Viorst, J. (2005). *Perdas Necessárias* (5a ed.). (A. S. Rodrigues, Trad.) São Paulo: Melhoramentos.

DOI: 10.22289/2446-922X.V4N2A9

Priscila Cristina da **Silva**¹
Leonardo Carrijo **Ferreira**
Karla Priscilla **Lemgruber**

A obra da autora Judith Viorst intitulada “Perdas Necessárias” é dividida em quatro partes e vinte capítulos. Os quais ressaltam sobre as perdas enfrentadas durante a vida.

Através de suas experiências e estudos a autora Judith Viorst, apresenta uma compreensão das perdas e como elas estão efetivamente ligadas ao crescimento. Por consequência; necessárias, não se tratando unicamente da morte, mas do despojar, abandonar e desistir.

Depreende-se do estudo que a autora enuncia que a natureza humana luta constantemente contra as separações; os sonhos os quais frustram, a vulnerabilidade, as expectativas não alcançadas, a velhice e a morte. A forma, como o homem reage, percebe e lida com as perdas, determinarão que vida terá e o quão desenvolvido será. A obra resenhada está dividida em quatro partes: ‘O Eu Separado’, ‘O Proibido e o Impossível’, ‘Conexões Imperfeitas’ e ‘Amar, Perder, Abandonar, Desistir’ respectivamente.

Para tanto a primeira parte, ‘O Eu Separado’ Viorst faz um detalhamento dessas perdas necessárias, afirmando que o início da vida é uma perda, o cordão umbilical é cortado e o elo que convertera a unidade biológica com a mãe começa a ser deixado para tornar-se ‘seres à parte’, tendo, cada um, sua vida particular; o primeiro aprendizado é suportar essa separação física, psicológica e emocional, uma vez sinônimo de segurança, cuidado e amor. A primeira e maior necessidade é a sua presença; por isso o processo de abandonar para tornarem-se seres à parte causa grande ansiedade.

Viorst percorre o caminho dos primeiros passos do ser à parte, momento em que mãe e filho deixam de ser unidade e começam a ter sua própria vida, alcançando o ‘Eu Particular’,

¹ Endereço eletrônico de contato: p.psic6440@gmail.com
Recebido em 16/03/2018. Aprovado pelo conselho editorial para publicação em 27/04/2018.

mostrando que a perda original – elo mãe-filho é ambivalente, ao mesmo tempo em que a união anterior é ardentemente desejada, reconhece a necessidade de separar-se da mãe gradualmente; para a então formação do ‘eu’, certificando-se de que é seguro expor o primeiro eu, em processo de crescimento, que originou na relação mãe-filho, como afirma a autora utilizando-se os conceitos de Winnicott. A autora sustenta a ideia de que o ‘eu’ particular começa a ser criado e para enfrentar a dolorosa perda e alcançar o senso de identidade, busca-se identificações com a mãe.

Além disso, a primeira parte destaca o eu, quando se desenvolve e os novos desafios surgem, como mostra a autora em um de seus capítulos intitulado ‘lições de Amor’; conscientizando-se de que é uma perda necessária deixar a ideia de que o amor é incorruptível, e aceitar que ele às vezes falha, é limitado e mesmo no maior amor existe sentimentos de ódio. A primeira limitação de amor que o ser humano conhece segundo Viorst é quando a mãe da união total, do ideal perfeito torna-se a mãe da separação; inicia-se então um processo de aceitação e compreensão de que para falar de amor é necessário também falar de ódio, pois embora pareça hostil; reconhecer a própria agressividade evita perigos e traz uma autorreflexão sobre a escolha e o modo de amar que posteriormente será um reflexo da infância.

Logo na segunda parte, ‘O Proibido e o Impossível’; um fato doloroso da vida como mostra a autora é aceitar que a doce simbiose, aquele amor indivisível dos pais precisa ser compartilhado com irmãos, progenitores como também outras pessoas e renunciar a exclusividade é uma perda necessária; a qual é impreterível percorrer um longo caminho de elaboração que pode acompanhar até a vida adulta. Assim, a descoberta dessa perda gera rivalidades entre irmãos e conflitos ao se deparar com a realidade do desejo pelo progenitor do sexo oposto e os sentimentos confusos de amor e ódio pelo progenitor do mesmo sexo, sendo um processo que continua a determinar o futuro trazendo ganhos, mas também perdas.

Portanto perdas incluem o movimento através dos estágios da vida, quando as definições de ‘ser’ são deixadas e avançam para novas que a própria exigência da maturidade traz. O fim da infância é lamentado como todas as perdas importantes, pois se inicia os principais conflitos desse período; as alterações físicas que revelam os limites relativos ao sexo, à busca por uma identidade e as limitações impostas pela culpa. O superego se desenvolve, a consciência do certo, errado, da vergonha e as restrições morais. Compreende-se então a responsabilidade pela própria vida e o processo de afastamento do colo seguro torna-se cada vez mais necessário; é o momento afirma Viorst em que descobrem a realidade dolorosa do mundo, o fim da inocência e o abandonar das ilusões.

Na terceira parte da obra intitulada ‘Conexões Imperfeitas’; Judith Viorst traz a princípio uma reflexão sobre os sonhos de infância que nunca são completamente deixados e que durante

a vida é possível percebê-los em pequenos vestígios e detalhes. Para tanto a autora afirma que as realidades de crescer; por mais que estas sejam um verdadeiro desalinho, não significa a morte de tudo o que é bom. Crescer é ver a vida mediante novas perspectivas, é o poder de sentir e entender sua experiência própria de individualidade. Assim, mesmo sabendo que esta realidade não compensa as dores e muito menos ofereça segurança completa; amadurecer traz tolerância, equilíbrio e sabedoria diante das limitações do mundo.

Contudo crescer anuncia outras realidades, como declara Viorst ao falar sobre as relações entre amigos, cônjuge, família e filhos; relações estas que revelam o quão efetivo é a maturidade alcançada, o controle, a aceitação. A busca por relacionamentos puros e permanentes, sinceros e que não procuram seus próprios interesses; mesmo na melhor das hipóteses falham, deixam e são deixados e é uma perda necessária desistir de todos os tipos de expectativas e ideais mesmo que com dificuldade completa a autora; a renúncia é fundamental, e ainda assim; é preciso entender que as relações são imprescindíveis e podem trazer benefícios imensuráveis.

No entanto em uma cultura, que se afasta da perda, e com razão, pois morte e separação evocam sentimentos desagradáveis como mostra Judith Viorst, na última parte de sua obra, ‘Amar, Perder, Abandonar, Desistir’; onde aborda as perdas tangíveis dos entes queridos, momento em que o luto se estende por tempo indeterminado e até compreender que a perda é uma condição permanente da vida humana, o homem passa por um processo longo de lamentação, negação, apatia, choro, adoecimento psíquico entre outros. Na meia-idade se inicia mais uma constante luta contra as perdas, momento em que as principais perdas são as antigas definições, a bela imagem do eu jovem, quando se perde o entusiasmo e o homem começa a sentir sua própria mortalidade.

Todavia envelhecer; mesmo aqueles que conseguem passar por esse momento com mansidão, paz e bom humor evidentemente, ninguém pode negar que a velhice significa o peso de profundas e várias perdas. Pois a própria sociedade aponta para a carne envelhecida e a inutilidade. Não obstante nesse momento, em que as vulnerabilidades tornam-se cada vez maiores, e as limitações mais perceptíveis, que o corpo mostra os primeiros sinais dessa realidade, dificuldades para andar, enxergar, a memória já se encontra em estado de ineficiência, as enfermidades chegam inesperadamente (Viorst, 2005, p. 292).

Portanto Judith Viorst encerra a obra, falando sobre a sua própria experiência de perder, sobre seus aprendizados por meio deles, afirmando a importância da renúncia, e na medida em que as realidades internas e externas vão sendo conhecidas é possível que se compreenda como cada perda se encaixa na história pessoal. Dessa forma, o futuro nada mais é que um reflexo do passado, das perdas elaboradas em cada estágio da vida. Deixar sonhos,

expectativas, ilusões e lidar com as separações; podem ter um alto preço, ganhar e perder por vezes se confunde. Entretanto; esta é a fonte de crescimento e viver intensamente só é possível tornando-se suscetível a perda, como exemplifica a autora, que não se pode amar profundamente sem estar vulnerável.

O presente estudo ressalta que o objetivo proposto pela autora é alcançado por meio de uma linguagem clara que inclui estudos de caso, argumentação sólida, filosofia, poesia entre outros, que produziram perguntas e reflexões sobre o processo de viver. A leitura da obra supracitada pode contribuir na compreensão daquilo que é necessário perder para tornarem-se seres humanos plenamente desenvolvidos, maduros e saudáveis. Embora a autora baseie suas pesquisas e conclusões a partir de diversas experiências e fontes, ela procurou trazer conteúdos de grande valor aos leitores.

Dado o exposto a obra evidencia questões que são confrontadas dia após dia. Durante a leitura é possível identificar aquilo que já foi deixado para trás e o que ainda será necessário abandonar, o que era, é, e que ainda poderá se tornar, mostrando aos leitores que embora seja doloroso perder, este é inevitável; mas, se compreender como um processo natural, o próximo passo torna-se menos penoso e o fim gracioso.

A obra é uma profunda análise das perdas que sofremos do nascimento até à morte; sendo assim, a mesma possui uma grande contribuição para os profissionais da Psicologia, acadêmicos e pesquisadores, indicada a todos que se interessam pelas várias formas de perda, e procuram compreender os seus processos.