

O Luto do irmão

Francisco Salgado

Resumo

De acordo com Hegel (cit.in Byang-Chul Han, 2012, p.35): "...algo só é vivo quando contém em si a contradição...", nesse sentido, vida e morte são condições intrínsecas à existência humana.

Mas, como refere Freud (1915, cit. in Silva, P.N., 2012 p.69): "No fundo, ninguém acredita na sua própria morte (...) no seu inconsciente cada um de nós está persuadido de ser imortal".

E na sequência do que nos diz Freud, J. Laplanche (1985, p.14) acrescenta: "no inconsciente, a morte seria sempre a morte do outro, (...) e nós não teríamos acesso a um pressentimento de nossa própria mortalidade, senão na identificação ambivalente com a pessoa querida, cuja morte desejamos e tememos ao mesmo tempo, o que acontece essencialmente no luto".

Assim, o luto do irmão, pela sua proximidade e grande intimidade, ganha um lugar particular na nossa vivência, na nossa relação com a vida.

Num tempo de acentuação de perdas, que os *media* se encarregam de enfatizar, proponho-me falar da importância do luto do irmão e de como este pode ser vivido e trabalhado em *setting* grupalítico.

Trata-se de um trabalho que se enquadra na temática do complexo fraterno, temática que tenho vindo progressivamente a desenvolver.

Palavras-Chave: Luto, Complexo Fraterno, Grupalíse.

¹ Psicólogo e Grupalista da SPGPAG. francisosalgado@sapo.pt
Artigo adaptado a partir da comunicação oral apresentada no XXI Congresso Nacional da Sociedade Portuguesa de Grupalíse e Psicoterapia Analítica de Grupo, 14-15 Outubro 2022, pelo autor.

Abstract

According to Hegel (cf. Byang-Chul Han, 2012:35): "...something is only alive when it contains contradiction within itself..."; meaning life and death are inherent to human existence.

However, Freud says (1915): "Deep down, no one believes in his own death (...) in our unconscious each one of us is persuaded of his immortality".

Following Freud, J. Laplanche (1984:14) adds: "in the unconscious, death would always be someone else's, ... and we would not have access to a premonition of our own mortality, unless when it concerns the ambivalent identification with someone we loved, whose death we wish and fear at the same time, something that happens essentially during the time of mourning".

Therefore, because of its closeness and major intimacy, the time of grieving acquires a special place in our daily experiences, in our relation towards life.

In this time of more common loss, emphasized by the media, we wish to talk about the importance of grieving the loss of a sibling and how this issue may be lived and addressed in a Group Analytical setting.

This is a task framed by the Sibling Complex thematic, one the author has progressively been developing.

Key Words: Grieving, Sibling Complex, Group Analysis

I – Introdução

Dedico esta comunicação à memória de meu irmão João que faleceu em 1971 na sequência de acidente de aviação em S. Jacinto. Esse voo, seria o último que estava previsto, antes de partir para as ex-colónias.

Em 17/05/2001 dediquei-lhe este pequeno poema:

João

João Sebastião
Esperança, dor e desilusão
João filho, João pai e irmão
Silêncio contido no meio da escuridão.

João turbilhão, grito e revolução
Rédea solta, verdade prometida
Identidade querida, de alegria vivida
Nunca esquecida no meu coração.

João vaidade, João liberdade
Com angústia e fraternidade,
Guerreiro perdido sem vocação
Cavaleiro despedido sem condecoração.

João Sebastião saudade
João para a eternidade.

Podemos dizer que vida e morte, Eros e Tanatos, são condições intrínsecas à existência humana, são faces de uma mesma moeda; uma pressupõe a outra, assumindo a morte um papel imprescindível à vida. Segundo Hegel (cit. in Byang-Chul Han, 2012, p.35) "...algo só é vivo quando contém em si a contradição..."

Para Byang-Chul Han (2012, p.27), "Aquele que não tem capacidade de morte não arrisca a sua vida". Em vez de "ir à morte consigo mesmo, permanece em si mesmo dentro da morte". Assim "... é a morte que mantém viva a vida". Byang-Chul Han (2021, p.21).

Mas, como refere Freud, (1915 cit. in Silva, P.N.,2012, p.69): “No fundo, ninguém acredita na sua própria morte (...) no seu inconsciente cada um de nós está persuadido de ser imortal”.

E na sequência do que nos diz Freud, J. Laplanche (1985, p.14) acrescenta: “no inconsciente, a morte seria sempre a morte do outro, (...) e nós não teríamos acesso a um pressentimento de nossa própria mortalidade, senão na identificação ambivalente com a pessoa querida, cuja morte desejamos e tememos ao mesmo tempo, o que acontece essencialmente no luto”.

O luto tem assim uma importância fundamental, ao permitir, através da morte do outro, objetivar a nossa própria morte (Heidegger, cit. in Byang-Chul Han, 2021). Esta inevitabilidade, esta consciência existencial de finitude, aparece espelhada através da morte do outro. Acresce que, no caso da perda dos nossos entes queridos, eles de alguma forma levam consigo parte de nós, o que provoca uma experiência de fragmentação da nossa identidade (Bonanno et al, 2001).

Nesse sentido, o irmão/irmã, pela sua proximidade, grande intimidade e pela sua forte função identitária, tem no luto, um lugar particular na nossa vivência, na nossa relação com a vida.

As estatísticas da pandemia e o número de mortes desta guerra sem fim à vista, alimentadas dia a dia pelos *media*, introduziram na atualidade, uma vulnerabilidade sem precedentes, que questiona naturalmente a nossa relação com a morte.

Como se lida com a morte súbita, traumática e inesperada? Como se lida com a morte fora de tempo?

Como sabemos, o luto é um processo doloroso, mas necessário para que seja possível o estabelecimento de uma nova relação de objeto, uma nova esperança de viver. Abordemos então o luto.

II - O luto

Etimologicamente a palavra luto é proveniente do latim “*luctus,us*” que significa dor, mágoa, lástima. Refere-se a um conjunto de reações por perda significativa, geralmente

a morte de outro ser. O sofrimento tende a ser considerado uma resposta espectável a um fenómeno natural, reconhecido e normalizado pela sociedade.

Em “Luto e Melancolia” (1917) Freud desenvolve a ideia de luto como um processo de elaboração psíquica.

De uma forma geral, podemos dizer que o processo de luto ou “trabalho de luto” (Freud, 1917), é a adaptação a um mundo sem a pessoa amada, à sua ausência física, exigindo que se prescindia de projetos futuros com ela. No entanto, uma pessoa só morre quando é esquecida; nesse sentido, um processo de luto integra a transformação da relação anteriormente física, numa relação interna, simbólica e emocional. Se “morrer é só não ser visto”, como nos diz Fernando Pessoa, os laços podem, no entanto, ser eternos.

Cada perda é singular (Barbosa, 2014, cit. in: Gabriel, S., Paulino, M. e Baptista T.M., 2021): por exemplo, uma perda inesperada (suicídio; acidente...) pode provocar um processo de luto de intensa raiva e revolta; por outro lado, uma perda antecipada (doença crónica...) pode desencadear um processo de luto e sofrimento, anterior à perda real da pessoa.

Os antecedentes pessoais dos enlutados e a fase da vida em que ocorre a perda, desde a infância à terceira idade, impactam de igual forma a singularidade desta experiência, bem como as características únicas da relação com a pessoa perdida (dependência emocional por exemplo).

As dificuldades em lidar com o sofrimento do outro são, em boa parte, decorrentes das dificuldades em lidar com a sua própria morte, pois como já vimos, o homem é incapaz de suportar a ideia de morrer.

Para Freud, segundo Amaral Dias (2000) no trabalho do luto, quando há perda do objeto, há uma retirada do investimento libidinal desse mesmo objeto, que volta novamente ao sujeito. Este momento, em que se faz a passagem do investimento no objeto para o próprio Eu, é determinante no trabalho do luto. Para Amaral Dias é durante esse tempo que ocorrem todos os aspetos ligados à elaboração da dor depressiva – da dor mental sobre a perda do objeto.

O processo de luto fica “concluído” quando há um reinvestimento da libido num novo objeto. Em síntese, trata-se de um mecanismo de passagem do objeto para o sujeito, para reinvestir em novos objetos. Assim, o luto implica de alguma forma, uma nova aquisição.

Bowlby (1980) desenvolveu um modelo com base na teoria da vinculação, em que o luto foi conceptualizado como uma resposta à frustração, uma resposta a uma necessidade básica de vinculação, nomeadamente ao desejo de manutenção de uma relação de proximidade com uma figura querida. Este modelo implica quatro fases: choque, protesto, desespero e aceitação.

Na primeira fase, o indivíduo está em estado de choque, distante e incapaz de reconhecer a perda como real. Na segunda fase, anseia pela pessoa perdida, sendo invadido por emoções de tristeza/raiva, bem como pela necessidade de justificação da perda. A terceira fase, é a da consciencialização da perda e da sua irreversibilidade, o que desencadeia um desespero profundo e uma sensação de impotência em recuperar a pessoa perdida. A quarta e última fase, remete para a adaptação às mudanças provocadas pela perda, com retoma progressiva do funcionamento prévio à perda e a aceitação da mesma.

Para Bowlby (1980) a adaptação no processo do luto, é o resultado de duas forças vinculativas opostas: a necessidade de manter proximidade com a pessoa perdida e a necessidade de desvinculação, com conseqüente disponibilidade emocional para investir noutras relações, pensamento que é muito semelhante ao de Freud.

Por oposição a estes modelos de fases, surgiram mais recentemente, novas perspetivas que se focam no papel mais ativo da pessoa no processo de adaptação à perda (Worden, 2008, cit. in: Gabriel, S., Paulino, M. e Baptista T.M., 2021).

Worden (2008, cit. in: Gabriel, S., Paulino, M. e Baptista T.M., 2021) destaca quatro tarefas a realizar no luto: aceitar a realidade da perda; processar a dor da perda; adaptar-se a um mundo sem a pessoa perdida e encontrar uma conexão emocional com a pessoa continuando a viver sem a mesma.

Tendo como referência este modelo de tarefas, Barbosa (2010, cit. in: Gabriel, S., Paulino, M. e Baptista T.M., 2021) identificou três tarefas associadas ao processo de luto: a aceitação e compreensão da perda, a aquisição de significado e ainda a adaptação criativa à vida. A primeira tarefa envolve a aceitação da perda como real, do luto como doloroso e a

redefinição da ligação emocional com a pessoa perdida. A segunda tarefa implica a recuperação da disponibilidade para cultivar novos interesses, construir novas relações e viver sem a pessoa perdida. A terceira tarefa está relacionada com o desenvolvimento de uma nova identidade, isto é, encontrar um novo significado e adotar novas formas de estar no mundo.

Assim, uma das tarefas fundamentais para a elaboração de um luto adaptativo é a atribuição de significado à perda (atribuição de uma causa ou razão da morte) facilitando a sua aceitação.

Sendo uma experiência singular, a duração do luto é variável já que é influenciada por diversos fatores, como as características da morte (violenta, traumática, inesperada), as variáveis pessoais (personalidade, antecedentes pessoais, lutos acumulados) sociais (rede de apoio) ou culturais (mitos).

No entanto, a investigação diz-nos que os indivíduos tendem a restabelecer o funcionamento geral nos primeiros 12 meses após a perda.

Segundo Shear e col. (2011, cit. in Alves-Costa e col. 2021), cerca de 10% da população poderá necessitar de apoio profissional especializado para lidar e ultrapassar o luto, podendo apresentar risco elevado de depressão, stress pós-traumático e patologia de luto.

Por sua vez, Djelantik (1997, cit. in Pereira, M. 2021) assegura que as mortes não naturais (acidentes, desastres, catástrofes naturais...) são “responsáveis” por um maior risco de perturbações mentais: luto prolongado, stress pós-traumático e perturbação depressiva major.

Um aspeto fundamental na elaboração do luto é a realização de funerais. Estes têm um papel determinante para o reconhecimento da morte como real e irreversível, para a possibilidade de expressão emocional, para assegurar o momento de despedida e de homenagem à pessoa perdida e para a possibilidade de se receber suporte social e emocional.

As restrições provocadas pelos cuidados sanitários, exigidas no decorrer da pandemia, condicionaram significativamente as funções fúnebres. Igualmente, as valas comuns que as imagens televisivas da guerra nos trazem hoje, onde muitos dos mortos

ficam por identificar, são testemunho das dificuldades no cumprimento dos rituais fúnebres, introduzindo a sensação de descrença acerca da morte, bem retratada na nossa história, através da lenda de D. Sebastião.

Os rituais fúnebres são assim um meio/um fórum necessário, que os indivíduos têm para evocar as suas relações com a morte e reverem as suas próprias vidas. Os funerais são, como alguém disse, para os vivos (Kaplan & Sadock, 1986).

III - A morte e luto do irmão

A morte de um irmão/irmã é normalmente inesperada e vai contra o ciclo de vida; trata-se de um acontecimento muito impactante na vida de uma família.

É uma situação anormal para os pais e para os irmãos sobreviventes. Anormal para os pais, na medida em que o curso da vida prevê que estes morram antes dos seus filhos. É também anormal para o irmão/irmã(s) sobrevivente(s), já que à partida a relação fraterna seria a mais duradoira do ciclo vital.

As reações iniciais mais comuns são de choque, medo e solidão, sensação de confusão, depressão e raiva. Para o casal, a perda de um filho tem habitualmente impacto no seu relacionamento. Podemos assistir a um fenómeno de ampliação do luto, em que uma perda gera inúmeras outras perdas; por exemplo: após a perda de um filho, pode existir uma perda da coesão conjugal, que em limite resulte, num divórcio.

Por outro lado, o investimento parental e mais especificamente o investimento materno no filho/filha morto(a), vai refletir-se se nos outros filhos.

De acordo com Kaës (2011) o filho(a) morto(a) é o depositário da onnipotência ferida da mãe. O seu desaparecimento é inconsolável para a mãe, sendo impossível, para os outros, rivalizar com este filho/filha imaginário(a); é preciso idealizar o morto, tornar-se um outro herói, tornar-se em si mesmo o filho/filha morto(a) idealizado(a), heroico(a) (Kaes, 2011).

As condições de elaboração da morte de um irmão/irmã, estão estreitamente dependentes do modo como os pais tratam o luto desse filho ou filha.

Alguns pais ficam completamente absorvidos no sofrimento da perda, deixando de ter disponibilidade emocional para os filhos. Outros, pelo contrário, podem tornar-se mais próximos e hiper-protetores, com o receio de sofrer uma nova perda.

No essencial, surge na ocasião da morte de um irmão ou de uma irmã a questão dos lugares que os sobreviventes se imaginam ocupar no desejo dos pais e a natureza das identificações com o outro(a): parecido consigo, mas não eu (Kaes, 2011).

Como fica a “foto de família” de que nos fala Toubiana (2002), onde cada um tem o seu “lugar” e onde todos sabem dos lugares uns dos outros?

O desafio do luto será sobretudo manter a memória do irmão/irmã, sem perder a sua identidade e o seu lugar na fratria. Este reajustamento parece-nos muito importante já que mesmo morto, o irmão/irmã não deixa de ocupar o lugar que sempre teve na “foto de família”.

Convém ter em linha de conta algumas singularidades do luto na fratria; por exemplo, quando se trata de um falecimento por doença hereditária ou morte de um irmão/irmã deficiente; as circunstâncias em que ocorre a morte: mortes “previstas” ou mortes bruscas/súbitas por acidentes; bem como o género entre irmãos (masculino/feminino), a idade...

Os efeitos da morte de um irmão/irmã, são determinados pelo nível de organização psíquica do irmão/irmã sobrevivente e, particularmente, pelas capacidades defensivas que adquiriu no momento do falecimento.

IV - Abordagem grupalítica do luto

Como já o dissemos em trabalhos anteriores, o grupo de grupalítica apresenta-se como um *setting* privilegiado de abordagem ao complexo fraterno, onde se insere esta problemática do luto do irmão. Como sabemos, o complexo fraterno está englobado em dois subsistemas: um ligado à relação pais/filhos; o outro à relação fraterna. O primeiro é um sistema assimétrico; o segundo, é um sistema simétrico, em paridade. Um promove uma identificação às figuras parentais; o outro, uma comunhão identitária, uma identificação por similaridade ao irmão.

Como podemos constatar o luto do irmão processa-se com base nestes dois subsistemas. No impacto da morte do filho sobre os pais e conseqüente investimento ou desinvestimento nos outros filhos. E no impacto da morte do irmão sobre os outros irmãos, nomeadamente as suas conseqüências identitárias.

O grupo de grupanálise, ao encenar simultaneamente estes dois subsistemas, permite, por um lado, analisar a problemática edipiana incondicionalmente presente no luto do irmão e, por outro, analisar as questões que se colocam à relação fraterna (nomeadamente as de amor/ódio e as de identificação ao semelhante).

A fragilidade identitária do irmão enlutado, pode assim ser trabalhada num espaço empático, contentor, no qual, como diz Cyrulnik (2003) é necessário pensar a violência da morte, para lhe dar sentido.

O grupo de grupanálise oferece-se como um espaço terapêutico de suporte e simultaneamente de indagação, um espaço onde o silêncio e o relato traumático podem ser partilhados e compreendidos, agora num outro tempo, com outras perguntas/respostas, com outros relatos, tendo por base uma rede de vínculos empáticos de solidariedade, promovidos em autenticidade pelo padrão grupanalítico.

V - Notas Finais

“No fundo”, como nos diz Freud (1915), “ninguém acredita na sua própria morte”. A morte é sempre prematura e como poderia ter dito Vinícius de Moraes, a vida é eterna enquanto dura.

É na morte do outro, que nós tomamos consciência da inevitabilidade da nossa própria morte e é no luto que todo este processo se desenrola.

Freud (1917) caracterizou o luto como “uma tristeza profundamente dolorosa... (em) reação à perda de uma pessoa amada...” (cit.in Kaplan & Sadock, 1986, p.339), sendo o “trabalho do luto” em síntese, um processo normal de retirada gradual da libido investida no objeto perdido, para uma nova orientação dessa libido em direção a outrem (Kaplan & Sadock, 1986).

Mas será que essa retirada, esse desinvestimento e reinvestimento num outro objeto, se consegue sem perdas? Será que as novas relações tranquilizarão a saudade de

um irmão/irmã? Será que não ficamos mais pobres no nosso património emocional e afetivo? E por fim, a depressão; será que esta fiel companheira do luto diluir-se-á no tempo?

Deixo-vos com este outro poema:

Às vezes

Às vezes sinto-me cansado de viver
Outras vezes apetece-me só adormecer
E esquecer num manto macio e branco
As lutas que tenho que empreender.

Às vezes experimento um suave desejo
Um pestanejo
A um ritmo de não acontecer.

É um querer, com muito pouco querer
Que sorrateiro me enlaça,
Sem que nada tenha que fazer.

É uma sonolência
Sem turbulência
Que se junta a mim ao entardecer.

Às vezes sinto-me descansado, mas incomodado,
Se num dia assim eu morrer.

Sentimento indefinido e distante
Morno por um instante
Aborrecimento sem se ver.

9/01/02

Referências Bibliográficas

- Alves-Costa, F., Antunes, C., Ferreira, C., Giachritsis, C. H., Halligan, S. (2021). Intervenção Psicológica no Luto por Homicídio: Da Teoria à Prática Clínica, In: Gabriel, S.; Paulino, M.; Baptista, T. M. “*Luto – Manual de Intervenção Psicológica*”, Edição Pactor, Edições de Ciências Sociais, Forenses e de Educação, pp:83-96, Lisboa.
- Byung-Chul Han (2014). *A Agonia de Eros*, Relógio D’Água Editores.
- Byung-Chul Han (2021). *Rostos da Morte – Investigações Filosóficas sobre a Morte*, Relógio D’Água Editores.
- Bonanno, G.A., Papa, A., & O’Neill, K. (2001). Loss and human resilience. *Applied and Preventive Psychology*, 10 (3), pp:193-206.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and Loss*. Vol. 3 Loss. London: Hogarth Press.
- Cyrułnik, B. (2003). *Resiliência – Essa inaudita capacidade de construção humana*. Edição Instituto Piaget: Horizontes Pedagógicos.
- Di – Dicionário Online de Português (2022) - Luto <https://www.dicio.com.br>.
- Dias, C. A. (2000). *Freud Para Além de Freud*, Edição Fim de Século.
- Gabriel, S.; Paulino, M.; Baptista, T. M. “*Luto – Manual de Intervenção Psicológica*”, Edição Pactor, Edições de Ciências Sociais, Forenses e de Educação, Lisboa.
- Kaës, R. (2011). *O Complexo Fraterno*. Editora Ideias & Letras, Aparecida-São Paulo: Brasil.
- Kaplan, H.I. & Sadock, J. B. (1986). *Compêndio de Psiquiatria Dinâmica*, Editora Artes Médicas, Porto Alegre: Brasil.
- Laplanche, J. (1985). *Vida e Morte em Psicanálise*, Editora Artes Médicas, Porto Alegre: Brasil.
- Pereira, M. (2021) Luto inesperado: Intervenção Psicológica em Crise no Luto devido a Acidentes. In: Gabriel, S.; Paulino, M.; Baptista, T. M., *Luto – Manual de Intervenção Psicológica*, Edição Pactor – Edições de Ciências Sociais, Forenses e de Educação, pp: 101-112, Lisboa.

Salgado, F. (2001-2002) Poesia não Editada.

Silva, P.N. (2012). *Citações e Pensamentos de Sigmund Freud*, Editor Casa das Letras, Alfragide.

Toubiana, E. (2002) A herança: Um negócio não tão bom como se pensa. In: Danziger, C. *Violência das Famílias – Mal de Amor* (Ed.) Climepsi Editores (1º Edição), pp:147-154, Lisboa: Portugal.