existência e do seu viver, buscando o prazer de sentir a vida como fazemos ser para cada um de nós.

Somos nós que fazemos a vida  
Como der, ou puder, ou quiser...  
Sempre desejada  
Por mais que esteja errada  
**Ninguém quer a morte**  
**Só saúde e sorte...**

(Gonzaguinha, 1982)

Os estudos sobre a morte e o morrer (Kübler-Ross, 2002) implicam a preocupação sobre o enfrentamento dos sobreviventes à perda como processo de luto. O que torna necessário compreender como a literatura desvela o enlutamento ao longo da história.

### **Luto – o caminhar de uma despedida**

Embora saibamos que depois de uma perda dessas o estado agudo de luto abrandará, sabemos também que continuaremos inconsoláveis e não encontraremos nunca um substituto. Não importa o que venha a preencher a lacuna, e, mesmo que esta seja totalmente preenchida, ainda assim alguma

coisa permanecerá. É, na verdade assim deve ser. É a única maneira de perpetuar aquele amor que não desejamos abandonar (Sigmund Freud)<sup>3</sup>.

“Estar de luto é estar sofrendo e que sofrimento pior do que a perda de um ente querido?” (Comte-Sponville, 1997, p.89).

Luto, segundo o dicionário Aurélio (1988), é o sentimento de pesar ou dor pela morte de alguém: Tristeza profunda, consternação, dó. Em inglês, *Mourning* é definido como o processo psicológico que mobiliza esforços para lidar com o pesar que a perda do objeto amado gerou e para reorganizar o mundo interno e externo agora sem a presença física deste.

Poucos foram os estudiosos, até a década de 1960, que dedicaram atenção aos processos de pesar, entre eles temos Freud, Klein, Lindemann e Edith Jacobson, e essa atenção ocupava uma abordagem mais voltada para as variantes patológicas do luto, do que as existentes no processo normal (Bowlby, 1985). Kovács, (2003) aponta Parks como sendo uma das autoridades nas pesquisas sobre o luto, principalmente como o processo de luto atinge o significado que se dá à vida, como este provoca transformações e transições na vida do enlutado. Nos estudos e pesquisas desenvolvidos pelo autor mencionado, algumas conclusões sobre os efeitos nos indivíduos são bem explícitos quanto às alterações do sistema imunológico, que se torna vulnerável, e as doenças físicas e mentais como insônia, anorexia, uso do álcool e drogas e depressão reativa estão presentes.

É sobre a perda, sobre a morte de um ente querido, o luto sobre o qual estamos nos referindo. É sobre a experiência emocional, a reconfiguração, a aflição que o vivencia de forma imediata à perda; é sobre todo o processo de luto que se desencadeia.

Constatamos através de nossa experiência e escuta clínica que o luto é um processo e ocorre quando um vínculo afetivo é rompido, como os estudiosos do assunto afirmam. Kovács (1992) fala da morte como perda, como rompimento de um vínculo, um vínculo afetivo desfeito de forma irreversível. “Para a pessoa enlutada, apenas a volta da pessoa perdida pode proporcionar o verdadeiro conforto” (Bowlby, 1985 p. 04). O autor enfatiza que o rompimento do vínculo significativo causado pela morte tem como relação universal o pesar, a dor pela perda do ser amado (Bowlby, 1982).

Gorge Engel (1961, citado por Wordem, 1998, p. 22), sobre a tese de que “a perda de uma pessoa amada é psicologicamente traumática”, aponta o luto como sendo um desequilíbrio do estado de bem estar geral do homem, sendo assim o processo de luto equivalente ao de cura na busca do equilíbrio. O autor acredita que, para que o processo de luto seja completado, é necessário um tempo, e nesse ínterim podem existir incidentes inadequados prejudicando a cura.

Acreditamos ser importante ressaltar a compreensão do luto como um processo, vivenciado de modo singular e essa vivência não pode ser considerada doença. Kubler-Ross (1969-2002) alerta para o fato de que o processo sendo individual necessita de cuidados específicos nos diferentes momentos do seu proceder. O processo de luto não

---

<sup>3</sup> Carta de Freud a Binswanger que havia perdido um filho (citado por BOWLBY, em “Perda, tristeza e depressão”, v.3 da trilogia Apego e perda, 1985, p. 21.

é uma ação do indivíduo em reportar a um determinado momento, mas “envolve uma sucessão de quadros que se mesclam e se substituem” (Parkes 1998, p. 24).

Desse modo, não podemos estabelecer padrões e modelos para o ser humano reagir à perda do ente querido ou considerar as reações apresentadas como patológicas, “é arriscado medicalizar, as crises normais da vida e tratar o luto como uma doença” (Parkes, 1998, p. 15).

A dor da perda do ente querido na sua singularidade é uma experiência que os poetas tentam descrevê-la através de suas canções na busca de serem compreendidos no seu momento de viver sua dor, como visto no trecho de Marisa Monte e Arnaldo Antunes (1994) em que a dor é descrita como única e particular: “Se ela me deixou, a dor é minha só, não é de mais ninguém”.

Sobre esse ponto, Bowlby (1995) afirma o quanto é penoso para quem está ao lado do enlutado, pois experiencia a impotência de ajudar.

Na experiência de luto, o homem apresenta reações bem definidas. Worden (1998) pormenoriza essas reações em: afetivas, comportamentais, cognitivas e somáticas. As afetivas são: as tristezas, depressão, ansiedade, culpa, raiva e hostilidade, falta de prazer, solidão, perda de propósito de vida, desconfiança das pessoas, auto-reprovação. As reações comportamentais são: agitação, fadiga, choro constante, afastamento das funções sociais, atitudes em relação ao morto como procura e imitação, aumento do uso dos psicotrópicos. As reações cognitivas são: a lentidão do pensamento e da concentração. E as reações somáticas: são os distúrbios de alimentação e do sono, perda de energia, queixas somáticas similares às do morto e suscetibilidade a doenças. É importante termos em mente que as reações acima apontadas não são necessariamente vistas como patológicas.

Existe uma preocupação nos estudos sobre os fatores de risco para o enlutamento tornar-se complicado. Termo este provocador de controvérsias quanto à identificação fiel do conceito aplicado como: Luto patológico, desajustado, anormal, disfuncional, desviante. A tendência maior é adotar a abordagem dos fatores complicadores do luto, por não responsabilizar o homem por seu sofrimento e as complicações advindas.

É importante salientar que as situações de luto complicado podem se expressar em sintomas físicos e mentais embora não haja uma padronização única de enfrentar as perdas (Kovács, 2003).

O processo de luto, segundo Parkes (1998), pode sofrer complicações de três ordens: Luto Crônico, no qual se observa um prolongamento indefinido do processo com predomínio de tensão, inquietação e insônia, podendo ocorrer também sintomas de identificação com o morto; Luto inibido, caracterizado quando as reações de luto estão ausentes ou diminuídas; Luto adiado, quando a inibição das respostas imediatas à perda pode ser provocada mais tarde por eventos que, em princípio, não deveriam eliciar estas manifestações.

Dentro desse contexto, Bromberg (1992) aponta a necessidade de se voltar para o enlutado, dedicando uma atenção cuidadosa para a superação do sofrimento desse processo. A autora também acredita que este seja um processo equivalente a uma cura, composto por duas mudanças psicológicas durante o período de luto. A primeira é

reconhecer e aceitar a verdade do ocorrido: a morte rompeu a relação. A segunda é experimentar e lidar com as emoções e o que elas produzem para o enlutado. Desde modo, consolida-se o processo de luto em sua definição como um conjunto de reações perante uma perda significativa. Bowlby (1985) refere-se a quatro fases do luto:

1. Fase de choque, que tem a duração de algumas horas ou semanas e pode vir acompanhada de manifestações de desespero ou raiva. O indivíduo pode parecer desligado embora manifeste um nível alto de tensão. Ocorrem expressões emocionais internas, ataques de pânico e raiva.

2. Fase de desejo, de busca da figura perdida, que pode durar também meses ou anos. A raiva pode estar presente, quando há a percepção de que houve efetivamente uma perda, provocando desespero, inquietação, insônia e preocupação.

3. Fase de desorganização e desespero. Existe a ilusão de que talvez tudo não tenha passado de um pesadelo e de que nada mudou. Dois processos contraditórios coexistem: a realidade da perda, com todos os sentimentos que a acompanham, e a esperança do reencontro. A raiva é, muitas vezes, transferida para os amigos que estão no papel de consolar o enlutado, mas que indiretamente confirmam a realidade. “Aos outros eu devolvo a dó. Eu tenho a minha dor” (Marisa Monte/Arnaldo Antunes, 1994). Acreditamos que é a partir dessa constatação que se dá início ao sofrimento, à dor da perda, provocando a desorganização interna, única e singular para o indivíduo. Esta desorganização é traduzida pela sensação de que nada mais tem valor, muitas vezes acompanhada de um desejo de morte, pois a vida sem o outro não vale a pena.

4. Fase de alguma organização é quando se processa uma aceitação da perda definitiva e a constatação de que uma nova vida precisa ser começada. Embora numa fase de aceitação e de novas buscas, a saudade e tristeza podem retornar, tornando o processo de luto gradual e nunca totalmente concluído. Nesse período de elaboração do luto, podem ocorrer distúrbios na alimentação ou no sono.

Durante todo o processo, o enlutado apresenta características definidas que Ariès (1982) distingue em três categorias: aquele que consegue esconder completamente sua dor – o enlutado se obriga a proceder como se nada tivesse acontecido, continuando a sua vida normal sem qualquer interrupção; o que esconde dos outros guardando para si mesmo – quase nada transparece externamente e o luto subsiste em particular. Pelo senso comum é a atitude mais aprovada, que admite ser necessário tolerar algum desabafo, contanto que permaneça secreto; e o que a deixa aparecer livremente - o enlutado obstinado fica impiedosamente excluído como louco.

Sobre a questão do tempo de persistência do processo de luto é bastante diferente entre os estudiosos do assunto, o que é compreensível tendo em conta os posicionamentos quanto às experiências do homem em sua singularidade dentro do processo de luto.

Para alcançar o restabelecimento do equilíbrio e para que o processo de luto seja completado, WORDEN (1998) aponta quatro *tarefas* necessárias para serem realizadas pelo enlutado. **Aceitar a realidade da perda:** defrontar-se com o que está acontecendo, a pessoa querida se foi, está morta e não retornará ao seu convívio. A aceitação dessa



realidade leva tempo. **Para elaborar a dor da perda:** reconhecer o sofrimento como sendo indescritível, mas também buscar encontrar alívio para poder saber que um dia essa dor passará. **Ajustar-se a um ambiente onde está faltando a pessoa que faleceu:** É redefinir papéis antes desempenhados pelo falecido e ajustes de um sentido do *seu si mesmo* e do controle da sua vida. **Reposicionar em termos emocionais a pessoa que faleceu e continuar a vida:** é a necessidade de se encontrar um novo posicionamento dentro de si, do ente perdido, sem deixar de amá-lo, mas com capacidade de voltar a viver bem.

Observamos que para alguns autores a elaboração do luto é o caminho que o homem tem que percorrer para adaptar-se à perda do ente querido. Fujisaka (2009) cita o posicionamento de alguns estudiosos sobre a finalização do luto, como o estudo feito por Walsh e Mcgoldlirck que relatam que a duração deste processo leva mais tempo do que a expectativa existente, por parte das pessoas, e o estudo realizado por Bonano e Kaltman apontando a finalização do luto através de duas formas: a quebra dos vínculos com o falecido e uma reorganização do relacionamento com o morto, supondo assim uma evolução de um estado de angústia e estresse, quando se recorda do morto, para um estado mais neutro e positivo, encontrando-se sentido nesta perda.

Face ao exposto, acreditamos que no processo de luto não existe um enquadramento de duração e finalização e sim de uma dose maior ou menor de intensidade do pesar de cada, como bem afirma Kovács (1992). Para esta autora, mesmo existindo uma fase de aceitação e de novas buscas no desequilíbrio interno, a saudade e a tristeza podem retornar interferindo assim na duração do processo.

Comte-Sponville (1997), sobre o processo de elaboração do luto, fala do término deste como sendo uma cura, um sarar a dor e isso, segundo o autor, ocorre quando o homem aceita essa perda, embora não possamos dizer com veemência que o luto possa ser vivenciado totalmente. Para ele, o aceitar – a perda – é dizer sim ao não – negação da perda – que por muito tempo dilacerava a alma.

O tempo do luto para Kovács (1992) é variável e o traço mais permanente no luto é o sentimento de solidão. Compreendemos a intensidade de todo o sofrimento expresso durante o processo de luto, apontado pelos autores acima citados, quando lançamos o olhar para a definição de solidão que Chico Buarque, poeta e compositor, em uma entrevista, expressa o sentido e significado desse sentimento vivido perante a perda de um ente querido. Para o poeta, solidão é quando nos perdemos de nós mesmos e procuramos em vão pela nossa alma. Alma aqui como sede dos afetos, dos sentimentos (Ferreira, 1988). A definição citada pelo poeta equaliza o que é estar perdido, dilacerado, sem sede de ser, sentir e estar no mundo em que o ente querido não está mais presente. Diante desse contexto, nos juntamos a Sponville (1997) sobre a ausência, a falta desse ente, em que ele afirma: “Há sofrimento, não a cada vez que há falta, mas cada vez que a falta não é aceita” (p. 93).

Todo o trabalho de luto, sofrimento pela perda e o processo da morte em si, passam a ser encobertos socialmente e a interiorização da perda é jogada para a intimidade do homem que passa a viver esse seu sofrimento no isolamento, o que provoca um crescente sentimento de exclusão social (Freire, 2006). A nossa experiência clínica confirma as limitações impostas pela sociedade, através do sofrimento e

elaboração do pesar, de maneira subjetiva e solitária dos que nos procuram e nos pedem ajuda.

Questionamo-nos acerca deste sofrimento que expressa a dificuldade em lidar com a própria finitude, a qual foi pensada por muitos filósofos existenciais, mas que em Heidegger foi presentificada pela fundante noção de que o Ser é ser-para-a-morte. Convidamos a mergulhar nesta concepção heideggeriana que pode nos auxiliar a refletir sobre este modo de sofrimento que aqui mencionamos.

### Heidegger e o ser-para-a-morte

A cotidianidade é justamente o ser ‘entre’ nascimento e morte (Martin Heidegger, 2004, p. 24)

O foco de toda preocupação filosófica de Heidegger é a questão do problema do ser, seu sentido, sua verdade, utilizando o método fenomenológico que, para Heidegger, é o caminho pelo qual pode-se revelar aquilo que está oculto, tendo como ponto de partida sua reflexão sobre “aquele ser que se dá a conhecer imediatamente, ou seja, o próprio homem”. (Chauí, 2005, p. 7).

Para Heidegger, o ser humano está sempre fazendo a sua história acontecer. Nessa condição do ser humano, Heidegger cria o conceito de *Dasein*<sup>4</sup> em que possui condição ontológica de ser um ser-no-mundo, sendo o homem esse ente cujo ser está sempre acontecendo, manifestando-se a cada instante no existir temporal. Sendo assim, o *Dasein* é o modo de ser do homem, sendo a nossa existência, uma existência que é pontuada pela condição de que o *ser-aí* é histórico e situado. O *ser-aí* para Heidegger é o ente dotado da diferença ontológica, pois é o único ente que se relaciona com seu próprio ser. Sendo assim, o *Dasein* é um ente cujo modo de ser é abertura. Essa condição de abertura é que lhe permite compreender-se como ser-no-mundo.

Heidegger (2004) coloca o *Dasein* como ser-para-a-morte, visto que só empreende o seu ser-si-mesmo no instante que ele não é mais, quando deixa de ser. O *Dasein* resguarda a possibilidade inerente de construir sua historicidade aliada à temporalidade finita e única de cada *ser-aí* em especial. Desta forma, por sua historicidade, o *ser-aí* empenha-se em um cuidado extremo, em função do fato de que seu determinante essencial é a sua finitude.

O homem realiza a sua existência num humor mediado pela angústia, visto que, ao olhar para o futuro, existe a indeterminação por não saber o que vai ser, e ao olhar para o passado, vê o que já está determinado, assim a totalidade da história desse homem se transforma a cada novo elemento, dentro do processo de construção (Lopes, 2007). Ainda, segundo este autor, passado e futuro se apresentam indeterminados, em relação ao fato (futuro) e em relação ao significado (passado). Essa posição de desamparo do homem através do termo “EK-sistere” – “Vindo-a-ser”, que o difere, enquanto ente dos outros entes, que já estão, porque eles todos são, o homem existe, e, portanto, é sempre um vir-a-ser.

---

<sup>4</sup> Podendo ser traduzido também como presença, ser-aí.

A condição de ser sempre um vir-a-ser do *Dasein* faz com que ele se angustie com o seu próprio ser-no-mundo. Sobre este humor, a angústia, Heidegger fala em uma alternativa de superação da própria *angústia*, manifestando seu poder de transcendência sobre o mundo e sobre si mesmo. O que significa dizer que o homem está capacitado a conferir um sentido ao ser (Chauí, 2005). O *Dasein* está sempre conferindo sentido e significados à existência, justamente por sua indeterminação originária e por sua condição de ser um ser de abertura no mundo, e, portanto, sendo afetado por ele. A angústia aparece como uma tonalidade afetiva fundamental porque desestabiliza os sentidos já sedimentados até então. Nesse estado de esgarçamento dos sentidos, existe a possibilidade do *Dasein* dirigir-se às possibilidades mais próprias, mas isso não é garantido. O *Dasein*, na maior parte das vezes, mergulha novamente nas orientações sedimentadas do mundo, vivendo como todo mundo vive, adotando para si os sentidos que o mundo lhe fornece, fato este nomeado por Heidegger como um modo-de-ser-no-mundo na impessoalidade. Para Heidegger (2004), “a angústia singulariza o *Dasein*, em seu próprio ser-no-mundo que, na compreensão, se projeta essencialmente para as possibilidades” (p. 251). Heidegger enfatiza o fenômeno da *angústia* pontuando que esta permite a abertura para a compreensão da totalidade estrutural do *ser-aí*.

A constituição ontológica de poder-ser se evidencia na estrutura existencial, desentranhada através do fenômeno da morte. O *Dasein* é sempre ser-para-a-morte (*sein zum tode*) por existir numa temporalidade primordialmente futura marcada por sua finitude. Para Heidegger (2004), por meio da morte dos ‘outros’, o homem pode ‘observar’ ‘objetivamente’ o findar da presença do *Dasein* no mundo. É a revelação de que o outro alcançou sua totalidade como um ser “finado”, aquele que chegou ao seu fim. Tal observação sempre será sobre a experiência da morte do outro, semelhante à experiência de nascer, como uma experiência solitária de vida por aquele ente.

Segundo Heidegger (ST, vol. II), lidamos com a morte cotidianamente, de modo impróprio, ou seja, como se ela só fosse acontecer quando se envelhece. Desse modo, esquecidos de que somos finitos, e que é exatamente essa finitude o que nos constitui e nos lança para nossas possibilidades, vivemos mergulhados no mundo impessoal. Assim, falamos da morte dos outros e até podemos nos entristecer pela falta dos outros, mas isso não necessariamente nos aproxima de nossa essência finita, de modo a nos apropriarmos de nosso poder-ser mais próprio.

A morte de um ente querido, ainda que revele o seu desaparecimento como ser presente no mundo, tem outra significação para os que ficaram. Heidegger explicita assim: “O ‘finado’ que, em oposição ao morto foi retirado do meio dos que ‘ficaram para trás’, é objeto de ‘ocupação’ nos funerais, no enterro, nas cerimônias e culto dos mortos” (2004, p. 18). É quando o autor se refere aos “que ficaram para trás, aqueles que têm laços e vínculos com o finado permanecendo com ele, não só dentro de um contexto, de um modo, de uma preocupação referencial ou da apreensão fenomenal do não-mais-estar-presente do finado, mas ao contexto onde a morte desentranha como perda e, mais do que isso como aquela perda experimentada pelos que ficam” (2004, p. 19).

A experiência da perda suscita algumas constatações para aqueles que ficaram e vivenciam o sofrimento pela perda, de forma peculiar e singular. A dor estampada no

rosto e o dilaceramento da alma, expresso nos depoimentos daqueles que nos solicitam ajuda, revelam o que sentem e deixam de sentir com o não-mais-estar-presente do ente querido. A perda de sentido de estar com os outros esvazia o peito e a alma, restando apenas o lamento e a saudade.

Na morte, o *Dasein*, para Heidegger (2004), não se completa, nem simplesmente desaparece ou acaba e, muito menos pode estar disponível à mão. Para este filósofo, a morte não deve ser compreendida como algo que está no fim, que nos aguarda ou nos espreita externamente. Em sentido ontológico, a morte está intimamente entrelaçada com o fenômeno da existência. É enfático quando exprime que a morte é uma possibilidade ontológica que o próprio *Dasein* sempre tem que assumir. Sendo uma possibilidade ontológica, a morte não se encontra no futuro indefinido, muito embora seja um ainda-não, ela já se encontra enraizada nas fibras da própria ex-sistência. Assim, Heidegger afirma que, em existindo, o *Dasein* já está lançado nessa possibilidade.

Diante do exposto, constatamos que para o *Dasein* a morte encontra-se, como possibilidade, subentendida nas outras possibilidades inalienáveis e irremissíveis como ser-para-a-morte. Embora o homem seja consciente dessa possibilidade inalienável de ser-para-o-fim, tem em sua cotidianidade uma tendência de evitar o sentimento de angústia que revela o seu modo essencial de ser e estar-lançado no mundo, ou seja, o *Dasein* sempre é o ser-para-a-morte. Assim, o autor torna claro como o homem, em seu dia a dia, busca ter e manter um equilíbrio em suas “ocupações” na vida, tendo a compreensão de ser um ser-para-a-morte e elaborar projetos de vida, enquanto sua própria morte não lhe bate a porta. Acreditamos que a própria elaboração do luto, diante da perda de um ente querido, faça parte dessa busca de equilíbrio através de novos projetos de vida, visto que, com o desaparecimento do ente querido, a dor desperta e faz vir à tona a finitude, em sua forma tácita.

Constatamos que a evolução da cultura ocidental em relação ao vivenciar a noção de finitude tem-se mostrado contraditória quanto à consciência e certeza da sua transitoriedade e quanto ao temer e negar a morte, embora tenha, sob a visão de Heidegger, a compreensão desta finitude como sendo uma possibilidade inerente à nossa existência. Acreditamos que a própria sociedade tenha contribuído para esse comportamento contraditório, através de suas imposições de contenção das manifestações de sofrimento em público.

### **Considerações finais**

A própria dor  
Revelou o caminho do amor  
E a tristeza acabou

(Tom Jobim, 1967)

O processo de elaboração do luto revelou ser um canal de entendimento e de compreensão sobre a dor e sofrimento humano vivido perante a perda de um ente querido.

A busca de entendimento e explicação do fenômeno da morte em si, da morte do outro e da própria morte sempre foi uma das preocupações de cientistas e pensadores. Somente há cerca de algumas décadas é que se tem desenvolvido uma atenção e interesse mais efetivo sobre o assunto, tanto em nível antropológico, físico e cultural como também em nível das ciências humanas e comportamentais. Neste último, detivemos nossa atenção e interesse na contribuição, sem igual, do pensador alemão Martin Heidegger, que, em sua busca do sentido do ser, através de sua fenomenologia Hermenêutica, trouxe em sua ontologia, como fundamento do Ser, a condição de ser-para-a-morte, para entender a trajetória percorrida na busca da compreensão do homem e sua existência no mundo.

Heidegger nessa busca elabora uma nomenclatura própria. O *Dasein* é o retrato do próprio homem, ou seja, é o *ser-aí* e, portanto um ser-no-mundo, mundo que o faz ser-com numa temporalidade marcada pela condição ontológica de ser ser-para-a-morte.

Podemos pensar a retomada de busca de sentido de ser, do sentido de vida, fundada na disposição de ser-com e ser-no-mundo, provocado pela dor da perda de um ente querido, sendo esta uma das possibilidades postas ao *Dasein*. Lidar com a finitude põe o homem em uma posição de incerteza, fazendo surgir a angústia que se torna presente. Angústia que possibilita a abertura para a compreensão de sua própria existência, como ser-no-mundo e seu determinante essencial, a própria finitude.

Para Heidegger, o *Dasein* existe sempre numa abertura, e a angústia é considerada como um elemento impulsionador para vivenciar a morte e a dor da perda como um fato existencial natural, ou seja, pertencente ao existir humano. Acreditamos que a compreensão da noção heideggeriana de ser-para-a-morte, para o homem contemporâneo, perpassa pela percepção de que a morte constitui o existir (está intimamente entrelaçada com o fenômeno da existência), mesmo que este homem tenha atitudes de negação desta facticidade, e o enxergar a elaboração do luto como um caminho para se alcançar o equilíbrio, é fazer uso das oportunidades que tem de se lançar nas suas possibilidades como *ser-aí* que é.

Para os que ficam, a angústia aponta para a necessidade de se continuar, mesmo sem o ente querido, buscando experimentar outras oportunidades e possibilidades que se apresentam diante da cada um de nós. Esclarecendo o exposto, Gonzaguinha, compositor contemporâneo, expressa de maneira poética e entusiástica o que precisamos fazer para que as coisas aconteçam como ser-no-mundo:

Viver!  
E não ter a vergonha  
De ser feliz  
Cantar e cantar e cantar  
A beleza de ser  
Um eterno aprendiz...”

(Gonzaguinha, 1982)

Isto é viver. Compreendemos que o autor faz transparecer, em seus versos, o conceito heideggeriano sobre o homem como *ser-aí*, lançado no mundo construindo sua própria história.

## Referências

- ARIÈS, P. *História da morte no ocidente: Da idade média aos nossos dias*. Rio de Janeiro: Francisco Alves (1977).
- \_\_\_\_\_, *O homem diante da morte vol. 2*. Rio de Janeiro: Francisco Alves (1982).
- FERREIRA, A. B. H.. *Dicionário Aurélio Básico da Língua Portuguesa*. Rio de Janeiro: Nova Fronteira (1988).
- BOWLBY, J. *Perda, tristeza e depressão. V. 3 da trilogia Apego e Perda*. São Paulo. Martins Fontes (1985).
- \_\_\_\_\_, *Formação e rompimento dos laços afetivos*. São Paulo: Martins Fontes (1982).
- BROMBERG, M. *Luto como crise Familiar: Uma abordagem terapêutica e preventiva. Tese de doutorado de Psicologia Clínica*. PUC, São Paulo, Brasil (1992).
- BUARQUE, C. (1978) Pedaco de mim. Em *Samambaia* [CD] Rio de Janeiro: Philips.
- CHAUÍ, M. *Vida e obra*. In: *Heidegger, M. Conferências e escritos filosóficos*. São Paulo. Nova Cultural (2005).
- COMTE-SPONVILLE, A. *Bom dia Angústia*. São Paulo. Martins Fontes (1997).
- FREIRE, M. *O som do silêncio: isolamento e sociabilidade no trabalho de luto*. Natal: EDUFRN (2006).
- FUJISAKA, A. *Vivência de luto em adultos que perderam a mãe na infância* Dissertação de Mestrado programa de pós graduação em psicologia clínica. PUC. São Paulo, Brasil (2009).
- GONZAGUINHA (1982) O que é, o que é?. Em *Caminhos do coração* [CD] Rio de Janeiro: EMI-Odeon.
- HEIDEGGER, M. *Ser e tempo*. Rio de Janeiro: Ed. Vozes, v.I e II (2004).
- JOBIM, A. C. (2005) Meditação. Em *Milenium*[CD] Jobim, A. C. e Mendonça, N. Rio de Janeiro: EMI-Odeon (1967)
- KOVÁCS, M. J. *Morte e desenvolvimento*. São Paulo: Casa do Psicólogo ( 1992).
- \_\_\_\_\_, *O Homem diante da Morte – ensaios de compreensão do trabalho de Philippe Ariès*. In *Educação para a morte. Temas e reflexões*. São Paulo: Casa do Psicólogo (2003).
- MONTE, M. E ANTUNES, A. (1994) De Mais Ninguém. Em *Ainda é cedo* [CD] Rio de Janeiro: Sony/BMG
- FREIRE, M. *O som do silêncio: isolamento e sociabilidade no trabalho de luto*. Natal: EDUFRN, (2006)
- KÜBLER-ROSS, E. *Sobre a morte e o morrer*. São Paulo: Martins Fontes (2002).
- LOPES, A. *Ontologia, morte e poesia: A questão do Ser em Heidegger. Monografia não publicada*. UFRN. Natal. Brasil (2007).
- PARKES, C. *Luto: Estudos sobre a perda na vida adulta*. São Paulo: Summus (1998)
- ROGERS, C. *Um jeito de ser*. São Paulo. EPU (1983).
- WORDEN, J. *Terapia do luto: Um manual para o profissional de saúde mental*. Porto Alegre. Artes médicas (1998).

Submetido em setembro de 2013

Aceito em dezembro de 2013