

AMOR NÃO GERA DÍVIDA, GERA MEMÓRIA

Reflexões sobre luto, culpa e a diferença entre presença física e presença verdadeira

Ainor Francisco Lotério

Há uma dor que não vem da perda em si, mas do julgamento que se faz de si mesmo diante dela. Não é a morte que fere primeiro; é a voz interna que pergunta por que não se esteve lá. Essa voz raramente é justa. Ela ignora o cansaço do corpo, o compromisso que levou a outro lugar, a vida que também pulsava em outra direção naquele mesmo instante. Ela cobra como se amor fosse item de protocolo, como se o afeto só valesse quando cronometrado no exato momento da partida de alguém.

De onde vem a cobrança

Quem sempre chegou primeiro, quem sempre abraçou, quem construiu ao longo dos anos uma proximidade genuína, tende a carregar um padrão interno que se torna régua severa no dia em que falha uma única vez. Essa cobrança nasce justamente da qualidade do vínculo: só se sente essa dívida quem amou de verdade. O indiferente não se cobra nada, porque nada construiu.

A psiquiatra Elisabeth Kübler Ross, pioneira nos estudos sobre luto, identificou a culpa como uma das reações mais frequentes de quem perde alguém querido, associada ao que chamou de fase de barganha, na qual a pessoa enlutada se pergunta repetidamente se poderia ter agido de outro modo. Kübler Ross observou que essa culpa raramente segue uma lógica proporcional ao que de fato ocorreu; ela se alimenta menos dos fatos e mais da intensidade do afeto envolvido. A culpa diante de uma ausência pontual é, portanto, um sinal indireto de que a presença sustentada ao longo do tempo foi real.

O peso do tempo mal distribuído

A vida raramente se organiza em agenda perfeita. Há dias em que o corpo não sustenta o que a vontade deseja, e há compromissos que competem entre si sem que exista escolha fácil. O psiquiatra inglês John Bowlby, ao estudar os vínculos afetivos e suas rupturas, mostrou que a intensidade do luto está diretamente ligada à qualidade do apego construído ao longo da vida, e não aos gestos finais praticados no momento da despedida. Colocar o cuidado consigo mesmo em disputa com o dever de comparecer a um ritual é, no fundo, uma armadilha: como se cuidar da própria saúde ou atender a outro vínculo de afeto fosse, de algum modo, uma traição ao vínculo ausente. Não é. São urgências humanas comuns que raramente coincidem no tempo exato que a cobrança gostaria de impor.

Quando o rito pesa mais que o vínculo

Certas exigências formais em torno de cerimônias religiosas ou fúnebres, autorizações, protocolos, formalidades de quem organiza o espaço, acabam por transformar um momento de afeto em questão burocrática. Isso é injusto com quem já carrega luto suficiente. Convém separar com clareza duas coisas: a fidelidade a um vínculo humano, construída em anos de convivência sincera, e a rigidez de normas que exigem autorização para um simples gesto de oração. Uma reflete o coração; a outra, apenas as regras de quem organiza o rito.

Presença que não depende do corpo no lugar certo

A presença de alguém na vida do outro não se mede apenas pelo momento em que o corpo está fisicamente onde se espera que esteja. Mede-se pelo que foi construído antes, nos gestos repetidos, na amizade sustentada, no reconhecimento mútuo que não depende de testemunhas para existir. Viktor Frankl, psiquiatra austríaco que atravessou os campos de concentração e depois desenvolveu a logoterapia, defendia que o sentido da vida se revela também no modo como cada pessoa responde ao sofrimento, e não apenas nos atos externos que os outros observam. Uma ausência pontual, motivada por razões legítimas, não anula anos de proximidade real. Confundir as duas coisas é dar peso desproporcional a um único momento em detrimento de tudo o que veio antes dele.

O que fica depois da culpa

A pergunta que costuma insistir é “por que não fui”. Mas a pergunta mais honesta é outra: “o que se construiu enquanto havia tempo”. A resposta a essa segunda pergunta tende a esvaziar a primeira. Quem amou, cuidou e esteve presente ao longo da vida não deve nada a quem partiu. Se existiu alguma dívida, ela já foi quitada muito antes do dia da despedida. O que resta não é culpa, é memória. E a memória, ao contrário da culpa, não pesa: permanece.

Ainor Francisco Lotério é engenheiro agrônomo, palestrante e escritor, com décadas de atuação em extensão rural, gestão pública e cooperativismo, e larga experiência em temas ligados à motivação, à espiritualidade e às relações familiares.

Contato para palestras, rodas de conversa e outros eventos:
ainorfloterio@gmail.com | WhatsApp (47) 99967-5010