

Visão Espírita do Idoso

Leda Marques Bighetti

de Ribeirão Preto, SP

I

- As fases da vida física e o que cada uma representa para o Espírito.
- O Idoso - quem é:
- Como é visto
- Como ele se vê
- A família - cuidados - respeito - carinho - amor - ou abandono?
- As formas de exteriorização desse abandono
- Responsabilidade - repercussões
- O entendimento espírita

"(...) É justo que os filhos cooperem com os pais, embora saibamos que os mais jovens de hoje serão os mais velhos de amanhã tanto quanto os maduros de agora, desempenharão, muito em breve o papel de jovens no futuro.

Tudo é seqüência na Lei". Emmanuel - Reformador, julho/76 - 22/4/51

"Antes de mais nada, é necessário esclarecer cada uma das gerações que se cruzam na mesma época reencarnatória sobre um princípio altamente funcional para o progresso das coletividades (povos e nações). As atuais posições e funções específicas das gerações de hoje já estiveram trocadas em vidas passadas. E ainda se invertem em vidas futuras. A geração mais velha de hoje em função educadora foi a mais nova e educanda de ontem; e será a de amanhã.

Os papéis vão sendo invertidos no suceder das exigências, para permitir um intercâmbio salutar de experiências, de vivências e de

conhecimento, de infusão recíproca de valores em ampla e necessária complementaridade.

Essa contingência está a apontar a todos o respeito mútuo, recíproca compreensão e liberdade a ser mantida entre os mais velhos e os jovens em comunicação produtiva". Espiritismo e Educação, Ney Lobo - IX

As fases da vida física e o que cada uma representa para o Espírito

Dentro dos objetivos da Doutrina Espírita - a renovação moral - encarnação, isto é, uso de um corpo físico e o tempo que pode desfrutar dele, é altamente valorizado no entender espírita.

"A passagem dos espíritos pela vida corporal é necessária para que eles possam cumprir, por meio de uma ação material, os desígnios cuja execução Deus lhes confia. É-lhes necessária, a bem deles, visto que a atividade que são obrigados a exercer lhes auxilia o desenvolvimento da inteligência. Sendo soberanamente justo Deus tem de distribuir tudo igualmente por todos os seus filhos; assim é que estabeleceu para todos o mesmo ponto de partida, a mesma aptidão, as mesmas obrigações a cumprir e a mesma liberdade de proceder. Qualquer privilégio seria uma preferência, uma injustiça. Mas, a encarnação para todos os espíritos é um estado transitório. É uma tarefa que Deus lhes impõe, quando iniciam a vida, como primeira experiência do uso do livre-arbítrio. Os que desempenham com zelo essa tarefa transpõem rapidamente e menos penosamente os primeiros graus da iniciação e mais cedo gozam do fruto de seus labores. Os que, ao contrário, usam mal a liberdade que Deus lhes concede retardam sua marcha e, tal seja a obstinação que demonstrarem, podem prolongar, indefinidamente, a necessidade da reencarnação e é quando se torna um castigo". ¹

Desse modo é o homem:

"um Espírito transeunte, reencarnado nesta Terra, peregrino imperfeito, em determinado grau educativo em romagem da perfectibilidade para perfeição que, pela Educação conquistada ou a conquistar em Reencarnações sucessivas e progressivas como ser Pluriexistencial atingirá o estado de Puro Espírito, isto é totalmente educado" ²

Entendida essa premissa o Espírito precisa de um corpo físico para desenvolver seu potencial perfectível, submetido ao ciclo da matéria que "nasce, cresce, desenvolve-se, mantém determinado equilíbrio,

desagrega-se e morre, qual a função de cada uma? Há alguma coisa que seja superior, mais importante?

Recorde-se que na perfeição do Pai, não existe acaso, supérfluo, ou algo sem função específica. Desse modo, cada fase em que estagia o Espírito, tem ela uma função altamente qualificada em preparações contínuas e seqüentes onde o aprendizado, as experiências, o processo educativo aí contido, vai ampliando o campo perceptivo e irradiador do Espírito.

De passagem, recorde-se que a infância etapa que vai desde o nascimento até a puberdade configura-se como tempo de transição de uma existência para outra; período de convalescença da árdua travessia da vida espiritual para a material, onde a primeira função³, é o repouso e as faculdades em latência encontrarão, no trabalho envidado pelos pais/responsáveis, os estímulos para que se manifestem. Nesse campo, interligado, junto, paralelo ao repouso/latência está a segunda função - a plasticidade, a maleabilidade"⁴ propiciadora do campo aberto para se reformar, mudar. O exemplo, o desvelo, o carinho, a firmeza, o empenho dos pais/responsáveis em trabalhar sem perder a dimensão de que está diante de um Espírito imortal, dá sentido e entendimento as várias situações com as quais se defrontarão.

Essa visão - Imortalidade - em nenhum momento pode ser esquecida - pois se ela referencia o ser, com seu passado, aquisições, virtudes e problemas, também dá sentido a todos os cuidados e trabalhos visando o futuro.

A adolescência, puberdade, fase que adentra **em tese**, além um pouco dos vinte anos, caracteriza-se pela descoberta e afirmação do EU, onde períodos de egocentrismo, crises de irrequietude, irritabilidade, alternando-se com períodos calmos, ou de entusiasmo e depressão são freqüentes. Produzem tormento interior, acrescido das dificuldades nas decisões, as desilusões, ou o contato com a realidade mais evidente, onde o Espírito não se sente ainda com estruturação de um Homem, mas também não se aceita mais como criança. Mendouse, pensador francês classifica essa fase como "estado de anarquia das tendências".

Sob o enfoque da Imortalidade, tudo isso de um modo geral (pode haver exceções) tem razão de ser. Agora, o esquecimento do passado é total, a potencialidade está voltada para o futuro, mas esse Espírito é todo um aflorar de passado. A infância acenou-lhe com novas propostas, ideais. Nessa luta (quase sempre inconsciente) entre o que não mais quer se repetir, rescindir e o que almeja, sente ou deseja, o objetivo

que é justamente a emancipação, quase sempre exterioriza-se através de conflitos a representar verdadeiro grito de socorro onde a atitude atuante dos pais/responsáveis - conversando, dialogando, refletindo juntos será de capital importância para a fisionomia espiritual desse futuro homem, totalmente diferente do que já fora em passado, da "criança" dessa existência, dos pais ou familiares.

No mesmo enfoque e importância esse Espírito imortal alcança, atinge (na tese de uma seqüência lógica) a maturidade onde pressupõe-se o equilíbrio físico e emocional no vigor e a energia que esplendem. O Espírito se exteriorizaria aí em toda solidez, firmeza, precisão e desenvolvimento. A segurança, a justeza, a reflexão dão real colorido as propostas e decisões "Se realmente a idade madura é menos primaveril que a adolescência; se as flores decaíram do seu colorido e perfume, os frutos igualando-se aos frutos de uma árvore começam a aparecer na extremidade da alma pois é a idade madura, por excelência, o período da plenitude; é o rio que corre a toda força e espalha pela campina a riqueza e a fecundidade".⁵

A arte da vida, portanto, consistirá em justamente se entender porquês e funções, e se preparar para elas e nelas, qual trabalhador que após os serviços devidos se prepara para a colheita.

Essa fase madura onde "(...) o nascer do sol é logo de manhã, o poente é radioso e as noites sempre alumadas maravilhosamente, suntuosamente por milhares de estrelas (...)"⁶, o trabalho, a inspiração, o desprendimento e o amor preparam para a fase que se seguirá - a do envelhecimento da matéria.

Por que a do envelhecimento da matéria?

"(...) teu corpo é uma veste que se apodrece (...)"⁷

Mantidas as condições gerais de vida, isto é, ar, luz, calor, alimento, cuidados necessários, por que a energia vital que mantém a Vida se desagrega?

Gabriel Delanne⁸ representa essa resposta com a analogia de uma pedra lançada ao ar em sentido vertical. Impulsionada pela força dos músculos, a despeito da força centrípeta, eleva-se rapidamente até que as duas forças contrárias se equilibram. Depois, a atração predomina, a pedra cai e quando chega ao ponto de partida toda energia a ela comunicada terá desaparecido.

Pode-se fazer paralelo com o ser vivo - a energia potencial proveniente dos pais e que se encontra na célula original, transforma-se em energia natural à medida em que se organiza a matéria. De começo a ação é altamente enérgica - a assimilação ultrapassa a desassimilação - o indivíduo cresce (infância e juventude). A seguir vem o equilíbrio das perdas e ganhos - é a maturidade, a estabilidade da matéria. Cessado, rompido esse equilíbrio, os tecidos não mais convenientemente alimentados, esvai-se a força vital até a exaustão completa. Caracterizou-se a velhice dessa matéria até o sobrevir de extinção completa, no caso, na morte. A matéria agora desagregada retorna ao mundo inorgânico.

Essa matéria em desagregação influencia o Espírito?

Sem dúvida. Ela limita sua exteriorização, sua expansão, impõe-lhe ritmo diferente. Os instrumentos para a manifestação da alma estão limitados, e o Espírito não mais consegue dinamizar sua pujança.

Acredita-se que esse processo natural do envelhecimento da matéria apresente menos problemas ao Espírito quando se faz acompanhar desse conhecimento e do fruto das atitudes positivas e condutas corretas no dia-a-dia, desde a mocidade e que as funções biológicas e psicológicas são alteradas com maiores repercussões diante dos comportamentos sem disciplina em todos os setores.

Daí entender, compreender essa fase natural da existência e trabalhar nela para que o Espírito se mantenha ativo, lúcido, entusiasmado e permanentemente livre, embora limitado pela matéria que o restringe.

A História mostra que o envelhecimento da matéria não se processou em paralelo, para quem soube cultivar o Espírito ou em outras palavras, a idade cronológica não representou barreiras para Verdi, compositor italiano, que aos sessentas anos compõe "Aída"; com mais de setenta e quatro "Otelo" e aos oitenta e quatro completa três imorredouras páginas religiosas: "Ave Maria", "Stabat Mater" e "Te Deum". Picasso, o genial pintor espanhol aos noventa e um anos cria; Churchill septuagenário foi a alma da resistência na Segunda Grande Guerra e morre aos noventa e um anos em plena contribuição social. Que falar ainda de Einsten, Edison, Albert Schwitzer, Pasteur, Fleming, Adenahuer, Bertrand Russell espíritos altamente produtivos aos setenta, oitenta, noventa anos de idade física, que não se entregando a vida contemplativa permanecem vivos até hoje quando pelos efeitos de suas descobertas, invenções, idéias e ideais se mantiveram produtivos,

interessados, interessantes e atuantes, apesar, do envelhecimento físico.

Nessas colocações quem é o idoso?

Há primeiro que se diferenciar o que se entende por idoso. Assim...

II

Como definir ou o que se entende por idoso?

De modo geral, por hábito, costume, desconhecimento da real significação das palavras usamos como sinônimo de idoso, o termo velho.

E não têm elas (as palavras idoso e velho) a mesma significação?

Se tomarmos o dicionário mais simples encontramos:

Velho - adjetivo - gasto pelo uso, antigo, usadíssimo, desusado, antiquado, obsoleto, arcaico.

Idoso - substantivo masculino - homem que tem muita idade.

Nota: O vocábulo velho sendo adjetivo, indica qualidade, caráter, modo de ser ou estado do ser ou dos objetos nomeados pelo substantivo. Assim...

Nos exemplos citados no estudo anterior (Verdi, Churchill, Einstein, Edison, Fleming, etc., etc.) evidenciou-se essa diferença, uma vez que todo idoso, inevitavelmente o será pelo próprio adentrar dos anos vividos no tempo presente. Ser porém, junto a essa realidade, velho, obsoleto, desusado, usadíssimo, antiquado é opção, concluindo-se que: ser idoso (para quem aí chega) é contingência, porém, ser velho é arbítrio, decisão pessoal.

Desse modo é velho quem perdeu a jovialidade, quem só dorme, quem nada ensina ou recusa-se a aprender. É velho aquele que somente descansa, que vive no passado e se alimenta de saudades, na vida que se acaba a cada noite que termina sem planos e sonhos para o amanhecer, em que os dias são tolerados como se fossem os últimos de uma longa jornada num calendário só de ontens.

O idoso, aquele que se entende na bênção de viver uma longa vida, compreendendo o desgaste natural das células, não se permite a degenerescência, o decaimento, o definhamento a alteração dos caracteres do Espírito, a mudança de um padrão para outro funcionalmente inferior.

Nesse aspecto, o idoso sonha, aprende, se exercita, faz planos, povoa a vida de ocupações pessoais interessantes; renova a cada aurora que surge entendendo o hoje sempre como o tempo bendito de atualizar algo, rever um aspecto, apreender melhor isto ou aquilo num calendário repleto de manhãs.

De um modo geral, pensamos e agimos assim?

Infelizmente não. Por conteúdo, bagagem, contingência, imposição ou por nos atermos só à visão material da vida, somos tendenciosos a manter e aprofundar limites. A posição contrária normalmente é vista com o leve sorriso de desdém, descrença ou pouco caso, rotulado de utopia, poesia, devaneios...

Não é bem assim; não se trata de enganos de querer fugir ou não aceitar, assumir uma situação. A realidade física é inexorável dentro da série de alterações que se exibem e se processam nesse campo: por predominar agora os processos da desassimilação, onde a matéria praticamente não mais se regenera; há a decadência progressiva do organismo, que poderá favorecer o aparecimento das doenças. O estado da pele com seu tom, brilho ou opacidade, os cabelos, seu volume e colorido; a marcha, a diminuição da força muscular, etc., etc. são visíveis. Somem-se outros acontecimentos naturais que se revelam mais sob orientação clínica, onde as funções dos vários aparelhos diminuem ou são eliminadas, como por exemplo, a função sexual na característica de gerar vida.

Quanto a capacidade mental, ela também se ressentir por influência dessas alterações.

"A medida que envelhecemos, segundo mostram inúmeros estudos, nosso cérebro sofre um verdadeiro encolhimento (...) a substância cinzenta (do cérebro) é perdida mais precocemente (dos 20 aos 50 anos) e a substância branca sofre uma perda mais acentuada em idades mais avançadas (dos 70 aos 90 anos de idade). A perda de peso é algo em torno de 7 a 8% em relação ao peso máximo alcançado na vida adulta. Tal declínio da massa cerebral, se deve, fundamentalmente, à perda de células nervosas (neurônios) tendo-se demonstrado uma perda

de mais de 50% em algumas regiões específicas do cérebro como a frontal e a temporal superiores. Alguns pesquisadores apontaram também, uma perda dos dendritos dos neurônios, após os 80 anos de idade (...). Medição da capacidade de glicose (fonte de energia) pelo cérebro vem demonstrando uma redução após os 70 anos de idade. Uma consequência é a queda na capacidade de síntese do neurotransmissor acetilcolina. Neurotransmissores são liberados nas sinapses (pontos de ligação entre os neurônios) facilitando o impulso de uma célula para outra. Suspeita-se que o decréscimo moderado na atividade da acetilcolina cerebral possa ser responsável por uma redução discreta na capacidade de atenção, concentração e aprendizagem comumente encontrada entre pessoas idosas. Todavia, a grande maioria das pessoas chega aos 75 e 80 anos ainda com bom nível de desempenho intelectual mostrando que o nosso organismo tem uma certa reserva funcional para enfrentar as perdas"¹

Essa constatação de uma realidade natural é imprescindível conhecer. Não é o homem porém, só um aglomerado de trilhões e trilhões de células, mas uma **Individualidade** imortal que se serve por um determinado tempo, de uma matéria que lhe permitirá exteriorizar-se usando (essa matéria e exteriorização) para burilamento (educação) da essência.

Desse modo há perfeita interação, ação recíproca, mútua entre mente/corpo, sendo impossível dissociar um do outro, o que equivale dizer, o Espírito da matéria.

A ação, a interferência do psiquismo no mundo orgânico é preponderante para que se possa viver em equilíbrio. A matéria por suas limitações cercará a exteriorização do Espírito mas a saudável disposição mental deste se refletirá no conjunto em forma de bem-estar no dinamismo, lúcido, vívido, interessado e atuante fornecendo "(...) lubrificante para as engrenagens celulares que passam a movimentar-se sob o comando equilibrado"²

Isso é novidade?

Não. Os pais gregos da Medicina já compreendiam esse papel interativo do Espírito e a importância desse comando dinâmico para a constituição harmônica da existência humana. A cada dia, os cientistas da Saúde constataam mais evidências dessa realidade, demonstrando que o processo educativo no qual o Espírito se insira ou não, produzirá reflexos na área da saúde, facultando o surgimento e manutenção de

enfermidades (limitações) ou preservando e administrando o conjunto em boa atividade.

- Comportamentos estressantes;
- sentimentos agressivos;
- conduta conformista exterior e rebeldia interna;
- guardar ressentimentos ou paixões perturbadoras;
- ambições desmedidas;
- autodesamor etc., etc., etc....

Transformam-se em toxinas que o cérebro elabora. Nesse desequilíbrio mental, os venenos produzidos se espraiam pelo sistema nervoso central, fixam-se no corpo físico especialmente nos órgãos, regiões mais sensíveis estabelecendo o desconcerto geral. As emissões são carregadas de energia deletéria, depressiva, inconformista, perturbadora onde os efeitos se apresentam danosos, agredindo inclusive as defesas imunológicas, limitando ou/e desarticulando os mecanismos de equilíbrio que respondem pela saúde.

Por outro lado, os sentimentos de: esperança, fé, alegria, amor, paz, entusiasmo, idéias, planos edificantes enfim, proporcionam altas descargas de energias salutares que "(...) são conduzidas pelas moléculas dos peptídeos em forma de endorfinas, interferon, interleucinas e outras substâncias equivalentes que restabelecem a equilibrada mitose celular recuperando-as das desarticulações, estimulando os leucócitos e gerando circuito de vibrações bem estruturadas.

Essa interação mente/corpo é resultado de não ser a constituição humana só material, mas essencialmente psicofísica portanto, trabalhada pelo Espírito que é o agente da vida inteligente e organizada da criatura". As emissões constituídas dessas idéias acima, exteriorizam-se em respostas saudáveis no corpo que se apresenta dinâmico, jovial preservando seus equipamentos.

Sob esse enfoque, o Espírito, segundo a proporção do trabalho educativo que realiza consigo no decorrer do tempo, na existência em si, envia continuamente mensagens do mais variado teor a todos os setores do corpo físico pelo qual se manifesta.

Dessa forma, a idade cronológica, tem importância limitativa relativa mais ou menos acentuada, segundo a disposição/entendimento/educação do Espírito. Nesse tempo

exteriorizar-se-á o idoso ou o velho como resultado do que construiu, elaborou, realizou, manteve e cultivou, durante toda uma vida.

Surge a interrogação - como ou quais as formas mais comuns de reação frente a essa realidade?

Pode-se rejeitar, mas esta em si mesma, de forma alguma altera o quadro; antes, amplia e complica-o. Pode-se detestar, maldizendo desde sempre a idéia, na expressão rebelde que destrói as reservas de equilíbrio e força, aumentando aflições. Pode-se aceitar, com resignação estática, indiferente que não trabalhando a causa semeia a morbidez no desânimo conformado, passivo, que se instala. Somente a aceitação dinâmica, aquela que compreende o acontecimento e marcha envolto em planos, ideais e realizações, atenua conseqüências. Superando-se o peso de grandes esforços é que contribui para manutenção harmônica do ser inteligente sempre, sempre aprendendo novas lições, desenvolvendo valores em gérmen, vinculado às Fontes Superiores de onde procede, que o inspiram e animam em todas as vicissitudes pelas quais inevitavelmente passará.

Essas seriam em tese, em ideal, os raciocínios, as premissas que deveriam em processo educativo constar da formação de uma mentalidade de respeito primeiro, cada um consigo para irradiando-se nos outros reformar a idéia de que idoso e velho seriam sinônimos.

Sem isso como o idoso se vê? como é visto, de um modo geral?

III

Sem esse entendimento, se não forem trabalhados os aspectos levantados, percebidas essas diferenças, manteremos o atual estágio onde as dimensões velho - idoso - idoso velho, permanecem como sinônimos, como padrão de comportamento.

De um modo geral, o idoso contribui para que essa mentalidade permaneça?

Na realidade, essa faceta não se instalou aí nessa fase da vida física. É ela decorrência de todo um fator cultural, onde a criança já vê, no próprio meio que a acolhe, a afirmação desse desprestígio, no qual a idade adulta ou avançada significa marginalização, sofrimento e amargura. Assim incorpora, mantém ou aprofunda esse entender,

passando, não só a temer a idade, mas também a morte, como se essa não ocorresse em qualquer fase da existência.

Lá na frente, no tempo que chegará, encontraremos essa criança como o adulto desequipado, buscando desesperado métodos externos de rejuvenescimento, grupos especiais, nos quais seja possível repetir-se a ilusão da mocidade. Desarmonizado interiormente cria, se vê as voltas com os transtornos psicológicos a se exteriorizar em quadros de depressões e angústias esquecido, nunca ensinado ou lembrado de que o fator idade apresentar-se-á como resultado de como cada qual se comportou, isto é, de como foi construída pelos pensamentos e atitudes todo um existir.

Esses dias de passado, já encarado aí como carga que se quer rapidamente alijar, não enriquecerá, nesse futuro, a mente, os pensamentos, as idéias ou as lembranças em luzes com painéis ditosos, criativos, úteis e felizes.

"Atravessar a existência - qual ocorre com aquele que vence as estradas ou águas de um rio - sempre conduzindo com segurança o veículo de que se utiliza, é processo de realização existencial, que produz resultados compatíveis com a maneira de enfrentar o percurso na direção do objetivo".

Dentro desses raciocínios, poderíamos responder que o idoso contribui para que essa idéia de marginalização se intensifique. Em suas atitudes mínimas lamenta-se do:

- distanciamento da vida ativa - que ele (mesmo sem o saber) se negou desde muito tempo atrás a querê-la ativa agora, pois esperava a idade, como um tempo que daria o direito de mais nada fazer.
- enfraquecimento das forças orgânicas
- privação dos provocantes de prazer
- proximidade com a morte, situações estas não condicionadas a número de anos vividos, uma vez que em qualquer período da vida orgânica, enfermidades, acidentes, conflitos, problemas econômicos e sociais, geram as mesmas conseqüências.

O distanciamento da Vida, é gerado pela perda do encanto, da alegria de viver.

O pensamento ativo que se mantém útil aqui, ali e sobretudo no campo interno, encontra oportunidade de contribuir positivamente em favor dos

grupos familiar e social. Afere-se a força de um ser, não pelo vigor físico, mas pela capacidade de administrar a existência, de enfrentar dificuldades, de resolver desafios, de lutar e vencer; idéias, situações e posicionamentos controvertidos.

Essas premissas, não são característica ou resultantes desta ou daquela idade, mas de disposição interior de viver e de participar dos desafios humanos.

Podemos encontrar muitos jovens de constituição orgânica fraca, o que não os impede de crescer e se realizar. O mesmo ocorre com os idosos que podem ser fracos ou fortes, com estrutura mais ou menos equilibrada, sem que isto seja a causa de afetar-lhes o comportamento social, espiritual e humano.

Naturalmente, a prática de exercícios, a alimentação saudável, planos, ideais, pensamentos edificantes, leituras, atividades gratificantes, correspondentes à cada faixa etária, constituem-se como valores que se tornam importantes no decorrer dos dias, se tornam imprescindíveis nos tempos mais avançados.

Ausência e diminuição do vigor físico necessariamente não são paralelos, contingências para que o mesmo ocorra nas áreas do pensamento, da emoção, do desejo de servir e amar.

Já vimos no estudo um, políticos e administradores, escritores, poetas, cientistas, filósofos, estadistas atingindo seus momentos culminantes quando outros haviam deixado de lutar e despertar oportunidade de crescimento. Estes, encolhem-se para esperar a morte, o desaparecer, o dissolver-se no nada. Os primeiros, utilizam-se dos valores que arregimentaram no tempo para se apresentarem mais vitoriosos, felizes, oferecendo ao mundo contribuição duradoura e brilhante.

Como lidar com o estabelecido de que o idoso esquece?

O hábito de pensar e agir desenvolve a memória retentiva, facultado maior número de aprendizados que não se apagam. Permanece o interesse do principal em detrimento das questões secundárias que a seleção natural faculta desaparecer da mente. À medida, porém, que o indivíduo se mantém ágil, exercitando a capacidade de pensar, aberto, interessado, participante nas inovações do tempo, maior se lhe torna o desempenho intelectual. Mesmo que haja uma variação no ritmo, na velocidade, haverá não só a preservação do patrimônio conquistado

como também aquisição de novos valores onde o idoso se configura como exemplo para as gerações novas.

Como refletir sobre a privação de prazeres?

Depende também de como se entende o que é prazer. Sua significação não se atém somente ao que agrada em determinado período da existência física mas qualifica-se como sensação ou sentimento agradável, harmonioso, que atende a uma inclinação vital proporcionando alegria, satisfação, contentamento, deleite. Prazer proporciona alegria, bem-estar, satisfação, felicidade, agrado, incentivo, estímulo para o crescimento interior, conforto e paz.

De acordo com essa definição, a escala de valores a respeito do prazer, **varia**, de acordo com a idade que cada um desfruta: em um momento a volúpia, o grande prazer dos sentidos, noutro arrefece-se este; em outro ainda perdem-se os atrativos, desaparecendo completamente. Há prazeres dos sentidos que exigem imediatas compensações; há prazeres do sentimento que proporcionam inimaginável e duradouro bem-estar.

A busca pelo prazer na juventude e madureza é afligente, busca o ter onde o sexo é priorizado como sua fonte única. Nesse entender a idade avançada acena com a decrepitude e insatisfação, tormento, amargura, revolta e frustração.

No real entender do prazer, ele existirá e atrairá das mais variadas formas que poderão ser vivenciadas nos vários ou conforme o padrão orgânico, onde formas antes desconhecidas de companheirismo, convívio, afetividade, trocas, e prazeres fluem no ser sem a imposição do relacionamento sexual.

Ainda, nesse encadear dos sentidos que se superam, o ser pode nesse entender (ilusório para uns, utópico para outros) descobrir o prazer de encontrar-se, de viver consigo mesmo, experimentando sensações, percebendo um mundo estético pleno de harmonia na satisfação pessoal cada vez mais abrangente. Prazer em tese, não se configura como sensação um momento fugaz, mas frui de dentro do ser, irradiando-se em indescritível paz, entusiasmo, alegria de ser, de estar e de viver.

Há quem associe idade avançada com rabugice. Como refletir sobre isso?

Queixar-se de tudo, ser impertinente, inconveniente, inoportuno, insolente, falar e agir de modo ofensivo, grosseiro, viver de mau humor,

zangar-se continuamente, não é privilégio dos anciãos. Pessoas exteriorizando a habituação dessas posturas são encontradas em todos os períodos da existência! Quantos, dispostos de uma existência pela frente, se exteriorizam em atitudes irritadiças, exigentes ao lado de idosos pacientes, confiantes e gentis. O inverso também procede? Sem dúvida, jovens ternos, pacientes e idosos inconvenientes, mostrando mais uma vez, cada um a se exteriorizar como fruto do trabalho que realizou e ou realiza consigo. Como ainda em tese, não despertados, interessados ou motivados como Espíritos imortais para esse trabalho educativo a realizar-se na essência, é coerente que o idoso se configure como expressivo número a chamar a atenção pelas atitudes da rebeldia rabugenta, descontente e infeliz.

De um modo geral, essas posições refletem esse imenso vazio do ser que se vê diante do nada, no fim que não chega, na família que estigmatiza, marginaliza e põe de lado como algo que estorva e enfeia o ambiente.

Estudiosos apontam que, grande parte das atitudes mais agressivas do idoso, configuram-se como reações para com as atitudes, o pouco caso, o desprezo, o subestimar que sentem ou percebem (mesmo quando não exteriorizadas em palavras e atos) nos demais.

Desse modo, o relacionamento não saudável na família ocasionam ou aprofundam conflitos, implicâncias, cobranças que podem caminhar para agravamentos insustentáveis.

Refletamos que de modo geral, mas especificamente neste caso, é na família que o processo se desenvolve em clima de sintonia, onde o menosprezo de uns (exteriorizado ou não) provoca reações que reciprocamente interferirão na preservação da saúde física, emocional e mental do grupo familiar.

Nivelou-se nesse grupo, a visão do nada do idoso, no descaso desrespeitoso do grupo, onde todos querem se ver livres uns dos outros, como pesos recíprocos a se tolerarem por obrigação.

Nesse clima, somente aqueles que dispuserem de resistências morais relevantes, suportarão (não se sabe em que condições íntimas) o desrespeito mantido.

Essas "resistências morais relevantes", frise-se, não são conseguidas de uma hora para outra, mas fruto de trabalho pessoal no entender da

Vida, na sua função, nos objetivos que cumpre frente ao crescimento do Espírito.

Entender que os dias da existência têm significado especial par o enriquecimento interior, na conquista de patamares elevados para o sentimento e o pensamento, nas ações nobres rumo a plenitude, desperta para que se viva integralmente cada momento, com atividades renovadoras, espírito de combate, alegria e paz. Ainda, em favor de cada um, nesse preparo para dias que estamos ou que chegarão despojar-se da consciência de culpa pelas ações menos felizes que podem ser reparadas; sem cobranças, pelo que gostaria de ter feito ou realizado de forma diferente. Harmonizar-se, agir corretamente, dinamizar no Bem tudo quanto possui orientando os passos, pelos caminhos da Verdade, da Solidariedade e do Amor.

Quem trabalha consigo e se descobre, não mais permanece na indecisão, cultivando pensamentos perturbadores mas marcha em busca da auto-realização em total harmonia íntima.

Conclui-se que, chegar a ser idoso é uma arte e uma ciência, que devem ser tomadas a sério, seja qual for a idade que se tenha hoje, exercitando-as a cada instante, em atitudes positivas do dia-a-dia. Alijar do campo mental o "estabelecido" de que essa etapa espiritual deve ser ociosa, contemplativa, sem movimento e trabalho.

Mas o idoso trabalhar? Todos necessitamos do trabalho, inclusive o idoso com trabalho é lógico adaptado às suas condições físicas e psicológicas. aliás, quanto mais participarmos de uma vida de trabalho, principalmente dirigido à sociedade dos homens, mais esquecemos de nós onde as naturais reações da organização física ficam como que, apagadas, suplantadas, nos planos, nas idéias, no que se planeja fazer aqui e ali na mento que organiza procedimentos ou providências, esperando com euforia as luzes do amanhecer, para poder pôr em pratica, essas novas idéias e planos. É nesse sonhar, arquitetar, planejar constante que se nutre as próprias fontes de energia, quase sempre carentes e necessitadas de renovação.

Estima-se que por volta do ano de 202 teremos no Brasil vinte e sete milhões de idosos e setecentos milhões no mundo. Se entendemos que a vida é sementeira, e que muitos de nós comporá esse número, somente nesse entendimento da Vida e no desenvolvimento das qualidades positivas, teremos estruturas psicológicas dignificantes e bem sedimentadas acrescida ainda, pela compreensão de que chegar a ser idoso acena ainda como fase preparatória de uma nova vida.

Se já somos idoso ou se estamos a caminho, usemos de todo nosso interesse, preparemo-nos para a Vida que prossegue no sem fim dos tempos. Saibamos atravessar o cair da noite com naturalidade e harmonia, afim de colhermos e apreciarmos as belezas de uma nova aurora.

IV

Dentro do nosso plano de estudo, surge na caminhada do Espírito, a importância do núcleo familiar como fator preponderante. O ser humano em geral, necessita, no seu processo de evolução, da família, do clã, dos indivíduos que são conhecidos, nas raízes que caracterizam os valores que os tipificam.

É aí, que renascem, se reencontram, sentimentos de afinidades, hostilidades, afeições, desamores a serem distendidos, ampliados, harmonizados, resolvidos. Espíritos simpáticos ou antipáticos entre si unidos pela consangüinidade, expressam-se de inúmeras formas, criando o clima próprio de cada núcleo e voltam, necessitam buscar-se, conscientemente ou não como anseio inexplicável para superação e crescimento, em elos que representam verdadeira e recíproca nutrição.

Esse clima é tão envolvente, contagiante, que o Espírito embora recalcitre, hostilize, maldiga, dali não se afasta totalmente. Mesmo fisicamente se distanciando, conservará lembranças, impressões que não se apagam, a avivar-se na identificação dos detalhes, expressões, cheiros, hábitos, comparações que estabelece diante da realidade de agora. No campo mental mesmo sem o perceber, usa como padrão avaliador do hoje, os valores primeiros adquiridos no convívio com os pais, irmãos, com a família enfim. Transparece isso ainda, no exterior, no modo de ser, que de alguma forma reflete conteúdos das situações auridas no núcleo familiar. Um dia no tempo, quase sempre retorna, na busca de melhor entender relacionamentos e porquês, uma vez que traz em si o instinto da própria superação buscando harmonia.

Tudo isso, mesmo que se exteriorizem em relacionamento conflitados, embora não percebamos, trabalham a afetividade em mecanismos de evolução. Esse clima é importante ao idoso? Como se insere nele? Seria melhor ausentar-se de tais conflitos? Nesse enfrentamento dos problemas, no atrito das emoções, é que se treinam as valiosas expressões do Amor.

Recorde-se que a vida do espírito não se alicerça em fases como a vida física. Temos que entendê-la no sentido de radiosa eternidade marchando para a plenitude da grandeza espiritual, onde a experiência edifica a sabedoria e o amor.

É comum, num agrupamento familiar sob o mesmo teto ou em relacionamento ativo conviverem três ou quatro gerações.

De um modo geral, os indivíduos interagem de diferentes formas, em reações que refletirão os componentes morais do grupo, na sua estrutura individual, social e religiosa.

Os pais, que até certo tempo, constituíram-se como centro do grupo, vão (por posições pessoais, fatores externos, acomodação, doenças, etc.) perdendo ou deixando escapar essa posição.

Se a estrutura familiar é rígida, e se sobretudo aí também residem os avós, podem surgir problemas graves, choques acentuados, atritos nos relacionamentos onde se advoga a idéia de separar os "velhos", inadequados agora ao ritmo familiar.

Pela importância e função da família estudada acima, será que o melhor para esse Espírito imortal é confiá-lo a estranhos, ao asilo alijando-o de tudo quanto se lhe afigura como importante, como "seu", como constituinte formador da sua própria realidade?

Não será essa a visão da família flexível, onde pais, filhos e avós buscam entrosar-se cada qual entendendo-se como elo de algo muito forte e que constitui realmente a família?

Mesmo com essa visão e objetivo o processo será simples?

Não, pois haverá sempre fatos pessoais, emocionais, espirituais, afinidades ou não, entendimento e preparo maior ou menor para esse chegar na idade, valor que se dá ao tempo, à vida, noção íntima da responsabilidade, dever, amor que influenciarão sobremaneira no contexto familiar, nas posições de cada um.

Se essa convivência, acontecer num núcleo, em que a formação de seus componentes, além dessas premissas acima, basear-se em propostas transcendentais, na Imortalidade que se prossegue, as diferenças serão menores, mais fáceis trabalhadas, pois ter-se-á presente não o momento atual mas a busca do que é melhor para o Espírito imortal.

Além disso, o que mais se poderia desejar?

Que o homem, em geral futuro idoso se entendesse nessa proposta ou raciocínios que esta série desenvolve, onde o uso da vida no dia-a-dia pleno de interesses gera um mundo de amanhãs, esperados, cheios de trabalhos e sonhos. Compreensão das características normais de uma das etapas da vida mantendo-se no papel sócio-familiar, reconhecendo e sendo reconhecido pelos demais membros da família e da sociedade.

Aos membros da família, far-se-á necessário estar atento, sem tolher, impedir, cercear, o exercício da liberdade, dos gostos, preferências, hábitos que constituíram toda uma vida de interesses. Sem esses cuidados, sofrerá a coerção impositiva e proibitiva dos mais novos, onde a troca de idéias, o respeito das diferentes opiniões, os raciocínios carinhosos, o diálogo fraterno inexistem na dureza das limitações e ordens. Atenção ainda a mudanças significativas de ordem física, emocional, espiritual, onde o carinho deve se fazer acompanhar do auxílio de profissionais especializados.

Nessa vivência dos zelos do Amor (poderíamos afirmar que até na falta dele) a família será ainda e sempre, a melhor garantia do bem-estar material, físico, espiritual de todos os seus constituintes.

Como agir diante àqueles que se exteriorizam insensíveis à tais cuidados?

Frente àqueles que se recusam mudar, perceber, ainda é possível desenvolver a tolerância na compreensão das dificuldades, desculpando-o pelo estágio primário em que ainda se detém. No exercício do Amor, é aí que se aprende que o mesmo não pode ser imposto, porém não estacionará ante o obstáculo ou a recusa, distendendo-o em auxílio calado, exteriorizado, nas diferentes formas da ternura e da gentileza.

Mesmo que também se apresente o grupo familiar dispersivo, agressivo, egoísta, insensível, cabe os pensamentos salutares, trabalho mental no Bem a construir e fixar um campo moral fraterno, compreensivo, de doação ao interesse comum, mediante ao qual, numa ação a se diluir no tempo, esses mesmos Espíritos, um dia buscarão agasalhar-se, despertando para novas etapas de renovação pessoal.

Em meio a tudo isso, o que mais teme o idoso?

Reflita-se que, além da falta de vínculo com trabalho, afastamento de amigos e de colegas, baixa renda, dificuldade de locomoção, limitações

no ir e vir, problemas de saúde, fatores que levam a sentir-se inseguro e desprotegido, o maior dos medos, é justamente, a possibilidade de ser rejeitado pela família.

Nas cidades menores, nas famílias fraternas, amigas ou mais simples financeiramente falando, esse medo se ameniza, se dilui, é menor ou inexistente. A situação muda, se agrava, quando esse idoso perde a saúde e necessita de cuidados especiais. Ainda aí, o grupo se une, reveza-se, cuida e não abandona o familiar.

Há que se envidar todas as providências necessárias para o bem-estar, ainda e sempre no amor (zelo, respeito, carinho, atenção, paciência, ternura, afeto, etc., etc.) para que o clima de tranquilidade e paz seja vivido não só em relação a ele, mas entre todos. Sobretudo é desse clima harmônico que se nutre o Espírito, e este se ressentido quando, apesar das atitudes externas, das formas corretas, ele inexistente no fundo, na essência.

É o lar a escola viva da alma e o procedimento de cada um, nas atitudes que exterioriza demonstra o estágio que, espiritualmente falando, cada um se situa.

Daí a importância dessas reflexões, do conhecimento da reencarnação nas bases da família, com pleno exercício da lei do Amor, nos recessos do lar para que realmente este abrigue mentes abertas a se fortalecerem reciprocamente no Bem, nos ideais maiores da vida.

Nos grandes centros ou nas famílias mais complexas, em geral, a situação toma outra característica. Isolamento, insegurança, sensação de fracasso, estorvo, peso, muitas vezes se agiganta, sufocando envolvendo em amargura, desespero e dor.

A falta de sensibilidade a essa realidade, pode refletir-se em atitudes aparentemente normal no entra e sai dos membros da família que ocupados com trabalho ou estudo, desatenciosos ignoram o idoso, até de uma simples conversa, como se, não existindo, ainda incomoda nas perguntas ou interesses de quem se sente vivo e interessado, querendo participar ou entender o ritmo em que se processam agora os negócios, as metas, a realidade. Esse colocar de lado, ostensivo ou não, esse tratar como coisa velha, o idoso que se sente com disposição, com motivação para conversar, questionar, querer saber, se distrair, recordar, sair, relega a desagradável solidão, amargurando as horas na acusação velada, de que se 'agüenta", tolera-se aí um peso.

Não nos esqueçamos que é nesse grupo familiar que está se desenvolvendo, para o Espírito imortal, a função educativa e regenerativa sempre aliada a outras mentes de idêntico interesse afetivo. Desse modo, o auxílio, a ajuda, o intercâmbio com as inteligências superiores que se consagram a resguardar, inspirar e fortalecer no Bem para fins de progresso, burilamento, coragem e incentivo, dependerão do clima espiritual, mental mantido, sustentado pelos componentes desse grupo familiar.

Caminheiros de muitos caminhos das vidas passadas de todos aqueles que a compõem a "(...) família terrestre é formada assim de agentes diversos porquanto nela se encontram comumente afetos, desafetos, amigos, inimigos, para os ajustes e reajustes indispensáveis ante a lei dos destinos (...) na vivência coletiva visa ela (a família) o aperfeiçoamento das almas (...) visando o aperfeiçoamento geral erigir-se-á sempre a família como educandário da alma (...) é nesse instituto doméstico, nessa organização de origem divina que encontramos os instrumentos necessários ao nosso próprio aprimoramento para edificação do mundo maior (...)".

Sob tão incisivas colocações de oportunidades e responsabilidades mútuas, como alijar do lar o companheiro, pais, avós, familiares que, idosos hoje são sentidos como inadequados aos meus planos pessoais?

Além destas reflexões, facilita entender que o idoso tem necessidades, anseios, desejos como qualquer outro componente do clã, por isso, o respeito ao direito/dever recíproco que se mantém na privacidade de todos em relação a todos.

À medida que esses raciocínios passam a ser discutidos, aceitos e vivenciados, os idosos passam a ser vistos sob nova ótica, apoiados nas suas necessidades sem tolhimento da liberdade de expressão e ação.

Atitudes fraternas, construtivas, positivas, bondade, altruísmo, amor que possibilite crescer através do desenvolvimento de atividades que por mais humilde que possam parecer, ajudarão a que esse Espírito imortal se mantenha tranqüilo, confiante, identificado ou percebendo a mensagem cristã à luz da Doutrina Espírita.

Essa tomada de consciência na sensibilização da família frente aos ideais transcendentais da Vida, se faz imprescindível, no sentido de atender aos idosos melhorando-lhes as condições e qualidade de vida, não apenas no sentido material, mas principalmente no espiritual. Frisa-se que mesmo esse idoso até dê a impressão de nada perceber e até

mesmo ser hostil - ainda assim - semear, agir no Bem, oferecer-lhes sempre atenção, firmeza, apoio e até fraternidade através dos sentimentos, pensamentos e possíveis ações.

Quem trabalha e vive com a visão de que somos Espíritos imortais "(...) ama com amadurecimento, plenifica-se com a felicidade do ser amado e beneficia-se pelo prazer de amar".

V

O entendimento espírita vê a idade avançada como o outono no tempo - fase normal, necessária, imprescindível na sucessão harmônica dos objetivos e funções da encarnação, envolta, igual a todas as outras, nos dons da Natureza, nas bênçãos de Deus.

Entender o idoso na sua aparência, no seu modo de ser como o aprendizado, a experiência, sem as ilusões, paixões, aflições. Recapitula-se aí todo o conteúdo existencial.

"O ancião viu o nada de tudo quanto deixa; entreviu a certeza de tudo o que há de vir: é um vidente. Sabe, crê, vê, espera. Em torno da fronte coroadada de cabeleira branca qual a faixa hierática dos antigos pontífices paira majestade! À falta de reis em certos povos, eram os anciãos que governavam".

"É preciso porém, não esquecer de que, em nossa época, há - já o dizia Chanteaubriand - muitos velhos, o que não é a mesma coisa - e poucos anciões".

Tal comentário justifica-se, porque ancião, refletiria o texto primeiro transcrito: seria bom, indulgente; estimaria e encorajaria a mocidade - seu coração não envelhecera. Os velhos, seriam os ciumentos, malévolos e severos. Se as gerações atuais perderam o culto de outrora pelos antepassados não é precisamente porque os idosos se tornaram velhos, deixando de ter a alta serenidade, a benevolência amável que fizera nesses tempos idos, a poesia dos antigos lares?

Pela falta de, através dos tempos não nos ocuparmos destas reflexões, não entendermos o que representam as idades para o Espírito frente à essa etapa o que se passa em seu íntimo?

Na maioria das vezes é uma fase de caos, desânimos, inseguranças, medo, tédio e descrença total do valor dos dias já vividos. Sem conseguir precisar, avaliar esse Espírito divisa, percebe as profundezas do Infinito uma vez que iniciou-se já o processo sutil da desmaterialização. O sono foge, a vigília prolongada encontra-o como que, de sentinela na extrema fronteira da vida, de onde divisa a outra margem... Daí as ausências estranhas, as distrações prolongadas, verdadeiros tateios, explorações do além, num preparo numa adaptação para a viagem que já se iniciou e que prossegue em se aprofundando.

Esse cuidado, esse preparo, por assim dizer, do tempo a se esgarçar, transfigura as faculdades da alma: tem a função de torná-la simples; suprimindo as necessidades irreais, artificiosas - há um começo de espiritualização (no sentido de desligamento da essência com a matéria).

Outra "faculdade" preciosa desponta: a de esquecer. Tudo o que se constituiu, no decorrer dos tempos, como superficial, imediato, corriqueiro, supérfluo - apaga-se -; conserva, lembra ou recorda o substancial, marcante, referencial. (Estaria acontecendo aí um processo seletivo para as incorporações necessárias ao Espírito?)

Fisicamente, a fronte, lembrando o fruto maduro pende, inclina-se sobre o coração. Procura (ou passa a idéia) de querer converter em amor, tudo quanto lhe resta de faculdades, vigor e lembranças.

Dizem que a idade avançada é a noite da Vida, entretanto, a noite pode ser bela, clara, toda ornamentada de estrelas e constelações, luar e claridade a se esparzirem de uma longa vida cheia de virtude, bondade e honra!

Jamais portanto, enxergar aí decadência - há sim progressão - caminhada avante para um termo que se abre, prossegue na Imortalidade em novos passos e propostas. Chegar a essa fase, nesse entendimento, nesse exteriorizar da alma em paz - ser ancião, chegar a idoso é uma das bênçãos, entre as bênçãos da Vida.

Dentro dessas reflexões, não é também esse tempo, um prefácio, um anteceder da morte?

Está sim, se processando verdadeira iniciação - o preparo, a gestação de um outro nascimento. Segundo a ordem da mesma Lei, deixa-se o mundo material pela mesma razão pela qual nele entramos. "Podemos pensar no Espírito como um campo virtual que promove as necessárias

reconfigurações na psique como também em sua percepção do mundo. Em si, o Espírito contém uma realidade virtual e não corpórea. O Espírito não se forma da configuração ou disposição especial da matéria, mas ele mesmo é uma estrutura flexível de Deus. que o concebeu Sua expressão. Em outras palavras, o Espírito não se desprende da matéria nem ela dele. Não é produto da evolução material mas evolui com a matéria. Prescinde dela para existir, porém, **não a dispensa** para evoluir".

Nesse entender, o trabalho silencioso dessa desmaterialização já está iniciado, Se ocorrer a doença, acabará em alguns meses, semanas ou dias o que, o lento trabalho do nascimento físico preparara: o organismo se desagrega pela extinção do fluido vital o perispírito "se solta", "se desliga" do resto da matéria que o "retinha".

A alma agora, já meio desprendida, teria as faculdades aumentadas; dilatam-se-lhe as percepções, adentra, ensaia-se em sua atmosfera natural, retomando seu campo vibratório natural. É como que, um clima, um estado crepuscular no limite extremo entre os dois mundos; percebe, vê, divisa, sem entender, a dimensão em que vai entrar. O mundo que está prestes a deixar, também lhe acena, com fantasmas à lembrança mesclando-se a todo um cortejo de Espíritos que lhe aparece do lado novo. Na grande maioria das vezes, (tal como na fase infantil) não consegue identificar, separar quem é "vivo", quem é "morto", referindo-se a ambos com idêntica naturalidade.

Nessa dissolução da matéria, o que se passa com o Espírito?

Assim como ninguém nasce só, ninguém, igualmente morre ao abandono. Os desencarnados que o conheceram, amaram, assistem, vêm ajudar o moribundo, sustentando a coragem a confiança, a paz com a presença alegre, feliz de quem recebe o companheiro ausente que regressa ao Lar. Não nos esqueçamos que além destes, há ainda a presença dos Espíritos encarregados das técnicas de desligamento, além do Espírito protetor., "anjo da guarda" ligado ao indivíduo desde o nascimento até a morte e que freqüentemente o segue na vida espírita.

Nos desligamentos que se processam, o perispírito se desprende do corpo que até pode viver mais algumas horas em vida puramente vegetativa.

Note-se como fato interessante que na morte os fenômenos se realizam na forma inversa do nascimento físico - ao nascer a vida vegetativa

desenrolou-se no corpo da mãe; na morte, é a última a extinguir-se: a vida intelectual e a vida sensitiva são as duas primeiras que partem.

Enquanto o corpo está ali a extinguir as derradeiras vibrações da matéria o que acontece com a alma? Como seria nesse novo campo vibratório o estado desse Espírito desencarnado como idoso no corpo físico?

Mensagens, textos, estudos doutrinários esclarecem que a Vida prossegue em progressos, onde novos corpos físicos far-se-ão necessários para os avanços acentuados dentro da lei evolutiva.

Desse modo, sobrevivendo a morte do corpo físico, em tese, o Espírito seria levado para abrigos, hospitais até que se refaça dos abalos sofridos, das doenças ou mesmo pela adaptação a um novo campo de matéria. Dentro dessa tese, aparecerão sem dúvida as variantes por exemplo: aquele que desencarna em baixa vibração perispiritual, mantém-se na forma ou circunstâncias em que estava o corpo, nos costumes de sua vivência habitual. À medida que vai sendo tratado, entendendo, auxiliando-se, desvincula-se das situações terrenas. Por decorrência altera o perispírito desvinculando-o das injunções (sensações/percepções) materiais que, poderão voltar quando pelo pensamento, volta, se detém nos sentimentos, lembranças de antigas situações. A parte espiritual, propriamente dita, se transforma obedecendo ao comando da mente, na proporção e medida em que se renove.

Um Espírito desencarnado num corpo ancião, idoso, de matéria gasta, desestruturada pode na vida espiritual, voltar a gozar da plenitude dos dias da mocidade ou deter num momento do tempo em que determinada forma física lhe tenha sido mais agradável ou significativa.

Recorde-se Emmanuel que se apresenta na aparência de um momento existencial que lhe foi ou é altamente especial.

Reforçam esses raciocínios a transcrição ensinando que "(...) Ainda assim, releva observar, que se o progresso mental não é propriamente acentuado, mantém a personalidade desencarnada, nos planos inferiores, por tempo indefinível, a plástica que lhe era própria entre os homens. E, nos planos relativamente superiores, sofre processos de metamorfose mais lentos ou mais rápidos, conforme as suas disposições íntimas.

"Se a alma desenleada do envoltório físico foi transferida para a morada espiritual em adiantada senectude, gastará algum tempo para desfazer-se dos sinais da ancianidade corpórea; se deseja remoçar o próprio aspecto, e na hipótese de haver partido da Terra na juventude primeira, deverá igualmente, esperar que o tempo a auxilie, caso se proponha a obtenção de traços da madureza".

"Cabe entretanto considerar que isso ocorre apenas com os Espíritos, aliás em maioria esmagadora, que ainda não dispõem de bastante aperfeiçoamento moral e intelectual, pois quanto mais elevado se lhes descortine o degrau de progresso, mais amplo se lhe revela o poder plástico sobre as células que lhes entrecem o instrumento de manifestação. Em alto nível a Inteligência opera em minutos certas alterações que as entidades de cultura mediana gastam, por vezes, alguns anos para efetuar".

Sendo a vida espiritual, continuação da terrena em sentido progressivo, não podemos esperar transformações instantâneas, a não ser para Espíritos Puros. A grande maioria transformar-se-á num tempo maior ou menor, decorrente, dependente do teor evolutivo, merecimento, entendimento, capacidade de ação, etc., etc., etc.

Assim... o menino deixa a infância pra entrar na mocidade; o jovem deixa a mocidade para entrar na madureza; o adulto deixa a madureza para entrar na senectude e o ancião deixa a extrema velhice para entrar no mundo espiritual, não como quem perde os valores adquiridos, mas sim prosseguindo para o alvo que as Leis de Deus nos assinalam a cada um.

Desse modo, é a existência terrestre seja qual for o momento em que se esteja, um aprendizado em que as renovações acontecem buscando atingir a plenitude em Jesus.

Todas as fases; infância, juventude, madureza, senectude têm o aspecto de transitoriedade - não podem representar a Vida. Caracterizam-se como demonstrações da sagrada oportunidade concedida por Deus para sutilização dos sentimentos no contínuo superar de imperfeições.

Quem se vale dessa oportunidade divina - viver - para tão somente cultivar ilusões não poderá encontrar mais que o fantasma dos próprios caprichos e enganos.

Aquele porém, que entender os momentos como bênçãos, oportunidades, onde cada um implícita convite individual a determinada atitude, resposta ou ação, onde Jesus permanece como modelo, esse naturalmente, conquistou o segredo do viver triunfante, Acima de quaisquer circunstâncias ou adversidades Jesus acena com possibilidade, modelo objetivo, guia e ideal de atos, palavras e pensamentos "(...) Seu coração na pobreza ou na abundância, na juventude ou na idade avançada será como flor de luz aberta ao sol da vida eterna".

VI

Conclusão I

No desenvolvimento de um plano de trabalho alguns pontos foram trabalhados evidenciando situações conhecidas:

- indivíduos que caminham velozmente para o envelhecimento
- outros que em idênticas condições de vida, apresentam verdadeiras renovações em seu metabolismo
- a situação difícil quando há o comprometimento da inteligência e do raciocínio com reflexos mais ou menos intensos
- importância de se manter o idoso junto a família, uma vez que, o núcleo familiar, mesmo quando o Espírito aparentemente pareça não percebê-la ou até mesmo portar-se em relação a ela, de forma hostil, representa-lhe nutrição tão importante quanto aquela dirigida à criança que está formando uma mentalidade, iniciando uma nova rotagem.

Enfatizou-se a necessidade do desenvolvimento da capacidade de adaptação, que de certo modo, será difícil de ser trabalhada quando já nessa idade avançada.

Daí a importância dos "futuros idosos", na fase em que cada qual se encontra hoje, meditar, fazer planos para essa fase natural, com entendimento, compreensão frente ao panorama da imortalidade onde não terá lugar velhice ociosa, contemplativa, sem movimento, trabalho, sonhos, planos, ideais, privacidade e compromissos, claro e justo que, adaptado às condições físicas e psicológicas do momento. Isso pressupõe nutrir as próprias fontes de energia com equilíbrio, justeza e

bom senso, ocupando os velozes minutos com atividades significantes sempre produtivas.

Se entendermos que os dias de agora são semeadura para o futuro, encontrar nesse porvir, felicidade, plenitude, dependerá do desenvolver das qualidades positivas do que se está fazendo hoje, onde estruturas psicológicas dignificantes, sedimentadas, proporcionarão viver esse movimento natural da idade sem tantas desordens e desentendimentos. Nessa etapa preparatória de uma nova vida "(...) saibamos atravessá-la com naturalidade e harmonia, a fim de colhermos e apreciarmos as belezas de uma nova aurora".

Levando-se em conta que a expectativa de vida, especialmente nos países desenvolvidos aumenta consideravelmente, em futuro próximo, acentuado número de pessoas atingirão oitenta, noventa anos ou mais em satisfatório estado de saúde física e mental. Diante de perspectiva tão importante, há inúmeros programas preocupados com medidas preventivas não só para a população já idosa, mas visando aqueles que poderão atingir essa faixa etária.

No Brasil, segundo recente estudo, o grupo acima dos sessenta anos é o que mais cresce, reafirmando que é tempo de se olhar de nova forma, a idade que chega com seus benefícios, necessidades e desafios.

Nesse objetivo o "Programa de Educação Sanitária da Sociedade Brasileira de Psiquiatria Clínica", oferece algumas reflexões, mais ou menos no sentido que segue. Ressalta que: o chegar da idade trás mudanças que desafiando o bem-estar físico e mental, incluem:

- mudanças de papéis
- mudanças de padrões familiares, de amizades e outras relações sociais
- mudança na situação econômica
- mudança de comportamento, de corpo e mente
- mudança de interesses e de oportunidades

Com relação as **mudanças de papéis**, esta exigirá que o idoso **aprenda** sua nova forma de atuar na sociedade para obter suas respostas e manter seus direitos correspondentes. Vejamos: a oportunidade dá-lhe a vantagem de não mais ter que acordar ao toque do despertador; dispor do tempo, viajar, visitar lugares, encontrar pessoas diferentes, desfrutar novas experiências, dedicar-se a atividades interessantes e que até podem ao mesmo tempo ser úteis à

comunidade, nas várias formas participativas que o trabalho voluntário oferece.

De modo geral, frente a tantas opções não se sabe por onde começar, a quem procurar. Um bom começo, são os programas oferecidos pelos serviços públicos de Assistência Social, todos agrupando amplo oferecimento de opções intelectuais, físicas, sociais, variadas, abrangentes e enriquecedoras.

Mudanças de padrões familiares, de amizade e de relações sociais - Na maioria das vezes, nessa faixa se é avô ou avó. Como tal já se sentiu a alegria da visita dos netos "(...) e o prazer de devolvê-los aos pais ao fim de animada reunião familiar (...)". De qualquer modo, esse espaço entre gerações oferece oportunidade de desfrutar o crescimento dos mais jovens que funcionarão como veículo atualizador do mundo, dos costumes, dos hábitos e alterações naturais da sociedade que muda.

Para eles, o avô/avó representará o vínculo deles com o passado onde a história tem vida porque esse antepassado faz parte dela. O jovem ao ouvir esses fatos, esses "casos" entram em contato com a história das próprias raízes e num futuro repetirão aos filhos esses fatos que referenciam, identificam aquela família.

O grande temor, muitas vezes, nessa idade é tornar-se repetitivo, maçante. Já ensinava o poeta "(...) se somos interessados, somos interessantes (...)". Daí a importância da atualização. Talvez tenha chegado a hora de escrever livros, artigos em jornais, desenvolver conhecimentos de informática, entrar em salas de conversas, "navegar", viajar em museus ou outras áreas de interesse, alfabetizar-se, aprender a tocar algum instrumento musical, auxiliar o semelhante nos trabalhos comunitários, ser ou tornar-se curioso nesse sentido do conhecer, enfim, ativo, saudável, encantador, integrado nas dificuldades e vitórias familiares, **sem perder**, abdicar ou anular suas atividades e interesses pessoais. Há que se ter esse cuidado de, em meio ao corre-corre familiar, preservar, manter os interesses particulares onde o dia surge, nasce no segredo do maravilhoso, na expectativa dos acontecimentos reais que estão se sucedendo.

Por que é importante criar ou defender essa individualidade?

De modo geral, no transcorrer dos dias, no criar filhos, nos acontecimentos que se sucedem, corre-se o risco de absorver ou ser absorvido pelas circunstâncias, onde a individualidade, o pessoal, como

que, vai se ofuscando, perdendo ou camuflando as características próprias. Essas possibilidades aumentam ou agravam quando os filhos se casam indo morar em suas próprias casas ou pior, permanecendo no próprio lar dos pais. Em "Você e o remédio" encontramos um parágrafo que sintetiza essa situação: "(...) Há anos vem sendo a atriz/o ator coadjuvante, mais importante de sua vida. Há muito tempo deixou de ser a atriz/ator principal da sua existência. Hoje idosa/idoso precisa de uma nova identidade".

Em síntese, ressalta-se a necessidade dos interesses próprios, envolventes, possibilitadores dos sonhos, compromissos, idéias e planos que levam a esperar com entusiasmo os dias que se sucedem.

Mas, e os filhos? Estão começando a vida? Têm necessidades, precisam trabalhar?

A mãe de André Luiz em "Nosso Lar", sinaliza exemplo sutil nesse sentido. Vivendo em planos superiores, poderia movimentar méritos e "tirar" o filho das dores umbralinas? Poderia suspender compromissos pessoais para ficar ali ao lado do filho? Foi insensível ao deixá-lo? Que decisões toma? Como é entendido o Amor?

Desse modo, não se trata de abandonar, mas respeitar, deixando-os viver seus compromissos e experiências. Se procurando socorrê-los na medida do possível até que adquiram fôlego, afastando-se para que possam trabalhar as próprias experiências, aprender crescer, esforçar-se nas superações que levarão sem dúvida, a maior estabilidade no campo emocional.

Mas, e os netos? E a filha que espaça suas visitas? E o filho que não telefonou? Netos são responsabilidades que cabem aos pais e mágoas com os filhos não valem a pena guardar, pois à próxima chegada deles elas se dissipam no coração que se derrete.

Isso não seria um colocar-se à margem, indiferente, impessoal, frio?

Não é esse o sentido. Manter a individualidade é preservar os próprios sonhos não se imiscuindo nos dos outros. Interessar-se sim, ser dinâmico, vivo, participante sem absorver a realidade do outro. Compartilhar da necessidade ou do entusiasmo deles onde na preservação e respeito à própria identidade serão boa companhia uns para os outros.

Nessa busca, nesse planejamento de uma vida pessoal plena de interesses há vários outros canais abertos, não só para contato com os membros da família, mas conhecimentos, amizades novas ou velhas - o telefone, a internet, a igreja, a sinagoga, o centro espírita, o barbeiro, o cabeleireiro, o banco, enfim, tantos contatos, onde o importante como ser social que se é, será estar com outras pessoas compartilhando interesses, prazeres ou até mesmo preocupações. Idade avançada mais que nunca é momento de se expandir relações sociais onde as seleções naturais que se processam, vão estruturando grupos prazerosos que, atendendo a um momento especial, mantém o entusiasmo de fazer coisas no contacto vivo de uns para com os outros.

Mudança de situação econômica - Alguns podem se apresentar com boa renda, ou ainda aposentados, dedicar-se a outros afazeres adquirindo verba adicional. Estes seriam os idosos "jovens", física e mentalmente cheios de vigor que, continuando a produzir não sentirão tantas pressões, inclusive a financeira. De modo geral, os recursos sendo limitados, a situação preocupa e obrigará o idoso a selecionar lugar para morar, transporte, compras. Para passeios, buscar os descontos ocasionais oferecidos, os transportes públicos, teatros, museus, restaurantes, cinemas, clubes de bairro, associações, enfim, benefícios que ajudam a desfrutar a vida, com um preço menor.

VII

Conclusão II

Mudanças de comportamento de corpo e mente - Além dessas reflexões é hora de ser cuidadoso com a saúde. Verificar os benefícios médicos a que tem direito, quer como previdenciário ou segurado em planos de saúde a que eventualmente pertença. Converse com o médico sobre necessidades e dúvidas. Desvincule-se, em função desses esclarecimentos, do excesso de medicação, atenda-se o prescrito, quando necessário. Quanto a um programa de atividade física, caminhada, exercícios, ainda o médico, é o elemento capaz, seguro e confiável, para avaliações e encaminhamentos. Associações, centros esportivos comunitários, escolas e grêmios oferecem variedade de programas e atividades gratuitas.

Não necessitando de tantas calorias, a alimentação também precisa ser acompanhada e onde a dieta equilibrada cuidará dessa manutenção. Cuidado para a tendência do que vive só, habituar-se a lanches. São eles pouco nutritivos e o idoso precisa alimentar-se, comer, daí que, para aquele que não quer cozinhar, beneficiar-se da entrega de refeições a domicílio. Em relação às adaptações no campo sexual, se não há mais possibilidade ou prazer, contacto sexual, nada impõe limites ao estar juntos, no contato terno, íntimo, afetuoso, aconchegante, duradouro a se exteriorizar na calma cúmplice onde parceiros se sentem plenos, integrados no campo emocional recíproco.

Recorde-se sempre que o "velho" é teimoso, inflexível, dono da verdade o que ensina aos outros nada mais tendo que aprender. Não está desperto para perceber que a Vida é o melhor professor continuamente ensinando através do filho, do neto, da empregada, do gari, da estudante, de uma criança. de um doente onde cada situação trás lições, experiências, sabedoria. Para o que sabe trabalhá-las levam ao crescer, aos interesses, dão qualidade, plenificam ações, metas, objetivos, burilam sentimentos interagindo com o Universo onde a lei de harmonia que o sustém passa a agir em seu favor devido a essa sintonia mental onde tudo se plasma para o melhor.

Mudança de interesses e oportunidades - é hora de, por exemplo, ler ou dedicar-se a um prazer que em outros tempos não foi possível. O livro é caro? Há os aconchegantes ambientes das bibliotecas públicas onde se encontra todo tipo de leitura, bem como outras atividades culturais, como palestras, filmes, oficinas culturais. Idade não é limitante para a sede de conhecimento. Ah! sou analfabeto!!! Bem próximo de cada um, na escola pública, na associação de bairro, na igreja, no centro espírita, há oferecimento de bem montados cursos de alfabetização. Sei ler, concluí cursos, sou de formação universitária? A todos os casos, há oferecimento das reciclagens. Estão aí mais ou menos 115 cursos em Universidades ou mesmo cursos que realizam aspirações que em momentos passados não puderam ser atendidos.

Ter presente que os acontecimentos naturais da Vida: nascimentos, desencarnes, separações, novos casamentos, mudança de ambiente, redução de renda, dependência ou imobilidade, doenças, acontecem não só ao idosos, mas que podem afetá-lo de forma mais crítica. A idade avançada, mesmo não sendo incapacitante, é limitante. Daí ser importante a formação de uma consciência lúcida onde a organização e adaptação a um ritmo novo ajudarão sobremodo.

Essas reflexões necessárias levam a perceber que envelhecer bem requer planejamento, compreensão realista das mudanças e desafios.

Ruth Kay (Instituto Nacional de Saúde Mental - EUA), ao final de seu trabalho visando "a arte de envelhecer" enfatiza que **nunca é cedo** para se fazer as seguintes perguntas:

- dentro de minhas possibilidades, hoje ou num tempo de futuro, que tipo de moradia e estilo de vida me proporcionarão conforto, conveniência, independência e companhia?
- sendo apto, que tipo de trabalho, atividades, lazer me interessam, causando-me prazer e realização?
- que organizações de prestação de serviço (públicas ou particulares) são de meu interesse conhecer?
- que serviços, benefícios médicos e de saúde estão disponíveis enfim, quais providências que tomadas a tempo, proporcionarão equilíbrio, não só na idade avançada mas em qualquer fase da vida, uma vez que mudanças e desafios constituem o processo existencial?

Pensar, planejar, mudar, adaptar significa estar desperto, consciente da realidade interior, das infinitas possibilidades de crescimento e que incluem: libertar-se dos medos que imobilizam na inutilidade, redescobrir alegria de viver, de agir; ampliar a comunicação com a Natureza e com todos os seres, multiplicar meios de dignação humana, envolver-se na eloqüente proposta de iluminação que, querendo, estando desperto pode ser encontrada em toda parte.

Quando se caminha nesse campo de consciência "(...) o ser se move em encontro e conquistas **que acima de tudo são internos**, resplandecentes, calmos, poderosos como um raio e suaves como a brisa do amanhecer (...)".

Todo instante, nesse enfoque, é momento da retomada.

"(...) Maria de Magdala ao encontrar Jesus, decidiu e transformou-se totalmente; Paulo de Tarso, desperto ao chamado do Mestre, nunca mais foi o mesmo; Francisco de Assis, aceitando Jesus, renasce. Leonardo da Vinci, Galileu, Newton, Descartes, Pasteur, Schwitzer e tantos outros no campo do pensamento, da ciência, da arte, da religião e do amor (...)" após despertarem para realidade "(...) alteraram a própria rota, erguendo para si e para Humanidade um patamar de maior beleza e de mais ampla felicidade".

Essa coragem "do mudar" estabelecendo novas metas "(...) significa encontrar-se construindo, livre de preconceitos e de limites, aberto ao bem e à verdade de que se torna vanguardeiro e divulgador".

As reflexões até aqui levantadas falam do ser em relação a si mesmo, quer já seja idoso ou a caminho de sê-lo.

Não podemos por isso, deixar de abordar a posição daqueles que podem estar vivendo essa realidade ao lado de familiares, pais ou amigos idosos.

Se é claro ao homem, a imagem de que aos pais cabe cuidar, assistir e amparar os filhos, a recíproca, embora também seja real, nem sempre encontra respostas a altura, nas posições dos filhos. Chegará sim, o momento no tempo, em que lhes caberá o dever, a obrigação natural de assistência aos pais. Será ela tanto mais abrangente, equilibrada e feliz na proporção em que os filhos respeitarem a individualidade, mantendo-se prontos, alertas, disponíveis sem serem impositores, dirigentes, afastando, impedindo participação, ditando normas e obrigando a posicionamentos e atitudes.

Seja os pais quem forem - probos ou viciosos, responsáveis ou não - serão sempre credores de homenagem, gratidão e apreço, uma vez que através deles, recebeu-se um corpo físico, bênção incomensurável diante das necessidades do Espírito.

Esse cuidado é tão especial, que ainda Jesus, em seus últimos momentos de vida física, exemplifica confiando sua mãe a João, conclamando-o para que cuidasse dela.

Necessitamos estar atentos, pois numa sociedade de consumo, imediatista e baseada no lucro, quem deixa de produzir, é visto como estorvo. Nesse enfoque, os idosos, os pais passam a ser entendidos como obstáculos, onde o asilo, a "casa de repouso" ou afins acenam como solução (Ressalte-se o valor dos asilos quando agasalham e cuidam de idosos em casos excepcionais, **sem família**, sem renda, sozinhos, abandonados nas ruas. Há outras situações especialíssimas como por exemplo: a demência onde o atendimento médico ininterrupto requer esse afastamento do lar. A vontade dos filhos, **permanece** no sentido de querê-los junto a si, mas o acompanhamento especializado **obriga** à internação. Essa providência nascida da necessidade far-se-á acompanhar da visita diária, do coração em prece em favor daquele ser querido, agora em instante senil desestruturados da própria personalidade).

Excetuando-se essas situações especiais, a maior parte dos anciãos ali **depositados**, têm condições e necessitam conviver com a família. A realidade mostra ainda que, após as primeiras visitas, filhos e netos vão sumindo, realizando aparições breves cada vez mais espaçadas a refletir o egoísmo destes e demais parentes frente à alguém que agora não serve mais.

Emmanuel no estudo "Compaixão em família, reflete que "(...) cidadãos que julgamos a toda prova, que se destacam pela palavra e caridade, não hesitam **em exportar** mo rumo do asilo, o avô/avó, tio/tia menos feliz que a provação expõe a caducidade".

"Indagando a essas pessoas que moram em tais núcleos, a dedução é clara: nenhuma delas **decidiu** por conta própria ir ali morar, deixar seu lar, filhos, netos enfim, o mundo construído e sonhado para reciprocidade do aconchego".

Nos casos em que há a decisão pessoal, o **motivo real** está nas tragédias da vida familiar **onde os filhos deixaram extravasar** o sentimento de peso, estorvo, empecilho, traste que o idoso agora representa. O pai, a mãe percebe, **não é preciso que lhe falem** - as desavenças recíprocas entre filhos, noras, genros, netos, as grosserias, a falta de delicadeza quando não até de educação, e que leva o idoso a "livremente optar" ir para a "casa de repouso"/asilo, onde ainda por amor a esses mesmos filhos, abre mão do convívio com os entes queridos na família que se esfacela.

Nasce nesse instante, o Espírito enfermo no medo, na insegurança, na depressão, dor, sofrimentos diversos, na perda da memória em que se refugia. Descrente do amor, fecha-se no trato difícil, agressivo, revoltado, hostil ou na indiferença, no mutismo, na tristeza onde tudo perdeu o valor, onde nada mais vale a pena.

Os familiares, desconhecendo-se como geradores ou propiciadores dessas exteriorizações, **usam-nas como justificativa** do acerto da decisão tomada, "pacificando" a consciência nos remorsos pequeninos que vez por outra teimam aparecer.

VIII

Conclusão III

Recorde-se que o Espírito, arquivando essas experiências em tese, terá que reeducar-se, quase sempre em processo laborioso e lento, nas futuras reencarnações, onde apresentar-se-á com restrições às expansões do sentimento, fechando, desconfiado como que autoprotégendo-se de algo que não consegue identificar. Também os causadores dessas marcas, aprenderão (pelas necessidades pessoais) em processos reeducativos duros, sobretudo, o valor da gratidão, no aconchego do Amor. É vingança? Não. É a sabedoria das Leis.

Se nos ensina Jesus a necessidade de ser fraterno, usar de caridade para com o próximo, sendo indulgente, paciente, auxiliando e perdoadando "(...) quão maiores não hão de ser essas obrigações em se tratando dos filhos para com os pais. Todo procedimento condenável em relação aos estranhos, mais condenável se torna para com os pais".

Reforçam os Espíritos na Codificação quando perguntados se as leis da Natureza **impõem** aos filhos a **obrigação** de trabalhar para os pais que "(...) Certamente, como os pais devem trabalhar para os filhos. Eis porque Deus fez do amor filial e do amor paterno um sentimento natural, a fim de que, por essa afeição recíproca, os membros de uma mesma família sejam levados a se auxiliarem mutuamente. É o que, com muita freqüência não se reconhece em vossa atual sociedade".

Sob reflexões, tenhamos presente que a vida é poema de beleza onde a existência constitui-se como quadro a parte de encantamento e conquistas em cuja aprendizagem o Espírito se aformoseia buscando a libertação de si mesmo.

Se a Natureza em todas as suas expressões se apresenta em harmonia convidando à paz e ao equilíbrio, só o homem se apresenta cabisbaixo, preocupado, triste a carregar os sinais das atitudes, ações e compromissos mal vivenciados, transferindo e acrescentando de uma etapa para outra, marcas que a consciência profunda precisará expurgar, uma vez que a essência também busca, procura e quer a harmonia no equilíbrio.

Desse modo, (até na defesa do interesse próprio - o que representa objetivo bem pequeno) direcionar atitudes num programa de construção pessoal com olhos postos no futuro, vivendo amplamente o presente, nas atitudes que devem ser vividas em transportes de paz e alegria.

Embora, possam parecer difíceis, exigindo esforços que no momento parecem terríveis, pelas decisões tomadas desgasta-se, compromete-se ou liberam-se reações duras ou agradáveis.

À medida que amadurece, entende o Espírito que o viver com episódios difíceis, da dor em enfermidades, não têm elas **o poder** de banir a alegria de viver. Constituem como razão poderosa para prosseguimento das atividades de iluminação: são desafios que visam levar à vitória; testemunhos que levam a conquistas e decisões que mantêm o equilíbrio.

É difícil essa marcha?

Todo o que decidir crer em si mesmo dinamizando a própria potencialidade, caminha num crescendo onde os passos e decisões se tornam mais e mais fáceis. Inserindo-se na Lei de causa e efeito, os esforços aplicados nas realizações positivas, eliminam ou diminuem o peso das negativas ou prejudiciais. A existência se enriquece, é dinâmica, alegre, espectante, tem objetivos que interligados se renovam, abrindo-se em realizações morais, espirituais, artísticas, culturais, estéticas e nobres cada vez mais abrangentes.

O que antes era fatalidade existencial deixa de ser **viver bem** para **bem viver**. Se a primeira é meta humana, a segunda é conquista pessoal, intransferível, especial, que jamais se perde germinando e fomentando felicidade, harmonia, paz.

Do estudo concluímos que, à luz da Doutrina Espírita, entendemos as diversas fases da vida como:

- a) interligadas, seqüentes, contínuas, ininterruptas, comparando-se à estações determinadas que se sucedem no tempo.
- b) as diferentes idades, como estações da alma, onde cada um por sua vez, dá flores e frutos.

A Doutrina Espírita dá ênfase ao Espírito imortal. Como tal, priorizar juventude ou madureza em detrimento de outras idades, apresenta-se em detrimento de outras idades, apresenta-se como falha. Muitos jovens segundo o corpo, são almas vividas, experimentadas. Velhos corpos, podem ser habitação de almas que se iniciam em conhecimentos, experimentações e aprendizados. Vigor, fortaleza, moralidade, são produto de força interior, conquistada no decorrer das

várias encarnações pelo trabalho pessoal envidado. Como tal pode ser exteriorizado tanto nos mais como nos menos jovens.

No entendimento espírita não há lugar para que uma idade seja mais importante que outra, não havendo assim desajustamentos e conflitos. Princípios de entendimento, muita cooperação envolverão reciprocamente, em posicionamentos do amor compreensão que respeita, envolve e ama.

Essa posição não faculta atitudes que reafirmam os valores do mundo, modismos ou interesses pessoais, onde Jesus destaca-se como modelo e guia, mantém o Espírito que a isso se decida, em clima pleno, alegre e feliz.

Assim, a importância do tempo que estamos vivendo, independe da faixa etária em que nos situamos hoje, à medida em que cada um aproveitar o agora para viver de forma diferente, buscando o Bem, o Belo e o Verdadeiro em todos os convites que a Vida apresentar.

Daí exercer-se o Amor na proteção, zelo, cuidado, amparo, solicitude, convivência em família, a tantos que, doentes desde a infância ou acometidos de limitações na senectude, continuem a ser tratados como Espíritos imortais, necessitados mais que nunca do carinho, da atenção e dos cuidados dos familiares "(...) em qualquer dos períodos em que os Espíritos vivam no mundo, Deus lhes oferece o ensejo de crescer, na prática do vero bem, nas conquistas felizes que saibam operar.

(...) Se forem teus velhos fortes, em boas condições de saúde, dispondo de entusiasmo e alegria, compartilha com eles, jubilosamente, agradecendo ao Criador a honra de tê-los, assim, firmes, ao teu lado, dando-te nobres exemplos de pujança nos labores da evolução, sem esmorecimento.

Se se acharem doentes e dependentes os teus anciãos, ama-os então, com a tua consideração, com teu respeito, venerando-lhes as vivências acumuladas, engrandecendo-te com o poder de ser-lhes útil, ofertando para a carência deles o teu braço amigo, com bondade e alegria.

Quando tenhas que atender às necessidades dos teus velhinhos, ampara-os no carinho doméstico, entre as paredes afetivas que auxiliaram a erguer, somente entregando a cuidados estranhos de hospitais, casa de repouso ou velhonatos, no caso em que precisem de atendimentos especializados da medicina, da Enfermagem ou da

atenção geriátrica, para as quais não te encontres devidamente aparelhado ou em outros lances de inarredável gravidade.

Se, apenas se acharem, sob o depauperamento que a idade provecta propicia, empresta-lhes o teu achego enternecido, devolvendo em afetos o quanto te hajam dado, nos tempos para trás, nos dias de tua extrema dependência.

Casa não te sejam familiares, e não te caiba o dever social de mantê-los, caber-te-á o dever cristão de visitá-los, ouvi-los, suprimindo as suas necessidades materiais e espirituais, tanto quanto possas.

A tua idade será tão melhor vivida e bem mais aproveitada, se te tornares amigo dos idosos, fazendo-te apoio de tantos velhos com que mantinhas contato. Não te olvides de que, pelas Leis que regem a Vida, adentrarás, na ordem natural, em tempos próximos ou não, a faixa dos que sentem, hoje, o peso dos anos de aprendizados e lutas, sobre o próprio dorso. E, pensando no que desejarias receber, em tal ocasião, serve e ama, no presente, com entusiasmo e devotamento os teus idosos".

No cenário mundial ocupa hoje, o Brasil o décimo primeiro lugar em população idosa, prevendo-se que nos próximos anos saltaremos para o sexto lugar com o significativo número de um bilhão e cem milhões de pessoas acima dos sessenta anos.

Certamente, muitos dos que hoje estudam essas reflexões, comporão tal estatística. Assim — o que estou fazendo hoje aos idosos com que convivo, é diante de Jesus, o que gostaria que fizessem comigo? Como, no momento atual, estou me preparando para essa realidade?

Quem marcha sob a luz da Doutrina Espírita, busca o Pai, tem Jesus como modelo, não desanima nem teme as ocorrências menos felizes ou naturais da vida pois sabe que há sempre raios de luz a penetrar na noite a fim de transformar a existência em dia de festa, nos tempos que não se acabam, nos dias que se sucedem a oferecer ao Espírito Imortal tudo aquilo que a Evolução necessita para se afirmar.

Fim.