

Experiências contemporâneas sobre a morte e o morrer

O legado de Elisabeth Kübler-Ross
para os nossos dias

RODRIGO LUZ
DANIELA FREITAS BASTOS



EXPERIÊNCIAS CONTEMPORÂNEAS SOBRE A MORTE E O MORRER

O legado de Elisabeth Kübler-Ross para os nossos dias

Copyright © 2019 by Rodrigo Luz e Daniela Freitas Bastos

Direitos desta edição reservados por Summus Editorial

Editora executiva: **Soraia Bini Cury**
Assistente editorial: **Michelle Campos**
Capa: **Buono Disegno**
Imagem da capa: **Shutterstock**
Projeto gráfico: **Crayon Editorial**
Diagramação: **Santana**

Summus Editorial

Departamento editorial
Rua Itapicuru, 613 – 7º andar
05006-000 – São Paulo – SP
Fone: (11) 3872-3322
Fax: (11) 3872-7476
<http://www.summus.com.br>
e-mail: summus@summus.com.br

Atendimento ao consumidor
Summus Editorial
Fone: (11) 3865-9890

Vendas por atacado
Fone: (11) 3873-8638
Fax: (11) 3872-7476
e-mail: vendas@summus.com.br

Impresso no Brasil

*Como é que os gansos sabem quando voar em
direção ao sol? Quem diz a eles qual é a estação
do ano? Como é que nós, seres humanos,
sabemos quando chegou a hora de ir embora?
Como os pássaros migratórios, nós sem dúvida
temos também uma voz interior que, se
soubermos ouvir, nos dirá com certeza quando
partir para o desconhecido.*

Elisabeth Kübler-Ross, *A roda da vida*

Sumário

Prefácio – A melhor amiga da morte	9
Introdução	17
Parte I – A revolução faz a revolucionária	23
1. Elisabeth Kübler-Ross: uma jornada de amor	25
2. Escutando as pessoas diante da morte	40
3. Os Seminários sobre a Morte e o Morrer	55
4. Os estágios do processo do morrer	61
Choque e negação	64
Esperança	66
Raiva	68
Negação parcial	70
Barganha	72
Depressão	73
Luto antecipatório	75
Aceitação	77
Decatexia	77
Parte II – O paciente como professor:	
encontros, experiências e aprendizados	79
5. Vivendo uma realidade inesperada	81
Reproduzindo os Seminários sobre a Morte e o Morrer	83
O paciente como professor	86

Transferência e contratransferência diante da morte e do morrer	87
Parte III – Viver até morrer	95
6. Sentido de vida	97
7. Normalidade	108
8. Reconciliação	123
9. Compaixão	134
10. Cura	144
11. Legado	159
12. Tarefas inacabadas	169
13. Amor incondicional	175
14. Reações aos Seminários sobre a Morte e o Morrer ...	188
Reações dos alunos	188
Reações dos pacientes	192
15. Como cuidar de pessoas diante da morte: uma síntese pelo olhar do paciente e de sua família ..	194
Posfácio – Ensinar compaixão	199
Referências	205

Prefácio

A melhor amiga da morte

Àqueles que estão lendo este prefácio, expresso profundo pesar por não terem conhecido pessoalmente minha mãe, Elisabeth Kübler-Ross. Quaisquer palavras que eu escolha não começariam sequer a descrever o ser humano — e espiritual — que ela era. Há pouco tempo, encontrei uma foto inédita de Elisabeth ao lado de Madre Teresa, e percebi que essas duas mulheres tão poderosas tinham a mesma altura: 1,5 m. Teria a baixa estatura da minha mãe a levado a querer se tornar maior que a vida? Será que o fato de o pai dela sempre lhe ter dito que ela não conseguiria fazer nada de importante despertou nela o desejo de “mostrar para ele” que conseguiria? Quais-



quer que sejam as razões, Elisabeth não gostava de receber um “não” como resposta, sobretudo quando, defrontando-se com profundas injustiças, sentia-se compelida a desafiar o sistema.

Quando eu era ainda criança, minha mãe começou a viajar pelo mundo, dando palestras e workshops intitulados “Vida, Morte e Transição”. Naquela época, eu costumava viajar com ela para lugares distantes, a fim de passar algum tempo ao seu lado. Do Zimbábue ao Egito, da Austrália ao Brasil, visitamos juntos cerca de 20 países ao longo dos anos, sem contar as muitas viagens que ela fez sozinha. Minha mãe não costumava impor limites ou restrições a nada que eu quisesse fazer, com raras exceções. Uma de suas poucas regras era que eu nunca assistisse às suas palestras. Ela dizia: “Você vai me deixar nervosa”. Isso sempre me pareceu muito estranho, já que ela discursava para milhares de pessoas! Naturalmente, sendo uma criança curiosa, tive de desobedecer às suas ordens e encontrar meu caminho em meio a lugares desconhecidos em terras estrangeiras, tentando me virar com a língua local e sempre procurando o fundo da sala de aula. Eu me sentia ainda mais recompensado quando ela palestrava em países de língua inglesa, pois conseguia compreender as reações do público. Certa vez, na Nova Zelândia, lembro-me de um casal dizendo que minha mãe era uma “velha pata inteligente” — que elogio, no mínimo, interessante!

Ainda mais curioso do que aquilo que o público dizia sobre minha mãe era o que acontecia de maneira não verbal entre Elisabeth e a plateia. Imagine uma mulher pequena, vestindo jeans e camisa havaiana laranja, sentada no canto de uma mesa no palco — essa era a minha mãe em uma de suas palestras. Havia uma lousa para que ela ilustrasse certas ideias. Logo que começou a falar, 2.500 pessoas ficaram absortas em cada palavra que ela dizia. Do ponto de vista da multidão, havia

sempre uma espécie de silêncio barulhento, e naquele dia não foi diferente. Esse silêncio intenso é difícil de descrever em palavras, mas, se você apagasse as luzes, juraria que estava sozinho na sala com Elisabeth, porque ninguém se mexia nem emitia um único som.

Mais incrível foi o que aconteceu no palco naquele dia. Você pode dizer o que quiser a respeito dela: uma mulher intuitiva, com grande capacidade de desvendar a alma humana ou algo que o valha, mas Elisabeth tinha uma habilidade ímpar de “escutar”. Ela costumava me dizer que sempre “farejava” a plateia para descobrir o que faria ou diria. Ao mesmo tempo que apresentava seus estudos ou sua vasta pesquisa clínica, ela examinava a plateia em busca de pessoas que parecessem precisar de ajuda com o próprio pesar ou com a experiência de morrer. Além disso, procurava indivíduos que continuassem sua missão de desenvolver *hospices*¹ em todo o mundo. Ela identificava essas pessoas na maioria das palestras e pedia que falassem com ela depois da apresentação.

A história favorita que ilustra a capacidade de Elisabeth de “escutar” me foi contada há poucos anos por um de seus melhores amigos, o pastor Mwalimu Imara, que a acompanhou nas suas rondas hospitalares nos anos 1960 — uma fonte privilegiada para descrever o início do movimento *hospice* nos Estados Unidos. Imagine que belo par faziam a minúscula Elisabeth e seu forte sotaque suíço e esse religioso alto e forte, quase um pantera negra! Certo dia, eles entraram no quarto de uma paciente com câncer no queixo, que não falava mais. Mwalimu me contou: “Sua mãe apenas se sentou e teve uma longa conversa com a mulher, embora ela não pudesse proferir uma única palavra”. No final da conversa, Elisabeth pediu a Mwalimu que

1. Unidades especializadas em cuidados paliativos, dedicadas a cuidar de pessoas com doenças graves e de seus familiares.

buscasse uma maçã para a paciente, saindo do quarto sem nenhuma explicação. O pastor achou aquilo muito estranho, mas foi atrás da maçã — afinal, aquela era a famosa médica que conversava com os moribundos. Ao voltar para o quarto com a fruta, a paciente começou a chorar. Mwalimu pediu-lhe que escrevesse o que havia acontecido entre ela e Elisabeth. A mulher escreveu que era professora de escola primária e que queria receber mais uma maçã, como costumava receber de seus alunos nas aulas, antes de morrer. Como minha mãe sabia disso? Não estava escrito em nenhum lugar, a mulher não conseguia dizer uma única palavra, mas de alguma forma Elisabeth “escutara” essa informação apenas se sentando ao lado daquela paciente agonizante.

Tudo isso me transporta para o período em que Elisabeth começou a entrevistar pacientes em seus famosos seminários. A maioria das pessoas não sabe que sua primeira experiência nessa arena começou em 1963. Naquela época, ela fez amizade com outro psiquiatra de língua alemã, o dr. Sydney Margolin, do Hospital Universitário da Universidade do Colorado. Ele era pouquíssimo convencional — algo que Elisabeth admirava muito. Margolin estava saindo de licença e precisava de alguém que desse palestras em seu lugar por um breve período. Como o médico era conhecido por sua grande inteligência e pela perspicácia na área de pesquisa acadêmica, Elisabeth estava receosa de assumir seu lugar, mas no fim das contas aceitou o desafio. Ela escreveu em seu diário: “Ele é Moisés e eu sou seu Arão”. Foi nessa época que Elisabeth descobriu que tinha talento para descrever as coisas de maneira simples e objetiva.

Buscando encontrar um assunto não convencional para as palestras, ela foi à biblioteca e pesquisou sobre a morte, depois de ser consultada por alguns estudantes que desejavam compreender as reações humanas diante desse fenômeno. Em 1963,

os médicos estavam preocupados com a vida, não com a morte, e Elisabeth achava isso ridículo. Ela logo descobriu que todos os livros disponíveis sobre o tema o abordavam em termos de religião, doença e estatística, mas nenhum tratava dos aspectos psicológicos relativos aos pacientes em fase terminal. Assim, como não havia obras para consulta, minha mãe decidiu que seria mais fácil encontrar um paciente vivo que falasse sobre o tema. Logo ela encontrou no hospital uma jovem chamada Linda — que, aos 16 anos, estava morrendo de leucemia. Essa paciente ficou mais do que feliz em falar abertamente sobre sua morte iminente. Elisabeth queria entrevistá-la na frente dos alunos, mas não tinha certeza de como o público reagiria. Antes da entrevista, minha mãe não mencionou o estado de saúde de Linda. Então, quando chegou ao auditório, Linda descreveu com facilidade sua situação para os 80 estudantes ali presentes. Estes, porém, estavam longe de se sentir à vontade, e foram instados diversas vezes a participar, a ponto de Elisabeth escolher seis alunos e lhes pediu que se aproximassem e fizessem perguntas. Todos pareciam manter a compostura, até que Linda se cansou de falar e foi levada de volta para o quarto. Naquele momento, inúmeros estudantes desistiram de fingir que não demonstravam emoção. De fato, muitos estavam chocados, mas Elisabeth ficou encantada. Ela estava feliz por ter abalado a atitude de “sabe-tudo” desses alunos, convidando muitos deles a contemplar a própria mortalidade pela primeira vez na vida. Esse foi o começo de uma experiência de grande impacto, que minha mãe registrou em *Sobre a morte e o morrer* — obra que em 2019 completa 50 anos e continua inspirando pessoas de todos os continentes a se dedicar ao movimento *hospice*.

Em 21 de novembro de 1969, a revista *Life* publicou um artigo que transformaria a comunidade médica mundial. Tudo

começou com um simples telefonema, que na época recebeu pouca atenção de Elisabeth. Seu livro acabara de ser lançado e ela estava bastante ocupada dando palestras. Relutantemente, concordou com a entrevista, sem contudo lhe dar grande importância. Minha mãe chegou ao hospital na quarta-feira seguinte e descobriu que o paciente idoso que ela planejava entrevistar havia morrido. Sem dizer aos repórteres da *Life* que não havia uma entrevista para registrar, ela pediu que montassem o equipamento enquanto percorria a ala de câncer em busca de um substituto. Em um dos quartos, deparou com uma paciente jovem e linda, de 22 anos, que estava morrendo de leucemia. Seu nome era Eva. Houve uma conexão imediata entre as duas mulheres. Elisabeth explicou o objetivo dos seminários, fez alguns contratos éticos e a jovem concordou em participar da experiência didática. Como aconteceu naquela primeira experiência de 1963 com Linda, Eva também estava ansiosa para aliviar sua alma de emoções que uma jovem tão próxima da morte naturalmente experimentaria, como frustração, raiva, medo e desespero.

E, como antes, o fato de a paciente ser tão jovem foi um completo choque para os estudantes de medicina, os profissionais de saúde e os demais presentes. Quando Eva entrou na sala de entrevistas, houve um suspiro coletivo: o público ficou perplexo ao ver uma jovem tão bela tão perto da morte. Durante toda a entrevista, Eva e Elisabeth mantiveram contato visual e todas as suas emoções e experiências vieram à tona — Eva brilhou e chorou. Muitos na plateia mal conseguiam esconder os sentimentos, apesar das tentativas de controlar sua “dignidade profissional”. Depois da entrevista, minha mãe levou Eva para o seu quarto e voltou, como de hábito, para ajudar os alunos a identificar suas emoções diante da entrevista. Também como antes, eles só fizeram perguntas médicas sobre

sinais vitais, prontuários e outras indagações pouco pessoais. Elisabeth percebeu que havia uma camada de negação profissional densa e frustrante; ficou patente que ninguém tratava Eva como uma pessoa que tem sentimentos. Isso era inaceitável para minha mãe, que percebeu que teria de mudar esse desequilíbrio desmedido no sistema médico. O resto pertence à história da medicina...

Quando Elisabeth era uma estudante de 12 anos na área rural da Suíça, escreveu um artigo afirmando que queria ser “pesquisadora e exploradora de fronteiras desconhecidas do conhecimento humano. Eu quero estudar a vida. Eu quero estudar a natureza do homem... Acima de tudo, eu gostaria de ser médica. Isso é o que mais quero fazer”. Toda a vida de Elisabeth pareceu atraí-la para esse trabalho. Nos 25 anos seguintes após a publicação da matéria da *Life*, ela escreveu 23 livros, publicados em 35 idiomas, que venderam mais de 15 milhões de exemplares. E dedicou o resto da vida a apoiar populações marginalizadas na área médica: os pacientes gravemente enfermos, as pessoas com aids, os prisioneiros moribundos e, claro, as crianças próximas da morte.

Encorajo todos vocês a conhecer o legado compassivo de minha mãe, seus ensinamentos e sua missão de ajudar a todos a morrer em paz, com respeito, clareza e amor incondicional. Minha irmã Barbara e eu gostaríamos de agradecer ao nosso amigo Rodrigo Luz, presidente da Fundação Elisabeth Kübler-Ross Brasil, por seu incansável trabalho, e por dar continuidade ao legado da minha mãe, disseminando-o por esse país maravilhoso. Também queremos agradecer a Daniela Freitas Bastos por estar com Rodrigo nessa empreitada tão especial, e por partilhar com ele tantos sonhos e projetos. Queremos também agradecer a você, querido leitor, por ler esta obra, que trata de como lidar de maneira diferente com seus medos e preocupações

diante da morte — e, assim, levar uma vida mais plena. Lembre-se: um dia você estará no fim da vida e precisará ser amado e tratado com compaixão, embora esse tema seja tão evitado em todo o mundo. Este livro certamente será seu grande amigo nessa jornada.

KEN ROSS

Presidente da Fundação Elisabeth Kübler-Ross USA

Introdução

Escutar as pessoas que defrontam com a morte é, para muitos de nós, um desafio. Mais do que apenas ouvir, escutar verdadeiramente exige uma disposição da alma e do coração para captar a essência mais autêntica dos seres humanos. Escutar é uma arte que exige a capacidade de ver cada pessoa como uma obra perfeita, que não precisa ser corrigida, mas, sim, compreendida e aceita. No entanto, escutar as pessoas diante da morte é um grande desafio porque, quando a morte se aproxima, muitos de nós experimentamos crises existenciais de grande valor. A morte rompe as portas e as janelas da nossa alma, abrindo sobretudo aqueles cômodos internos que deixamos a maior parte do tempo fechados — nossas tarefas inacabadas —, torcendo para que deixem de existir. Por vezes, a aproximação com a morte nos leva a perguntar sobre o sentido da vida, sobre o uso do tempo, sobre o propósito da nossa jornada, sobre os acordos com os outros que não nos fazem mais felizes. Talvez sejam essas algumas das razões pelas quais, no horizonte do nosso tempo histórico, a atitude dos seres humanos diante da morte seja marcada pela evitação e pela negação.

Quando nos aproximamos das pessoas diante da morte ou em luto, o maior risco que corremos é não nos darmos conta da nossa condição mortal e precível. Em outras palavras: pode ser que nossas defesas, nossos hábitos cristalizados, nossas sombras internas não nos permitam perceber que talvez estejamos

perdendo tempo demais com o que é mesquinho, transitório, pequeno. A morte do outro é como um despertador que soa bem alto, mas podemos estar distraídos a ponto de não ouvir. Há o risco de não nos darmos conta de que aquele relacionamento que temos mantido não nos faz sentir o sabor delicado do verdadeiro amor, que nossa rotina profissional não tem feito nossos olhos brilharem quando acordamos pela manhã. Por outro lado, se nos presentearmos com a oportunidade de escutar, podemos desenvolver a sabedoria, marcando a nossa vida pela aurora de um novo despertar.

Toda crise tem o poder de nos fazer afundar em um mar de angústia, de remorso ou dúvidas sobre o caminho traçado, mas também pode ser vista como uma oportunidade de crescimento. Este livro, portanto, é um convite para todos os que estão vivos. Ele é mais uma oportunidade de facilitar o despertar, ao propor reflexões sobre as lições das pessoas que se aproximam da morte, assim como de seus familiares enlutados e seus cuidadores, sejam profissionais ou não. Atenção, querido leitor, pois meditar sobre as lições aqui reunidas pode, literalmente, salvar a sua vida, mesmo que diante da morte.

Quando Elisabeth Kübler-Ross, renomada psiquiatra suíça radicada nos Estados Unidos, começou o seu trabalho com pessoas diante da morte, em meados de 1960, havia pouquíssima literatura especializada sobre o tema. Ela estava submersa numa cultura que desvalorizava a pessoa adoecida — que era colocada de lado para morrer, apresentando dores físicas sem cuidado e dores da alma sem abrigo. Elisabeth ficou tocada com essa situação, vista repetidamente em muitos hospitais de seu tempo, inclusive no hospital universitário onde ela foi professora do Departamento de Psiquiatria, em Chicago.

Então, ajudada por alunos do Seminário Teológico de Chicago, e com o apoio de estudantes de Medicina e Enfermagem da

universidade, Elisabeth iniciou uma série de seminários, em 1965, a fim de permitir que as pessoas diante da morte e seus familiares fossem os professores. Elisabeth ensinava os alunos a conduzir conversas com essas pessoas, com finalidade exclusivamente didática. Ao fim das entrevistas, levava o paciente de volta para o seu leito e retornava à sala de entrevistas, com o intuito de propor um espaço de partilha sobre as reações emocionais de quem havia assistido ao diálogo. Ela acreditava que esse seria um meio poderoso de ajudar aquelas pessoas, fossem alunos da universidade ou profissionais de saúde, a se libertar do medo excessivo e da ansiedade e a cuidar do próprio luto. Desse modo, Elisabeth pensava que as pessoas estariam com um estado de alma verdadeiramente aberto para ajudar os pacientes com amor, com disponibilidade para escutá-los com os ouvidos do coração. Para ela, o melhor instrumento de trabalho do médico não eram os exames ou os aparelhos de que ele dispunha, mas uma mente ampla de conhecimentos e uma alma disposta a escutar sem julgamentos, sem impor verdades nem valores pessoais aos pacientes.

A primeira vez em que Elisabeth escreveu sobre a experiência das entrevistas com pessoas diante da morte foi em um artigo denominado “The dying patient as teacher: an experiment and an experience” [“O paciente terminal como professor: um experimento e uma experiência”], publicado no *The Chicago Theological Seminary Register*, de dezembro de 1966. [1] Meses mais tarde, o trabalho de Elisabeth ganhou destaque na *Life Magazine* [2], importante publicação para o público leigo de seu tempo. Dessa reportagem, surgiu o convite de um editor de Nova York para a publicação de um livro sobre as experiências que Elisabeth conduzia em seus seminários pedagógicos. Este livro ficou mundialmente conhecido como *Sobre a morte e o morrer*, cuja primeira edição foi lançada em março de 1969. [3] Hoje, a obra conta com traduções para mais de 30 línguas e continua sendo

lida em todos os continentes, influenciando centenas de milhares de leitores a se aproximar de fato das pessoas diante da morte para ajudá-las a encontrar paz, em vez de abandono.

No decorrer dos anos, embora as publicações de qualidade tenham se multiplicado e passos decisivos tenham sido dados para a mudança de nossa cultura diante da morte, percebemos que diversos problemas enfrentados permanecem como um desafio para muitos, a saber: deve-se contar ou não a verdade para uma pessoa acerca do seu diagnóstico potencialmente fatal? De que maneira contar a verdade? Como ajudar alguém que está morrendo a encontrar a paz? Como cuidar considerando-se a singularidade de cada paciente? Como equilibrar a delicada arte da tomada de decisões médicas com a biografia da pessoa adoecida e sua família, de modo que o cuidado de cada paciente leve em conta sua essência, sua existência, sua fé em qualquer forma de beleza?

Para responder a essas perguntas, tivemos a iniciativa de reproduzir o mesmo projeto pedagógico iniciado por Elisabeth há 50 anos. Assim como ela, entrevistamos pessoas gravemente enfermas ou indivíduos enlutados, com finalidade didática, na presença de alunos e profissionais de saúde, a fim de permitir que eles partilhassem a sua experiência e ajudassem os assistentes a lidar com as próprias tarefas inacabadas. Acreditávamos que, ao analisar as próprias reações diante dessas entrevistas, os assistentes poderiam desenvolver recursos internos para cuidar, tornando-se mais disponíveis para essa tarefa com amor e profundidade. Essa experiência não só confirmou nossa hipótese inicial como, mais do que isso, nos surpreendeu.

Nosso desejo, ao replicar o método, foi tão somente recolocar o paciente no diálogo sobre o seu processo do morrer e de luto, enxergando-o como ser humano e permitindo que ele nos ensinasse o que faz sentido para ele, como vê a sua doença, que senti-

do atribui ao período de vida atual, quais são seus medos, suas esperanças. Também, que partilhasse conosco as lições que aprendeu na lida com seu adoecimento ou seu processo de luto. Pedimos, em última análise, que ele fosse o nosso professor. Como estamos atualmente à frente da direção da filial brasileira da Fundação Elisabeth Kübler-Ross, sentíamos que deveríamos levar adiante o trabalho de Elisabeth, mas sequer suspeitávamos do potencial dessa intervenção pedagógica ao recolocar o paciente diante da morte ou seu familiar num lugar privilegiado de fala.

Pretendíamos que essa experiência proporcionasse a todos os que participassem dela uma oportunidade de ventilar os medos, abordar as próprias preocupações a respeito da morte e do morrer, além de suas angústias e de seus lutos. No entanto, mais do que confirmar nossas expectativas iniciais, a experiência foi muito além do que o previsto, proporcionando transformações profundas nos assistentes, que por sua vez poderiam produzir grandes mudanças em seu ambiente de trabalho e na vida pessoal. Também os pacientes foram muito impactados pela experiência, pois, ao contar sua história e perceber que ela tinha grande utilidade para aqueles que os escutavam, sentiam-se dignos e úteis novamente. Com esses pacientes, aprendemos que morrer é um ato de entrega — o que nem sempre é fácil, mas pode ser um tempo de reconciliação, crescimento e aprendizado também.

Este livro não pretende, como também não pretendia ser a obra inicial de Elisabeth, um estudo completo sobre a psicologia das pessoas com doenças graves, nem é um manual de psicoterapia ou de aconselhamento psicológico. Ele apenas reflete nossa experiência de escutar, na contemporaneidade, os pacientes diante da morte e seus familiares, as lições apreendidas e suas implicações para o cuidado com essas pessoas. O livro é um baú de tesouros sobre a vida, muito mais do que sobre a morte.

Registramos aqui as histórias que acompanhamos de pessoas diante da morte e seus familiares enlutados, levando-se em conta os cuidados éticos necessários. Em vários momentos, criamos substitutos simbólicos ou afastamos as fronteiras entre as histórias de várias pessoas, alteramos nomes, profissões ou outros elementos que, por uma razão ou outra, devem permanecer no anonimato. As entrevistas foram gravadas e transcritas com muito cuidado, mas lamentamos o fato de que certos elementos, como o choro, o silêncio e a partilha de risos profundamente autênticos, não possam estar presentes no texto escrito. O silêncio que vai além das palavras e a linguagem da alma, que se expressa no corpo e no olhar de cada um, dificilmente podem ser descritos.

Desejamos que este livro encoraje cada leitor a se aproximar das pessoas diante da morte ou em luto, estando atento às próprias reações emocionais. É de esperar que outros possam estar abertos para escutar as experiências singulares de cada indivíduo, ao comunicar suas esperanças, expectativas e frustrações, e, com base nisso, vivenciar uma experiência gratificante para ambos. Aqueles que estiverem determinados a isso poderão enriquecer sua existência, talvez mais conscientes do tempo limitado de que dispõem — e, portanto, com mais condições de viver com amor até o último dia da vida.

Parte I
A revolução faz a
revolucionária

1. Elisabeth Kübler-Ross: uma jornada de amor

[...] o amor não escolhe coisa alguma para si mesmo, apenas procura tornar possíveis as escolhas do ser amado.

Neale Donald Walsh, *Conversations with God*

Nascida em 1926, num pequeno vilarejo na Suíça, Elisabeth veio ao mundo com suas duas irmãs gêmeas, Erika e Eva, embora Elisabeth fosse a menor e a mais frágil das três. Filha de um casal de suíços da classe média, Elisabeth pôde receber uma boa educação, em um ambiente muito caloroso. No entanto, à medida que crescia, o que tirou a paz de Elisabeth foi o fato de suas irmãs gêmeas serem tratadas da mesma forma que ela, sem que suas singularidades fossem reconhecidas e respeitadas. Na escola, as irmãs Kübler recebiam as mesmas notas; em casa, eram vestidas da mesma maneira; mais tarde, eram confundidas até mesmo pelos namorados. Para Elisabeth, tudo isso era assustador.

Embora durante a infância as trigêmeas da família Kübler aproveitassem as vantagens da semelhança entre elas, não tardou para que as desvantagens se tornassem mais e mais claras. Era desafiador ao extremo, e muitas vezes cansativo para as irmãs, ter de lembrar a todos com quem conviviam quais eram as preferências de cada uma em suas brincadeiras; quais eram as diferenças que as tornavam sujeitos singulares; que preocupações e sonhos caracterizavam cada uma delas e as diferenciavam umas das outras.