

# CRISE EXISTENCIAL, NARRATIVA E MODERNIDADE: UMA REFLEXÃO CONTEMPORÂNEA<sup>1</sup>

*EXISTENTIAL CRISIS, NARRATIVE, AND MODERNITY: THE  
CONTEMPORARY REFLECTION*

Rian da Cruz Biase

Universidade Federal do Tocantins, Brasil

DOI: <https://doi.org/10.46550/cadernosmilovic.v3i2.140>

**RESUMO:** O presente trabalho propõe uma reflexão crítica sobre a crise existencial, a perda de profundidade narrativa e os impactos da hipermidiatização na subjetividade contemporânea. Inspirado por uma trajetória pessoal e teórica, o ensaio articula os pensamentos de Jean-Paul Sartre, Byung-Chul Han e Miroslav Milovic para compreender como a aceleração digital, o culto à performance e a lógica algorítmica afetam o modo como vivemos, sentimos e nos relacionamos. Sartre, em *A Náusea*, denuncia o absurdo da existência e o vazio de sentido num mundo sem essência prévia. Han, por sua vez, em *A Sociedade do Cansaço* e *A Crise da Narração*, aponta a exaustão subjetiva causada pela pressão por exposição constante e pela fragmentação do tempo. Já Milovic, em *Comunidade da Diferença*, convida à construção de comunidades baseadas na escuta e no reconhecimento da alteridade. O trabalho defende que a superexposição digital substitui a experiência pela imagem, esvaziando a capacidade de narrar com profundidade. Ao final, propõe como resistência o resgate da escuta, da convivência com a diferença e da autenticidade como formas de reencontrar o sentido em meio ao caos contemporâneo. Narrar, nesse contexto, torna-se um gesto de resistência e uma forma de permanecer humano.

**PALAVRAS-CHAVE:** Crise existencial; Narrativa; Modernidade digital; Autenticidade; Redes sociais.

**ABSTRACT:** This work presents a critical reflection on existential crisis, the loss of narrative depth, and the impacts of hypermediatization on contemporary subjectivity. Inspired by a personal and theoretical journey, the essay articulates the thoughts of Jean-Paul Sartre, Byung-Chul Han, and Miroslav Milovic to understand how digital acceleration, the cult of performance, and



1 O presente artigo participou do Prêmio Miroslav Milovic “Juventude Filósofa” no ano 2025.

algorithmic logic affect the way we live, feel, and relate to others. Sartre, in Nausea, exposes the absurdity of existence and the lack of inherent meaning in a world without predetermined essence. Han, in The Burnout Society and The Crisis of Narration, points to the subjective exhaustion caused by the pressure of constant exposure and the fragmentation of time. Milovic, in The Community of Difference, advocates for the construction of communities based on listening and the recognition of alterity. The paper argues that digital overexposure replaces experience with image, emptying our ability to narrate with depth. Ultimately, it proposes the recovery of listening, the embrace of difference, and the pursuit of authenticity as forms of resistance and as ways to rediscover meaning amid contemporary chaos. In this context, to narrate becomes a gesture of resistance and a way to remain human.

**KEYWORDS:** Existential crisis; Narrative; Digital modernity; Authenticity; Social media;

## Introdução: o vazio por trás das postagens

O que fazer quando a gente posta, compartilha, sorri pra selfie, mas por dentro se sente vazio?

Este trabalho nasceu de um impulso existencial, mas também de uma caminhada pessoal e acadêmica que se intensificou ao longo dos últimos anos.

Ao ler obras como *Sociedade do Cansaço* (2024) e *A Crise da Narração* (2023), percebi que Han não só articula uma crítica contundente à sociedade contemporânea como também ecoa outros pensadores que admiro, como Sartre, Hannah Arendt, Freud e Adorno. Suas reflexões sobre a superexposição nas redes, a perda de profundidade das relações humanas, o culto à produtividade e a diluição do sentido da vida na era digital me afetaram profundamente.

O objetivo deste trabalho, então, é refletir sobre a vida moderna, especialmente neste cenário digital e hipermediatização<sup>2</sup>, que parece mergulhado numa crise de sentido. Vivemos cercados por imagens, informações e performances constantes. Mas o que há de real nisso tudo? O que ainda é autêntico?

2 Segundo Seara e Cabral (2020), a hipermediatização é um fenômeno contemporâneo em que as redes sociais não apenas ampliam o acesso à expressão pública, mas também disseminam representações sociais de maneira rápida e repetitiva, tornando-as naturalizadas e pouco questionadas. Esse processo favorece a absorção passiva de imagens e discursos, muitas vezes carregados de agressividade simbólica, sem que os usuários consigam perceber suas implicações violentas ou excluientes.

Autores como Jean-Paul Sartre, em *A Náusea* (2015), abordam essa angústia existencial que parece atravessar o ser contemporâneo. Já Miroslav Milovic, em *Comunidade da Diferença* (2004), propõe uma reflexão poderosa sobre identidade e alteridade: não precisamos ser iguais para conviver, e a diferença não é uma ameaça, mas uma riqueza.

Esse entrelaçamento entre a crise existencial, a perda da narrativa profunda e a cultura da exposição constante nas redes sociais será o ponto central da nossa análise. A questão que guia este ensaio é simples, mas urgente: será que as pessoas estão realmente mostrando quem são, ou apenas aquilo que o outro espera ver?

Falo também de mim. Sou expressivo, risonho, intenso. Gosto de ser visto como sou, não enceno, não performo. Mas e quando não é assim? Quantos estão se escondendo atrás de filtros, stories, sorrisos programados e postagens vazias? O que está por trás dessa necessidade de se mostrar o tempo todo?

Este trabalho é, portanto, uma busca por autenticidade, por sentido, por uma vida que não se limite a algoritmos, curtidas ou validações externas. É um convite à reflexão sobre quem somos, como vivemos e para onde estamos indo, guiados por Han, Sartre, Milovic e, sobretudo, pela vontade de resgatar uma vida mais verdadeira e humana.

## Sartre e a náusea de existir

Já sentiu que tudo parece sem graça, como se as coisas existissem só por existir? (Sartre, 2015)

Este trabalho e o presente capítulo nasceu de uma inquietação: aquela sensação constante de estar rodeado por informações, estímulos e discursos que, no fim das contas, não dizem nada. Foi a leitura de *Sociedade do Cansaço* (2024), de Byung-Chul Han, que primeiro acendeu essa fagulha. Depois vieram artigos, vídeos, conversas com colegas, notícias... Tudo parecia apontar para uma espécie de saturação da existência. E, nesse emaranhado de experiências, surgiu um nome que parecia cair de paraquedas: Jean-Paul Sartre (1905-1990).

Não me considero um especialista em Sartre. Li apenas um de seus livros diretamente e conhecia trechos de *A Náusea*, seu romance filosófico mais célebre. No entanto, foi justamente essa obra, recebida quase por acaso como sugestão de leitura, que despertou algo em mim. Uma conexão

inesperada entre o mal-estar do personagem e a confusão existencial do sujeito contemporâneo. Mesmo sem tê-la lido na íntegra ainda, percebi que ali havia algo que ecoava profundamente nossa época.

Em *A Náusea* (2015), o protagonista experimenta um enjoo que não é físico, mas existencial. Ele não comprehende mais sua presença no mundo, sente-se deslocado, invadido por uma sensação de absurdo diante das coisas. Nada parece ter sentido. As palavras, os objetos, as ações cotidianas, tudo se torna excessivo, inútil, saturado. É como se ele estivesse cercado por uma avalanche de “coisas” que simplesmente existem, mas não significam. E isso, a meu ver, é o que acontece com muitas pessoas hoje.

Vivemos em uma sociedade hiperconectada, onde a quantidade de informações cresce infinitamente, mas a profundidade do sentido se esvazia. A cada toque no celular, somos bombardeados por imagens, vídeos, opiniões, manchetes. E, no fim, o que sentimos? Nada. Ou pior: sentimos o vazio. É como abrir o feed de uma rede social e, após cinco minutos de rolagem, perceber que não há nada de verdade ali. Sartre chamaria isso de “o absurdo da existência” (Sartre, 2015).

Vivemos uma espécie de teatro digital da felicidade. As redes sociais transformaram-se em vitrines de uma alegria performática, onde sorrisos são postados como mercadoria e cada gesto precisa ser validado pelo olhar do outro. O “like” tornou-se a nova medida do valor individual. Não importa se o que é mostrado corresponde à realidade, o importante é parecer feliz, parecer bem-sucedido, parecer produtivo. Sartre (2015), ao falar do “absurdo da existência”, nos convida a perceber o vazio que se instala quando nos afastamos do que é autêntico.

“Agora vejo, lembro-me melhor do que senti no outro dia, junto ao mar, quando segurava aquela pedra, uma espécie de enjoo adoecido [...] Não entendo nada desse rosto, uns dos outros tenho sentido o meu não [...] O que acaba de ocorrer é que a náusea desapareceu. Quando a voz se elevou no silêncio, senti meu corpo se enrijecer. Estou feliz” (SARTRE, 2015, p. 98, 107, 113).

Ser autêntico é você parar de viver só para parecer, e começar a viver para ser. É enfrentar o olhar do outro sem medo, abandonar o teatro da perfeição e reconhecer que não existe um roteiro pré-escrito para a vida. Sartre nos mostra que o mundo não nos oferece um sentido pronto, e isso é absurdo. Ainda assim, cabe a nós escolher, agir, sentir, criar sentido mesmo em meio ao vazio. Ser autêntico, portanto, é um ato de coragem: é dizer sim à vida mesmo quando ela não vem com garantias, e seguir vivendo

intensamente, com verdade. Você pode construir uma vida autêntica, mesmo sabendo que não tem um sentido garantido (Sartre, 2015).

E Byung-Chul Han, ao refletir sobre a sociedade do desempenho, aponta que o sujeito contemporâneo é pressionado a produzir sentido o tempo todo, mesmo que isso signifique viver uma farsa. É por isso que, após minutos navegando por esse mar de aparências, sentimos um peso estranho. É o cansaço de quem foi exposto a uma sequência de vidas editadas, onde quase ninguém ousa ser verdadeiro. A autenticidade dá medo, porque ser autêntico é, antes de tudo, se expor ao julgamento, ao erro, à fragilidade. E em uma sociedade que valoriza a performance mais do que a verdade, mostrar-se humano tornou-se um ato de coragem.

A proposta existencialista sartriana é dura, mas libertadora: o sentido da vida não está dado. Não há um propósito pré-determinado. Somos nós que devemos criá-lo. Essa liberdade radical, no entanto, nos apavora. Como encontrar sentido quando tudo parece caótico? Como agir quando não há uma direção clara?

Byung-Chul Han atualiza essa discussão ao afirmar que vivemos numa “sociedade do desempenho”, onde o sujeito não pode parar, não pode falhar, não pode descansar. O imperativo é sempre produzir, sempre mostrar, sempre fazer. Tornamo-nos máquinas de si mesmos, como ele descreve, presos a um ciclo incessante de exibição e esgotamento (Han, 2024).

E, nesse ritmo, vem a pergunta central: *Quem sou eu, nisso tudo?* Ou melhor: *Eu sou isso mesmo que estou mostrando?* A náusea contemporânea talvez seja essa: perceber que, no meio de tanta visibilidade, perdemos o contato com o que realmente somos. Que a nossa subjetividade se dilui no algoritmo, na expectativa do outro, na obrigação de parecer em vez de ser.

Sartre (2015) nos lembra de algo fundamental: a liberdade existencial implica também responsabilidade. E essa liberdade assusta. Criar o próprio sentido é um ato de coragem. Freud (1856-1939) já apontava isso ao mostrar que, apesar da civilização exigir controle, o ser humano continua sendo um corpo vulnerável, feito de carne, de medo, de desejo, de angústia. Não somos robôs. Sentimos frio na barriga, tremores na alma. E ignorar isso é se desumanizar o ser.

Portanto, este capítulo não pretende oferecer respostas fáceis, mas mergulhar nessa sensação nauseante da vida contemporânea. Quer compreender como o mal-estar do personagem de Sartre se manifesta em nossa era de supere exposição, onde o ser contemporâneo, muitas vezes

arrogante em seus achismos, vulnerável em suas certezas e contraditório em suas atitudes, encontra-se perdido entre tantas identidades possíveis. Vivemos um tempo de extremos: todos opinam, todos mostram, todos sabem, mas poucos, de fato, escutam ou se escutam. Como propunha Sartre (2015), é preciso inventar um sentido dentro do caos, mesmo que isso nos cause medo. O problema não está exatamente na tecnologia, mas no modo como usamos as redes sociais. Elas alimentam uma performance constante do “eu ideal”, desgastam o corpo, roubam o silêncio e substituem o diálogo por reações.

O ser humano passa horas navegando por feeds que esvaziam o pensamento, sem perceber o quanto isso afeta sua saúde, sua presença no mundo, seu vínculo com o outro. É aí que a crítica de Miroslav Milovic se torna essencial: segundo ele, a modernidade mergulhou numa racionalidade técnica que transforma a comunicação em mero instrumento funcional, descartando a escuta, a alteridade e o cuidado ético com o outro. no seu livro *Filosofia da Comunicação* (2002) propõe o contrário: resgatar a escuta verdadeira como fundamento da existência e da convivência. Em tempos de excesso de falas e carência de sentido, talvez seja esse o caminho para resistir e, quem sabe, reencontrar o ser humano.

Reencontrar o humano não exige grandes revoluções externas, mas pequenos gestos esquecidos: uma escuta sem pressa, um silêncio acolhedor, um olhar que não julga. É na conversa sincera entre dois amigos, sem filtros ou curtidas, que algo do verdadeiro ainda escapa. É no momento em que alguém desliga o celular para apenas estar presente, numa aula, num abraço, num café, que ressurge um tipo de comunicação que as redes sociais já não sabem oferecer. Não se trata de nostalgia ou rejeição à tecnologia, mas de um chamado para usá-la sem nos perdermos de nós mesmos. Milovic (2002) aponta que a ética da diferença exige esse reencontro com a escuta, com o outro e conosco. E talvez, nesse retorno, começemos a criar histórias reais de novo

É justamente essa perda da escuta e do enraizamento existencial que nos conduz ao próximo ponto: vivemos numa era onde contar histórias se tornou um esforço quase inútil. A fragmentação das experiências, a velocidade das informações e o culto ao desempenho moldaram uma sociedade em que o silêncio foi soterrado pelo ruído. É o que analisa Byung-Chul Han, especialmente em *A Crise da Narração* (2023), ao denunciar como a lógica do capital e da produtividade contaminou até mesmo a forma como vivemos, sentimos e narramos o mundo. Afinal,

como narrar com profundidade quando tudo precisa ser rápido, rentável e compartilhável?

## Byung-Chul Han e a crise de contar histórias

Não se vive mais histórias, vive se o story (Han, 2023).

Hoje, a gente não vive mais uma história. Vive um stories. Tudo é rápido, descartável, automático. Você abre o celular e, em segundos,vê uma tragédia, uma selfie na praia, uma dancinha, uma propaganda, um desabafo. Tudo misturado, tudo superficial. A vida virou um feed: fragmentado, saturado, sem profundidade. A gente não sente mais, só consome.

Byung-Chul Han (2023) chama isso de crise da narração. Não conseguimos mais contar histórias com começo, meio e fim. Porque viver exige tempo, e tempo virou luxo. Tudo precisa ser visível, imediato e postável. Vivemos por imagens, likes e curtidas. A experiência foi substituída pela performance.

No livro *A Crise da Narração* (2023), Han diz: “A sabedoria é uma verdade narrada” (Han, 2023, p.33). Mas como narrar algo num mundo onde tudo precisa desaparecer em 24 horas? Onde a realidade se fragmenta em snaps, stories, posts? Ele afirma que a digitalização atrofia o tempo, as informações se sucedem tão rápido que nem damos conta de absorver. A própria realidade se dissolve. Tudo é momentâneo.

É o que ele chama de obscenidade do óbvio, tudo está visível demais, transparente demais, e por isso perde o mistério. A vida se torna pornográfica, não no sentido sexual, mas por ser crua, direta, sem construção simbólica. É o excesso de exposição que esvazia tudo. A gente não conversa mais com profundidade. A gente compartilha prints. Não dá mais tempo de ouvir uma história até o fim, porque já pulamos para a próxima notificação. A intimidade virou conteúdo. A dor virou postagem com filtro. A solidão virou legenda. E o amor, esse então, virou *emoji, direct, react* (Han, 2023).

Hoje, as pessoas terminam relacionamentos por mensagem. Pessoas descobrem traições por stories. E há quem viva um namoro inteiro sem olhar no olho, só em chamadas de vídeo. As conversas são rápidas, rasas, interrompidas. Tudo precisa ter resposta imediata. A gente não tem mais paciência para o tempo do outro, e muito menos para o nosso.

A transparência excessiva (Han,2023), virou exigência social: tem que mostrar o que você come, com quem está, como pensa, o que sente. Mas não é mostrar de verdade, é mostrar com aparência de perfeição. Porque se você posta uma foto triste, dizem que está “se fazendo de vítima”. Se você não posta nada, dizem que está “sumido”. Se posta demais, “tá forçando”. Tudo precisa ter medida, e mesmo assim nunca é suficiente. Vivemos num teatro constante de performance e aprovação.

E o pior: a gente vai se acostumando com isso. Vai achando normal que a vida seja exposta o tempo todo. A gente esquece que o mistério também é parte da beleza. Que o silêncio também comunica. Que nem tudo precisa ser dito, e muito menos postado.

A exposição exagerada não nos conecta mais profundamente, nos esgota. Porque quanto mais a gente se mostra, menos a gente se vê. A imagem vira máscara, escudo, distração. E por trás das selfies sorridentes, tem uma multidão exausta, ansiosa, solitária, esperando por um olhar que não julgue, por um afeto que não precise de curtida.

A obscenidade do óbvio destrói o simbólico. E o que é a vida sem símbolo? Sem silêncio? Sem segredo? Sem espera?

A gente precisa repreender a viver com profundidade. A demorar. A escutar. A não mostrar tudo. Porque quando tudo é visível, nada é sagrado. E quando nada é sagrado, viver vira só mais uma sequência de imagens passageiras num feed que ninguém vai lembrar amanhã.

E aí entra a conexão com Walter Benjamin (1892-1940), quando ele diz que narrar exige experiência, escuta e tempo. E nós perdemos tudo isso. A sabedoria foi substituída pela técnica, pela pressa, pelo algoritmo. Benjamin dizia que narrar é como “um pássaro do sonho que choca os ovos da experiência”. E o sonho morreu sufocado pela notificação (Benjamin, 1985).

A modernidade digital não só interrompe a narrativa, como também sabota o sentido da existência. A gente vive para exibir, mas não para sentir. A informação não é sabedoria. A imagem não é memória. A gente mostra demais e comprehende menos.

E quando a vida perde a narrativa, sobra o quê? O vazio.

Sartre já falava disso lá atrás, em *A Náusea* (2015), com Antoine Roquentin, um sujeito angustiado que percebe que as coisas simplesmente existem, sem propósito. Ele se vê invadido pela existência das coisas, sem conseguir dar sentido a nada. É a crise do sentido, a crise de ser. A liberdade

radical vem acompanhada de um peso enorme: a responsabilidade de criar o próprio sentido num mundo indiferente.

Mas se em Sartre a crise é uma chance de criação, em Byung-Chul Han ela vira exaustão. O sujeito contemporâneo está cansado. Ele performa, posta, responde, reage, mas não constrói nada. A vida virou métrica: número de seguidores, engajamento, alcance. E isso gera depressão, ansiedade, síndrome de burnout. Estamos numa corrida louca sem saber onde é a linha de chegada e, pior, sem saber se existe prêmio.

Vivemos muito. Mostramos muito. Sentimos um pouco.

É uma compulsão existencial: precisamos parecer vivos, mesmo que por dentro estejamos morrendo. E é por isso que a crise da narração não é só um problema literário ou filosófico é um problema humano, emocional, social. A gente deixou de viver a vida como história, como jornada. A gente só sobrevive entre fragmentos.

E o mais cruel? A gente acredita que está sendo livre, mas está se explorando. O mundo cobra produtividade, exposição e positividade o tempo todo. Não há mais espaço para silêncio, para mistério, para elaboração. A gente não ouve mais, não espera mais, não sente mais. Só responde (Han,2023).

Nesse contexto, até a selfie já não representa apenas um gesto de vaidade ou narcisismo superficial. Ela se torna, na verdade, um grito mudo e constante: “Eu existo, mevê, me válida.” É um apelo por reconhecimento em meio ao excesso de imagens e à escassez de escuta verdadeira. Na era digital, o sujeito já não narra a si mesmo por meio da experiência vivida, como defendia Walter Benjamin; ele se exibe. Mas essa exibição é vazia de espessura temporal e simbólica. O rosto registrado na selfie não é mais a expressão de um interior, de uma história, de um percurso existencial, é um reflexo imediato, uma afirmação momentânea que busca ser curtida, compartilhada e esquecida logo em seguida.

O espelho da tela, no entanto, nunca responde com profundidade. Ele só reflete. Ele repete, multiplica, mas não elabora. Diferente da narrativa tradicional, que transformava a experiência em memória e sabedoria partilhável, a imagem digital nos devolve apenas a superfície. Ela não choca os ovos da experiência, como dizia Benjamin ao se referir à potência do narrador, mas os quebra, apressadamente, para servir um conteúdo digerível, pronto para o consumo instantâneo.

Nesse cenário, o “eu” não se constrói; ele se expõe. Mas expõe-se sem escuta, sem partilha simbólica e sem tempo de amadurecimento

é tornar-se refém de uma performance interminável e ansiosa, na qual a identidade é medida por algoritmos e não pela profundidade do vivido. E assim, quanto mais se publica, menos se comunica. Quanto mais se vê, menos se enxerga. A selfie, nesse sentido, é o oposto da narrativa: não há tempo para gestar sentido, só para capturar um instante e torcer para que ele valha a pena ser notado (Han, 2023).

Dante desse cenário em que a exposição substitui a expressão e a imagem esvazia a experiência, o sujeito contemporâneo se vê cada vez mais isolado em sua própria vitrine. A busca por validação digital não cria laços, ela produz comparações, disputas de visibilidade e uma ansiedade constante por pertencimento. Tudo isso alimenta uma ideia ilusória da comunidade: estamos conectados, mas não juntos. Estamos cercados de perfis, mas não de pessoas. A alteridade, quando aparece, é rapidamente filtrada, cancelada ou ignorada.

É justamente nesse ponto que se torna urgente retomar o pensamento de autores como Miroslav Milovic, que em *A Comunidade da Diferença* (2004) nos convida a uma reflexão radical: é possível estar junto sem ser igual? Ao contrário da lógica homogênea das redes sociais, onde o algoritmo nos agrupa por afinidade e reforça bolhas de pensamento, Milovic propõe uma ética da convivência com o outro em sua diferença. A verdadeira comunidade, aquela que não se baseia na eliminação da alteridade, mas na sua escuta, nasce não da identidade comum, mas do respeito mútuo entre o diverso.

Assim, se na modernidade digital a narrativa dá lugar à selfie e à exposição contínua, talvez seja tempo de repreender a narrar não só a si mesmo, mas com e para o outro. E para isso, é preciso romper com a lógica da validação constante e caminhar em direção à construção de espaços de sentido, onde o diferente não seja ameaça, mas convite à ampliação do mundo comum.

## **Miroslav Milovic e a comunidade da diferença**

A gente não precisa ser igual para viver junto. A diferença é que  
nos enriquece (Milovic, 2004).

A gente entrou num tempo em que todo mundo quer ser igual. Pensar igual, vestir igual, falar igual. E na era digital isso vira uma febre. Parece que se você não é “do grupo”, não tem direito nem de existir. Mas

aí vem o Milovic (1955-2021) e joga uma verdade na cara da gente: a diferença é que nos enriquece (Milovic, 2004) Não é sendo igual que a gente constrói convivência, é sendo diferente, mas sabendo escutar.

A sociedade empurra um molde pronto para todo mundo. E quem não se encaixa é cortado, silenciado ou ignorado. O padrão é sempre o mesmo: homem, branco, hétero, magro, rico e sorridente. As redes sociais vendem essa imagem com força. A pessoa vê uma influenciadora tipo a Virgínia, bilionária, com uma mansão do tamanho de um bairro, cheia de filhos lindos, pele de porcelana, marido fiel (na teoria), e acha que precisa se moldar àquilo. Acha que precisa parecer com aquilo pra ser aceita, pra ser feliz, pra ser “gente”.

Mas aí que está o veneno: essa tentativa de ser igual ao outro mata quem você é. E não tem nada mais violento do que ter que matar a si mesmo pra caber num padrão que nem te pertence.

Milovic (2004) afirma que isso destrói a possibilidade de uma comunidade real. Porque uma comunidade de iguais é uma bolha, é frágil, é superficial, é violenta com quem pensa ou vive diferente. A verdadeira comunidade é feita de escuta, de silêncio compartilhado, de respeito pela singularidade do outro. E isso exige tempo. Exige presença. Exige vulnerabilidade.

Só que o tempo da escuta foi apagado pela velocidade da internet. Tudo precisa ser rápido. Tudo precisa ser dito. Tudo precisa ser julgado. E assim, em vez de comunidade, a gente forma cercadinhos, onde só entra quem concorda, quem repete, quem confirma. Quem diverge, vira inimigo.

Milovic (2004) critica essa tradição ocidental de querer tudo homogêneo. Ele pega de frente com essa ideia de que precisamos de um povo, uma língua, uma identidade, uma verdade. Ele propõe outra coisa: uma política do comum, baseada não na unidade, mas na pluralidade. Ele propõe uma ética da alteridade, onde viver junto não exige fusão, mas reconhecimento.

Na travessia da modernidade, marcada por crises existenciais e esvaziamento das narrativas profundas, a linguagem assume um papel central como chave crítica da sociedade. Habermas, ao deslocar o sentido da razão para o campo da comunicação intersubjetiva, não apenas rompe com o modelo individualista de sentido, como em Husserl, mas propõe uma reconstrução da crítica social a partir das estruturas linguísticas que fundamentam o agir comunicativo. Em tempos de capitalismo avançado, onde tudo se torna funcional e programático, a própria estrutura do capital

se revela como uma linguagem: pragmática, instrumental, semântica, que organiza e limita as possibilidades de liberdade, democracia e solidariedade (Milovic, 2004).

Habermas vê nessa linguagem a oportunidade de uma crítica imanente: uma via pela qual a sociedade pode se auto refletir e, quem sabe, reinventar-se. Ao mesmo tempo, sua contraposição a Luhmann, para quem os sistemas sociais operam por códigos autorreferenciais que excluem a subjetividade, revela que a apostila habermasiana ainda repousa na possibilidade de argumentação pública, de comunidade baseada em consenso e reconhecimento mútuo. No entanto, como nos alerta Miroslav Milovic (2004), não há comunidade sem diferença.

A lógica contemporânea, reforçada pelo digital, empurra os sujeitos para um ideal de igualdade homogeneizante, todos performando versões aceitáveis de si, buscando aprovação e pertencimento, o que mina a riqueza do convívio com a alteridade real. O desafio atual, portanto, é construir uma nova linguagem comum que não elimine as singularidades, mas que acolha a multiplicidade como potência existencial.

Nesse cenário, o comunismo histórico fracassa por ter se tornado metafísico e estático, perdendo sua vocação transformadora. O que está em jogo não é mais apenas razão ou fé, ciência ou ideologia, mas a reconstrução de um espaço narrativo e comunitário onde seja possível viver juntos sem precisar ser iguais. A crise é, antes de tudo, um convite: para repensar as formas de ser, conviver e narrar num mundo que parece ter esquecido a espessura do sentido.

Não é “a gente ser igual”. É “a gente poder ser diferente e ainda assim viver junto”.

Essa ideia explode de importância quando a gente pensa nas pessoas LGBTQIA+. Porque o que é a luta LGBTQIA+ senão a luta pelo direito de existir como diferença? De amar de outro jeito, de performar de outro jeito, de construir família de outro jeito e ainda assim fazer parte da sociedade? A comunidade da diferença é o oposto da normatividade sufocante. É o espaço onde ninguém precisa pedir desculpas por ser quem é.

Milovic (2004) inspirado em Arendt, Levinas, Derrida, propõe essa ruptura com o totalitarismo da identidade. E isso não é só filosofia. Isso é prática diária. É no ônibus, na sala de aula, na fila do mercado. É quando a gente consegue olhar pro outro e não ver uma ameaça, mas ver uma

possibilidade. Ver alguém que me amplie, justamente porque não é como eu.

Então, esse capítulo é um chamado: parar de buscar espelhos e começar a construir pontes. Viver junto não é repetir. É coexistir. E isso não é utopia. Isso é coragem.

Chegando até aqui, fica uma pergunta inevitável: como sair desse vazio? Como escapar dessa lógica que nos afasta de nós mesmos, nos acelera, nos adoece, nos força a caber em moldes que não foram feitos pra gente?

A náusea de Sartre nos mostrou o absurdo de existir num mundo sem essência, onde tudo precisa ser inventado, e a liberdade assusta. Byung-Chul Han revelou a crise da narrativa: estamos conectados o tempo todo, mas não conseguimos mais contar uma história que faça sentido. E Milovic trouxe a chave da convivência: a diferença. Porque ser diferente não é o problema, o problema é ser obrigado a se encaixar.

O que todos esses autores têm em comum é uma coisa: eles estão tentando entender o sujeito. O que somos hoje? O que fazemos com essa liberdade que virou peso? Como lidar com o excesso de exposição, a falta de profundidade, o medo de sermos diferentes, o desejo de sermos amados mesmo assim?

A filosofia, aqui, não aparece como manual, aparece como espelho, não para repetir o que já foi dito, mas para pensar com a gente, para provocar, para sacudir.

E agora que vimos tudo isso, é hora de juntar. Juntar teoria e vivência. Juntar filosofia e cotidiano. Juntar os autores com aquilo que a gente sente de verdade. É nessa direção que o próximo capítulo vai: não só analisar, mas tocar. Puxar esses fios e perguntar: como é que a gente vive com tudo isso? Como construir sentido, amar com dignidade, resistir sendo quem somos, sem cair no buraco fundo do cansaço, da solidão e da normatividade forçada?

A próxima parte é sobre isso: ligar os pontos entre pensamento e vida real. Porque pensar é viver, e viver, às vezes, é se permitir ser diferente e não pedir desculpas por isso.

## Conectando os autores e a vida real

“Então como sair desse vazio?”

A gente costuma achar que filosofia é coisa distante, difícil, de livro empoeirado. Mas, no fundo, ela está no momento em que você deita a cabeça no travesseiro e se pergunta: “o que eu estou fazendo da minha vida?” Ou quando você sente que tem que postar uma foto sorrindo mesmo estando aos pedaços. Ou quando você se sente sozinho por simplesmente querer ser quem é.

O Sartre (2015) deixou claro: o sentido não vem pronto. A gente é que tem que criar. Ninguém nasce com uma missão dada. Não tem manual. É você que constrói sua narrativa, mesmo quando ela parece não fazer sentido. Só que criar sentido exige tempo, silêncio e reflexão. E é aí que Byung-Chul Han (2023) entra batendo forte: vivemos tão acelerados, tão cheios de ruído e distração, que perdemos a capacidade de narrar a própria vida. Tudo vira stories, reels, curtidas. Fragmentos que não se conectam. A gente mostra, mas não sente. Posta, mas não fala. Sorri, mas não vive.

E o que nos salva disso? A resposta talvez venha com o Miroslav Milovic (2004): aceitar a diferença. O outro não precisa ser igual a mim pra coexistir comigo. E eu não preciso me moldar à imagem que esperam de mim. Ser diferente não é o problema, o problema é a sociedade que exige moldes perfeitos e engessados. Uma comunidade real se constrói com escuta, não com espelhos. Com espaço para o silêncio, não só para a performance.

Então vamos trazer isso pro chão da vida, pra rotina de quem sente tudo isso na pele.

Em vez de mostrar o tempo todo que está bem, que tal contar sua história real para alguém que te escuta de verdade? Em vez de correr pra postar uma selfie, que tal se perguntar por que você precisa tanto mostrar aquele momento? Será que não é um vazio que está gritando ali? Em vez de curtir sem pensar, por que não parar pra ouvir de verdade uma voz, um pensamento, uma história?

Vivemos numa sociedade que nos ensina a temer a solidão, como se estar só fosse falha. Se você está solteira, dizem que você está encalhada. Se você não quer se casar, dizem que tem algo errado. Mas ninguém pergunta: e se o casamento for violento? E se a presença for mais dolorosa que a ausência? E se o problema não é estar só, mas estar com alguém que nos destrói?

A sociedade cobra mudança, mas continua a mesma. Cobra que sejamos felizes, mas nos empurra para uma vida infeliz, se for do jeito “certo” aos olhos dela. Ela exige que sejamos performáticos, positivos, bem resolvidos, mesmo quando tudo dentro de nós grita o contrário. Ela quer que a gente se encaixe, mas nunca se importa com os pedaços que sobram.

Então sim, a filosofia está aqui, no seu dia a dia, na pressão de estar sempre feliz, na cobrança de amar certo, na violência de parecer tudo bem, na dor de não ser escutado, na coragem de ser quem se é e mesmo quando o mundo inteiro manda ser outra coisa.

Esse capítulo é o ponto de encontro entre o pensamento e a pele. Entre o livro e o corpo. É o lugar onde a filosofia para de ser ideia e vira vida. E agora, com tudo isso em mente, a pergunta permanece:

Como resistir? Como amar? Como viver e não apenas sobreviver nesse tempo que nos pressiona tanto?

Vivemos conectados o tempo todo, mas desconectados de nós mesmos. A tecnologia, que deveria ampliar nossos vínculos, muitas vezes nos prende numa bolha de comparação, ansiedade e aparência. As redes sociais criam uma ilusão de proximidade, mas nos afastam da escuta verdadeira, da convivência com a diferença, da pausa necessária para sentir. A lógica dos algoritmos transforma nossas emoções em dados, nossos afetos em métricas, nossa existência em performance. E no nosso cotidiano, isso significa não apenas postar o que é bonito, mas viver com profundidade, amar com coragem e resistir com verdade. Porque, no fim das contas, desafiar o mundo é simplesmente viver com verdade num sistema que te ensina a ter vergonha de si.

## Conclusão: narrar para resistir

“Resistir é lembrar que nossa história é maior do que o próximo post”.

Vivemos tempos estranhos. Estamos mais conectados do que nunca, mas isso não quer dizer que nós escutamos. Tudo é rápido, descartável, automático. A gente acorda já rolando a tela, vendo vidas perfeitas, frases prontas, imagens editadas. Mas por dentro, está todo mundo cansado, ansioso, se sentindo sozinho. Tem gente que se olha no espelho e não se reconhece mais, porque passou tempo demais tentando caber num molde que não foi feito pra ela.

As redes sociais, que poderiam ser espaços de encontro, muitas vezes viram vitrines de competição, cobrança e aparência. E não é que elas sejam o problema em si. O problema é quando a gente esquece quem é de verdade, só pra agradar um monte de gente que nem sabe quem a gente é. O problema é quando a gente vive mais pra mostrar do que para sentir. Quando a vida vira performance e não presença.

Os mais jovens estão crescendo assim, acreditando que felicidade é número de curtidas, que sucesso é imagem, que o amor é algo que precisa ser provado o tempo todo. E isso adoece. Isso o escraviza. Isso cansa. É um cansaço que não passa com sono, é um vazio que a internet não preenche. E aí a gente se pergunta: pra onde estamos indo? E o que estamos perdendo no caminho?

Mas ainda dá tempo. Ainda existe um caminho. Ele começa quando a gente escolhe parar, respirar e contar uma história de verdade. Quando a gente olha pro outro e escuta de verdade. Quando a gente escolhe viver com sentido, mesmo que seja mais lento, mais simples, mais imperfeito. Porque viver com profundidade, hoje, é resistir. É escolher existir de verdade, num mundo que o tempo todo quer que a gente se esqueça de quem é.

As redes sociais quando não são usadas de forma consciente, com respeito ao tempo da vida real, viram armadilhas. A gente vai se moldando ao que espera o outro, sorrindo por fora e gritando por dentro. Vai vivendo de aparências, de filtros, de reações vazias. E quando percebe, já não sabe mais o que sente de verdade. É aí que mora o perigo: o corpo começa a gritar o que a alma está calando.

A crise não é só lá fora, é aqui dentro. É existencial. É emocional. É aquela sensação de não estar em lugar nenhum, de não ter tempo nem pra sentir, de estar sempre atrasado, sempre devendo algo para alguém, até para si mesmo. É o cansaço de ter que ser forte o tempo inteiro, produtivo o tempo inteiro, interessante o tempo inteiro. A gente vai se quebrando em pedaços para caber num mundo que só valoriza quem entrega, quem aparece, quem performa.

Essa crise tem nome, tem rosto, tem idade. Está nos adolescentes que não conseguem sair da cama, nos adultos que se sentem vazios mesmo cercados de gente, nas pessoas que desaprenderam a olhar nos olhos. Está na solidão de quem vive rodeado de conexões, mas sem nenhuma conexão verdadeira. Está na cobrança silenciosa de que precisamos ser felizes o tempo todo, como se não tivéssemos o direito de sentir tristeza, de parar, de falhar.

Mas talvez, só talvez, o caminho de volta esteja nas coisas mais simples. Em voltar a escrever com calma, em falar com verdade, em desligar a tela e escutar de verdade quem está ao nosso lado. Em repreender a viver com sentido. Porque resistir a esse cansaço, a esse vazio fabricado, é mais do que um ato pessoal. É um ato de sobrevivência. É uma forma de dizer: “eu ainda estou aqui”. Inteiro. Vivo e real.

“Se não narramos mais, o que resta de nós?” (Han, 2023).

## Referências

- BENJAMIN, Walter. *O narrador: considerações sobre a obra de Nikolai Leskov*. In: BENJAMIN, Walter. *Magia e técnica, arte e política: ensaios sobre literatura e história da cultura*. 7. ed. São Paulo: Brasiliense, 1985. p. 197–221. (Obras escolhidas; v. 1).
- HAN, Byung-Chul. *A crise da narração*. Tradução de Daniel Guilhermino. Petrópolis, RJ: Vozes, 2023.
- HAN, Byung-Chul. *Sociedade do cansaço*. Tradução de Enio Paulo Giachini; tradução dos trechos em inglês por Letícia Meirelles. Petrópolis, RJ: Vozes, 2024.
- MILOVIC, Miroslav. *Comunidade da Diferença*. Rio de Janeiro: Relume Dumará; Ijuí, RS: Unijuí, 2004.
- MILOVIC, Miroslav. *Filosofia da Comunicação – Para uma Crítica da Modernidade*. [S.l.]: Plano Editora, 2002.
- SARTRE, Jean-Paul. *A náusea*. Tradução de Rita Braga. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2015.
- SEARA, Isabel Roboredo; CABRAL, Ana Lúcia Tinoco. *Barbarus ad portas: a agressividade verbal em comentários na rede social Facebook*. Comunicação e Sociedade, vol. 38, 2020, p. 139–160. DOI: 10.17231/comsoc.38(2020).2588.