

## Resenha

### Review

---

Sawin, Leslie, Corbett, Lionel and Carbine, Michael (Editors). Jung and Aging. Possibilities and potentials for second half of life. New Orleans, Louisiana, USA: Spring Journal Books, 2014.

## Possibilidades e potencialidades de uma vida saudável e produtiva na velhice

*Possibilities and potentials for second half of life*

Maria Elci Spaccaquerche  
Irene Gaeta

**Palavras-chave:** Possibilidades; Potencialidades; Velhice.

**Keywords:** *Possibilities; Potentials; Old Age.*

Atualmente, a expectativa de vida do brasileiro é de 74,8 anos. O número mais que dobrou desde os anos 1930. O aumento previsto por muitos cientistas para os próximos anos, no entanto, pode ser muito mais rápido e impactante. Em um período curto, chegar aos 120 anos pode ser algo simples.

Antes de qualquer coisa quando falamos em velhice devemos pensar em termos de processo, em ciclo da vida: a velhice não é um fato estático; é o resultado e o prolongamento de um processo. É um aprender a metamorfosear.

Para Jung (1986, p. 85), a vida psíquica é um desenvolvimento que pode estacionar nas etapas iniciais da vida [...] “É como se cada indivíduo tivesse um peso específico próprio, e de acordo com ele subisse ou descesse, até encontrar o ponto de equilíbrio onde encontrasse seu limite”.

Nenhuma pessoa inteligente será, por isso, levada a ocultar segredos, pois sabe perfeitamente que o segredo do desenvolvimento psíquico jamais pode ser traído, simplesmente porque o desenvolvimento depende da capacidade de cada um. Jung afirmava que homens e mulheres na meia-idade sofrem um processo de individuação, no qual expressam aspectos da personalidade até então negligenciados.

Algumas questões podem ser fundamentais na meia-idade, como abrir mão da imagem da juventude e entrar em contato com a finitude. Considerar a vida como um processo ininterrupto no qual passamos estar em constante desenvolvimento é fundamental.

Envelhecer pode ser perigoso quando na segunda metade da vida carregamos o passado como um imenso fardo – os sentimentos, frustrações da vida, da vida não vivida, a urgência em amar quando não foi possível experimentar o amor em sua plenitude, os ressentimentos, as mágoas. O desafio é o abandono do tempo Kairós, do passado que foi vivido, abrindo fenda ao futuro. Mas a fixação aos afetos muitas vezes pode nos aprisionar nesse passado e então o tempo Cronos nos devora com novas descobertas para velhas situações ainda não solucionadas.

Precisamos revisitar o tempo e perceber de forma diferente a ideia de tempo, e principalmente acompanhando sua dialética interna; o homem não está no tempo, é o tempo que está no homem. Viver até os 80 ou 90 anos tem um grande significado para nossa espécie. Jung, ao designar de Metanoia a segunda fase da vida, indica tempos de caminhar em termos de evolução e de crescimento. Quando tudo parece ter findado, quando há queda hormonal, os cabelos brancos, a aposentadoria, os filhos casando, enfim, um *script* que foi cumprido, o tempo ainda urge, há ainda uma fome de viver, muita coisa por fazer, por descobrir, por crescer, e principalmente por desenvolver.

Na Metanoia, tem-se o momento de retomada da consciência, do Ser como algo maior que transcende o ego, as relações parentais, quando podemos contribuir de forma mais abrangente. Metanoia é termo grego que indica transformação da própria idade pessoal, quando novos valores podem ser adotados. Jung (1972) faz uma ilustração clássica da Metanoia, mostrando o que liga a, e o que se distingue da, segunda metade da vida. É como se o foco mudasse e uma reorientação ocorresse. O foco pode ser do Ego, pois não encontra neste lugar a fundação que outrora experimentou como base sólida, e se direciona para o Self.

Esse livro organizado por Sawin, Corbett e Carbine é resultado do simpósio sobre Jung e o Envelhecimento, realizado em Washington, em 2012. A partir das ideias de C. G. Jung, o simpósio versou sobre as possibilidades e potencialidades de uma vida saudável e produtiva na velhice.

O simpósio partiu de dois axiomas: 1- o crescimento psicológico e espiritual que estão presentes em todos os estágios da vida, inclusive e principalmente na idade mais avançada; 2- considera um erro pensar a velhice como um declínio contínuo que só para com a morte.

Muitos dos artigos apresentados tratam a segunda metade da vida com um tempo de crescimento, de desenvolvimento, dentro de um novo significado.

A segunda metade da vida e o envelhecimento raramente surgem de maneira abrupta. Muito pelo contrário, acontecem de maneira sutil, que percebemos com pequenas dicas do nosso comportamento, de percepções que mudam, com desafios não pensados. Assim, muitas das atividades que fazíamos já não se mostram tão interessantes; a agitação juvenil lentamente é substituída por uma necessidade de quietude reflexiva. A impaciência pode surgir, e aquilo que relevávamos ou achávamos graça nos incomoda nas pessoas mais próximas, sejam eles cônjuges, amigos ou mesmo filhos. Percebemos que não podemos mais gastar tanta energia com detalhes irrelevantes. Precisamos, sim, dosar nossa energia para disponibilizá-la com as verdadeiras prioridades.

Como aponta Jung, precisamos estar prontos para fazer as mudanças necessárias e nos adaptarmos às novas demandas.

O livro está organizado em quatro partes:

Na primeira, os artigos fazem reflexões sobre esse novo tempo de crescimento e de ressignificações. A segunda parte trata das perspectivas psicológicas, ao se adentrar na segunda metade da vida. Na terceira parte, encontramos colocações da perspectiva gerontológica para um envelhecimento saudável e criativo. Na última parte, os artigos trazem o tema da espiritualidade e a busca de significado da Vida, sendo que os autores procuram diferenciar espiritualidade de instituições religiosas.

Existe um grande enfoque na criatividade nessa fase da vida, com os autores citando Picasso, para o qual “conforme envelhecemos, vida e arte se tornam uma única coisa”. Para James Hollis, um dos autores, a curiosidade deve estar sempre presente. Para ele, enquanto a curiosidade existir, estamos vivos.

A importância dos relacionamentos na velhice também é um dos temas centrais. Bons relacionamentos são sólidos suportes para as questões que surgem na velhice. E, sem dúvida, questões não resolvidas emergem de maneira bastante desagradável.

A velhice não é a “melhor idade”, como se costuma dizer, mas uma época em que podemos descobrir aspectos da vida, tornando-a significativa, produtiva, e quiçá sábia.

Recebido em 26/02/2015

Aceito em 30/03/2015

---

**Maria Elci Spaccaquerche Barbosa** – Mestrado em Psicologia (Psicologia Social) pela Pontifícia Universidade Católica de São Paulo. Tem experiência na área de Psicologia Clínica e Educacional, com ênfase em Orientação Profissional - presencial e on line, Orientação de Carreira; e Psicologia Analítica, de C. G. Jung. Atua principalmente nos seguintes temas: Orientação Profissional e de Carreira, Coaching, e Supervisão e Análise em Psicoterapia Junguiana.

**Irene Pereira Gaeta Arcuri** - Doutorado em Psicologia (Psicologia Clínica) pela Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC-SP), Brasil. Mestre em Gerontologia (PUC-SP). Analista Junguiana, IJUSP/AJB. Atualmente é docente titular orientadora/Supervisora na disciplina: Práticas Psicológicas em Contextos Específicos estágio Intervenção Psicoeducativa - Oficina de Criatividade no CPA Centro de Psicologia Aplicada de Ciências Humanas - Psicologia da Universidade Paulista (UNIP). Coordenadora e supervisora clínica dos cursos de Pós-Graduação em Psicoterapia Junguiana; e Recursos Corporais e Artísticos; Jung & Corpo e Psicogerontologia, na UNIP. Atua na clínica como psicoterapeuta junguiana, atendendo adolescentes e adultos.

E-mail: iarcuri@uol.com.br