

RESENHA: AS ESPECIFICIDADES
DO ENVELHECIMENTO HUMANO
SOB UMA ÓTICA POSITIVA

Nádia Marota Minó¹

GOLDENBERG, MIRIAN. *A BELA VELHICE*.
RIO DE JANEIRO: RECORD, 2013.

Mirian Goldenberg é Doutora em Antropologia Social, Professora da Universidade Federal do Rio de Janeiro, colunista do jornal *Folha de São Paulo* desde 2010, pesquisadora e autora de outras obras, dentre elas dois livros sobre o tema envelhecimento: *Coroas* (2007) e *Corpo, Envelhecimento e Felicidade* (2011). Ela afirma que não passou ilesa do medo de envelhecer. Mas, foi a partir do seu

1 Graduada em Pedagogia. Mestranda pelo Programa de Pós-Graduação do Departamento de Economia Doméstica da Universidade Federal de Viçosa (UFV). Voluntária do Projeto de Extensão "Esta Ruga Tem História: Envelhecimento, Memórias e Transmissão de Saberes" pelo Programa Municipal da Terceira Idade - Parceria entre a UFV e a Prefeitura de Viçosa (MG). Bolsista da CAPES. E-mail: nadiamino@gmail.com.

novo livro, *A bela velhice* (2013), da Editora Record, que ela acabou mudando de opinião sobre essa fase da vida.

Em sua obra *A Bela Velhice*, a autora referida desenvolve seu texto apoiando-se em três principais autores: Beauvoir, Bauman e Bourdieu. Discute com os mesmos, de forma objetiva e relevante no que tange aos aspectos positivos do envelhecimento humano, com linguagem e entendimento fácil, trata de forma muito positiva as especificidades e conflitos da velhice, não desconsiderando todas as características da velhice, mas sem abordar as consequências negativas que essa fase da vida possa acarretar.

A autora começa o livro citando um artigo que escreveu para o jornal *Folha de São Paulo*, no qual ela traz exemplos de pessoas famosas que conseguiram envelhecer bem e, portanto, desfrutam de uma “bela velhice”. A essas pessoas, não podemos afirmar que sejam “velhas” ou que demonstram que envelhecer seja algo negativo. Elas possuem 70 anos ou se aproximam dessa idade, incluindo nomes como: Gilberto Gil, Ney Mato Grosso, Chico Buarque, Marieta Severo, Rita Lee, entre outros. Fazem parte de uma geração que não aceita rótulos e que não vê a velhice como aquele “vovozinho” deslocado e alheio às transformações sociais. Influenciam gerações, transformando o comportamento e os valores, tornando a vida mais leve e a sexualidade mais livre e prazerosa. Esses artistas descobriram seu lugar no mundo e se reinventam permanentemente. A autora traz esses exemplos como forma de ilustrar que é possível envelhecer bem.

Goldenberg relata que houve grande repercussão do artigo e que recebeu muitos elogios e *e-mails* por isso, mas tamanha foi sua surpresa por a maioria ser de homens, considerando que, historicamente, demonstram sofrer menos com a chegada da idade do que as mulheres. Ela acrescenta: “Acho que eles gostaram da ideia de que a velhice não é um ponto final”. Para entender melhor esse comportamento, ela realizou uma pesquisa com 1700 pessoas de 18 a 90 anos e de ambos os sexos.

A bela velhice é um livro que faz uma análise sobre a diferença na forma como homens e mulheres enxergam essa etapa da vida. Sem desconsiderar as implicações existentes no envelhecer e seus aspectos negativos, a autora procura não abordar as violências, discriminações e preconceitos sofridos pelos mais velhos. Segundo a mesma, existem várias discussões que tratam desses aspectos e o principal intuito do livro é buscar como envelhecer bem: “Escrevi o livro como uma forma de militância na luta contra os preconceitos que cercam a velhice.” (GOLDENBERG, 2013, p. 21).

O livro descreve que todos nós procuramos um sentido para nossas vidas e que isso tem um significado muito particular. A autora cita, ainda,

Paul McCartney como exemplo de velho criativo e produtivo, que não precisa mais trabalhar, mas que não quer parar porque tem prazer no que faz, e isso dá sentido à sua vida. Afirma que não precisa ser artista famoso para negar rótulos, etiquetas e preconceitos associados à passagem do tempo. Sua pesquisa comprova que muitos não aceitam se comportar, vestir ou falar de maneira considerada socialmente para “velhos” e que, nessa fase da vida, conquistam a liberdade de serem “eles mesmos”. Muitos não param de criar e produzir e, mesmo com a aposentadoria, “não querem aposentar de si mesmos”.

As mulheres sofrem mais com a ação do tempo, já que os hormônios mexem não só com o corpo, mas também com a mente delas. Muitos são os fatores que levam ao medo de envelhecer e, segundo Goldenberg, esse sentimento está associado à valorização exagerada da imagem. “Quando perguntei ‘Quem envelhece melhor: o homem ou a mulher?’, em todas as faixas etárias, ambos os sexos concordaram que os homens envelhecem melhor do que as mulheres”, relata (GOLDENBERG, 2013, p. 87).

Outra surpresa que a pesquisa revelou está na forma positiva como as mulheres descrevem, de fato, essa etapa como uma fase em que há uma ruptura com as preocupações sobre o que os outros pensam sobre as idosas, valorizando e vivendo intensamente o presente e não de acordo com as convenções sociais: “As mulheres descobrem tardiamente a liberdade e a importância de colocar o foco em si e, portanto, valorizam o momento presente.” (GOLDENBERG, 2013, p.74). Elas encaram essa fase como sinônimo de liberdade: “No caso masculino, há uma continuidade, eles querem manter a paixão, a alegria e o prazer de serem úteis e ativos, mesmo tendo que se adaptarem ao momento presente.” (GOLDENBERG, 2013, p. 74). Enquanto elas passam a valorizar mais a vida livre e as amizades, eles passam a dar maior valor à família durante a velhice.

Quanto mais avançada é a idade das pesquisadas, mais aspectos positivos aparecem em seus depoimentos: realçam um maior equilíbrio e contam com prazer os benefícios que tiveram com o envelhecimento. Relatam que deixaram de se preocupar com a opinião dos outros e passaram a priorizar seus próprios desejos. A plenitude, segundo a autora, é justificada por diversos fatores, entre eles: a sensação de dever cumprido, ao ver que os compromissos sociais como casamento e filhos já foram encaminhados, entre outros.

A pesquisa revela também que a construção de uma “bela velhice” está totalmente ligada à sensação de segurança quanto à conquista de liberdade. De um lado, a saúde e o dinheiro para se ter uma vida confortável, família e trabalho. De outro, a liberdade para seguir a própria vontade. Porém, ninguém conseguiu a “fórmula de ouro”, pois liberdade e segurança são dois opostos e isso acarreta algumas complicações para essa etapa da vida.

Algumas dicas para viver bem, segundo Goldenberg, renderam capítulos inteiros do livro como: “Almejar a felicidade”, “Cultivar amizade”, “Viver o presente”, “Dizer não”, “Respeitar a vontade”, “Vencer o medo”, “Aceitar a idade”, “Dar risadas” e “Construir a (própria) ‘bela velhice’”.

A autora aponta que, às vezes, até pensa em fazer todos os procedimentos possíveis de rejuvenescimento, porém não quer ser escrava da ditadura da juventude e da beleza e, com ela, perder seus traços originais e ficar com o rosto todo esticado e artificial: “[...] para não perder a legitimidade que conquistei como crítica dessa ditadura da juventude e da beleza. Na verdade não fiz e não faço, pois tenho muito medo de transformar o meu rosto.” (GOLDENBERG, 2013, p. 126).

A pesquisa que deu origem ao livro, para a autora, também indica outro ponto positivo: que nessa fase, com os filhos criados, menos preocupações com as convenções impostas pela sociedade e maior liberdade, a velhice pode ser um momento de descobertas e de experimentar possibilidades não vividas nas fases anteriores e principalmente aprender a rir. Os entrevistados afirmam que rir é o melhor remédio para envelhecer bem, pois “[...] para envelhecer bem é necessário olhar a vida com bom humor e aprender a transformar tragédias em comédias. Dizem que é fundamental aprender a rir de si mesmos.” (GOLDENBERG, 2013, p. 107).

Goldenberg, então, finaliza o livro convocando os leitores a quebrarem o silêncio e a ajudarem a descobrir o caminho para uma “bela velhice”.

Recebido: 10/02/2015
Aceite Final: 31/08/2015