

Mário Jorge Lima

Estive realizando uma atividade de palestras em Ibiúna-SP, em um final de semana recente, e fiquei alojado, com minha família, numa casa de hóspedes pertencente a uma Clínica de Vida Saudável. Lugar extremamente aprazível, um silêncio “ensurdecedor” que, por ser de fato quase absoluto, evidenciava à noite todos os ruídos silvestres, e que, não fossem os meus zumbidos do ouvido, talvez também me permitisse – não sei se isso é possível – ouvir até mesmo a própria circulação do meu sangue.

Na hora do desjejum matinal me dirigi ao refeitório e de cara percebi que, diferentemente de um hotel, não era grande a variedade de itens oferecidos. No entanto, percebia-se que os poucos itens expostos eram da melhor qualidade, provavelmente balanceados e cuidados para que proporcionassem satisfação, boa digestão e o que a Clínica se propõe a proporcionar, que é a vida saudável. E no lugar de uma garçonete comum, havia uma atendente também com funções de controle dietético e de saúde.

Uma senhora próxima a mim, perguntou a essa atendente se poderia tomar um pouco do mingau de aveia, e esta, olhando numa ficha, respondeu que poderia se ela não comesse o pão de passas ou a torrada. Outra queria comer uma banana, e ouviu que poderia, se não tomasse o suco de manga, por causa do açúcar. Outra recebeu como resposta que estava liberada e poderia comer o que quisesse desde que dentro de um limite calórico já pré-estabelecido em sua ficha.

Outra comentou comigo que houve um tempo em que podíamos todos comer de tudo, na quantidade e na hora em que quiséssemos. Eu sorri e pensei comigo: é verdade, e talvez tenha sido também por isso que agora temos tantas restrições.

Não havia ali apenas idosos, e embora estes fossem maioria havia também algumas poucas pessoas mais jovens. O ambiente muito limpo e claro só dava falta, na minha concepção, de alguma música ambiente, alegre sem ser ruidosa. O silêncio era quebrado quase que só pelo bater dos talheres nos pratos e pires, algum suco derramado sem querer na mesa, e o croc-croc da mastigação das torradas. A conversa era baixinha. Os sorrisos não faziam barulho. Crianças, apenas as minhas, que me acompanharam naquele fim-de-semana, rindo e falando de forma contida para não incomodar as pessoas.

Fiquei ali comendo lentamente e refletindo sobre aquele cenário e seu significado pra mim. Pensemos nisso ou não, caminhamos todos para um momento em que temos que encarar muitas restrições e limitações, bem como a finitude de nossa vida. Uns, infelizmente, pelas escolhas que fazem, vão nessa caminhada de forma mais acelerada do que deveriam. Mas todos, ricos e pobres, cultos e iletrados, cientistas e leigos, religiosos e incrédulos, chegaremos ao nosso ponto de não retorno. Será o grande salto, a definitiva passagem, a eterna viagem.

Para os que não possuem fé espiritual, esse momento será de fato o fim. Simplesmente seremos extintos e toda a nossa vida terá se resumido aos penosos anos – para a maioria – passados nesse planeta inóspito e injusto. Para outros, os que possuem o dom da fé, será a passagem para formas de vida mais ou menos evoluídas, em aprimoramento ou em purgação de seus pecados, com possibilidade de retorno a esse mesmo mundo ou não, será a passagem para a glória imediata ou então o repouso no pó aguardando o momento da ressurreição.

Independente do que se creia, essa fase da vida humana, ao contrário do que geralmente acontece, deveria se revestir de honra e de glória. Deveria ser, em condições normais, o coroamento de tudo que alguém fez, criou, desenvolveu ao longo da existência. Deveria haver o reconhecimento à luta de toda uma vida, às vitórias alcançadas, à experiência acumulada. Fosse justo o sistema, o idoso deveria ter todas as facilidades para viver com conforto, para ter atendimento de todo tipo, deveria ter tempo bom, de qualidade, para estar com sua família e amigos.

No entanto, infelizmente, a grande maioria chega nesse momento desprovida das coisas mais básicas e com carências de todo tipo. São muito poucos os que conseguiram juntar recursos para de fato fazer dessa fase a melhor idade.

Mas aqui vamos nós todos, nessa caminhada que é, de fato, difícil, mas que também pode ser prazerosa, enriquecedora. Manter a mente ágil e ocupada, estar atualizado com o mundo em volta, cultivar boas recordações e momentos preciosos, ajudar com a experiência e as atitudes equilibradas, eliminar o rancor e as mágoas, esta deve ser a estratégia a ser seguida para possibilitar vida saudável, mente lúcida e assim poder ainda influir na família e entre os que estão em volta.

