

Aprender a morrer vivendo

Learn to die living

Sebastião Nataniel Silva Gusmão¹

Epicuro nos adverte que é tolice afligir-se com a espera da morte, pois trata-se de algo que, uma vez vindo, não causa mal e não significa nada. Enquanto vivemos, ela não existe e, quando chega, não existimos mais. E o não mais existir não causa qualquer mal. É como um sono sem sonhos.

Se o ontem não mais existe e o amanhã é apenas uma possibilidade, a sabedoria é dar à vida o sentido do trabalho do dia de hoje. Este pensamento está na **Mensagem da Aurora**, velho poema sânscrito:

Cuida deste dia. / Este é a vida, a própria essência da vida.

Eis que o ontem é apenas um sonho, / E o amanhã é somente uma visão.

O objetivo fundamental na vida é alcançar a felicidade. Dois caminhos nos levariam a tal objetivo: o prazer e o sentido da vida.

A felicidade geralmente traduz-se em experimentar agradáveis sensações corporais. Como nossa fisiologia limita a intensidade e a duração destas sensações, a busca por prazeres cada vez maiores termina no vazio ou no sofrimento.

A procura de sentido para a vida é também caminho incerto, pois, do ponto de vista da natureza, tudo ocorre por acaso ou necessidade, e a vida de um ser humano é tão significativa quanto a de uma gramínea. Como afirma Shakespeare: *O homem, sem os artificios da civilização, é só um pobre animal*. Somos o resultado de processos evolutivos cegos e sem propósitos, determinados pelo acaso das mutações e pelas necessidades da adaptação ao meio ambiente.

Temos que aceitar a insolúvel contradição entre nossa mente racional em uma natureza irracional.

A busca da felicidade em um sentimento subjetivo de prazer ou em uma sensação subjetiva de que a vida tem um significado acima da natureza real determina o sofrimento. A solução seria eliminar o desejo para bloquear o sofrimento, e a felicidade seria igual a realidade menos a expectativa. Ou como aconselha Aristóteles: não perseguir o que é agradável, mas a ausência de dor, pois esta é a grande inimiga da felicidade.

Não existe qualquer sentido estabelecido para a vida. Entretanto, como afirma Nietzsche, se temos uma razão para viver, conseguimos suportar quase tudo. Por outro lado, a vida sem significado é fardo difícil, mesmo se repleta de conforto. Portanto, cada um deve criar sentido para sua vida. E neste processo é aconselhável confiar na razão e nas evidências. Isso nos permite abrir mão de ilusões reconfortantes e enfrentar o significado da existência temporária, ao mesmo tempo fantástica (pela alta complexidade evoluída do nada) e trágica (pelo inevitável retorno ao nada). A vida, esta curta ponte entre o nada (antes do nascimento) e o nada (após a morte), deve ser realizada em seus próprios termos, valendo por si mesma. Somos afortunados por poder morrer. A maioria das incontáveis possíveis pessoas nunca vai morrer, porque nunca vai nascer. Somos os ganhadores na loteria do nascimento e não justifica lamentar o inevitável retorno ao estado anterior, do qual a enorme possível maioria jamais nem saiu.

São os prazeres simples das relações com as pessoas e o meio no qual vivemos que dão algum sentido à existência e tornam a vida um bem precioso. Com o trabalho constante de cada dia poderemos tornar a vida grande, pois ela é muito curta para ser pequena. E, quando chegar nosso último dia, sairmos da vida como o convidado que deixa o banquete saciado e agradecido. O fim do banquete da vida não causará nenhum mal, pois nenhuma saúde poderemos ter da existência. Aprender a morrer é aprender a viver bem cada dia. O dia de hoje é o presente, sem manual de utilização, que a natureza nos oferece.

¹ Universidade Federal de Minas Gerais-UFMG, Faculdade de Medicina. Belo Horizonte, MG; Chefe dos Serviços de Neurocirurgia do Hospital das Clínicas e Hospital Luxemburgo. Belo Horizonte, MG - Brasil.

Instituição:

Faculdade de Medicina da UFMG. Belo Horizonte, MG - Brasil.

*** Autor Correspondente:**

Sebastião Nataniel Silva Gusmão
E-mail: sebastiaoqusmao@gmail.com

Recebido em: 09/03/2016.

Aprovado em: 30/03/2016.