EXPERIÊNCIAS DE QUASE MORTE À LUZ DE ALGUMAS NOÇÕES DO PENSAMENTO DE HEIDEGGER¹

Aline De Freitas Castanho

Lucia Cecilia Silva

E se minha experiência houvesse sido apenas uma farsa, uma experiência inteiramente sem significado? Eu preferiria ter tido minha experiência e morrido, a ter vivido sem ela. (Betty J. Eadie)

Este trabalho tem por objetivo compreender os aspectos considerados positivos integrados na vida de pessoas que passaram pela Experiência de Quase-Morte (EQM). Para isso utilizamos alguns conceitos do pensamento de Heidegger para lançar luz a tais experiências. Enfocamos, parte dos resultados de pesquisa bibliográfica que realizamos na disciplina de Prática de Pesquisa I e II, do curso de Psicologia da Universidade Estadual de Maringá.

A EQM envolve um conjunto de experiências relatadas por pessoas que estiveram no limiar da morte (pacientes terminais, sobreviventes de morte clínica, paradas cardíacas, infarto do miocárdio, choque anafilático, intoxicação, traumatismo, tentativa de suicídio, hemorragia cerebral, afogamentos, acidentes). Segundo Greyson (2007) as pessoas relatam uma experiência profunda de transcender o mundo físico, o que frequentemente as conduz a uma transformação na maneira como vivenciam suas experiências. Essa definição é complementada pela de Moody (1977) que considera a EQM como sendo uma experiência perceptiva e consciente que é verificada durante uma situação de quase morte, onde o indivíduo poderia ter morrido (muitas vezes é considerado clinicamente morto), mas sobrevive, dando continuidade a sua existência.

De acordo com Fernandes (1998) os relatos de EQM ao longo dos tempos possuíam um caráter especulativo, confundindo-se muitas vezes com interesses

¹ Este trabalho originou-se da pesquisa realizada para cumprimento das disciplinas de Prática de Pesquisa I e II, do curso de Psicologia da Universidade Estadual de Maringá.

religiosos ou escatológicos. Os estudos científicos sobre a EQM começaram de fato com uma aproximação pela sua base fenomenológica, ou seja, por um estudo acerca dos elementos da experiência.

As experiências de quase morte, de acordo com Greyson (2007), começaram a ser estudadas no século XIX por Heim (1892), mas foi somente no século XX que Moody (1975) introduziu e criou o termo experiências de quase morte (EQM) para nomear esse fenômeno e definiu características específicas ao mesmo, após verificar que a maioria delas era relatada por pessoas que a vivenciavam. Fernandes (1998) relata que apesar das EQM divergirem entre si em relação às circunstâncias em que ocorrem, elas tem em comum certas características específicas que são basicamente as mesmas apontadas por Moody (1975): inefabilidade; ouvir o anúncio da própria morte; perceber envolventes sentimentos de paz e calma; ouvir um ruído; ver ou passar por um túnel; sentir estar fora do corpo; encontrar-se com seres não-físicos; encontrar-se com um “ser de luz”; realizar uma revisão da vida; aproximar-se de uma barreira, limite ou fronteira; e por fim, relutância em retornar ao corpo.

Um estudo publicado por Lommel (2001) na médica britânica *The Lancet*, na qual o autor relata que 18% de pacientes que tiveram parada cardíaca, passaram pela EQM e tiveram mudanças incorporadas em suas vidas, como maior ocorrência de *insigth*, intuição elevada e desaparecimento do medo da morte.

Em revisão da literatura sobre o assunto, Greyson (2007) levantou que pesquisas mostraram por meio de comparações de relatos de EQMs de diferentes culturas, que as crenças prévias exercem alguma influência no tipo de experiência que a pessoa relatará se vivenciar uma situação próxima à morte. Contudo, verificou também que: “não está claro se as crenças culturais afetam a experiência propriamente, ou simplesmente afetam a sua recordação e a sua reprodução verbal, ou mesmo a classificação dos pesquisadores diante do relato dos sujeitos” (p. 117).

Greyson (2007) também pontua que independente da causa as EQMs podem alterar de forma permanente e as atitudes, as crenças e os valores dos indivíduos que a vivenciaram. Em relação aos efeitos posteriores à EQM, esses podem ser tanto positivos quanto negativos.

Em relação aos efeitos negativos constatou-se que indivíduos que passaram por uma EQM podem vir a sofrer se esta conflitar com as suas crenças e atitudes prévias. Isso acontece pelo fato de que muitas vezes os pacientes não conseguem reconciliar as novas atitudes e crenças com as expectativas da família e dos amigos, o que pode interferir na manutenção dos antigos papéis e estilo de vida, pois estes não têm mais o mesmo significado. Os efeitos negativos de uma EQM ainda podem incluir: depressão duradoura, término de relacionamentos, interrupção da carreira, sentimentos de intenso isolamento, incapacidade para agir no mundo e longos anos de esforço para adaptar-se às alterações na percepção da realidade (Greyson, 2007).

Os efeitos positivos incluem: a ampliação da espiritualidade, da preocupação com as outras pessoas (valorização do amor e do serviço ao próximo, aumento do sentimento de compaixão pelos outros) da valorização da vida, diminuição da preocupação com o status social e bens materiais, sensação de invulnerabilidade, sentimento de importância para cumprir uma “missão”, fortalecimento da crença na vida após a morte, aumento da confiança e da flexibilidade para lidar com as adversidades da vida, e redução significativa do medo da morte (Greyson, 2007).

Uma EQM geralmente conduz à mudanças positivas significativas em relação à finalidade e ao sentido da vida, assim como favorece a aceitação da morte (Moody, 1997). E é sobre este ponto em especial que nos detivemos ao nos propormos compreender essa experiência à luz de alguns conceitos extraídos do pensamento filosófico de Heidegger, já que para este pensador, o homem, enquanto ser-no-mundo é um ser finito, um ser-para-a-morte e se angustia ante esse seu finar-se.

De acordo com Heidegger (1986) é somente através da angústia, do encontro com sua possibilidade mais certa - a morte, é que o ser-aí (o homem no mundo) pode agir segundo sua consciência, vivendo a liberdade em sua totalidade. Dessa forma, considerando que EQM permite um “contato mais próximo” com a finitude, colocando, em tese, quem a experiência diante da angústia de saber-se mortal.

A sociedade contemporânea tem reduzido a importância da morte, e todos os temas a ela relacionados, com a finalidade de negá-la. A morte temida nunca é a morte de si mesmo, mas a morte do próximo, do outro. Evita-se falar da morte, ver o corpo do

moribundo, pois esses fatores trazem à tona a ideia de nossa própria finitude. Essas atitudes frente a morte não acontecem somente em função de a mesma deixar de ser vivenciada na morte do outro, mas também pelo fato da sociedade contemporânea priorizar a preservação de felicidade contínua, negando os sofrimentos próprios da condição humana. A negação da morte também é vista como resultado da cultura individual e egoísta na qual estamos inseridos. Busca-se a juventude, a beleza e a imortalidade, como se os homens não pudessem envelhecer e sucumbir à sua condição de serem finitos (Caputo 2008).

Assim, a EQM proporciona um repensar sobre a existência que se leva, a priorizar determinados valores, atitudes e comportamentos, pois coloca a pessoa diante de sua possibilidade mais certa, que é a morte. E diante da oportunidade de “voltar” à existência, a pessoa reformula suas prioridades.

Referências

Caputo, R. (2008). O homem e suas representações sobre a morte e o morrer: em percurso histórico. *Saber acadêmico*, São Paulo, n.06, dez. 2008.

Fernandes, H. (1998). *Experiência de quase-morte: uma questão científica*. Tese de mestrado, UFRJ, Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, Brasil.

Greyson, B. (2007). Experiências de quase morte: implicações clínicas. *Rev. Psiq. Clín.* v. 34, n. 01, p. 116-125.

Heidegger, M. (1986). *Ser e tempo: parte I*. (13ªed). Petrópolis, RJ: Ed. Vozes.

Lommel, P. (2001). Experiência de Quase-Morte em sobreviventes de parada cardíaca: um estudo prospectivo, na Holanda. *The Lancet*. v.358, 2039-45, 15 dez.

Moody, R. (1997). *Reflexões sobre vida depois da vida*. Lisboa: S.A.R.L.