

NÃO HÁ LIBERDADE SEM DOR

Stanley Martins Frasão

Advogado Sócio do Homero Costa Advogados

A história política, social e individual sugere uma constatação incômoda: a liberdade raramente nasce do conforto. Ela costuma emergir de rupturas, perdas e escolhas difíceis — quase sempre acompanhadas de algum grau de dor. Essa relação não é moralista nem romântica; é estrutural.

Liberdade, em seu sentido mais profundo, implica autonomia verdadeira. E essa autonomia exige renúncia: abrir mão de privilégios herdados, de certezas consolidadas, de proteções que oferecem tranquilidade. Em sociedades autoritárias, o preço da liberdade costuma ser evidente: prisão, exílio, perseguição. Em democracias maduras, a dor é mais sutil, mas não menos presente: aceitar a frustração do dissenso, conviver com decisões coletivas imperfeitas, tolerar a lentidão institucional. A alternativa — a ordem sem atrito — geralmente cobra um preço maior no longo prazo.

No plano coletivo, as grandes expansões de liberdade foram precedidas por conflitos. A abolição da escravidão, a ampliação do sufrágio, os direitos civis, a liberdade de imprensa: nenhum desses avanços ocorreu sem resistência. A dor, nesses casos, não foi um objetivo, mas uma consequência inevitável de confrontar estruturas que se sustentavam justamente pela negação da liberdade alheia. O desconforto social é, muitas vezes, um sinal de que algo profundamente enraizado está sendo questionado.

Há, contudo, um equívoco recorrente: confundir essa relação histórica com uma apologia do sofrimento. Dor não é virtude em si, nem condição suficiente para a liberdade. Há sofrimento estéril, que apenas reproduz dominação. O que importa é o sentido da dor — se ela decorre de uma escolha consciente por autonomia, ou se é imposta para mantê-la distante. Regimes autoritários, afinal, também produzem dor em larga escala, mas o fazem para preservar o controle, não para ampliar a liberdade.

No plano individual, a equação se repete com nuances. Tornar-se livre implica assumir responsabilidade: escolher uma profissão contra expectativas familiares, romper relações que aprisionam, sustentar opiniões impopulares, admitir erros. Cada uma dessas decisões carrega um custo emocional real. A liberdade pessoal não é a ausência de limites, mas a capacidade de escolhê-los. E toda escolha verdadeira exclui alternativas, produz perdas e exige maturidade para suportá-las.

É nesse ponto que a ideia de liberdade se distancia da promessa fácil vendida em discursos simplificados. Liberdade não é conforto permanente, nem garantia de felicidade contínua. Ela amplia possibilidades, mas também expõe fragilidades. O indivíduo livre erra sob a própria responsabilidade. A sociedade livre debate em público suas contradições. Ambos enfrentam a ansiedade do inacabado.

O desafio contemporâneo talvez esteja na baixa tolerância à dor — não à dor física, mas ao desconforto psicológico e social. Redes sociais amplificam a expectativa de validação constante; algoritmos reduzem o contato com o dissenso; soluções rápidas substituem processos difíceis. Nesse ambiente, a liberdade corre o risco de ser redefinida como mera conveniência: ser livre passa a significar não ser contrariado. É uma noção sedutora, mas frágil.

A liberdade que dispensa qualquer dor tende a ser superficial. Ela evita conflitos, mas também evita transformações. Já a liberdade que reconhece o custo do crescimento — individual e coletivo — não promete alívio imediato, mas oferece algo mais duradouro: dignidade, autoria e responsabilidade.

Dizer que não há liberdade sem dor não é exaltar o sofrimento. É reconhecer que a emancipação, em qualquer escala, exige atravessar zonas de desconforto. A alternativa não é uma vida sem dor, mas uma vida em que a dor não seja inútil — em que ela seja o preço consciente de não delegar a outrem o controle sobre o próprio destino.