

## O SOFRIMENTO HUMANO: QUANDO A BUSCA POR UM LENITIVO METAFÍSICO ENCONTRA UM DEUS QUE TAMBÉM SOFRE

Gustavo Henrique Chrisostomo\*

**Resumo:** O objetivo deste artigo é demonstrar as consequências que a busca de uma justificativa para o sofrimento pode trazer. Busca compreender os recursos utilizados para o alívio da dor, bem como a opinião de alguns autores sobre se o sofrimento pode ou não ser amenizado por meio da religião. Pretende-se demonstrar como a religião justifica o sofrimento e se existe algum argumento coerente para consolar a angústia de quem sofre. Da mesma forma, qual poderia ser uma saída possível quando o sofredor percebe que seu sofrimento também pode ser compartilhado com Deus, aquele em quem a esperança para a resolução dos problemas foi depositada. Se existe um deus que deveria ser bom e todo-poderoso, por que ainda há tanta dor e sofrimento no mundo? E se Deus é realmente todo poderoso e pode salvar a humanidade de todas as suas faltas e pecados, por que Ele também sofre? Por que Ele ainda permite o sofrimento? Estas são as questões que serão abordadas neste artigo; as respostas que alguns autores bíblicos encontram para o sofrimento; filósofos e seus pensamentos sobre a busca de consolo na religião.

**Palavras-chave:** Sofrimento. Deus. Religião. Consolo.

## THE HUMAN SUFFERING: WHEN THE SEARCH FOR A METAPHISICAL SOLUTION FIND A GOD WHO ALSO SUFFERS

**Abstract:** The purpose of this article is to demonstrate the consequences that the searching for a justification for the suffering can bring. It seeks to understand the resources used for pain relief, as well as some authors' opinion on whether or not suffering can be alleviated through religion. It is intended to demonstrate how religion justifies suffering and if there is any coherent argument to console the anguish of those who suffer. Similarly, what could be a possible way out when the sufferer realizes that his suffering can also be shared with God, the one in whose the hope for the resolution of the problems has been deposited on. If

---

\* Bacharel em Filosofia pela Universidade Federal do Paraná e mestrando em Filosofia pela Universidade Federal de Ouro Preto. Email: [chrisostomogu@gmail.com](mailto:chrisostomogu@gmail.com)

there is a God who should be good and all-powerful, why is there still so much grief and pain in the world? And if God is really all powerful and can save humanity from all its faults and sins, why does He also suffer? Why does He still allow suffering? These are the issues that will be addressed in this article; the answers that some biblical authors find to suffering; philosophers and their thoughts on seeking solace in religion.

**Keywords:** Suffering. God. Religion. Consolation.

## Considerações iniciais

Buscar em uma força superior todas as respostas para perguntas que ainda não possuem soluções satisfatórias, é uma atitude tipicamente humana e natural. Um grande exemplo disso foram os gregos antigos que, com seus inúmeros deuses, buscavam entender de que maneira os fenômenos naturais agiam e por qual razão eles agiam. À época, ignoravam o conceito científico que explica a gênese do acontecimento dos fenômenos naturais, portanto buscavam a explicação em mitos que pudessem preencher essa lacuna do entendimento.

O ser humano é naturalmente curioso e tem uma necessidade intrínseca em buscar uma resposta a tudo que lhe pareça nebuloso e sem uma razão aparente. Dessa forma, muitas crenças antigas deixaram de fazer sentido e tornaram-se apenas mitologias com o avanço da ciência e o esclarecimento de questões antes desconhecidas e que necessitavam de um paliativo divino. Entretanto, embora algumas questões mais simples – como a origem da chuva, o que ocasiona o vento e os relâmpagos, de que maneira acontecem as ondas das marés – já encontraram suas evidências científicas e permitiram à humanidade a libertação de determinadas crenças, ainda há questões que carecem de uma explicação definitiva e satisfatória, tornando ainda necessária a crença como uma forma de consolo àqueles que, mais que os outros, buscam no metafísico algo que dê sentido, que explique e sacie todas as suas dúvidas e carências.

Não há dúvidas de que um dos maiores mistérios, que ainda não encontra uma explicação eficiente que satisfaça as incertezas humanas em relação ao que o aguarda após a vida, é a morte. Destarte, não é surpresa o fato de inúmeras religiões e doutrinas se fortalecerem nessa questão, com o objetivo de preencher essa que talvez seja a maior lacuna e fonte de inseguranças para o ser humano. Essa dúvida em relação à morte não apenas gera a sensação do medo do desconhecido, como também é a propulsora de uma angústia maior, um aborrecimento em relação à vida como algo inútil, uma vez que é absolutamente fácil se deixar levar pelo pensamento de que tudo é em vão e nada faz sentido, já que, independentemente do que se faça, a morte colocará um fim em tudo. No entanto, a consciência da morte frequentemente não costuma impedir o ritmo de vida dos indivíduos. Ela, muitas vezes, é negligenciada e vista como algo futuro, distante. As pessoas têm uma consciência maior quando acontece com alguém próximo, o que leva à reflexão sobre o porquê, e daí se instaura a semente do sofrimento. Quando há uma consciência direta sobre si mesmo, dificilmente o indivíduo deixará de se sentir, de certa maneira, malgrado pela vida, afinal, qual seria o sentido? Albert Camus (2019, p.28) define da seguinte maneira:

Vivemos no futuro: “amanhã”, “mais tarde”, “quando você conseguir uma posição”, “com o tempo vai entender”. Estas incoerências são admiráveis, porque afinal trata-se de morrer. Chega o dia em que o homem constata ou diz que tem trinta anos. Afirma assim sua juventude. Mas, no mesmo movimento, situa-se em relação ao tempo. Ocupa nele o seu lugar. Reconhece que está num certo momento de uma curva que, admite, precisa percorrer. Pertence ao tempo e reconhece seu pior inimigo nesse horror que o invade. O amanhã, ele ansiava o amanhã, quando tudo em si deveria rejeitá-lo.

É evidente que, à constatação do passar dos anos, o homem começa a questionar sua existência e reflita sobre a morte, cada vez mais próxima. Assim,

ele busca respostas para as dúvidas provenientes desse sentimento gerado pela certeza do seu fim. Pois, a sensação de vazio, que a iminência da morte traz com ela, gera angústia e desespero. Ter realmente consciência de que não há um controle sobre a vida, que todos os esforços se tornam inúteis diante desse acontecimento; presenciar a morte de entes queridos, sem o consolo de que verá aquela pessoa novamente em algum momento, é o suficiente para iniciar o processo de desamparo e, por fim, de sofrimento. Diante dessas circunstâncias é que a religião ou qualquer doutrina ainda faz sentido para muitas pessoas. A resposta que muitas delas dão ao mistério da morte é um consolo para que o ser humano possa viver sem grandes preocupações com relação ao fim iminente; em verdade, determinadas religiões até fazem com que as pessoas almejem o fim desta vida, na expectativa de uma vida melhor no além.<sup>1</sup>

O sofrimento que a constatação da morte traz é o gatilho para o ser humano buscar uma salvação metafísica. O que determina um sentido a todas as suas angústias e frustrações; aquilo que vai dar uma explicação, para ele razoável e alentadora, para todos os infortúnios e perdas que teve durante a vida. Quando o ser humano percebe, de fato, que não irá escapar do fim último, ele se volta para algo que possa responder todas as questões – sobretudo questões relacionadas à morte – que ainda não foram respondidas. Ele busca algo que dê sentido ao seu sofrimento, aos seus medos, anseios, perdas, em suma, ele busca – *precisa* – de um sentido à sua vida, de uma resposta aos seus porquês.

Essa busca de um sentido encontra diversos paliativos que muitas vezes pode gerar uma sensação de segurança, pelo menos momentânea. E, embora a crença amenize até certo ponto o sofrimento, justifique e prometa uma

---

<sup>1</sup> Uma das críticas em relação ao cristianismo, na filosofia, é justamente o fato de haver uma preferência à promessa de uma eternidade da vida, negligenciando o caráter efêmero da vida através de uma promessa de um mundo além deste.

recompensa, é inegável que ela não traz uma justificativa para o porquê exato do sofrimento. Se desde cedo se aprende que a morte é algo natural, por que ainda é tão difícil manter um olhar otimista para a vida quando se depara com esse fim iminente e assustador? E, ainda, quando se espera um consolo divino – um ser superior que envolva todas as maneiras de mitigação e amenize todo sentimento ruim – e se depara com um Deus que também sofre as mesmas adversidades, que se aproxima demais do sentimento humano de desamparo; o que fazer então para não se deixar dominar pelo esmorecimento? Doravante, é necessário entender de que maneira ocorre o sofrimento, mas é importante deixar de lado o motivo, por qual razão uns são acometidos e outros não. Cada um sente de uma forma e cada um buscará a melhor maneira de aliviar esse sentimento.

## **1 A crítica à religião como instrumento de cura para o sofrimento**

Apostar em um consolo metafísico para os males e dúvidas, que se encontram no mundo, muitas vezes não é a solução adequada segundo alguns filósofos. Nietzsche (2005, p. 79), por exemplo, diz que:

Quando um infortúnio nos atinge, podemos superá-lo de dois modos: eliminando a sua causa ou modificando o efeito que produz em nossa sensibilidade; ou seja, reinterpretando o infortúnio como um bem, cuja utilidade talvez se torne visível depois. A religião e a arte (e também a filosofia metafísica) se esforçam em produzir a mudança da sensibilidade, em parte alterando nosso juízo sobre os acontecimentos (por exemplo, com a ajuda da frase: “Deus castiga a quem ama”), em parte despertando prazer na dor, na emoção mesma (ponto de partida da arte trágica). Quanto mais alguém se inclina a reinterpretar e ajustar, tanto menos pode perceber e suprimir as causas do infortúnio; o alívio e a anestesia momentâneos, tal como se faz na

dor de dente, por exemplo, bastam-lhe mesmo nos sofrimentos mais graves.

Nietzsche é contra a busca na religião como alívio para o sofrimento. Para ele, a religião não combate a causa do sofrimento. O sacerdote, isto é, o intermediário entre Deus e as pessoas, o que transmite os ensinamentos de Deus, não age com objetivo na causa da dor. Nietzsche (2009, p. 110) diz: “apenas o sofrimento mesmo, o desprazer do sofredor, é por ele combatido, não a sua causa, não a doença propriamente (...)”. Desse modo, a religião é apenas um paliativo, algo que talvez possa proporcionar um alívio momentâneo, como um narcótico, mas não soluciona por completo, não vai à origem do estado de sofrimento.

O sofrimento como um estado gradual, que imobiliza e incapacita aqueles que são acometidos por ele, não tem uma solução peremptória, de acordo com Nietzsche. Direcionar o pensamento do sofredor para algo que o distraia da causa desse sofrimento, não pode ser uma solução definitiva, como, por exemplo, faz a atividade maquinal:

Está fora de dúvida que através dela uma existência sofredora é aliviada num grau considerável: a este fato chama-se atualmente, de modo algo desonesto, “a bênção do trabalho”. O alívio consiste em que o interesse do sofredor é inteiramente desviado do sofrimento – em que a consciência é permanentemente tomada por um afazer seguido de outro, e em consequência resta pouco espaço para o sofrimento, pois ela é *pequena*, esta câmara da consciência humana!”(NIETZSCHE, 2009, p.115).

Apesar de Nietzsche atribuir ao trabalho maquinal uma das maneiras de tentar direcionar o pensamento, como distração, com o intuito de não mais pensar nos problemas e com isso amenizar até certo ponto o sofrimento, alguns

autores acham justamente o contrário, isto é, que o cotidiano no trabalho, a repetição, pode também contribuir para a lassidão desenfreada e, por fim, ao sofrimento por não ver sentido em seus esforços; não ver o resultado e nem o porquê do trabalho. Segundo Camus (2019, p. 27):

Cenários desabarem é coisa que acontece. Acordar, bonde, quatro horas no escritório ou na fábrica, almoço, bonde, quatro horas de trabalho, jantar, sono e segunda terça quarta quinta sexta e sábado no mesmo ritmo, um percurso que transcorre sem problemas a maior parte do tempo. Um belo dia, surge o “porquê” e tudo começa a entrar numa lassidão tingida de assombro.

Fica evidente a diferença entre esses dois autores no que diz respeito ao trabalho, não apenas o maquinal, mas qualquer outra atividade que exija uma dedicação quase exclusiva. Camus enfatiza o fato de que a repetição quase sem fim de um cotidiano voltado apenas para o trabalho inicia um processo de lassidão, desmotivação. Já Nietzsche, como já mencionado, diz que o trabalho é um instrumento de alívio, uma vez que o interesse é direcionado para as atividades relacionadas ao trabalho, desviando o foco do sofrimento.

Independente da razão do sofrimento, é natural a busca por algo que o amenize. Algo que possa responder o porquê de diversas dúvidas que acometem o pensamento humano frequentemente. E aquilo que se propõe a responder essas questões, dar um alívio imediato e um sentido para a vida daqueles que sofrem, vai ser desejado e seguido. Entretanto, de que maneira agir quando o que se acredita ser a solução não possui uma resposta, um alívio? O que fazer quando Deus, de acordo com o cristianismo, deveria ser o máximo de amor e poder, também sofre? Como se deixar consolar, se tranquilizar?

## **2 Do sofrimento de Deus**

Arthur Schopenhauer (2014, p. 39) diz que, se é certo que um determinado deus criou este mundo, ele não queria ser esse deus, pois as misérias do mundo iriam esfacelar seu coração. No entanto, conceber a ideia de uma divindade sofredora, sobretudo a cristã, com todo seu poder e sabedoria, é um tanto controverso, uma vez que há certa aproximação de Deus com os males do mundo e que esse pensamento permite ao ser humano se sentir consolado apenas pelo fato de sua dor ser compreendida pelo criador.

As transgressões humanas, conforme o livro de Isaías, são sentidas por Deus. Em Isaías, capítulo 53, é dito de que maneira Deus toma as dores dos seres humanos com o intuito de salvá-los. No versículo 3, é mostrado que Seu filho era desprezado e humilhado, que já estava crescendo habituado às dores deste mundo (BÍBLIA, Isaías, 53:3). A vinda de Jesus a este mundo, permitida por Deus, teve como objetivo – além de trazer a Palavra – o livramento dos pecados. Para isso, Jesus toma todas as dores, lamentos, humilhação, em suma, todo o sofrimento para si, desde sua infância, crescendo em meio às intempéries, sempre de forma humilde e servil, demonstrando que todo ser humano deveria aceitar as dores dessa maneira, sem questionar, pois tudo faz parte dos desígnios de Deus; que não há fardo tão grande que não se possa carregar, e que, ao final, a recompensa do reino dos céus cairá sobre aquele que se resignou e que confiou que suas dores terão um sentido e uma recompensa.

No capítulo 53, versículo 5, do livro de Isaías, diz o seguinte: “Mas ele foi trespassado por causa de nossas transgressões, esmagado por causa das nossas iniquidades. O castigo que havia de trazer-nos a paz, caiu sobre ele, sim, por suas feridas fomos curados.” Esse versículo traz a ideia do sofrimento de Deus, o que também é demonstrado no livro *Age Deus no mundo? Múltiplas perspectivas teológicas*, precisamente no capítulo 4, intitulado *A ação de Deus na Criação entendida como um jogo*, onde há uma interpretação de José Roque Junges SJ a

respeito da ação de Deus no mundo ser interpretada como um jogo, isto é, com o advento da tecnologia e o avanço da ciência, o homem passou a substituir a necessidade de Deus, tomando para si a tarefa de controlar as ações no mundo através de tecnologias: “Não se trata de substituir um Deus ausente, nem, muito menos, querer ser Deus, mas, de representar ou jogar de Deus, como se Deus fosse um dado (...)” (SANCHES; KUZMA; MIRANDA, 2012, p. 74). No entanto, essa representação não leva em consideração de que forma acontece a ação de Deus no que diz respeito ao sofrimento humano, a influência sobre o estado de alívio para esse sofrimento. Ainda se busca Deus nos momentos mais sombrios e difíceis da vida, portanto a noção de que Deus padece dos sofrimentos humanos, estabelece um vínculo insuperável, que a ciência não pode substituir:

Porque o Criador sofre as contradições de suas criaturas. Tolerando os desvios e carregando os pecados e enfermidades das criaturas sobre o servo de Deus (Is 53,5). A criação salvífica brota do sofrimento. A criação da nova justiça brota do padecimento da injustiça. A criação de Deus na história acarreta paixão e ação e não só palavra como no início. A força criadora de Deus na história vem da inesgotabilidade de sua capacidade de sofrimento. Isto não é sinal de debilidade, mas revelação da fortaleza de seu amor. (SANCHES; KUZMA; MIRANDA, 2012, p. 83,84).

Essa aproximação do criador com a criatura, através do sofrimento, mostra um nível de intimidade e amor muito grande de Deus para com o ser humano. Contudo, é certo que a afirmação de Deus como sofredor, apesar de introduzir uma aproximação e compreensão, também propicia o pensamento de desconsolo e solidão, já que se até mesmo Deus é passivo de sofrimento, então de que forma o ser humano sofredor poderá solucionar esse estado que o degenera cada vez mais? A resposta poderia ser facilmente encontrada na própria Bíblia, uma vez que Deus permitiu a vinda de Jesus a este mundo

justamente para livrar a humanidade de todo mal possível, tomando para si o sofrimento. No entanto, mais de dois mil anos depois, a humanidade encontra-se cada vez mais decadente: a miséria e a depressão cada vez mais em evidência. O ser humano ainda sofre, a sociedade – com seu ritmo cada vez mais azafamado – adoece gradativamente. Nunca, em toda a sua história, o homem sofreu tanto quanto o homem contemporâneo. Ao analisar os ensinamentos e promessas bíblicas, dever-se-ia aguentar o sofrimento com dignidade e até mesmo com certa satisfação e expectativa, uma esperança de recompensa, pois, como Jesus prometeu (BÍBLIA, Apocalipse, 3:21), o reino do céu é a recompensa para aqueles que superarem todas as adversidades com resignação e paciência. Todavia, é extremamente difícil manter essa paciência, até mesmo a própria fé, quando a imediatidade de uma melhora é necessária.

### **3 O sofrimento ainda sem resposta**

A despeito das inúmeras tentativas de encontrar uma solução e uma resposta aos motivos do sofrimento, aparentemente, no cristianismo, se trata apenas de uma questão de fé. Com a religião, os imprevistos e as angústias da vida encontram um alívio e uma esperança de melhora, uma retribuição a todo mal que se passa neste plano, uma promessa de recompensa no além, desde que tenha aguentado os infortúnios com paciência e resignação:

O sofrimento que os cristãos suportam é um “teste” para ver se conseguem permanecer fiéis a Deus até o fim, mesmo até a morte. E assim, em vez de se queixarem de sua infelicidade, devem se regozijar, felizes por poderem sofrer como Cristo. E por qual razão? Porque é o que Deus quer. Mas por que ele quer isso? Isso, temo, é algo de que evidentemente nunca poderemos ter certeza. Parece ser um teste, uma espécie de prova final. (EHRMAN, 2008, p. 153).

Dessa forma, fica difícil traçar uma gênese do sofrimento, um motivo específico. Ao mesmo tempo em que Jose Roque Junges SJ afirma que Deus padece do sofrimento humano, com base em Isaías 53:5, em outras circunstâncias é possível notar que o próprio Deus faz o homem sofrer como forma de provação, um teste para a fé. Segundo Bart D. Ehrman (2008, p. 154) Jó, nos discursos poéticos<sup>2</sup>, não consegue estabelecer uma razão para o sofrimento dos inocentes, e Deus, que surge ao final das discussões poéticas, se recusa a dar um motivo. Assim, fica evidente que, para Jó, não há resposta para o sofrimento dos inocentes.

Em Eclesiastes, a possibilidade de haver um sentido no sofrimento e uma recompensa após a morte são deixadas de lado. Conforme Bart D. Ehrman (2008, p. 166): “Nem tanto para o Eclesiastes, que chama a si mesmo de Professor (*Qoheleth* em hebraico). Ao contrário, a vida frequentemente não faz sentido, e no final todos nós – sábios ou tolos, justos ou ímpios, ricos ou pobres – morreremos. E esse é o fim da história.” Mesmo se tratando de um dos livros bíblicos, onde imagina-se um alento para os sofrimentos humanos, Eclesiastes tem um tom diferente e um pouco mais sombrio:

Disfarçado de Salomão, este autor diz que tentou de tudo para dar um sentido à vida. Buscou uma grande sabedoria, entregou-se ao prazer, envolveu-se em grandes projetos construtivos, acumulou uma enormidade de bens (Ecl 1:16-2:23), mas depois refletiu sobre o significado de tudo: “Então examinei todas as obras de minhas mãos e o trabalho que me custou para realizá-las, e eis que tudo era vaidade e aflição de espírito, e nada havia de proveitoso debaixo do sol” (Ecl 2:11) (EHRMAN, 2008, p. 168).

---

<sup>2</sup> Discursos destinados a conjecturas sobre questões fundamentais da humanidade, entre elas o sofrimento, sendo o primeiro dos livros de sabedoria da Bíblia. Seu propósito é levantar questões como o porquê do sofrimento dos justos.

No livro de Eclesiastes, não há o pensamento tradicional de que os justos e bons serão recompensados, que suas dores e angústias terão um alívio após a morte: “Já vi de tudo em minha vida de vaidade: o justo perecer na sua justiça e o ímpio sobreviver na sua impiedade.” (BÍBLIA, Eclesiastes, 7:16). Para o autor de Eclesiastes, não há uma boa vida após a morte, independentemente de bondade, sabedoria, fidelidade e justiça. Também não há punição aos pecadores. Uma vez que não há recompensa e punição após a morte, pois a vida é só esta, deve-se buscar consolo e motivações enquanto se vive (EHRMAN, 2008, p. 169).

Apesar de uma perspectiva até certo ponto pessimista, sobretudo quando se trata de um livro bíblico, a mensagem é clara: deve-se viver da melhor maneira possível, sem se preocupar com os infortúnios que a vida traz; afinal, tudo é passageiro: “Mas com esta visão de mundo – e quanto ao sofrimento? Para o professor, a dor, assim como o prazer, também é efêmera.” (EHRMAN, 2008, p. 170). Contudo, pode ser que essa conclusão não alivie o sentimento de urgência da resolução do sofrimento. Não necessariamente pela resolução em si, mas pelo motivo pelo qual se sofre. Quando se trata da crença – dos fiéis – percebe-se que se há alguma utilidade no sofrimento, se há um motivo pelo qual se sofre, então eles irão aguentar, tal como Jesus Cristo, esperando a recompensa além da vida. O problema é que em certas ocasiões é demais; perceber a injustiça do sofrimento dos inocentes sem se abalar e sem se questionar não é tarefa fácil, exige um grau de confiança nos desígnios de Deus muito elevado.

## **Considerações finais**

Basear a vida em questionamentos acerca de tudo que acontece é perfeitamente natural. O homem dificilmente não se pergunta sobre determinado acontecimento quando percebe que não entende o porquê desse acontecimento. Há, de maneira intrínseca ao ser humano, uma busca por respostas que permitam o alívio de suas dúvidas, desenvolvendo teorias que o consolem. O medo sempre estará presente, pois determinadas questões dificilmente terão respostas, independente da quão intensa seja a busca. A religião ainda terá seu papel fundamental na vida humana; o consolo que ela traz é um método de amortecimento melhor que a realidade sem ela parece demonstrar. Trazer respostas a questões obscuras no entendimento humano é sua força e ela executa com maestria. No entanto, ela também tem suas falhas e não pode responder o porquê do sofrimento, apenas permite uma força e uma motivação para suportá-lo.

Portanto, viver de acordo com uma esperança no além, alguma recompensa por seus contratempos, não é a melhor maneira de lidar com o sofrimento, pois se perde a oportunidade de reação e de aproveitar o que se pode tirar de melhor em determinadas circunstâncias; não estar aberto aos acontecimentos de deleites, por mais raros que sejam, é uma oportunidade perdida de aliviar, mesmo que momentaneamente, a dor que se sente frequentemente:

O autor de Eclesiastes é explícito em dizer que Deus não recompensa o justo com riqueza e prosperidade. Então, por que há sofrimento? Ele não sabe. E ele era o “homem mais sábio” que já viveu! Deveríamos aprender algo com isso. Apesar de todas as nossas tentativas, o sofrimento às vezes desafia a explicação. (EHRMAN, 2008, P. 171).

Por mais natural que seja a curiosidade e apesar de todos os esforços e maneiras de tentar consolar a dor, muitas vezes forte demais, é necessário fazer um esforço para deixar buscar um culpado e um salvador. De acordo com Ehrman (2008, p. 171): “No final, também aqui não há resposta para por que sofremos. Mas o sofrimento não vem do Todo-poderoso. É simplesmente algo que acontece na terra, provado por circunstâncias que não podemos controlar e por razões que não podemos compreender.” Portanto, um olhar menos esperançoso para uma recompensa muitas vezes pode ajudar, afinal, a expectativa também pode gerar certo sofrimento.

Por mais complicado que possa parecer, a busca ininterrupta por um motivo que explique o sofrimento pode ser mais angustiante. A expectativa gerada por uma recompensa por todo mal sofrido faz com que, muitas vezes, o ser humano esqueça-se de vivenciar os momentos presentes. Esperar alguma solução ou gratificação que pode nunca vir é, até certo ponto, uma espécie de narcótico, pois tira o pensamento de toda a angústia que se está passando no momento, na esperança de um por vir que justifique toda a circunstância desvantajosa do presente momento. Entretanto, viver de acordo com expectativas e crenças em tempos melhores faz com que se deixe de lado o mais importante: o momento, o presente. Viver o presente, apesar de todas as adversidades, permite um mundo de possibilidades de melhora e bem-estar individual. Tornar cada momento especial e único e, mesmo sabendo que dias ruins virão, ter consciência de que é tudo uma fase, ciclos. Da mesma forma que a felicidade não é duradoura, a dor também não o será:

E se um dia, ou uma noite, um demônio te seguisse em tua extrema solidão e te dissesse: “Esta vida, tal como a vives atualmente, tal como a viveste, vai ser necessário que a revivas mais uma vez e inúmeras vezes; e não haverá nela nada de novo, pelo contrário! A menor dor e o menor

prazer, o menor pensamento e o menor suspiro, o que há de infinitamente grande e infinitamente pequeno em tua vida retornará e tudo retornará na mesma ordem – essa aranha também e esse luar entre as árvores e esse instante e eu mesmo! A eterna ampulheta da vida será invertida sem cessar – e tu com ela, poeira das poeiras!” (NIETZSCHE, 2008, p. 239).

A ideia é fazer com que as pessoas deem uma importância maior ao momento presente, sem uma preocupação com o que passou ou com o que está por vir. Fazer deste momento inesquecível e bom o bastante ao ponto de desejar que este momento se repita inúmeras vezes. Não é um pensamento difícil e, muito menos, uma ideia aterradora, se entender o motivo por trás da metáfora. Viver de maneira que possibilite o desejo de este momento se repetir em outra oportunidade, o que significa que este momento vale a pena ser vivido. Logicamente é natural a tristeza, a dor da solidão, a angústia que acompanha muitas pessoas ao cair da noite. Problemas como a fome, a miséria, que são o mal da sociedade atual e geram muito sofrimento. No entanto, o que se pode fazer quanto a isso?

Acabar com a fome mundial está totalmente fora dos esforços individuais; portanto não vale a pena sofrer por isso. Claro que deve haver compadecimento, ajudar da maneira que puder ao encontrar alguém em situação vulnerável; doações etc., coisas que estão ao alcance. Mas esperar uma solução definitiva, seja de governos, seja de Deus, não é o ideal, o problema vai persistir, e vai persistir justamente pelo fato de que, no caso da religião, a promessa de melhora não é para o agora, e muita gente tem urgência, de que maneira esperar? A fome e a dor não esperam.

O importante é viver da melhor maneira possível, claro que não negligenciando o sofrimento, mas, ao menos na medida do possível, não fechar

os olhos e poder desfrutar de algum momento de alegria, pois, como diz Dostoiévski (2009, p. 82), ao final de Noites brancas: “Meu Deus! Um momento inteiro de júbilo! Não será isso o bastante para uma vida inteira?...”

A vida tem sempre dois lados, afinal, não há sol sem sombra, e é necessário que se conheça a noite (CAMUS, 2019, p. 141). A história mitológica de Sísifo pode dar alguma motivação: condenado a passar a eternidade rolando uma pedra gigante até o cume de uma montanha e sempre reiniciar o processo quando quase chegava ao cume, uma vez que a pedra rolava novamente para a base da montanha. A ideia é fazer da vida de Sísifo sem nenhum sentido, e esse pensamento pode ser contextualizado ao dia a dia do ser humano, afinal, a ideia de repetição, trabalho, casa, estudos, casamento, está presente, e essa rotina também pode despertar o sentimento de insuficiência, desejando algo mais, desejando um sentido. No entanto, Camus (2019, p. 141) diz:

Deixo Sísifo na base da montanha! As pessoas sempre reencontram seu fardo. Mas Sísifo ensina a fidelidade superior que nega aos deuses e ergue as rochas. Também ele acha que está tudo bem. Esse universo, doravante sem dono, não lhe parece estéril nem fútil. Cada grão dessa pedra, cada fragmento mineral dessa montanha cheia de noite forma por si só um mundo. A própria luta para chegar ao cume basta para encher o coração de um homem. É preciso imaginar Sísifo feliz.

O que importa é o processo, que é o que fará diferença nas atitudes durante a vida. Não há como mudar o que já aconteceu – nem como premeditar o que está por vir, pois ainda não chegou e pode nem mesmo chegar. Concentrar-se no processo, no momento presente, e fazer dele o momento pelo qual se almeje que aconteça mais vezes, fazer com que valha a pena. Desse modo, a vida terá um sentido; e, tudo aquilo que não se compreende, que antes se buscava um motivo, não diz respeito ao agora, e, se diz, mas não há como

resolver, então não há razão pela qual se preocupar ao ponto de não conseguir impedir o sofrimento. Toda vida tem seus ciclos, suas fases, a questão é saber como aproveitar os momentos bons e como agir e o que aprender com os maus.

## Referências

BÍBLIA. Português. **Bíblia de Jerusalém**. Tradução: Euclides Martins Balancin. São Paulo: Paulus, 2019. 2208 p. Velho Testamento e Novo Testamento.

CAMUS, Albert. **O mito de Sísifo**. Tradução: Ari Roitman e Paulina Watch. 15ª ed. Rio de Janeiro: Record, 2019.

DOSTOIÉVSKI, Fiódor. **Noites brancas**. Tradução: Nivaldo dos Santos. Gravuras: Livio Abramo. 3ª ed. São Paulo: Editora 34, 2009.

EHRMAN, Bart. D. **O problema com Deus: as respostas que a Bíblia não dá ao sofrimento**. Tradução: Alexandre Martins. Rio de Janeiro: Agir, 2008.

NIETZSCHE, Friedrich. **A Gaia Ciência**. Tradução: Antonio Carlos Braga. 2ª ed. São Paulo: Escala, 2008.

\_\_\_\_\_. **Genealogia da moral: uma polêmica**. Tradução: Paulo César de Souza. 1ª ed. São Paulo: Companhia das Letras, 2009.

\_\_\_\_\_. **Humano, demasiado humano**. Tradução: Paulo César de Souza. 1ª ed. São Paulo: Companhia das Letras, 2005.

SANCHES, M. A.; KUZMA, C.; MIRANDA, M. F. (Orgs.). **Deus age no mundo? Múltiplas perspectivas teológicas**. Rio de Janeiro: Reflexão; Puc-Rio, 2012.

SCHOPENHAUER, Arthur. **As dores do mundo: o amor – a morte – a arte – a moral – a religião – a política – o homem e a sociedade**. Tradução: José Souza de Oliveira. São Paulo: EDIPRO, 2014.