

Vasco Pinto de Magalhães, sj

**Se Deus é bom,
porque sofremos?**
Se Deus é bom, como sofrer?

6.^a edição



EDITORIAL AO

Na Capa

Teresa Peña, Via-Sacra, Catedral de Burgos

Capa

Romão Figueiredo

Ilustrações

Miguel A. Rodrigues

Paginação

Editorial AO

Impressão e Acabamentos

Sersilito – Empresa Gráfica, Lda.

Depósito Legal n.º

570543/26

ISBN

978-972-39-1052-0

1.ª edição

Março de 2015

6.ª edição

(3.ª edição na Editorial AO)

Outubro de 2026

Com todas as licenças necessárias

©

**SECRETARIADO NACIONAL
DO APOSTOLADO DA ORAÇÃO**

Rua S. Barnabé, 32 – 4710-309 BRAGA | Tel.: 253 689 443
www.redemundialdeoracaodopapa.pt/livraria
livros@rmop.pt

*a Todos os que sofrem,
aos que acompanhei,
a quem se aproxima e os cuida.*

Agradecimento e convite

Creio que é justo e necessário abrir mais esta edição com um renovado AGRADECIMENTO a quantos, de várias formas, apoiaram e enriqueceram a minha reflexão. Agora, para novos e velhos leitores, acrescento um CONVITE.

É quase incontável o número e variedade de pessoas que procura este livrinho. O sofrimento toca a todos. Pode revoltar alguns e desanimar outros. Mas há sempre um senso comum de que, no fundo, pode não ser assim tão mau. Antes, até nos pode fazer crescer; e vale a pena tentar ajudar outros: pelo menos para que não lhes aconteça coisa pior.

Destaco, antes de mais, como a minha reflexão foi muito enriquecida e até completada pelo Testemunho corajoso de um grande amigo, o Luís Nazareth. O Luís, aos 44 anos (em 1996) sofreu um forte AVC. Homem de Fé, ativo, comprometido, profissional e

politicamente, com uma larga família: tudo se desmoronava. Porém, com humildade e paciência, à medida que ganhava entusiasmo com as nossas conversas, aceitou narrar a «sua Via-Sacra», o seu caminho para a luz e para a paz, tocando quem o rodeava e mobilizando essas pessoas a participar no seu processo de reconstrução.

Pensando neste caso ocorreu-me o tal Convite: desafiar cada leitor a seguir os mesmos passos: parar, agradecer a realidade e tentar relê-la com olhos Bons! Então, pôr por escrito o **caminho que fez e vai fazendo**: as luzes e as sombras, os sucessos e as crises. Estas, quando partilhadas, podem ajudar muito o próprio e os outros. Não se trata de eliminar o sofrimento, mas de saber viver e crescer com ele.

Trata-se de pôr a render, comunicando, a maior riqueza que temos: a nossa realidade, (onde anda Deus!), sem esconder fragilidades.

Este livro completa-se com outros textos e apoios que também agradeço. 1.º Uma longa entrevista com outro amigo, Henrique Manuel Pereira, Professor na Escola das Artes da Universidade Católica do Porto,

com quem mantive, ao longo de vários anos, um programa de rádio que ele conduzia na Rádio Renascença: «Conversas com Princípio, Meio e Fim» (2014). 2.º O Prefácio de Edna Gonçalves, grande especialista em Cuidados Paliativos. Aconselho a começar por aí a vossa leitura. 3.º Propostas de várias pessoas: da Mafalda Castro, por exemplo, e de quem me ofereceu as notas que tirara nalguma das minhas conferências.

Façamos juntos o caminho.

Vasco Pinto de Magalhães sj
Dezembro de 2023

À maneira de um prefácio

Quando há cerca de doze anos me desafiaram para trabalhar em Cuidados Paliativos fiquei inquieta e demorei alguns meses a aceitar o desafio. É que o objetivo primário da Medicina Paliativa é a prevenção e alívio do sofrimento associado a doenças que ameaçam a vida, na sua maioria doenças incuráveis, avançadas e progressivas, e o sofrimento é um mistério para o qual não temos resposta.

«*Não tenho medo de morrer, tenho é medo de sofrer*», é uma afirmação que ouvimos com frequência mesmo a pessoas saudáveis. Mas o que é afinal o sofrimento? E por que razão sofremos? Como é possível acreditar que Deus existe e é Pai com coração de Mãe, quando permite o sofrimento de inocentes, como por exemplo crianças, que nada fizeram para o merecer?

Em 1982, num artigo intitulado «*The nature of suffering and the goals of medicine*», Eric Cassel (médico dos EUA) define o so-

sofrimento como um estado específico de mal-estar emocional (*distress*) que ocorre quando a integridade de uma pessoa é ameaçada ou destruída. O sofrimento é, pois, uma experiência individual, que ultrapassa os aspetos físicos da doença e cuja intensidade só pode ser quantificada pelo próprio doente, em função das suas experiências prévias, seus valores, crenças e outros recursos internos e externos.

Num contexto de doentes em fim de vida apontam-se como principais causas de sofrimento a perda de autonomia e dependência de terceiros, a presença de sintomas mal controlados, alterações da imagem corporal, alterações das relações interpessoais, o abandono, a perda de papéis/estatuto social, perdas económicas, a alteração de expectativas e planos futuros, a sensação de perda de dignidade e, por fim, a perda de sentido da vida. Perdas e faltas são, pois, as grandes fontes do sofrimento humano.

Os avanços da medicina, com todos os exames e modalidades de tratamento, farmacológico e não farmacológico, que coloca ao nosso dispor (morfina e outros analgésicos, antieméticos, antidepressivos, fisioterapia, acupuntura, psicoterapia), permitem-nos hoje em dia

suprimir ou reduzir para níveis perfeitamente toleráveis a grande maioria dos sintomas físicos e mesmo alguns sintomas psicológicos. No entanto, isso não chega para controlar o sofrimento, pois, como diz Cassel, «*o sofrimento é experienciado por pessoas, não apenas por corpos*». Assim, o alívio do sofrimento em Cuidados Paliativos, mas não só, tem de ir muito para além do uso de fármacos, sendo fundamental uma resposta social efetiva que suporte e valorize as pessoas mais dependentes, por forma a não se sentirem «um fardo» para os demais. Mas controlados ou minimizados os sintomas físicos e psicossociais, vêm ao de cima as questões relacionadas com a dignidade e o sentido da vida, isto é, o *sofrimento existencial*. Entramos assim no domínio interior do Homem, na sua consciência de si mesmo no mundo e naquilo que o transcende, ou seja, entramos no campo da espiritualidade.

A busca de sentido da vida é uma motivação essencial da vida humana, pois como diz Viktor Frankl (psiquiatra austríaco do séc. XX, que sobreviveu a campos de concentração e desenvolveu a logoterapia), precisamos de «*um porquê para ter um como*». Mas cada um tem a

Se Deus é bom, porque sofremos?

sua vocação e missão específica, que só o próprio pode levar a cabo e tem a liberdade de escolher a forma como o vai fazer, sendo assim o protagonista do seu destino. E mesmo que não possamos mudar as circunstâncias, como por exemplo fazer desaparecer uma doença terminal, podemos sempre escolher a atitude com que as enfrentamos e *«transformar uma tragédia pessoal num triunfo»*. Ora é esta liberdade de escolha, que nos é doada por Deus na medida em que não restringe as nossas opções, que dá muitas vezes origem ao sofrimento existencial.

Enquanto médica de Cuidados Paliativos, tenho tido o privilégio de lidar com inúmeras pessoas em situação de doença avançada e incurável, que encontram um sentido positivo para as suas vivências em fim de vida, vivendo serenamente até a morte. É que, como diz Viktor Frankl, *«de certa forma, o sofrimento deixa de o ser no momento em que se lhe descobre um sentido»*.

Porto, 8 de março de 2015

Edna Gonçalves

Diretora do Serviço de Cuidados Paliativos
Centro Hospitalar São João, E.P.E.

**SE DEUS É BOM,
PORQUE SOFREMO?**

Vasco Pinto de Magalhães, sj



... "Aproximou-se ... caiu de lado dele,
levou-o à estalagem e
pagou por ele !"

(Lc 10, 34-35)

I

Se Deus é bom...

Se Deus é bom, porque sofremos?

Que desafio! Vamos agarrá-lo, sabendo que há alguns enganos de atitude a evitar, desde o princípio. Assim, por exemplo: não enfrentar a questão; ser simplista e dizer que é mistério, que não é para perceber; tentar «desculpar» Deus, afirmando que a culpa é do diabo; não se questionar, não nos por-mos em causa; tentar justificar ou explicar o mal ficando em racionalizações filosóficas ou psicológicas.

Mas como pode um Deus de bondade e poder infinito estar diante de tanta maldade e sofrimento? A consciência, o sentir humano continuará a protestar e tem razão. Até porque, por um lado, há pessoas que consegui-

ram tirar um enorme partido do sofrimento e outras a quem o sofrimento arrasou a vida. Não estou a dizer que as primeiras são as boas pessoas e as outras as más. O que parece é que tudo tem a ver com a história de cada um, com a experiência e com o sentido que se é capaz de dar às coisas e com a visão (e relação) que se tem de Deus. Uma coisa é certa: o sofrimento e o mal podem converter-se num mistério de purificação e crescimento.

Então, sem deixar de responder à questão, poderei formulá-la de outro modo e dividi-la em duas partes: Se Deus é Bom (1.^a) ... como sofrer? (2.^a).

1. Um desafio: um Mistério ou uma contradição

Questão perene, desafiante, que tantas vezes move à descrença e provoca revolta diante de certas religiosidades doloristas e castigadoras. Mas não é revoltante o sofrimento, em especial o dos inocentes e o causado por tudo aquilo que é violência injustificada? São tantos os sofrimentos e tão variados que, por

mais que aprofundemos a sua compreensão e avancemos na sua superação não chegamos lá; pelo contrário, outras formas e dificuldades espreitam e se instalam.

Mas que ideia ou que imagem tem cada um ao pensar e pronunciar a palavra «Deus»? E ao dizer «bom»? O que é ser bom? E o que é o mal?

Devemos começar por clarificar esses conceitos no interior da visão cristã do mundo e da pessoa humana. Mas, sem pressas. Impõe-se uma observação prévia: estamos perante realidades tão profundas e universais que, por mais que as penetremos e tentemos situar e explicar, sempre nos escapam. Na linguagem da tradição cristã, essas realidades situam-se na categoria do «mistério». Dizer que Deus é Mistério, que a pessoa humana é mistério, que as suas inter-relações, o sofrimento, etc., são Mistério não significa, como sabemos, em linguagem teológica, uma coisa misteriosa ou proibida. «Mistério» significa uma «realidade insondável». Traduzindo em português corrente, indica aquela realidade que, por mais que se conheça, sempre nos escapa:

tem a riqueza de uma mina, de um poço sem fundo. É nesse sentido que falamos de «o mistério de Deus» ou que dizemos «o amor é mistério», «a pessoa humana é um mistério»... porque se pode sempre ir mais longe na sua compreensão e vivência. E tudo nos desafia a fazer esse caminho, porque não se trata de algo esgotável, que se pode pôr no bolso. Realidades que sempre nos escapam e, ao mesmo tempo, estimulam. Portanto, é um grande passo da nossa inteligência, saudável e humilde, reconhecer que há Mistérios, caminhos por onde andar e crescer, sempre.

Não haja, pois, a tentação de pensar que vamos encontrar uma solução rápida e cabal para a questão. Podemos pensar em conjunto e assim abrir caminhos e fechar algumas portas traiçoeiras. Este tema: «Se Deus é bom, porque sofremos?» também é um mistério estimulante. Cristo sofreu. E era bom. Não nos tirou o sofrimento. Preparou-nos para ele?

Comecemos, então, por analisar e clarificar estes conceitos. Afinal, se calhar, tudo depende de como concebemos e que ima-

gem primitiva temos de «deus». E a palavra «bom» também tem múltiplas aceções e tantas variações! O que significa, realmente, Bom?

Que dizer de Deus, Deus-bom e bom-deus?

2. As perdas e as faltas: aquilo que nos faz sofrer

Em seguida trataremos da experiência do sofrimento. Uma experiência tão humana, que toca a todos e nunca é só uma questão de cabeça ou de coração, mas sempre dos dois, que devem andar juntos. O sofrimento bate a todas as portas: a pessoa é bio-psico-sócio-cultural. E cada um destes campos afeta os outros todos. Aliás, podemos avançar, desde já, a seguinte afirmação fundamental: o sofrimento tem sempre a ver com a experiência da falta e/ou da perda. Como é que lidamos com as perdas (de pessoas, de saúde, de relações e situações, de coisas...) e as faltas (de sentido, de justiça, de trabalho, de amor... com a solidão)? E isto, nos vários âmbitos em que se manifestam.

A reflexão cristã deve chegar à questão do «mal» que é, no fundo, o que está subjacente! O mal que nos (des)estrutura, o mal no coração, o mal nas relações. O que é o mal? De onde vem o mal? Como se pode entender a experiência do mal; e a relação de Deus com o mal?

O sofrimento e o mal têm muitas vezes uma conexão, embora não se identifiquem. É difícil não os ligar. Mas, por exemplo, se dizemos «a mãe sofre as dores de parto» ou se falamos das «dores de parto do universo», como diz São Paulo a propósito dos trabalhos de crescimento na esperança, aí os sofrimentos não são conotados com o mal, mas sim com a dor e a dificuldade. Mas são sofrimento! Esta questão desafia-nos muito, abre caminhos e isso é muito bonito e bom.

Contudo, permanece a tensão. Por um lado, se há Deus só pode ser bom e onipotente! Por outro lado, vemos um mundo cheio de guerras, maldade e mentira... que Deus não há de querer, mas parece que aumentam. Vamos passo a passo.

Índice

Agradecimento e convite	7
À maneira de um prefácio	
<i>Edna Gonçalves</i>	11
SE DEUS É BOM, PORQUE SOFREMOS?	
<i>Vasco Pinto de Magalhães, sj</i>	15
I – Se Deus é bom...	17
Se Deus é bom, porque sofremos?.....	17
1. Um desafio: um Mistério ou uma contradição	18
2. As perdas e as faltas: aquilo que nos faz sofrer	21
3. Que ideia temos de Deus? O onipotente-em-amor?.....	23
4. Onde está Deus quando sofremos? Que faz?	26
5. Encarar o sofrimento. Não fazer a pergunta errada.....	30
6. Deus permite o sofrimento? O sofrimento tem valor?.....	34
7. Deus também sofre.....	38

8. Onde vem o mal?.....	44
9. A resposta do Deus Bom. Com Ele o mal não nos pode fazer mal.....	48

II ... Como sofrer?

<i>A questão não é sofrer ou não, mas «sofrer bem»</i>	53
1. Sofrer é vontade de Deus?.....	53
2. O que é «correr bem» e «correr mal»?	57
3. Atitudes perante o sofrimento e a dor (a nossa e a dos outros)	58
<i>a) Cuidar.....</i>	59
<i>b) Disposições: quadro mental com que abordamos o sofrimento.....</i>	61
<i>c) Consciência das raízes do sofrimento e compreensão da pessoa</i>	62
4. As quatro grandes portas do sofrimento.....	63
5. Estratégias humanas de integração dos sofrimentos.....	65
6. O sofrimento à luz da Cruz	67
7. Ámen	68

O SENTIDO DO SOFRIMENTO

<i>Vasco Pinto de Magalhães, sj e Henrique Manuel Pereira</i>	69
---	----

Índice

UM TESTEMUNHO

<i>Luís Nazareth</i>	111
1. A minha história.....	113
2. A minha reflexão.....	120
3. A minha compreensão à luz da fé.....	124
 Bibliografia.....	 139
 Índice.....	 141