

A BELEZA DO CORPO NA

DINÂMICA DO ENVELHECER

Pedro Paulo Monteiro

COLEÇÃO ENVELHECER E VIVER

A BELEZA DO CORPO NA

DINÂMICA DO ENVELHECER



GUTENBERG

Copyright © 2008 by Pedro Paulo Monteiro

CAPA E PROJETO GRÁFICO

Diogo Droschi

(Sobre imagem de John Henley/CORBIS)

EDITORAÇÃO ELETRÔNICA

Tales Leon de Marco

REVISÃO

Ana Carolina Lins Brandão

Todos os direitos reservados pela Autêntica Editora. Nenhuma parte desta publicação poderá ser reproduzida, seja por meios mecânicos, eletrônicos, seja via cópia xerográfica sem a autorização prévia da editora.

AUTÊNTICA EDITORA LTDA. /GUTENBERG

BELO HORIZONTE

Rua Aimorés, 981, 8º andar . Funcionários

30140-071 . Belo Horizonte . MG

Tel: 55 (31) 3222 68 19

TELEVENDAS: 0800 283 13 22

www.autenticaeditora.com.br

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Monteiro, Pedro Paulo

A beleza do corpo na dinâmica do envelhecer /

Pedro Paulo Monteiro. — Belo Horizonte: Gutenberg, 2008.

— (Coleção Envelhecer e Viver ; 2)

ISBN 978-85-89239-55-4

1. Aparência pessoal 2. Beleza - Aspectos
sociais 3. Envelhecimento 4. Gerontologia
5. Histórias de vida 6. Velhice I. Título. II. Série.

08-05908

CDD-612.67
NLM-WT 104

Índices para catálogo sistemático:

1. Envelhecimento : Gerontologia : Ciências
médicas 612.67

SUMÁRIO

pág. 07 Envelhecer e Viver

pág. 17 Introdução

pág. 29 Encenando a personagem

pág. 49 A máscara do palhaço

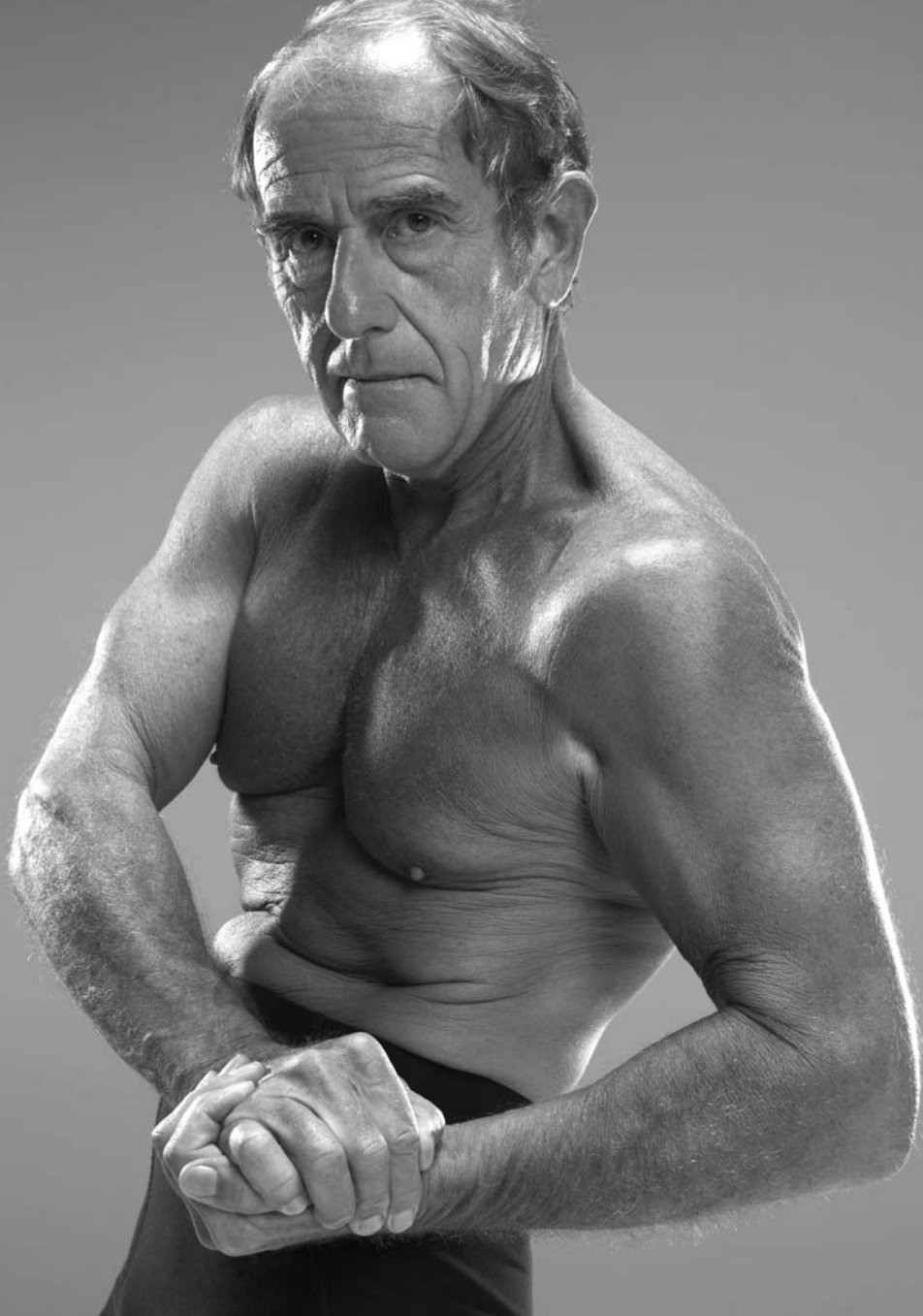
pág. 65 A competição da beleza

pág. 83 Os sensíveis contemplam a beleza

pág. 95 Envelhecer inspira beleza

pág. 109 O feio exilado

pág. 131 O sublime





Envelhecer e Viver

Época triste a nossa em que é mais difícil
quebrar um preconceito do que um átomo.

Albert Einstein

Estamos de volta neste segundo volume da coleção **Envelhecer e Viver** com uma nova questão: a beleza e o envelhecimento. Talvez algumas pessoas pensem que discutir a beleza no processo de envelhecer seja contraditório, porque até então se acreditava que a beleza estaria reservada somente aos mais jovens. Todavia, se envelhecer é viver, por que não viver e com beleza?

Para quem já leu o primeiro volume: *Envelhecer ou morrer, eis a questão*, fique à vontade para ir direto à introdução. Contudo, creio ser válido rever a história dos macacos e suas crenças, ou mesmo tentar decifrar a imagem enigmática de Fechner. Para quem não conseguiu, seria uma boa oportunidade de tentar novamente.

Envelhecer é verbo, ação, continuidade. Envelhecer é transformação: ação além da forma. Tornamo-nos mais velhos a cada momento. Fomos diferentes no passado e seremos diferentes no futuro. Somos privilegiados pela capacidade incrível de mudança. Mudamos o rumo de nossa história pela ação do envelhecer, no presente, e isso nos conforta, pois não existe situação que não possa ser

reconsiderada. É mais fácil compreender a transformação quando nos lembramos de nossa infância e nos olhamos agora como adultos. Somos e seremos formas diferenciadas na travessia do tempo. Mesmo assim, muitos ainda recusam a mudança, insistem na estabilidade ilusória. Mas se a vida é movimento, como podemos ter segurança? Nada é fixo, então viver pressupõe transformar-se. Somos seres irredutivelmente dinâmicos, produzindo a nós mesmos a todo o tempo. Como seres humanos, somos passagem e transcendência. Somos poesia; portanto, potência de criação.

Viveremos até alcançarmos o equilíbrio, então morreremos. O equilíbrio é a finitude do organismo. Nenhuma pessoa pode se tornar estátua de pedra, peça de museu, e mesmo assim acreditar que a vida continua. Ser uma obra de arte a fim de ser contemplado pelos outros é estar isolado no espaço, sozinho no tempo, e uma das piores situações é estar na expectativa de nada acontecer. O sentido de passagem é fundamental à dignidade humana. Indubitavelmente retornaremos ao pó da terra, e o vento nos conduzirá.

Há vinte anos me interesso pelo envelhecimento humano. Nesse tempo, muitos questionamentos surgiram, muitos deles foram solucionados com sucesso, e outros continuam sem resposta. Sempre fui fascinado pelo enigma humano, pois o humano é o incerto, o estranho, o instável, indecifrável em sua totalidade. As teorias acerca do envelhecimento são diversas, porém não passam de *insights* (visão interna). E o que são *insights*? Um modo de olhar o mundo, e não como ele de fato é.

Temos certeza de que as coisas que vemos são reais e apostamos que não existe o que não vemos. Mas, de fato, quem vê? O homúnculo (homem pequeno) em nosso cérebro, a alma imortal, o EU psicológico?

Com o invento da fotografia em 1816, pelo francês Joseph Nicéphore Niépce (1765-1833), o mundo deixou de ser o que era. Passamos a capturar imagens e assim acreditar na possibilidade de reter o mundo, nossa história, em fotogramas. Durante muito tempo acreditou-se que o sistema visual era semelhante a uma máquina fotográfica: a pupila seria o diafragma, o cristalino seria a lente objetiva, a retina seria o filme e os receptores sensoriais – cones e bastonetes – seriam os elementos químicos presentes na película fotográfica. A máquina podia registrar tudo o que a lente captasse. Porém, as coisas não são tão simples assim. Parece que não somos tão livres para ver o que podemos ver, dependemos de nosso sistema de crenças. Isto é, olhamos mais com as nossas crenças do que com os próprios olhos.

Ao olhar o desenho na próxima página, você momentaneamente terá dificuldades em saber o que ele esconde. A imagem é do cientista alemão Gustav Theodor Fechner (1801-1887), um dos fundadores da psicologia experimental. No fim de 1830, escreveu vários artigos na área da percepção e complementaridade, subjetividade das cores, psicofísica. Há muito tempo desejamos saber se o que sabemos é de fato o que sabemos. Será que podemos confiar em nossa percepção? A dúvida será sempre o motor a nos propiciar avanço.

Até eu dizer que existe a imagem do rosto de um homem no centro do desenho talvez você não tenha conseguido ver. Talvez tenha perdido um tempo enorme para ver o rosto da pessoa. Mesmo que eu diga o que a figura mostra talvez você ainda não consiga enxergar. Você terá dificuldades até se convencer. Quando for convencido, o desenho saltará aos seus olhos.

Será mesmo que existe a imagem de um rosto ou eu estou apenas construindo uma crença para você?



O que é e qual é o problema da crença? A crença é um ponto de vista (*insight*). Baseado nesse ponto de referência, nós colecionamos verdades. O problema está no *como* construímos nossas verdades. Não fazemos isso sozinhos, as crenças são produzidas coletivamente: nas predileções dos pais, nas influências da mídia, nos interesses políticos, nas pressões de colegas, nas interferências culturais, educacionais, religiosas. São tantas influências que ao estarmos mais velhos já não sabemos se pensamos por nós mesmos.

Costumamos dar mais importância às informações que sustentem nossas crenças e, em decorrência de um turbilhão de informação que recebemos o tempo todo, atualmente simplificamos tudo, tornamo-nos mais superficiais. Mas a questão é que quando nos afastamos do senso crítico e caímos no senso comum temos a tendência de sofrermos mais. Sem uma investigação sistemática e uma avaliação conscienciosa dos diversos temas de nossa vida ficamos suscetíveis àquilo que esperamos e queremos ver. E se tomamos nossas decisões baseadas em nossas crenças, não raro, podemos nos magoar.

A idéia de escrever esta coleção **Envelhecer e Viver** foi para tentar iluminar cantos escuros de temas relevantes acerca do envelhecimento e da velhice. Serão diversos temas abordados, cada tema em um livro separado. Esta coleção não pretende dar soluções aos problemas vivenciados pelas pessoas mais velhas ou ensinar pessoas mais novas receitas para “envelhecer bem”. Se envelhecer é viver, e o humano é um todo complexo, seria um equívoco criar métodos para se viver melhor. Contudo, creio que a reflexão seja um importante instrumento para construir uma vida repleta de experiências com qualidade. Ao descobirmos nossas verdadeiras dificuldades, podemos saber também quais são os limites que impomos a nós mesmos. Muitas vezes não avançamos na vida por acreditarmos em demasia em nossas crenças.

Gostaria de compartilhar uma história interessante que ilustra bem o problema das crenças. Alguns autores afirmam que tal história é baseada em uma pesquisa científica, feita em laboratório. Porém, como não encontrei referências fidedignas, prefiro me abster da responsabilidade e contar a história da minha maneira.

Era uma vez cinco macacos em uma floresta. Eles eram observados por homens que queriam conhecer mais sobre o comportamento. Numa noite,

sem que os macacos vissem, foi colocado em uma das árvores um apetitoso cacho de bananas. Na manhã seguinte, quando os macacos acordaram, logo um macaco esperto avistou as bananas e sem pestanejar subiu para pegá-las. Quando o macaco iniciou a escalada pela árvore, os homens esguicharam água fria nos quatro macacos que haviam permanecido no chão. Sempre que o macaco esperto subia para pegar as bananas, ele não somente comia sozinho todas as bananas como também não era atingido pela água fria, só os outros macacos sofriam com o banho frio. Certo dia, quando o macaco acordou e tentou subir para pegar as bananas, os outros macacos já estavam preparados para não deixá-lo cumprir o feito e avançaram em direção a ele, enchendo-o de pancadas. Depois de tanto apanhar, o macaco desistiu de vez de subir na árvore. Todos os macacos sofriam a tentação das bananas, mas nenhum deles tinha coragem de subir naquela árvore.

Certa noite, um dos homens retirou o macaco esperto e o substituiu por um outro macaco. Na manhã seguinte, a primeira coisa que o novato fez foi tentar subir na árvore, mas os outros macacos deram uma surra nele. Depois de outras tentativas e novas surras, o macaco desistiu finalmente de tentar pegar as bananas. Mais um substituto foi colocado na floresta, retirando-se mais um dos macacos antigos, e a mesma situação foi verificada. O mais surpreendente dessa vez foi observar que o primeiro substituto participava com entusiasmo da pancadaria do novato. Um terceiro foi colocado, e a mesma situação ocorreu. Um quarto, e afinal o último dos cinco macacos iniciais foi substituído, e a história se repetiu.

Agora, na floresta, havia um grupo de cinco macacos que nunca tinha sofrido com a água fria, mas mesmo assim surrava o macaco atrevido que tentasse subir na árvore.

Se fosse possível perguntar a um deles por que eles batiam em quem tentasse pegar as bananas, talvez ele dissesse: “Não sabemos por que surramos quem tenta subir na árvore, mas as coisas por aqui sempre foram dessa maneira”.

A história dos macacos revela aspectos semelhantes aos do comportamento humano. Temos a tendência de acreditar somente naquilo que nos interessa, enxergamos mais com os olhos de nossas crenças e, não raro, resistimos renovar o aprendido. O grande filósofo Bertrand Russel dizia: “O homem é um animal crédulo e precisa acreditar em algo; na ausência de bons fundamentos para a sua crença, ele se satisfará com os maus”.

Quando não exercitamos a reflexão com uma boa fundamentação, ficamos sujeitos a acreditar inteiramente na opinião infundada dos outros. Às vezes perguntamos a alguém por que ele acredita em algo tão ilógico; a resposta costuma ser simples e direta: “Porque aprendi assim”.

De todos os assuntos, nunca ouvi tantas asserções equivocadas como no quesito envelhecimento. Como o tema está em voga, principalmente os meios de comunicação costumam tratá-lo de modo impensado, descabido, incompetente. Mas não é só a mídia que comete imperícias, também os profissionais que trabalham com as pessoas mais velhas, as famílias, as instituições religiosas, o mercado farmacêutico, a indústria antienvelhecimento. Enfim, a sociedade em geral tem uma crença arraigada sobre o envelhecimento, e, infelizmente, essa crença não é nada positiva. Portanto, se somos produtos e produtores de uma cultura, é urgente que o assunto não fique nas mãos de amadores, e muito menos nas mãos dos aproveitadores do “novo filão”, como alguns costumam denominar.

Caminhamos para uma nova realidade, um país com grande número de pessoas acima de 60 anos de idade. Por isso está na hora de construirmos

novas lentes, com a finalidade de examinar antigas crenças a respeito do envelhecer. Sem resignificar crenças, podemos cair no abismo da melancolia da velhice, no sofrimento da repressão ao prazer, na solidão dos quartos dos fundos, na limitação da expressão da vida, na doença destrutiva do corpo, na ruína de uma morte indigna.

A coleção **Envelhecer e Viver** pretende desenvolver novos espaços de reflexão e, com mais perspicácia, compreender as temáticas acerca desse processo inexorável. Para isso, foram escolhidos temas relevantes como tempo, memória, sexualidade, desapego, finitude, religiosidade, corpo, beleza. Para compor esse cenário, serão acrescentadas narrativas de vidas reais e fábulas cujas mensagens auxiliarão na reflexão.

Trabalhar com histórias de vida é um espaço privilegiado da Gerontologia. Uma nova ciência que se articula com as diversas outras ciências para compreender o fenômeno do envelhecimento humano. Desde o início de minha carreira profissional atendendo pessoas acima de 60 anos e, após finalizar o meu mestrado em Gerontologia, venho colhendo histórias de vida. Pretendo trazê-las aqui e compartilhá-las com você. Todos adoram contar histórias, criar ficções, dar poderes imaginativos à existência. As histórias nos desafiam a compreender a tecedura humana. Quanto mais velhos, mais complexos. Somos verdadeiros tecelões a tecer laços de relacionamento com outros. Assim, sustentamo-nos pelo conhecer, que é, na verdade, o próprio processo de viver e envelhecer.