

Síntese final da XXIII Semana de Estudos Teológicos de Viana do Castelo “*Como o vinho do Porto... Envelhecer em diálogo com as novas gerações*”

De 19 a 22 de Novembro de 2018 decorreu a XXIII Semana de Estudos Teológicos (Ciclo de Seminários) de Viana do Castelo, sob o título “*Como o vinho do Porto... Envelhecer em diálogo com as novas gerações*”, resultado da parceria entre a Escola Superior de Teologia e Ciências Humanas do Instituto Católico de Viana do Castelo e a Escola Superior de Saúde do Instituto Politécnico de Viana do Castelo.

O primeiro dia contou com a participação de Isabel Jonet, presidente da Federação Portuguesa dos Bancos Alimentares contra a Fome, numa intervenção intitulada “*Idade rima com Solidariedade*”. Apresentando a história e serviço do Banco Alimentar contra a Fome, considera que o maior contributo do mesmo não se encontra na distribuição de bens alimentícios, mas na iniciativa disruptiva, há 25 anos, de propor aos jovens o voluntariado, através da visita às escolas e outras instituições educativas. 400 mil pessoas, 4% da população portuguesa recebem diariamente um prato de comida como resultado da união de esforços do Banco Alimentar. E com esse prato de comida, vai uma palavra amiga, uma visita domiciliária, cuidados de higiene e saúde e, sobretudo, um encontro humano e humanizador. Contra o império das máquinas, é necessário mudar o olhar para ver a realidade para além de nós mesmos. Só o homem tem olhar, prazer e memória afectiva. As expressões de solidariedade ajudam-nos a viver este tempo difícil. Não podemos esquecer que 1/5 da população portuguesa escolhe diariamente entre comprar comida ou medicação... É um facto que vivemos mais e melhor, temos “mais dentes”, isto é, alimentamo-nos mais e temos mais cuidados de saúde. Ora com a idade vem também a possibilidade de estabelecer novas relações humanas e de dar o que de mais precioso temos: o tempo. Com mais idade e, sobretudo, com mais maturidade, arranjam os mais tempo e o tempo tem mais sentido. Por isso, envelhecer com gosto é envelhecer dando valor ao tempo que podemos partilhar e receber.

O segundo serão foi animado por Cláudia Moura, formadora no âmbito da acção social. Focando a sua intervenção nas técnicas de promoção individual, afirmou que a aceitação é necessária para a felicidade e, portanto, para um “*Envelhecimento com sucesso*”. Os bons hábitos como a alimentação cuidada, o exercício físico, a espiritualidade, uma vida social activa e relações de afecto e intimidade são determinantes para uma vida e envelhecimento saudáveis. É necessário aprender a viver a perda de faculdades e compreender que a felicidade não está no outro, mas em cada um. E, citando o Prof. Pinto da Costa, partilhou três pérolas de sabedoria: 1º - Envelhecer é uma bênção, comemore!; 2º - Aprenda a não produzir solidão; quando alguém lhe telefonar e perguntar “como estás?”, não responde “mais ou menos”, mas sim “estou bem, contente por te ouvir”; 3º - Escolha autorizar-se a uma longevidade com saúde e felicidade, viva em aceitação e reconciliado consigo mesmo.

Frei Bento Domingues, teólogo dominicano, foi o orador da terceira noite, com o título “Uma ponte entre a sabedoria e a fé dos idosos e das novas gerações”. Na esteira do Papa Francisco, Frei Bento propôs uma “aliança de gerações”. Considerando que todo aquele que nasce numa família, nasce já na diversidade geracional. E, por isso, os mais novos podem ser introduzidos nesta aliança, na consciência de que todos somos parte activa, independentemente da idade, através da pergunta: “o que posso fazer para ajudar?”. Na verdade, estamos todos num único plano de partilha, de escuta e descoberta mútuas. Citando Fernando Pessoa no Livro do Desassossego, “pertencemos a uma geração que herdou a descrença...”, referiu que o poeta mais brilhante do séc. XX português construiu uma obra de beleza onde beleza não havia. E legou-a à geração seguinte. Este é um caso

prático de aliança geracional. Noutros tempos, não havia diálogo entre gerações: em casa, na escola, no trabalho, na igreja... predominava o machismo, o estilo magistral, a pobreza, a fragilidade. Hoje não podemos ignorar a riqueza que se esconde em cada criança. Uma criança é o começo da aventura humana, um mundo à frente, é um espanto, é aquilo que não se sabe o que será... Por isso, aliança de gerações é também viver o que rezamos no Pai-nosso, que somos todos irmãos, irmãos de todas as gerações. É preciso dialogar e fazer aliança sem pretensões de ortodoxia, permitindo que todos tenham voz, todos têm uma mensagem a partilhar. E afirmou que a Igreja tem de ouvir e aprender, também sobre as questões de género, com os homossexuais e lésbicas, com a igualdade das mulheres no acesso aos ministérios, se é verdade que acredita num Único Deus que faz de nós todos irmãos. Aliança de gerações é permitirmos uns aos outros a experiência de ser amados, de partilhar e saborear a alegria da vida. Citando Agustina Bessa Luís, recordou que “a maior obra da minha vida não fui eu que a fiz, é saber que sou filha de Deus e sou amada”. Aliança eterna é fazer os outros felizes. A política não pode esquecer este serviço ao bem comum e não pode proibir a vida das famílias e das crianças e continuar a criar seres humanos descartáveis e marginalizados. Aliança eterna de gerações é enviar a ajuda aos necessitados pela mão das crianças que, assim, não envergonham ninguém e aprendem a solidariedade. É preciso “puxar por todas as possibilidades de fazer os outros felizes”.

Ricardo Pocinho, psicogerontólogo, encerrou a Semana de Estudos / Ciclo de seminários com uma conferência intitulada “Envelhecer desde pequeninos”. Começou por afirmar que urge contrariar a tendência de uma sociedade que avalia as pessoas de acordo com as notas académicas e não com os valores. No segundo país mais envelhecido da Europa, não podemos continuar a apresentar os idosos como uma ameaça ao emprego jovem e à estabilidade social. Os mais velhos não são uma calamidade; eles são e devem ser motivo de felicidade para eles e para os outros. O envelhecimento é uma das grandes – se não a maior – questões do nosso tempo. Por isso, seria necessário que ao aumento da esperança de vida correspondesse o aumento da qualidade de vida. E isso significa aumentar e promover a felicidade que se encontra dentro de cada pessoa. As questões ligadas ao envelhecimento devem ser tratadas numa fase anterior ao mesmo envelhecimento. Neste sentido, o aproveitamento do dia-a-dia, das oportunidades quotidianas permitem uma vivência do envelhecimento sadia e sem remorsos. Não devemos calcar o nosso envelhecimento e a nossa felicidade à espera do amanhã. É necessário *envelhecer desde pequeninos*, vivendo cada etapa da vida e permitindo às novas gerações o contacto com os mais velhos. Importa inverter a tendência actual e investir na família e na promoção da natalidade. As novas gerações devem estudar... não para ter esta ou aquela profissão... mas para ser pessoas! Concluiu afirmando que não devemos esperar pela altura perfeita para tomar decisões. A vida deve ser celebrada e convém festejar a ausência de problemas ou a sua superação. Também isto é envelhecer com qualidade. O fim do envelhecimento, a morte, também deve ser optimizado. Numa época em que os maiores medos são morrer com sofrimento ou morrer sozinhos, a liberdade de movimentos e a capacidade de nos deixarmos ir na altura certa são a melhor maneira de envelhecer saudavelmente.

O ponto de partida da Semana foi a constatação de que vivemos mais, mas que não é claro se vivemos melhor nem como podemos fazer para viver melhor. As preciosas intervenções destes dias ajudam-nos a compreender que, verdadeiramente, já hoje vivemos mais e melhor, mas ainda é possível ir mais longe. Não cada um por si mesmo, mas cada um pelo outro; não numa viagem à procura da “minha” felicidade e do “meu” bem-estar, mas à procura da tua e da minha, da “nossa” felicidade e do “nosso” bem-estar. Desta forma, aprenderemos a acrescentar qualidade à quantidade, e tornar real aquilo que tantas vezes dizemos: “ganhei uns anos de vida”...