

O SOFRIMENTO

1. Abraçando a dor

No mundo à nossa volta, faz-se uma distinção radical entre alegria e tristeza. As pessoas têm a tendência para dizer: «Quando estamos alegres, não podemos estar tristes e, quando estamos tristes, não podemos estar alegres». De facto, a sociedade contemporânea faz todo o possível por separar a tristeza e a alegria. Por isso, a tristeza e a dor devem ser evitadas a todo o custo, porque são o oposto da alegria e do contentamento que desejamos.

A morte, a doença, as fraquezas humanas... tudo deve ser escondido do nosso olhar, porque são coisas que nos afastam da alegria por que anelamos. São obstáculos no caminho da nossa meta de vida.

A perspectiva oferecida por Jesus está em contraste evidente com esta visão mundana. Jesus demonstra, tanto nos seus ensinamentos como na sua vida, que a verdadeira alegria é frequentemente encoberta pela nossa tristeza e que a dança da vida tem o seu início quando nos tocam as desgraças. Diz Ele: «Se o grão de trigo, ao cair na terra, não morrer, não pode produzir fruto...; Se não perdermos a nossa vida, não a poderemos encontrar. Se o Filho do Homem não morrer, não pode mandar o seu Espírito» (Jo 12, 24s). A dois dos seus discípulos desiludidos depois da sua paixão e morte, Jesus diz: «ó homens sem Inteligência e lentos de espírito para acreditar em tudo o que os profetas tinham anunciado! Não tinha o Messias de sofrer estas coisas para entrar na sua glória?» (Lc 24, 25-26).

É-nos revelada aqui uma maneira completamente nova de viver. É uma maneira segundo a qual a dor pode ser abraçada, não pelo desejo de sofrer, mas por saber que algo de novo nascera da dor. Jesus chama às nossas dores «dores de parto». Diz assim: «A mulher, quando está para dar à luz, sente tristeza, porque e chegada a sua hora; mas, depois de ter dado à luz o menino, ia se não lembra da aflição, pelo prazer de ter posto um homem no mundo (Jo 16, 21).

A cruz tornou-se o mais poderoso símbolo desta nova visão. A cruz é um símbolo de morte e de vida, de sofrimento e de alegria, de derrota e de vitória. É a cruz que nos indica o caminho.

2. Uma refeição num túmulo

Ser-nos-á sempre muito difícil abraçar o sofrimento, na esperança que nos leve a uma nova vida. Seja como for, há experiências que demonstram a verdade do caminho indicado por Jesus. Vou examinar apenas uma.

Há uns anos atrás, Bob, marido duma amiga minha morreu de repente dum ataque de coração. A minha amiga decidiu que os seus dois filhos pequenos não deviam tomar parte no funeral, pensando: «Será muito duro para eles ver depor o seu pai no túmulo».

Durante vários anos, após a morte de Bob, o cemitério ficou a ser para eles um lugar perigoso e que metia medo. Um dia mais tarde, a minha amiga convidou-me para fazer uma visita ao túmulo com ela e disse aos filhos para rios acompanharem. O mais velho estava ainda com muito medo e não foi, irias o mais novo decidiu ir connosco. Quando chegámos ao lugar onde Bob tinha sido sepultado, sentámo-nos os três na relva que havia à volta da pedra cinzelada com as palavras: «Um homem bom e carinhoso». Entretanto, ali sentados, recordamos algumas coisas sobre Bob.

Eu disse: «Se calhar, um dia devíamos fazer aqui um piquenique... Este é não só um lugar para pensar na morte, mas também um lugar para nos alegrarmos pela vida. Creio que o Bob terá muita honra se nós descobirmos aqui novas forças para viver». A princípio, pareceu uma ideia estranha: fazer uma refeição em cima dum túmulo! Mas não foi o que Jesus disse aos discípulos quando lhes pediu para partilharem o pão e vinho em sua memória?

Alguns dias depois, a minha amiga levou também o seu filho mais velho ao túmulo. O filho mais novo tinha-o convencido de que não havia razões para ter medo.

Agora, vão com frequência ao cemitério e contam uns aos outros algumas histórias da vida de Bob já não é um estranho. Tornou-se, de novo um amigo; e fazer um piquenique no seu túmulo tornou-se algo por que todos anseiam... pelo menos quando não há por ali ninguém a observar!

As lágrimas de tristeza e as lágrimas de alegria não deveriam andar tão afastadas. Ao reconciliar-nos com as nossas dores - ou, segundo as palavras de Jesus, ao «tomar a nossa cruz» - descobrimos que, na verdade, a ressurreição está ao alcance da mão.

3. A solidariedade dos fracos

Uma maneira muito importante de ultrapassar a nossa tristeza é retirá-la do seu isolamento e partilhá-la com alguém que a possa compreender. Muitas das nossas penas ficam por revelar - mesmo aos nossos amigos mais íntimos.

Quando nos sentirmos sós, vamos ter com alguém em quem confiamos e digamos-lhe: «Sinto-me só, preciso do teu apoio e companhia». Quando nos sentirmos ansiosos, emocionalmente carentes, indignados ou aborrecidos, tenhamos a coragem de pedir a um amigo que fique connosco e compreenda as nossas penas.

Com demasiada frequência pensamos ou dizemos: «Não quero aborrecer os meus amigos com os meus problemas. Eles já têm problemas de sobra». Mas a verdade é que damos uma honra aos nossos amigos ao partilhar as nossas lutas com eles. Não somos nós os primeiros a dizer aos amigos que nos tenham escondido os seus sentimentos e vergonhas: «Porque não mo disseste, porque e que conservaste este segredo durante tanto tempo?». Obviamente, nem todos podem entender as nossas penas secretas. Mas acredito que, se realmente quisermos crescer em maturidade espiritual, Deus nos enviará os amigos de que necessitamos.

Muitos dos nossos sofrimentos derivam não tanto da nossa condição de dor, mas do nosso sentimento de solidão no meio do sofrimento. Muitas pessoas que sofrem imenso de dependência - quer se trate de dependência do álcool, quer se trate de dependência da droga, do sexo ou da comida - encontram o primeiro alívio quando são capazes de partilhar o seu sofrimento com outros e descobrem que realmente são escutadas. Os muitos programas de doze fases» são um poderoso testemunho da verdade segundo a qual o partilhar os nossos sofrimentos é o começo da cura. Aí se pode constatar a relação íntima que pode haver entre tristeza e alegria. Quando descubro que já não estou sozinho na minha luta e quando começo a experimentar uma nova «solidariedade na fraqueza», então a verdadeira alegria pode jorrar precisamente no meio da minha tristeza.

Mas não é fácil sair do isolamento. De alguma forma, queremos sempre resolver os nossos problemas por nós próprios. Mas Deus deu-nos uns aos outros para construir uma comunidade de amor recíproco onde é possível descobrir em grupo que a alegria não é só para os outros, mas também para nós.

4. Para além do individualismo

Muito do nosso isolamento e autoassumido. Não gostamos de depender dos outros e, sempre que possível, tentamos demonstrar a nós mesmos que temos a situação controlada e podemos tomar as nossas próprias decisões. Esta autoestima tem muitos atrativos. Oferece-nos uma sensação de poder, permite-nos decidir depressa, dá-nos a satisfação de sermos patrões de nós próprios e promete muitas mais recompensas e prémios.

No entanto, o lado obscuro desta autoestima é a solidão, o isolamento e o medo constante de não somos capazes de nos realizar na vida.

Eu tive a experiência quer da recompensa quer da punição do individualismo. Como professor universitário, eu era um professor produtivo e popular e consegui subir todos os degraus da promoção académica, mas, no fim da ascensão, senti-me distante só. Não obstante todos os encómios que ia recebendo ao falar de comunidade, tinha a sensação de não pertencer realmente a ninguém. Entanto demonstrava convincentemente a importância da oração, eu próprio perdi a capacidade de ter calma suficiente para rezar. Enquanto encorajava a partilha da mútua vulnerabilidade como uma maneira de crescer no Espírito, vi-me a mim mesmo bastante cauteloso e até defensivo quando a minha reputação estava em causa. O ponto de força da vida académica e a competição - mesmo para aqueles que pregam a compaixão - pelo menos quando não querem perder os seus empregos!

Para fazer da compaixão o eixo da vida, para ser aberto e vulnerável aos outros, para fazer da vida comunitária o centro e para deixar que a oração seja o respiro da nossa vida, requerer-se uma vontade férrea de abater as inúmeras barreiras que erigimos entre nós e os outros para manter um isolamento que nos transmite segurança. Esta é uma batalha espiritual árdua e que dura toda a vida; porque, enquanto, por um lado, se derrubam barreiras, por outro, constroem-se outras. Depois de ter deixado a universidade e de ter escolhido uma vida comunitária, cheguei à conclusão de que, mesmo em comunidade, há numerosas maneiras de jogar os jogos de controlo do individualismo. Com efeito, a verdadeira conversão exige muito mais do que uma mudança de lugar. Exige uma mudança de coração.

5. O nosso desejo de comunhão

O que é que realmente desejamos? Ao tentar dar ouvidos aos meus anseios mais profundos, bem como aos anseios dos outros, a palavra que me parece mais apta a resumir o desejo do coração humano é a de «comunhão». Comunhão significa «união com». Deus deu-nos um coração que permanecerá inquieto enquanto não encontrar a perfeita comunhão. Procuramo-la na amizade, no casamento, na comunidade. Procuramo-la na intimidade sexual, nos momentos de êxtase, no reconhecimento das nossas qualidades. Procuramo-la por meio do sucesso, da admiração, da recompensa. Mas, onde quer que procuremos, e a comunhão que nós procuramos.

Quando olhava para o rosto dos medalhados de ouro nas Olimpíadas, com mais de sessenta mil pessoas a aplaudi-los e milhões a vê-los na televisão, consegui captar um momento dessa experiência de comunhão. Era como se

eles tivessem, finalmente, recebido o amor por que tinham trabalhado com indefetível dedicação. E, no entanto, bem depressa serão esquecidos! Quatro, oito ou doze anos depois, outros tomarão o lugar deles no pódio do sucesso e o seu breve momento de glória será lembrado apenas por muito poucos.

Apesar de tudo, o desejo de comunhão fica. É um desejo dado por Deus, um desejo que causa ao mesmo tempo imenso sofrimento e alegria. Jesus veio proclamar que o nosso desejo de comunhão não é em vão, mas que será satisfeito por Aquele que depositou em nós esse desejo. Os instantâneos de comunhão são apenas «amostras» da comunhão que Deus nos prometeu. O verdadeiro perigo está em não darmos atenção ao descrermos o nosso de comunhão. É um desejo dado por Deus sem o qual a nossa vida perde a sua vitalidade e o nosso coração arrefece. Uma vida espiritual autêntica e aquela que não nos deixa tranquilos enquanto não tivermos encontrado descanso no abraço d'Aquele que é Pai e Mãe de todos os desejos.

6. Passar por cima das nossas feridas

Os humanos sofrem imenso. Muito, para não dizer a maior parte, do nosso sofrimento tem origem na relação com aqueles que nos amam. Estou constantemente ciente de que a minha agonia profunda provém, não dos terríveis eventos que leio nos jornais ou veio na televisão, mas da relação com as pessoas com quem partilho a minha vida diária. São precisamente os homens e mulheres, que me amam e que estão muito perto de mim, os que me ferem. À medida que ficamos mais velhos, geralmente vamos descobrindo que nem sempre fomos bem-amados. Com frequência, os que nos amaram também nos usaram. Os que se interessaram por nós foram, por vezes, também invejosos. Os que nos deram muito, por vezes, exigiram também muito em troca. Os que nos protegeram quiseram também possuir-nos nos momentos críticos. Habitualmente, sentimos a necessidade de esclarecer como e porque é que estamos feridos; e, com frequência, chegamos à alarmante descoberta de que o amor que recebemos não foi tão puro e simples como tínhamos julgado.

É importante esclarecer estas coisas, especialmente quando nos sentimos paralisados por medos, preocupações e anseios obscuros que não compreendemos.

Mas compreender as nossas feridas não basta. Ao rim e ao cabo, temos que encontrar a liberdade para passar por cima das nossas feridas e a coragem para perdoar aos que nos feriram. O verdadeiro perigo está em ficarmos paralisados pela raiva e pelo ressentimento. Então começaremos a viver com o complexo do «ferido» queixando-nos sempre de que a vida não é «justa».

Jesus veio livrar-nos destas queixas autodestrutivas. Diz Ele: «Põe de lado as tuas queixas, perdoa aos que te amaram mal, passa por cima da sensação que tens de seres rejeitado e ganha coragem para acreditar que não cairás no abismo do nada, mas no abraço seguro de Deus cujo amor curará todas as tuas feridas».

7. Fiéis a nossa vocação

Vejo na televisão os rostos macilentos das crianças da Somália a morrer de fome e vem-me a vontade de as ajudar. Leio sobre a terrível luta dos muçulmanos na Bósnia, procurando desesperadamente sobreviver sob os incessantes ataques dos Sérvios e vem-me a vontade de fazer qualquer coisa. Nelson Mandela lidera marchas enormes de gente na África do Sul para forçar o governo a aceitar a verdadeira democracia e vem-me a vontade de o apoiar.

Na Irlanda do Norte, católicos, e protestantes continuam a matar-se uns aos outros, e eu não sei como reagir a esta situação vergonhosa. Um padre meu amigo, John Vesey, pároco na diocese de Sololá, na Guatemala, diz que o genocídio dos índios ainda continua, e eu sinto um profundo desejo de ir ter com ele para lhe dar força na sua luta contra esta injustiça gritante. Os meus amigos do distrito de Adam Morgan, em Washington, D.C., continuam a falar-me do aumento dos sem teto, do tráfico de droga, dos assassinios e do desespero generalizado dos seus vizinhos, e eu sinto-me como que agonizar pela minha responsabilidade em tudo isso. Em Toronto, perto do local onde vivo, cada vez mais pessoas, tanto adultos como crianças, morrem de Sida, e eu pergunto a mim mesmo constantemente como e que hei-de ir em seu auxílio.

Quanto mais penso no sofrimento humano no mundo e na minha vontade de dar uma resposta para resolver as coisas, mais chego à conclusão de como crucial não me deixar paralisar por sentimentos de impotência e de culpa. Mais do que nunca, o que importa é ser fiel a minha vocação para fazer bem as poucas coisas que sou chamado a fazer e para me agarrar à alegria e à paz que elas me trazem. Tenho que resistir à tentação de deixar que o poder das trevas me leve ao desespero e faça de mim mais uma das suas vítimas. Tenho que manter os meus olhos fixos em Jesus e naqueles que o seguiram e acreditar que saberei viver a minha missão para ser um sinal de esperança neste mundo.

8. A via do Dalai Lama

Conheço poucas pessoas que tenham visto tanto sofrimento como o Dalai Lama. Como líder espiritual e político do Tibet, foi expulso do seu próprio

país e foi testemunha de sistemáticas matanças, torturas, opressão e eliminação do seu povo. Mesmo assim, conheço poucas pessoas que irradiem tanta paz e alegria.

O sorriso generoso e desarmante do Dalai Lama é isento de qualquer ódio e ressentimento em relação aos chineses que devastaram a sua terra e assassinaram o seu povo. Diz ele assim: «Também eles são seres humanos que lutam pela felicidade e merecem a nossa compaixão».

Como é possível que um homem sujeito a tanta perseguição não alimente sentimentos de ódio e desejos de vingança? Quando lhe foi feita esta pergunta, o Dalai Lama respondeu que, na sua meditação, deixa que todo o sofrimento do seu povo e dos seus opressores entre no mais íntimo do seu coração para aí ser transformado em compaixão.

Que desafio espiritual! Enquanto eu ansiosamente me pergunto como ajudar os povos da Bósnia, da África do Sul, da Guatemala e também, sim, do Tibete... o Dalai Lama convida-me a juntar todo o sofrimento dos povos desta terra no centro do meu ser e a fazer dele a matéria-prima do meu amor compassivo.

Não será essa também a via de Cristo? Momentos antes da sua morte e ressurreição, Jesus disse: «Quando for levantado da terra, atrairei todos a Mim» (Jo 12, 32). Jesus tomou sobre Si o sofrimento de todos os povos e fez dele um dom de compaixão ao seu Pai. Este é, na verdade, o caminho, que nós devemos seguir.

9. As feridas do amor

Com frequência, os animais são bons para nos ensinarem o amor e a compaixão. Devo dizer que não nutro grande interesse pelos animais de estimação, quer se trate de cães, quer de gatos ou papagaios. De qualquer forma, embora fique bastante irritado quando os animais de estimação se tornam o objeto principal de conversa entre amigos, devo confessar que uma das memórias mais vividas da minha juventude está relacionada com um cabrito que o meu pai me encarregou de tratar, durante o último ano da II Grande Guerra, o nome do cabrito era Walter. Tinha eu na altura treze anos e nós vivíamos numa região da Holanda que tinha sido isolada dos grandes rios pelos exércitos de ocupação. As pessoas estavam a morrer de fome.

Naturalmente eu gostava do meu cabrito. Passava horas a apanhar bolotas para ele comer, levava-o comigo a fazer grandes passeios, brincava com ele e puxava-lhe pelos chifres que estavam a crescer. Levava-o ao colo; construiu-lhe um estábulo na garagem e pu-lo a puxar uma pequena carroça.

Logo que acordava de manhã, alimentava-o; e, logo que chegava da escola alimentava-o e limpava o estábulo; falava com ele sobre todo o género de coisas. Na verdade, o meu cabrito Walter e eu éramos grandes amigos.

Um dia de manhãzinha, quando entrei na garagem, vi que o estábulo estava vazio. O Walter tinha sido tirado. Não me lembro de alguma vez ter chorado com tanta força. Solucei de mágoa e gritei de raiva. O meu pai e a minha mãe nem sabiam como consolar-me. Foi a primeira vez que aprendi o que era arriar e perder.

Anos mais tarde, quando a guerra já tinha acabado e nós tínhamos de novo comida suficiente, o meu pai disse-me que o nosso jardineiro tinha levado o Walter e o tinha dado em alimento à sua família que não tinha mais nada para comer. O meu pai soube que tinha sido o jardineiro, mas nunca lhe lançou isso em rosto - apesar de ver a minha mágoa. Agora compreendo que tanto o Walter, como o meu pai, me ensinaram algo sobre a compaixão.

HENRY J. M. NOUWEN, *Aqui e agora, Vida no Espírito, Paulinas, 2006, 4ª ed., cap. III, Sofrimento, pp. 34-47*