

Mulher Semanário

11 Fevereiro 84 · 39

por MARIA JOSÉ COSTA FÉLIX

«Já não tenho paciência para fazer sempre as mesmas coisas, estou farta...» «Senti-me envelhecer quando a minha filha casou, constatei que tinha 45 anos, que, dentro de algum tempo, seria talvez avó e veio-me uma enorme angústia...» «Achei, com um certo desespero, que já não tinha idade para certas coisas, vi que não tinha feito nada daquilo que queria e senti que tudo, à minha volta, me dizia que agora já era tarde...»

Cada um tem a sua história, cada um enfrentou ou iludiu as anteriores crises, passando pelas situações de forma dinâmica ou estática. Cada um chega a este momento alto da sua vida com trabalhos feitos e outros deixados na gaveta, matéria totalmente aprendida, alguma interrompida a meio caminho e outra recusada. Já de nada lhe valem professores que digam quais os livros, as páginas, as alíneas. É a partir do fundo sombrio de si mesmo que terá de se apresentar a exame... A segunda parte da sua vida será aquilo que, agora, com coragem, decidir querer.

«Como posso decidir querer, se estou agarrada por todos os lados?» pergunta a Leonor, (dona de casa, casada, mãe de cinco filhos) numa atitude que revela sobretudo terem sido sempre os outros a mostrarem-lhe o que é que ela queria. «Como posso, por exemplo, arranjar um emprego, se o meu marido passa a vida a viajar e gosta que eu vá com ele... além de que, eu também gosto de ir...? Queria fazer mais qualquer coisa do que contribuir para o bom funcionamento da minha casa, mas, como iriam reagir os meus filhos quando chegassem das aulas e não me encontrassem como de costume, para contarem as alegrias e as tristezas desse dia?...»

Virar o tempo a nosso favor ou contra nós

Há quem aproveite as energias deste momento crítico para fazer a viragem eventualmente necessária, há quem sinta sobretudo aquilo que perdeu e lamente o envelhecimento. São os anos da tomada de consciência de uma possível recta ascendente que não mais acabará... Ou de uma descida vertiginosa que não conseguimos impedir...

«Aprendi a viver com as minhas dúvidas, descobri em mim uma lucidez diferente...» «Passei a conviver muito melhor comigo



mesma, a gostar até de estar sozinha sem me sentir como que abandonada, cada instante passou a ser vivido de forma mais total...» «Claro que a frescura já não é a mesma, mas há muitas coisas que ganhei com o tempo — uma maior disponibilidade para mim própria, uma outra capacidade para encontrar prazer em estar comigo...»

«Passei a sentir-me muito mais sozinha em casa, tudo estava muito vazio...», confessa a Madalena (dona de casa, separada, mãe de uma filha). «Eu sentia que havia que fazer mais qualquer coisa, descobrir alguns outros interesses, como há quem diga que descobriu, mas tudo foi continuando na mesma e fui-me sentindo mal, como que sem vida, sem razão de ser, tudo me começou a pesar. Olhava para as mais nova e pensava: **Elas é que...** Fui-me achando mais feia, já não tinha nada aquela alegria, aquela garra a que estava habituada em mim. Quando me perguntavam a idade, passei a dizer que tinha cinco anos a menos... Até ao meu namorado eu não dizia a idade certa, sei lá se ele se ia importar...»

Diz-se que, a partir de certa idade, se vivem **menos coisas e menos intensamente**. Culpabiliza-se a idade, enquanto se desencadeiam mecanismos de frustração — Ai, quando eu tinha 20 anos! ... Como posso competir com ela que é tão mais nova?...

«Sim, como é que posso competir com ela, que tem 26 anos, não trabalha, não tem de tratar dos filhos nem da casa, tem o dinheiro livre para passar a vida no cabeleireiro se quiser?» interroga-se, indignada, a Maria, (psicóloga, casada, mãe de dois filhos). «Como posso ter a mesma disponibilidade que ela?»

Como posso achar a mesma graça ao meu marido, se estou cansada porque o meu filho mais novo berra no meio da noite e o mais velho quer que o ajude a fazer os trabalhos de casa e já não tenho a mesma genica que dantes? Como posso dedicar-me tanto a mim?

O que é que permite a umas pessoas conseguirem aquilo que outras não conseguem? Como é possível umas passarem a sentir-se **melhor, mais inteiras, mais satisfeitas** consigo mesmas e com os outros («Se me quisessem pôr dez anos mais nova, não aceitava!»), precisamente na altura da vida em que outras vivem a tristeza dos **anos que passam, da juventude que não volta**, sob o espectro da **velhice que se aproxima**, angustiadas com o **presságio do fim?**

Maria Flávia de Monsaraz (artista plástica e astróloga, mãe de um filho) responde:

cont. na pág. 40

40 A 50

— OS ANOS DA OPÇÃO

Os filhos cresceram, casaram, saíram de casa. As rugas substituíram a frescura da pele, muitas coisas acabaram, a dimensão do futuro é menor do que o peso das memórias. E surge, no horizonte, a inevitabilidade da morte...

É a meia-idade, esse espaço de tempo, durante o qual aumentam as experiências de morte, que obrigatoriamente nos confrontam com a caducidade da morada recebida ao nascer: o nosso corpo — talvez enfeitado de beleza, elegância, riqueza, sucesso, poder...

São os anos da opção definitiva, daquela que já não pode ser adiada, do teste fundamental que nos é feito: Ousas pegar na vida com as tuas próprias mãos, doa o que doer? Chama-se-lhe **Crise dos 40 anos** ou **Crise da maturidade**. Diz-se que sobretudo as mulheres têm dificuldade em vivê-la...

«40 anos»: ... é o frente a frente mais profundo

cont. da pág. 39

«O passado pode bloquear o presente. Podemos ficar presos a memórias, obcecados pelos fantasmas dos amigos que perdemos, porque se foram ou morreram. Isso dificulta-nos a **sabedoria do tempo**, a disponibilidade necessária para essa aprendizagem. Quanto mais velha uma pessoa é, maior pode ser esse peso. Daí que, a partir de certa idade, não se atraíam situações especialmente gratificantes. Vivido dessa forma estática, o passado representa uma prisão emocional.

Mas acontece que tudo na vida é cíclico. E se, em cada momento, tivermos a coragem para nos reestruturarmos em termos da verdade desse momento, todo o vivido se transforma em **bagagem de conhecimento**. E, assim, vai deixando de ser peso, à medida que um ciclo noutra se abre. Acho que, o que é preciso é ser capaz de sincronizar a experiência actual com a qualidade de conhecimento que nos veio de tudo aquilo por que passámos. Ela pode, assim, ser vivida com um máximo de dinamismo, na medida em que é dinamicamente que nos inserimos na relação espaço/tempo.»

Quatro são as estações do ano

«Acho que todas as estações do ano têm uma beleza própria», diz Maria José Vaz Pinto (professora universitária, casada, mãe de seis filhos). «Encontro-me agora no fim do Verão da vida, na passagem para o Outono, e o **fané de la rose** não representa, para mim, qualquer fonte de melancolia. Se eu fosse mais nova, também os meus filhos, por exemplo, teriam outra idade e outras seriam as nossas conversas...»

O mesmo diz Nair de Jesus Silva (anti-

quária e dona de uma agência de leilões, casada): «Todos estamos a envelhecer ao mesmo tempo, não tinha graça nenhuma eu ficar parada numa idade passada, todos os outros teriam então de se virar também para trás, o que me parece uma estupidez...»

E ainda Maria João de Almeida (decoradora, casada, mãe de quatro filhos): «Neste momento, estou na fase intermédia dos 40 anos. Quando entrei nesta idade, foi como que entrar num túnel, um ter de enfrentar as minhas limitações e uma série de interrogações sem resposta.»

«Acredito que a vida é como nós a construímos», continua a Maria José. «Todas as idades têm as suas dificuldades específicas. O importante é não ficarmos rigidamente instalados numa que já passou, assumir os anos com simplicidade, ir tendo interesses novos, aceitar as limitações que vão aparecendo sem fazer daí uma tragédia, não ficar preso a esquemas, a imagens. Por mim, acho muito mais divertido agora! Se as pessoas evoluem normalmente, surgem sempre **compensações** para aquilo que se vai deixando de ter. Hoje em dia, estou com uma capacidade muito maior para **fruir** das situações. Há um contexto de referências muito mais rico. O que temos sempre é de saber responder aos problemas do momento, encontrar a adaptação certa. É isto o que distingue a **desistência** — que é uma atitude passiva — da **renúncia** — que é activa. Chamo a isto aprender a experiência da **morte**, viver os limites das coisas de forma construtiva.»

Por volta dos 40 anos, é frequente as pessoas entrarem em **crise**, porque são obrigadas a esta aprendizagem, quase sempre dolorosa e lenta. Maria Flávia explica:

«**Crise quer dizer opção**. A dos 40 anos é talvez o frente-a-frente mais profundo de cada um consigo mesmo, em que constata a passagem do tempo, em que toma consciência da inevitabilidade do fim desta existência em curso. Temos, nessa altura, uma percepção muito mais profunda do que perdemos...»

Preparar a inversão da marcha

«Quando fiz 40 anos, não quis que ninguém me desse os parabéns», conta a Maria João. «Pensava: Como é que já vivi isto tudo? Meu Deus, o tempo passou! O que é que eu fiz do meu tempo? O que eu senti foi que, se não houvesse uma tomada de consciência mesmo forte, uma atenção permanente a mim mesma, o resto para a frente iria também passar sem eu dar por isso. E soube que não podia ser...»

Por volta desta idade, a Kukas (**designer** de jóias, solteira) «fez uma escolha decisiva: a de viver sozinha. Porque me pareceu a forma menos alienante de estar na vida. Dantes, eu tinha mais inseguranças e dependências. Fui adquirindo a percepção de que me podia bastar a mim própria; acho que faço uma ótima companhia a mim mesma, é bom gozar a disponibilidade de estar só. O mais importante, nas relações, com os outros, deixou de ser o aspecto sentimental, para passar a ser a afectividade. Nunca tenho necessidade de **matar o tempo** e não tenho qualquer espécie de **ansiedade**... Penso que, se não soubermos estar sós, nos tornamos uma espécie de vampiros que se sugam mutuamente, tentando que os outros lhes preencham as carências.»

Também por volta dessa idade, a Maria Helena Albuquerque (advogada, casada, mãe de quatro filhos) passou um dia pela Faculdade de Direito, onde tinha andado em solteira, resolveu parar, perguntar quantas cadeiras lhe faltavam para acabar o curso e inscreveu-se. «Acabei as 14 cadei-

ras que faltavam e agora estou a fazer o estágio de advocacia. Foi sobretudo o meu poder de observação, a minha capacidade para ver o que se passa à minha volta, que me levou a isto. Eu não queria que me acontecesse aquilo que via acontecer a muita gente, aquela vida vazia...» Pouco antes, lera um livro sobre o Marquês de Pombal e ficara a saber que ele tinha começado a vida profissional aos 39 anos. «Então perguntei-me: e se eu comesse a fazer alguma coisa aos 40?»

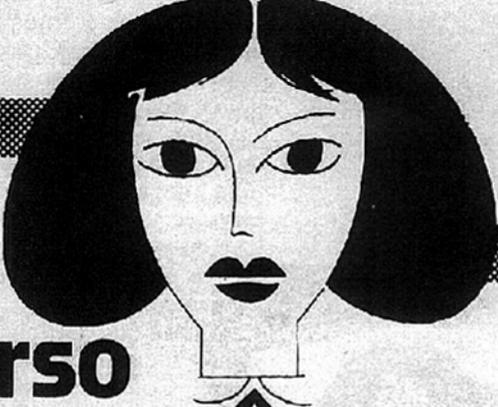
«Até essa idade», diz a Maria Flávia, «eu ia buscar os estímulos fora, aos outros. A partir daí, passei a buscar dentro de mim. A **atitude interior** inverteu-se.»

Projectar o presente no futuro ou transportar seguranças do passado, são coisas que, agora, deixam de ser possíveis. Há que passar a viver do presente, já que tudo se torna mais relativo (é sentida a **passagem**) e simultaneamente mais intenso (há a percepção da brevidade do ciclo da vida).

«Hoje em dia, vou para as situações com um mínimo de expectativa», concorda a Maria José. «Aprendi a não esperar das coisas e então fico contentíssima com tudo o que me dão. Claro que dantes não era assim — as coisas ficavam aquém daquilo que eu sonhava. Isto, só vem com os anos, com um certo desprendimento que se vai conseguindo em relação à imagem de nós mesmos.»

«Ser **adulto** é tão extraordinário!», exclama a Nair. «Faz-se tudo com uns olhos totalmente diferentes do que aos 20 anos... Olhos muito mais enriquecidos de experiência acumulada... É o dia-a-dia que nos vai dando essa possibilidade. Vejo muito mais coisas hoje em dia, com meus 40 e tais!»

(No número seguinte continuam os depoimentos destas seis mulheres — todas elas pertencentes à faixa etária que vai dos 40 aos 50 anos)



Curso em Inglês para Secretárias executivas

A Cambridge School tem o prazer de anunciar a abertura de um Curso em Inglês para Secretárias Executivas, a iniciar brevemente. Para mais informações, contacte a Cambridge School, na zona mais próxima da sua residência ou local de trabalho.

cambridge school

Lisboa: Av. da Liberdade, 173-3º — Tel. 53 3473 — 1200 Lisboa
 LISBOA: AV. DA LIBERDADE, 173-1º — TEL. 55 47 80 - 55 47 89 — 1200 LISBOA
 LISBOA: AV. GUERRA JUNQUEIRO, 8-1º DIR. — TEL. 88 45 44 - 89 96 01 — 1000 LISBOA
 BENFICA: EST. DE BENFICA, 729-5º DIR. — TEL. 70 43 29 - 70 38 38 — 1500 LISBOA
 ALMADA: PRAÇA DO M.F.A., 12-1º — TEL. 276 02 34 - 275 32 18 — 2800 ALMADA
 PORTO: RUA DUQUE DA TERCEIRA, 381-1º — TEL. 56 03 80 - 56 11 30 — 4000 PORTO
 COIMBRA: PRAÇA DA REPUBLICA, 15 — TEL. 3 49 69 - 2 92 85 — 3000 COIMBRA
 CAMBRIDGE EXECUTIVE SCHOOL
 LISBOA: AV. DA LIBERDADE, 173-4º — TEL. 4 13 52 - 57 60 30 — 1200 LISBOA

MINISTÉRIO DA JUSTIÇA

Registo Nacional de Pessoas Colectivas

Os revendedores de valores selados interessados na revenda de impressos exclusivos do Registo Nacional de Pessoas Colectivas destinados a pedidos de

CARTÃO DE IDENTIFICAÇÃO DE PESSOA COLECTIVA OU ENTIDADE EQUIPARADA

INSCRIÇÃO DE PESSOA COLECTIVA

CERTIFICADO DE ADMISSIBILIDADE DE FIRMAS OU DENOMINAÇÕES

podem dirigir-se para o efeito ao REGISTO NACIONAL DE PESSOAS COLECTIVAS — Apartado 1602 — 1016 Lisboa Codex.

CME CONTABILIDADE MODULAR ESQUEMATIZADA

SISTEMAS SIMPLIFICADOS DE ORGANIZAÇÃO

manuais e **COMPUTORIZADOS**

CONTABILIDADE GERAL, CONTAS CORRENTES, STOCKS, PRODUÇÃO E SALÁRIOS

LIVRO BASE com instruções, esquemas, Plano Oficial de Contabilidade c/explicações sobre a sua interpretação e TODO O MATERIAL DE APOIO.

CENTRO DE ASSISTÊNCIA ÀS EMPRESAS da LIVRARIA PANTER
 Rua Maria Amália Vaz de Carvalho, 38 - Telef. 89 78 23 - 1700 LISBOA

Os nossos Sistemas facilitam a execução dos serviços, a análise da informação, a elaboração dos BALANÇOS e o preenchimento das declarações.

