

# Espaço Aberto

Nos artigos enviados para o Diário do Minho destinados a esta secção deve constar a identificação completa dos seus autores (nome, morada, n.º de B.I. e contacto).

## Dois luzeiros na noite cerrada São Maia e Tino Gonçalves



CARLOS AGUIAR GOMES

«Há rostos que são casas de janelas sempre abertas e cortinas ao vento. Rostos suaves, pacificados, acolhedores. E estão por toda a parte...»

As vezes não os vemos, porque são discretos: não gritam, não ofuscam, não

se agitam. Estão simplesmente. Parecem feitos de ar e luz...».

Este trecho, “roubado” do livro extraordinário do Cónego João Aguiar, “Circunstâncias”, editado no final do ano passado, aplica-se a dois amigos que partiram recentemente: a São Maia e o Tino Gonçalves. Estas palavras singelas mas belas, como que são pinceladas de um retrato dos dois amigos. Não sei se se conheciam. Sei que os conheci e sempre com “rostos suaves, pacificados, acolhedores...” e com um sorriso aberto, “calmante”, difusor de

alegria interna, de pessoas que estavam de bem consigo e disponíveis para os outros. E para o Outro. O sorriso destes cristãos, que o eram sem exibicionismo, mas com a presença assertiva de quem acreditava na vida, que serviam cada um a seu modo. Creio que quem quer que fosse e qualquer que fosse a sua crença, ficam cativados pelo seu sorriso evangelizador. Simples. Acolhedor. Disponível. Como um abraço forte e que não aperta.

Nestes dias sombrios, tão diáfanos ao nada... a São e o Tino eram um Sol

iluminante. Por onde passavam deixavam um rasto de luz. Da Luz sem oca-so. Essa luz que brilhava nos seus rostos continua a iluminar-nos de cada vez que pensamos neles.

À sua partida, disse-o aos familiares de cada um, respectivamente ao Zé Maia e à Susana, que aquele dia era dia de “Te Deum”, pois se na Terra perdemos amigos, ganhámos dois intercessores pela sua família, pelos amigos e por todos os homens. E, por isso, tínhamos a obrigação de dar graças a Deus por aquelas vidas luminosas.

Conheci melhor a São e o Zé, mesmo antes de casarem (estive no seu casamento), e pude ver e acompanhar de perto este casal, até porque trabalhámos juntos alguns anos. Sempre foram um para o outro e com o outro. E sei que ambos eram um para os filhos. E sei que os filhos eram um para os seus pais. Construíram uma comunidade trinitizada. Dedicaram, e sei que vão continuar com a presença noutras paragens da São, toda a família, a sua vida, ao serviço do ideal da Unidade e da Comunhão que abraçaram e do

qual nunca se afastaram.

Perdi dois luzeiros? Não! Nesta noite de cada dia em que somos convidados a mergulhar face ao colapso moral desta sociedade, a São e o Tino, continuam a luzir. Eles iluminarão sempre o caminhar de quem os conheceu. O sorriso deles, era o sorriso de Deus, sem que dê a esta asserção um carácter hiperbólico. Deus, discreto, sorria nos seus rostos.

Obrigado São e Tino pelo vosso sorriso iluminante!... E já agora, rogai a Deus por mim, junto de Quem, tenho a certeza, já estais.

### A RECUPERAÇÃO DOS VERDADEIROS VALORES HUMANOS (252)

## Tipologia dos modos de vida na reforma



ARTUR GONÇALVES FERNANDES

A passagem à reforma pode provocar uma dessincronização do ritmo de vida. É, por exemplo, o caso das pessoas que comecem a ficar acordadas até mais tarde ou passam a estar muito tempo diante da televisão ou se vão habituando a levantar a meio da manhã, desregulando assim o seu modo de vida anterior. Passam, em certos casos, a ser vítimas de insónias ou de outras perturbações do sono.

Um estudo italiano, incidindo sobre sujeitos com mais de 65 anos (Stendholm *et al.*, 2011), mostra que passar demasiado tempo na cama acelera o declínio das capacidades físicas, em particular nos indivíduos saudáveis que declararam passar 9 horas ou mais no leito. Diferir os horários de vigília pode também implicar um isolamento pessoal, afetando negativamente as relações sociais.

Um outro estudo, muito profundo e sério, cujos itens foram analisados durante um período de quinze anos, agrupou a população-alvo em cinco modos de viver a reforma. Assim, o 1.º conjunto de idosos a que se deu o nome de “reforma de lazer” abrange 44% da população. São os indivi-

duos que investem uma parte importante do seu tempo em atividades de lazer. Aparecem como hiperativos sempre ocupados. São curiosos de tudo e muitas vezes empenhados em novas aprendizagens. Mantêm estreitas relações com os seus próximos, não deixando de dar provas de forte sociabilidade. Trata-se de uma população maioritariamente favorecida no plano socioeconómico e, muitas vezes, profissionais qualificados. Gozam de boa saúde e é frequente serem casados. Manifestam uma forte satisfação quanto à sua reforma.

Um segundo grupo, chamado de “reforma convivial”, é constituído por aqueles que dão grande prioridade às relações sociais. São os mais sociá-

veis de todos, embora passem um tempo significativo ao telefone todos os dias, para comunicar com a família e com os amigos. Têm também atividades de lazer, mas consagram-lhes menos tempo que o grupo anterior. O mesmo acontece com a leitura e com as atividades culturais. Gozam de boa saúde e têm frequentemente rendimento médio. Pertencem, sobretudo, à classe popular. Os operários e os viúvos (as) estão sobrerrepresentados nesta subpopulação.

Um outro grupo, dito de “reforma intimista”, abrange as pessoas muito ligadas ao domicílio, dando uma grande importância aos trabalhos manuais, à bricolagem e à jardinagem. A televisão também ocupa um lugar

relevante com um horário de cerca de 4 horas diárias. Estes reformados são aqueles que menos se aborrecem. As mulheres de baixo rendimento, os operários e as viúvas de longa data encontram-se aí sobrerrepresentados.

O quarto grupo é denominado de “reforma entrincheirada”. As atividades de lazer são reduzidas, predominando a leitura, nomeadamente a imprensa diária. Procuram pouco a companhia de outros familiares ou amigos. Contudo, declaram-se satisfeitos com a vida.

O último subgrupo (o menos numeroso – 9,5%) da amostra foi identificado como “reforma de abandono”. São pessoas socialmente muito isoladas. Leem pouco, veem menos televisão e não fa-

zem férias. A sua percepção da reforma é negativa. Têm, frequentemente, baixo rendimento, bem como alguns problemas de saúde. Os operários, certos tipos de celibatários e os divorciados estão sobrerrepresentados neste grupo.

Em conclusão, nota-se que os fatores socioeconómicos são determinantes na orientação da vivência da reforma. Parece também existir um efeito cumulativo das variáveis da vida diária. Os que conhecem as situações de vida mais difíceis, com baixos rendimentos e profissões pouco qualificadas, são também os que vão conhecer as condições de reforma menos favoráveis. No entanto, a vivência da reforma revela-se bastante variável de indivíduo para indivíduo.