

A importância do ensino do estoicismo na educação básica



<https://doi.org/10.56238/sevened2023.008-007>

João Carlos Vaz

Mestre em educação pela Universidad Martin Lutero - UML-USA (2023), Licenciado e Bacharelado em Educação Física pela Universidade Cidade Verde - UNICV (2023). Pós-graduando em gestão de esportes pela Faculdade FAMART (2023), pós graduando em Personal Training – Metodologia Do Treinamento Personalizado e Nutrição Esportiva e Treinamento Físico pela FACULDADE IGUAÇU. Especialista em Autismo pela Faculdade Instituto Superior do Paraná - FAINSEP, Pós-Graduado em Neuropsicopedagogia - Faculdade Play (2022). Licenciado em Geografia pelo Centro Universitário ETEP (2022). É Licenciado em Sociologia pela Faculdade de Educação Paulistana - FAEP (2021). Possui Pós-graduação em Psicanálise, em Pedagogia empresarial, e em Psicologia e orientação profissional pela Faculdade FAMART (2021), possui especialização em metodologia do ensino de Filosofia e Sociologia (2020) pela Faculdade Batista De Minas Gerais - FBMG. É especialista em Psicopedagogia Clínica e institucional, pela - FAMART (2019). Licenciado em Pedagogia Pela Faculdade Mantense dos Vales Gerais- INTERVALE (2019). Licenciado em Letras - Português e Inglês pela Faculdade Integrada Arquimedes - FIAR (2018). Possui MBA em Competências e Coaching (2018) pela Faculdade Batista De Minas Gerais FBMG. Licenciado em Filosofia pela Faculdade Entre Rios do Piauí - FAERPI (2017). É Bacharel em Teologia pela Faculdade Teológica de Ciências Humanas e Sociais Logos -

FAETEL (2014). Tem Experiência em docência na Educação Básica e Psicopedagogia.

RESUMO

Este trabalho aborda a importância do ensino do estoicismo na educação básica. Diante disso, será mostrando a necessidade do ensino de filosofia na educação básica, de forma mais profunda, como, por exemplo, os temas estoicistas de Seneca, Epicteto e Marco Aurélio e sua relevância até os dias atuais. Este trabalho tem como objetivo principal a investigação se, de fato, o estoicismo é tão importante, por qual motivo não é aprofundado e muitas vezes até ignorado nas escolas e como fazer para as escolas e professores darem a devida atenção a escola estoica. Os estoicos buscam se manter afastados da vida guiada pelos prazeres carnis e pelos sentimentos, focando somente no bem moral e na razão. Os estoicos possuem uma visão bastante unificada sobre o mundo, uma lógica formal, a física não dualista, a ética deles é naturalista e defendem uma vida virtuosa. A filosofia estoica considera que os indivíduos possuem uma divindade interior capaz de guiá-los, pois a razão tem origem na razão divina ordenadora da natureza. Atualmente, o estoicismo está em evidência e tem se tornado um estilo de vida desejado.

Palavras-chave: Estoicismo, Educação básica, Seneca, Epicteto, Marco Aurelio.

1 INTRODUÇÃO

Esta pesquisa inicia com o Surgimento do estoicismo. Isto ocorre pela necessidade em apresentar do início aos dias atuais uma escola que se manteve imutável, mas com pensamentos atuais ao mesmo tempo. Embora tenha sido inicialmente representado pelos filósofos Zênon de Cítion, Crísipo de Soli, Cleantes de Assos, tomou raízes que permeiam os dias de hoje com Sêneca, Epicteto e Marco Aurélio, que são os estoicos destacados neste trabalho. A escolha destes três autores, e não outros, são justificados pelo objetivo que é trazer ao leitor as vantagens de se aprofundar em um estoicismo que permanece vivo e eficaz (Menezes, 2019).

Com Epicteto, além do contraste entre a liberdade e escravidão, entre pobreza e riqueza, é



possível aprender grandes e eternas lições estoicas (Ramos, 2020). No decorrer do trabalho será abordado ainda sobre Seneca, grande e rico político, que defendia a igualdade e tinha seus valores conforme o estoicismo (Oliveira, 2021). Já com Marcos Aurélio, o imperador filósofo, é possível aprender que não importa a sua grandeza, pois o estoicismo ainda o torna maior. Após falar sobre estes três filósofos e defender a importância da filosofia estoica, este trabalho seguirá uma direção distinta: o estoicismo (Bittar, 2018).

No segundo capítulo, o trabalho é puramente teórico e referencial, apresentando com o maior rigor possível sobre o ensino da filosofia nas escolas na contemporaneidade, uma vez que a contribuição principal da filosofia nas aulas é conseguir estimular os alunos a pensar por si só, já que essa habilidade é essencial para que eles desenvolvam autonomia e protagonismo na própria vida. A filosofia é sempre transformadora, devido fazer parte do processo de aprendizagem que, no futuro, ajudará na transformação do mundo e da sociedade. O capítulo dará ênfase ao o que é atualmente ensinado nas salas de aula sobre a filosofia, qual a relevância de tudo que é ensinado e como todo o assunto é abordado para os alunos.

No terceiro e último capítulo da dissertação é apontado o motivo que deve ensinar o estoicismo de forma mais profunda. O capítulo é sem dúvida o mais difícil da dissertação, uma vez que entra em prova a viabilidade de aprofundar o conhecimento do estoicismo na educação básica. Pode-se mencionar, por exemplo, a importância do aprofundamento do estoicismo, como o estoicismo pode dar relevância e a aplicabilidade da filosofia. São itens que serão a comprovação da necessidade do ensino estoico na educação básica.

O estoicismo ensina a manter uma mente racional e calma, independente do que possa acontecer, sendo uma filosofia de paz e força interior. Ensina que isso ajuda o ser humano a reconhecer e se concentrar naquilo que pode controlar e a não se preocupar e aceitar o que não pode ser controlado. Diante disso, esta pesquisa tem como objetivo principal a reflexão da maneira que o estoicismo é ensinado no ambiente escolar, principalmente na educação básica, devido o tema ainda possuir real sentido com os dias atuais, principalmente quando se trata de escolas que possuem suas práticas no cotidiano da vida com ensinamentos ímpares.

Portanto, ao concluir com a resolução das questões levantadas, pretende-se com todo arcabouço teórico responder as questões: Se o estoicismo é de fato tão importante porque não é aprofundado e muitas vezes até ignorado nas escolas? Como fazer para as escolas e professores darem a devida atenção a escola estoica?

2 O ESTOICISMO

O Estoicismo, baseado numa ética rigorosa de acordo com a leis da natureza, assegurava que o universo era governado por uma razão universal divina. Dessa maneira, para os estoicos, a felicidade



era encontrada na dominação do homem ante suas paixões em detrimento da razão (Pereira e Feitosa, 2018). Os estoicos, em suas origens, falavam sobre a utilidade da temperança para conseguir lidar com os infortúnios e as dores da vida. Eles tinham convicção de que o mundo era constituído por uma ética naturalista, uma ótica formal e uma física não dualista. Os estoicos consideravam a ética como o foco principal do conhecimento (Berraondo, 1992).

O significado de estoicismo tem relação com a firmeza e com o autocontrole para conseguir lidar com os pensamentos que são autodestrutivos. Em outras palavras, isso tem envolvimento com a ética e com o bem-estar moral do ser humano. Além disso, os estoicos acreditam que a razão é o caminho certo para conseguir atingir o conhecimento máximo (Novak, 1999). Outro ensinamento é que o ser humano deve sempre viver em unidade com a natureza. Diante disso, o homem entra em comunhão com ele mesmo e com o universo, além de conseguir sentir uma paz maior dentro de si (Russell, 2014).

Os principais representantes do estoicismo foram: Cleantes de Assos (330 a. C.-230 a. C.); Crisipo de Solis (280 a.C.-208 a.C.); Panécio de Rodes (185 a.C.-109 a.C.); Posidônio de Apameia (135 a.C.-51 a.C.); Epicteto (55-135); Sêneca (4 a.C-65) e Marco Aurélio (121-180), conforme a tabela abaixo, que mostra os representantes de cada fase do estoicismo.

<i>Stoa Antiga</i>	<i>Stoa Média</i>	<i>Stoa Nova</i>
<u>Focava nas questões éticas:</u>	<u>Era de temas mais ecléticos:</u>	<u>Temas mais religiosos:</u>
Zênon de Cítion	Panécio de Rodes	Sêneca
Crísipo de Solis	Posidônio de Apameia	Epicteto
Cleantes de Assos	Cícero	Marco Aurélio

2.1 SURGIMENTO DO ESTOICISMO

O estoicismo foi fundado no século III a.C. por Zênon de Cítio ou Zenão, que foi um mercador fenício e rico da cidade de Cítio, localizada no Chipre, que trabalhava transportando mercadorias pelo mar. Após sobreviver a um naufrágio em que perdeu tudo o que tinha, Zênon foi para Atenas, na Grécia Antiga, onde passou a frequentar livrarias e conheceu as filosofias de Platão, Sócrates, Aristóteles e todos os seus seguidores (Ramos, 2020).

Em uma das livrarias que frequentou, Zênon conheceu os escritos de “Diógenes de Sinope”. Ele mergulhou na filosofia, se tornando um filósofo também. Em Atenas, Zênon conseguiu fundar a sua escola, que diferente de todas as outras da época, poderia ser frequentada por qualquer tipo de pessoa, independente da sua classe social. As reuniões eram sempre feitas em espaços abertos, denominados de *Stoa Poikile* ou varandas pintadas. Por conta disso, a filosofia se tornou bastante



popular ao longo da história e as suas doutrinas eram possíveis ser praticadas por nobres, pobres, ricos e escravos (Bbc News Brasil, 2018).

Zênon se deu conta de que existia um mundo não material que era bem mais controlável e previsível quando comparado ao mundo que ele tinha como mercador. Com isso, ele concordou com as ideias daqueles filósofos e passou a ter uma vida mais simples, fundando sua própria escola filosófica (Menezes, 2019).

Os primeiros estoicos conseguiram criar uma filosofia que oferecia uma única visão do lugar e do mundo que o homem ocupava. Esse pensamento foi composto de três partes: física, lógica e ética (Oliveira 2021). O estoicismo teve o propósito de fazer com que os homens vivessem em harmonia com a natureza - o que, para eles, significava viver em harmonia consigo mesmo, com o universo e com a humanidade (Menezes, 2019).

Para os estoicos, o universo era governado pela razão, que era um princípio divino que conseguia permear tudo. Por isso, estar em harmonia com o universo significava viver em harmonia com Deus (Bittar, 2018). Além disso, segundo Robertson (2020), a filosofia estoica também teve o objetivo de fazer com que os homens vivessem com virtude, um conceito que, para eles, estava associado intimamente com a razão.

Além de Zênon, Crísipo também foi um grande difusor do estoicismo na Grécia Antiga. O filósofo chegou a escrever cerca de 700 livros sobre a doutrina. Mas, infelizmente, nenhuma das obras dos autores gregos foram encontradas, devido ao Império Romano ter aderido a alguns elementos da cultura grega, o estoicismo acabou sobrevivendo dessa maneira. Alguns autores muito importantes conseguiram se desenvolver e são as obras escritas por eles as principais responsáveis por dar continuidade ao trabalho iniciado na Grécia Antiga.

Portanto, o estoicismo é dividido em três momentos: estoicismo antigo (*stoá antiga*) – representado pelos filósofos Zênon de Cítion, Crísipo de Soli, Cleantes de Assos, que focavam a doutrina nas questões éticas; estoicismo helenístico romano, representado pelos filósofos Panécio de Rodes, Posidônio de Apameia e Cícero. A *stoá média*, como também é chamada, já era mais eclética; estoicismo imperial romano, que foi desenvolvido por filósofos como Sêneca, Epicteto e Marco Aurélio. A *stoá nova* tinha um caráter baseado na religião (Ramos, 2020).

2.2 EPICTETO

Epicteto nasceu no ano de 55 na cidade helenística de Hierápolis, onde hoje é a Turquia, e faleceu aos 80 anos, na cidade grega de Nicópolis. Epicteto foi um filósofo grego antigo, que pertenceu à escola filosófica estoica. Ele tem sido considerado como um dos principais representantes do estoicismo (Menezes, 2019). O filósofo viveu parte de sua vida como escravo em Roma. Suas obras não se espalharam, porém, seus ensinamentos, pensamentos e ideias estão bastante presentes em duas



obras que foram editadas pelo seu discípulo Flavio Arriano, os conhecidos Manual e Discursos de Epicteto (Ramos, 2020).

Cada elemento do cosmos, inclusive o ser humano, tem sua própria função. O ser humano consegue ser feliz quando cumpre a sua função em harmonia com o funcionamento do universo. Para o filósofo, o desejo é uma das principais causas da infelicidade humana (Ramos, 2020). As principais obras escritas por esse filósofo foram: manual de Epicteto e discursos de Epicteto (Ramos, 2020). Os principais pensamentos, ideias e ensinamentos dele são: a busca da felicidade; para ser realizado o homem deve tentar mudar apenas aquilo que pode ser mudado, o que não pode ser mudado deve ser aceito como é de fato. Diante disso, a realidade deve ser aceita; é importante que se faça a diferenciação do que é útil para ser sempre seguido, e do que é inútil, para ser sempre descartado; valorização do conhecimento e da razão; o homem necessita conhecer as representações sociais, que é um dos principais intuítos da filosofia, para conseguir ter condições de fazer boas escolhas na vida; visão do universo organizado, harmônico e racional (Oliveira, 2021).

2.3 SÊNECA

Lúcio Aneu Sêneca, mais conhecido como Sêneca foi orador, filósofo, político e poeta, nascido na cidade de Córdoba, atualmente chamada de Espanha, foi e continua sendo considerado um dos mais importantes intelectuais do Império Romano (Russell, 2014). O filósofo foi um importante representante da terceira fase estoica (*stoá nova*), focando nos conceitos sobre física, lógica e ética para o desenvolvimento do estoicismo. Além disso, teve o imperador romano, Nero, como seu pupilo e passou a ser o principal conselheiro do Império Romano (Bbc News Brasil, 2018). Das obras feitas por ele, se destacam os Diálogos, as Tragédias e as Cartas (Berraondo, 1999).

Em seus escritos enfatiza a falsidade da resposta emocional aos fatos cotidianos. Entendendo a mente como uma unidade racional, o filósofo propôs que essas respostas seriam falhas de raciocínio. Muitos dos seus escritos foram preservados, entre os mais relevantes estão: sobre a ira; sobre a brevidade da vida; sobre a tranquilidade da alma, e sobre a providência (Berraondo, 1999).

2.4 MARCO AURÉLIO

Marco Aurélio nasceu em Roma no ano 121 d.C. de uma família nobre. Teve muitas dificuldades por conta da posição que ocupava e por sempre querer viver uma vida mais moral. Seu principal campo de atuação foi a cidade de Roma, onde foi necessário aprender lidar com a diversidade de religiões, línguas, pestes, invasões e traições. Ele conseguiu exercitar sua moral de acordo essas dificuldades que se apresentavam (Oliveira, 2021). Adquiriu reconhecimento como governante e filósofo ainda em vida. O contato dele com a filosofia estoica teve origem através do seu tutor, Júnio Rústico.



As suas Meditações, texto cuja compilação e título são póstumos, podem ser compreendidos como um registro pessoal que foi destinado ao seu desenvolvimento moral e não somente como uma obra voltada à publicação, explicando o caráter assistemático dessas reflexões (Bittar, 2018). Desde pequeno, Marco Aurélio se dedicava na busca pela sabedoria por meio da filosofia. Ele se integrou à corrente do Estoicismo, tendo como objetivo principal o desenvolvimento de uma moral humana, ajudando a diferenciar o que é passageiro do que é eterno; o injusto, do que é justo; aquilo que se afasta do bem, daquilo que é bom. E foi a partir destas distinções que ele conseguiu fazer escolhas melhores e ter uma vida mais segura e serena (Oliveira, 2021).

2.5 ESTOICISMO NOS DIAS ATUAIS

O estoicismo é fundado no desejo de progredir em direção ao bem e à moral, independentemente das dificuldades a atravessar. Ainda que o homem tivesse em si inclinação para o bem, uma vez que veio ao mundo para ser virtuoso e feliz, ele precisava de sua vontade para a concretização de tal decisão (Vito, 2011). Através do estoicismo, manifestação estóica que se adaptou à realidade romana, o homem, sofrido, amedrontado, submetido, escravizado pelas paixões e vícios, seria levado à regeneração. A reflexão filosófica e os princípios estóicos do dever, da autodisciplina e da sujeição à ordem natural das coisas são as bases para a formação do homem romano, ou seja, dotado de qualidades éticas e morais, esse homem poderia se regenerar e conquistar a felicidade (Alves e Nardi, 2017).

Em suas origens, os estoicos falavam sobre o uso da temperança para lidar com a dor e os infortúnios da vida. Eles acreditavam que o mundo era composto por uma ótica formal, uma ética naturalista e uma física não dualista (Ramos, 2020). Tinham a ética como principal foco do conhecimento. O significado de estoicismo está relacionado com o autocontrole e a firmeza para se lidar com pensamentos autodestrutivos. Ou seja, isso envolve a ética e o bem-estar moral de uma pessoa (Menezes, 2019). Além disso, os estoicos acreditam que a razão é o caminho para atingir o máximo conhecimento. Outro ensinamento é que o homem deve viver em unidade com a natureza. A partir disso, o homem entra em comunhão com o universo e com ele mesmo. Assim, ele sente uma paz maior dentro de si (Bittar, 2018).

Os gregos enxergavam o mundo de uma forma muito particular. Eles eram verdadeiramente aficionados pela natureza e suas exuberâncias: as ondas e os mares, o pôr do sol, os astros, o desenvolvimento e o crescimento das plantas, o plantio, o nascimento da vida e a morte, e assim por diante (Pereira e Feitosa, 2018). Foi a partir dessa admiração pela natureza que os estoicos começaram a identificar uma certa harmonia inerente, acreditando que existe uma força, denominada de Cosmos, que é responsável por trazer ordem e harmonia ao mundo. Chega a ser um pouco complicado conseguir imaginar esse pensamento nos dias de hoje, devido ao ser humano estar vivendo em grandes



metrópoles, afastados da natureza, já que os gregos estavam sempre em contato direto com ela (Menezes, 2019).

Nos dias de hoje, o estoicismo pode ajudar no controle dos sentimentos. Assim, da mesma maneira que a psicanálise consegue ajudar a entender melhor quem realmente cada ser humano é, os ensinamentos estoicos auxiliam na melhora da qualidade de vida, como, por exemplo, controle da ansiedade, conhecer a si mesmo, manter a calma em certas situações, lidar com a insegurança, processar pensamentos negativos e sentimentos e reduzir o stress (Bittar, 2018). A proposta dos ensinamentos estoicos é bastante cabível nos dias atuais como uma maneira de auxiliar a manter a calma. Por isso, é importante aprender a lidar com as incertezas dentro dos limites, administrando melhor o que parece estar fora do controle (Bbc News Brasil, 2018).

Uma vez que a escola estoica lida com a razão para alcançar o conhecimento, suas principais características, são: a virtude é o único bem e o caminho para a felicidade; as pessoas devem negar sentimentos externos; o prazer não faz diferença para o sábio; o universo é regido por uma razão natural; valor à indiferença; cosmopolitismo: o fim das fronteiras geográficas; colocar em prática o que foi aprendido; focar no que realmente pode ser controlado e aceitar o que não pode; ter responsabilidade pelo que pode ser controlado e transformar os obstáculos em oportunidades. Afinal, sempre há possibilidades de extrair algo positivo de situações ruins (Pereira e Feitosa, 2018).

Uma pessoa considerada estoica é aquela que age indiferente à dor, tristeza, prazer ou alegria. Ou seja, é uma pessoa que reprime seus sentimentos. Mas isso não precisa ser ruim: significa que é um indivíduo que consegue manter a calma em uma situação de caos (Oliveira, 2021). Dito isso, o estoico é aquele que não se deixa levar por suas emoções ou suas crenças. Ou seja, ele é mais racional com a forma como lida com a vida. É uma pessoa aberta a adquirir novos conhecimentos (Bbc News Brasil, 2018). Uma pessoa estoica é confundida com uma pessoa fria pela forma como lida com as situações. Mas isso não quer dizer que ela não tenha sentimentos ou não saiba lidar com pessoas. Afinal, ela apenas sabe controlar melhor suas emoções (Russell, 2014).

Através de exercícios reflexivos pode-se notar que, da mesma maneira que os filósofos estoicos encontraram caminhos para se sobressair em meio as suas dificuldades enfrentadas no período de suas existências, nos dias de hoje também é possível fortalecer e reconhecer que aquilo que depende da vontade de cada um não pode ser arrancado ou forçado por ninguém, pois é notável que aquilo que mais causa preocupação e medo nas pessoas não são os fatos que são acometidos, mas sim as interpretações errôneas que as pessoas fazem. Além disso, é perceptível que muitos dos esforços que as pessoas fazem são mal empregados em relação ao que todos tentam encontrar ao longo da vida, que é a procura de coisas que podem fazê-los felizes, e muitos se deixam levar por fatores externos, como vícios, e coisas efêmeras que não completam a busca do homem para que ele se sinta feliz (Alves e Nardi, 2017).



Vale dizer que as exigências da sociedade atual, como por exemplo, a competitividade, a aptidão, consumo e a busca da felicidade ambicionada pela maioria dos homens desde a antiguidade são um desafio. Por isso, os pensamentos de Sêneca perpassaram seu tempo, podendo se tornar referenciais para a educação contemporânea, cujo fim é formar um homem capaz de enfrentar os desafios impostos pelas demandas sociais (Vito, 2011). A escola estoica tem profunda influência na civilização e, por consequência, no pensamento como um todo. Ela está presente no cristianismo, no budismo e no pensamento de diversos filósofos modernos, além de influenciar a técnica contemporânea de psicoterapia conhecida como Terapia Cognitivo-Comportamental (Bbc News Brasil, 2018).

No ano de 2022, um fenômeno literário tem sido visto nas livrarias brasileiras: muitos dos livros mais vendidos tratam do estoicismo. “A vida dos estoicos”, “Pequeno manual estoico”, “Diário do estoico” e “Ser estoico” são algumas das obras que compõem a lista dos mais procurados. De acordo com estudiosos, esse movimento voltou à tona no país por trazer várias lições para os indivíduos na atualidade, mesmo tendo sido criado há tantos séculos. O que define o fenômeno do estoicismo na atualidade é o interesse em que essa ética possa atuar como uma terapia para os problemas contemporâneos. A filosofia tem sido encarada como um “modo de vida” nas últimas décadas e, durante o século XX, as terapias passaram a se centrar na autocrítica, como é o caso da psicanálise. Com a pandemia do COVID-19, novos questionamentos e dores surgiram entre os humanos em várias partes do planeta, fazendo com que os livros se tornassem importantes ferramentas de alívio e busca de respostas (Sponchiato, 2022). O estoicismo é uma terapia da mente e do espírito, ou da alma, se preferir. Essa escola é vista como um hospital, em que ansiedades e sofrimentos podem receber tratamento e cuidados, o que ressoa muito nos dias de hoje (Robertson, 2020).

Através de tudo isso, resiliência se tornou uma das palavras mais usadas pelo vocabulário contemporâneo, como se ela fosse uma das principais qualidades dos seres humanos em meio a um período de turbulências. Isso indica a reinterpretação da filosofia estoica. Normalmente, quando alguém é chamado de estoico, a pessoa é caracterizada como alguém capaz de suportar o sofrimento sem demonstrar o que está sentindo. No entanto, a filosofia estoica hoje é interpretada como um sistema operacional prático para o cotidiano, que busca acabar com os maus julgamentos que cada um faz e que levam a emoções negativas, como a inveja e a raiva, gerando sofrimento. Entretanto, hoje em dia, resiliência passou a significar a capacidade de adaptação à mudança, independente da forma como a pessoa viva esse sofrimento (Sponchiato, 2022).

O estoicismo começa focando naquelas coisas que estão verdadeiramente sob o nosso controle: pensamentos, emoções, escolhas, recusas e decisões que só dependem da gente. Isso ajuda a focar no que se pode melhorar e a entender como nós mesmos contribuimos para o nosso sofrimento (Alves e Nardi, 2017). Hoje em dia, o estoicismo fornece uma série de ferramentas para melhorar a saúde mental: manter um diário para depositar responsabilidades; premeditar os males para que possa



temperar as expectativas e dissipar emoções tóxicas como a raiva, fúria, inveja e tudo aquilo que faz surgir o sofrimento e a ansiedade (Menezes, 2019).

3 ENSINO DA FILOSOFIA NAS ESCOLAS NA CONTEMPORANEIDADE

Qual o principal objetivo da filosofia? O importante papel da filosofia nas escolas, em primeiro lugar, é o desenvolvimento, e ao mesmo tempo, o impulso nos discentes em relação ao conhecimento. O significado filosófico diz respeito a sabedoria, ou seja, a busca pelo conhecimento. É necessário que o meio educacional tenha uma filosofia bastante ativa dentro do processo de ensino-aprendizagem dos alunos, e isso tem sido observado durante os processos educacionais, principalmente no ensino médio, onde o ensino da disciplina é obrigatório (Cotrim e Fernandes, 2016). O ensino filosófico é transformador, devido fazer parte do processo da aprendizagem que posteriormente ajudará na transformação de um mundo melhor (Bittencourt, 2015).

A filosofia educacional é um ramo de conhecimento que, para muitos, é considerado difícil e abstrato, mas a verdade é que ele não é nenhum bicho de sete cabeças. Os objetos básicos do estudo dessa disciplina são temas bastante fundamentais e comuns na existência da história da humanidade, como, por exemplo, o bem e o mal, a vida e a morte, a felicidade e a dor, a verdade e a falsidade, o poder, o amor e muitos outros que elucidam o conviver e o aprender mútuo entre todas as pessoas em uma sociedade (Silva, 2011).

O ensino filosófico no ambiente educacional é um instrumento libertador que possui diversos efeitos que são transformadores, pertencente a uma sociedade que vem em busca de meios para se solidificar em plenas ascensões, com o intuito de serem sujeitos que tenham voz e vez (Davidov, 1988). Nesse contexto, o ensino dessa disciplina no ambiente escolar é uma grande oportunidade de colocar como discentes provocadores todas aquelas pessoas que receberam instrução para possuírem identidade crítica, transformadora e libertadora em geral (Cotrim e Fernandes, 2016). A inserção da disciplina filosófica no ensino educacional vem demonstrando a lacuna que existe na construção de um ser crítico e, que seja categoricamente preparado para a interação complexa com a sociedade. Diante disso, é notável o poder transformador que ela possui no processo de desenvolvimento da aprendizagem.

Assim, constitui-se um desafio total na aprendizagem, mas um valoroso sacerdócio (Silva, 2011). É importante relatar que a convivência com a Filosofia nas salas de aula contribui para que os discentes possam adquirir segurança própria e começar a gostar do aprendizado, devido ao fato de que, quando ela é praticada de forma integrada e dialógica, consegue desenvolver nos alunos uma autoestima bastante equilibrada e, com isso, eles passam a reconhecer o valor e a importância das suas próprias ideias para o enriquecimento dos grupos em que pertencem, além do enriquecimento de toda a sociedade (Cotrim e Fernandes, 2016).



3.1 O QUE É ENSINADO SOBRE FILOSOFIA

Nas salas de aula, a filosofia vai muito além de ensinar aos alunos os pensamentos dos filósofos, mostrando ideias prontas, mas sim ensiná-los a pensar. Os pensamentos filosóficos têm a dúvida como base e convida os alunos a refletir sobre tudo à sua volta, além de pensar, repensar, buscar ideias novas, questionar, compreender, entender e interpretar. Se baseando na linguagem e na razão, a prática de filosofar é uma atividade reflexiva sempre em busca dos sentidos de todas as coisas e, com base na formação das ideias, consegue estabelecer um discurso filosófico. A proposta filosófica é tornar o aluno capaz de fazer a leitura e entender esse discurso, analisando as ideias, descobrindo a lógica do pensamento, argumentando e interpretando toda a linha de raciocínio (Silva, 2011).

A aprendizagem dessa área de estudo visa o desenvolvimento das competências de análise, identificação, interpretação e comparação de ideias, fenômenos, pensamentos e processos geográficos, históricos, econômicos, sociais, culturais e políticos. Tanto para o Ensino Médio quanto para o Fundamental, essas competências permitem que os alunos possam desenvolver as habilidades para a elaboração de hipóteses, construção de argumentos e atuação na sociedade, sempre pautados nos fundamentos e conceitos dos componentes da área. Com isso, a disciplina filosófica dentro das salas de aulas vem propondo a sistematização do raciocínio e a construção da argumentação, ampliando e aprofundando sua base conceitual a partir da interpretação e análise. No Ensino Médio, a Filosofia vem permitindo a estimulação de uma visão mais crítica e contextualizada com a realidade, na aplicação e elaboração de interpretações sobre relações e no domínio conceitual, as múltiplas dimensões e os processos da existência da humanidade (Pereira, 2019).

O pensamento filosófico é essencial na vivência de todos os seres humanos, devido proporcionar as práticas de análises, reflexões e críticas, beneficiando o encontro do conhecimento do homem e do mundo. No ensino dessa disciplina é recomendada a priorização das práticas que possam favorecer a formação de alunos que sejam capazes de desenvolver a sua própria crítica e o seu próprio pensamento, formando cidadãos que tenham a capacidade de enfrentar as várias situações que poderão surgir no decorrer de suas vidas (Silva *et al.*, 2020).

O que se pode esperar desse ensino? Diante de tudo o que é ensinado na disciplina, espera-se que os discentes possam ser capazes de: conhecer as histórias dos diversos filósofos e todo o contexto do seu tempo; compreender as principais ideias dos filósofos ao longo de toda a história; conseguir relacionar todas as ideias filosóficas que foram estudadas com seu próprio cotidiano; realizar a elaboração de reflexões, argumentos e questionamentos sobre atitudes, valores ou situações que foram vividas baseadas na Filosofia; fazer o reconhecimento do direito à liberdade de pensamento de todas as pessoas, em uma atitude de tolerância e respeito com todas elas e conseguir desenvolver as reflexões filosóficas que possam levar à construção de um pensamento crítico que seja gerador de atitudes éticas e conscientes (Pereira, 2019).



Como o ensino da disciplina é visto no Brasil? No país, a Filosofia como uma matéria nas escolas sempre foi um alvo de diversas polêmicas, seja na sua ausência ou presença no currículo ou no que se refere à pedagogia da Filosofia e às questões didático-metodológicas de como se deve acontecer a educação filosófica nos Ensinos Médio e Fundamental. A questão da presença da disciplina nos currículos escolares foi marcada no país brasileiro por idas e vindas que sempre dificultaram a criação de uma identidade sobre os objetivos dela nesses níveis de ensinos, os quais ainda hoje não estão devidamente esclarecidos (Alves, 2002).

A Filosofia como uma matéria de ensino no níveis básicos da educação escolar se caracteriza, quanto às questões didático-metodológicas pela falta de um modelo específico que seja único. É mais certo dizer que o ensino filosófico é definido por uma pluralidade de modelos, que podem se aproximar do modelo francês, do modelo italiano ou então de uma mescla entre os dois, entre outras influências. Esse fato pode ser bastante verificado com uma relativa clareza nos livros ou nos manuais didáticos filosóficos para o magistério no Ensino Médio, como os elementos textuais que abordam a história e o pensamento filosófico através dos estudos dos temas, autores e problemas clássicos da filosofia, sendo esta uma proposta que está mais próxima do modelo italiano do que do francês em linhas gerais (Alves, 2009).

Atualmente, ampliam-se progressivamente as perspectivas para o estudo da disciplina no Brasil, apesar de ainda existir uma desvalorização profissional dos professores e pesquisadores dessa área por parte de núcleos obscurantistas de nossa própria sociedade que, limitada a seu senso comum, tende a considerar o pensamento filosófico como difícil, obscuro, vago e de pouca utilidade prática em uma ordem sociopolítica imediatista e tecnocrática em suas relações de produção (Bittencourt, 2015).

A situação do ensino filosófico no Brasil, em determinadas circunstâncias, pode padecer do mesmo mal quando se pauta na transmissão de conteúdos fechados, conduzindo o estudante à impossibilidade de questionamento e ao ato de “dialogar” com o pensamento do autor, mas simplesmente tornando-o repetidor de conhecimentos prontos, que não estabelecem o processo de formação de novos conceitos. Adota-se em diversas instituições a leitura não problematizada do autor abordado, método de estudo que se caracteriza por não estimular a criação de novas interpretações, tendência que pode prejudicar o ensino consistente, uma vez que a didática filosófica de qualidade deve propor o questionamento, a autonomia intelectual do estudante e o debate organizado de ideias entre docentes e discentes.

O professor de Filosofia, devido ao curto espaço de tempo que lhe é outorgado no plano de curso em sua instituição de ensino, dificilmente consegue desenvolver um trabalho satisfatório com seus estudantes, motivando uma frustração pelo sentimento de se ver coagido a adotar uma metodologia de ensino que avilta as suas capacidades de educador (Alves e Silva, 2021).



3.2 QUAL A RELEVÂNCIA DO QUE É ENSINADO?

Qual a contribuição principal da Filosofia nas salas de aula? É a estimulação para que os alunos possam pensar por si só, já que essa é uma habilidade essencial para que eles desenvolvam o protagonismo e a autonomia da própria vida. A disciplina consegue colocar em prática as dúvidas sistemáticas, através de questionamentos e autoquestionamentos, possibilitando a construção de diálogos e a investigação científica, devido estimular a descoberta de ideias novas e a curiosidade, além de estimular as habilidades futuras, como por exemplo, o pensamento crítico (que através das dúvidas permite argumentar e questionar se baseando na lógica e na razão), a originalidade e a criatividade, porque pensar por si só, já permite a concepção de ideias novas, a solução de problemas através da elaboração de hipóteses e entre outros pontos positivos (Dantas *et al.*, 2014).

A Filosofia apresenta situações e conceitos que fazem com que os alunos se sintam motivados a desenvolver o espírito crítico, o raciocínio e o gosto pela busca do saber e do conhecimento que são elaborados por diversos filósofos em locais e períodos distintos. Desta maneira, através dela os discentes são convidados a refletir sobre tudo aquilo que aprendem, desenvolvendo neles o pensamento crítico e o interesse pelas pesquisas científicas (Cotrim e Fernandes, 2016). É importante abordar que a vivência com a disciplina nas salas de aula contribui muito para que os discentes adquiram mais segurança própria e o gosto pela aprendizagem. Além disso, ela também encoraja os alunos a expressar de forma livre as suas opiniões sem ter medo de errar e de serem ridicularizados pelos outros ou serem incompreendidos pelos seus próprios professores, tornando as aulas bem mais dinâmicas e o ensino bem mais criativo para ambas as partes que estão envolvidas nas construções dos conhecimentos (Cristine, 2018).

A filosofia não se limita somente ao campo científico mesmo podendo ser uma grande reflexão sobre tudo da ciência. A disciplina filosófica é um conjunto de entendimentos que sempre compreendem e dá sentido ao mundo e à toda a existência. Dessa maneira, é importante saber como é constituída a filosofia e como é constituído todo esse conjunto de entendimentos (Borges e Souza, 2016).

A Filosofia vem sendo bastante questionada enquanto disciplina, por conta disso, é essencial que os docentes consigam se conscientizar de que o ensino nem sempre deve ser considerado como somente uma disciplina a mais a ser ensinada. O certo é que os professores que tenham a responsabilidade de aplicar essa disciplina, tenham em mente o quanto é importante fazer com que os discentes não fiquem totalmente dependentes de livros didáticos, não de forma desmerecedora, mas no sentido de não se dedicarem com as famosas “decorebas” de autores e de ideias (Dantas *et al.*, 2014).

A consciência do professor determina a ele que a sua tarefa é sempre ensinar a filosofia, sendo a sua principal meta. No entanto, de forma didática, a disciplina deve ser utilizada como meio no ato do filosofar, para, então, de maneira indireta e oblíqua o professor realizar os fins do seu papel: ensinar filosofia. A frase escrita por Kant “Não se ensina filosofia, mas a filosofar” é sempre introduzida nos



processos de ensino e aprendizagem, além de revelar uma verdade da filosofia como um corpo de entendimentos, porém, vem se tornando distante de uma verdade absoluta nos limites das terminalidades genéricas, que exigem apreensões de conteúdos que são expressos nas principais correntes de pensamento e nas ideias filosóficas, permitindo aos alunos dizerem que aprenderam a filosofia (Borges e Souza, 2016).

Em uma sociedade de orientação ideológica tecnocrática e moralmente conservadora como a brasileira, a presença da atividade filosófica, quando exercida com dignidade profissional e compromisso intelectual, sempre causa desconforto nas camadas reacionárias contradições estruturais vigentes na organização social. Eis assim o papel cáustico filosófico, dissolver as bases irrefletidas de nosso modo de viver e nas suas manifestações sociais, culturais e políticas. Contudo, filosofar não raro é nadar contra a maré, pois aonde a atividade filosófica exerce sua reflexão radical, a massificação degradante da obtusidade humana, presente em diversos segmentos sociais, não poupa esforços em aviltar contra a dignidade da Filosofia (Alves e Silva, 2021).

Os filisteus incrustados no jornalismo fazem da Filosofia um pacote de aforismos de fácil assimilação, e quando convocam os filósofos para intervenções midiáticas, comumente simplificam seus discursos para o agrado dos consumidores de informações. Em muitas instituições de ensino a disciplina só está lá presente por exigências pedagógicas dos currículos, e muitos dos seus burocratas e estudantes intelectualmente embotados não reconhecem no discurso filosófico uma possibilidade de abertura de consciência para as reflexões críticas acerca da vida humana em sua interação com o mundo concreto. Porém, apesar das adversidades, a atividade filosófica no Brasil encontra razoável respaldo editorial, de modo que paulatinamente se amplia o público leitor de textos filosóficos, independentemente de haver ou não uma orientação de estudos, pois a autonomia é um dos crivos filosóficos, e cabe ao próprio sujeito desenvolver tal capacidade em suas reflexões intelectuais. Outra circunstância digna de nota reside na virtualização da comunicação: apesar do grande número de imbecilidades divulgadas a cada minuto na Internet, há também uma significativa presença de intelectuais exprimindo suas ideias nas redes, fazendo assim uso público da razão em uma nova gestão da ágora humana. Filosofar é uma constante experiência agônica, e quem adentrou nessa seara não pode esperar facilidades. Decorre um estímulo ainda maior para que sempre a filosofia se manifeste como a má consciência do tempo vigente (Morin, 2011).

A atividade filosófica, portanto, é um meio que pode proporcionar uma experiência de vida que venha a auxiliar o ser humano no processo de desenvolvimento do autoconhecimento, dos seus limites existenciais, da sua percepção da dinâmica política da ordem social, dos seus potenciais criativos, auxiliando assim no processo de descoberta de si mesmo, ou seja, para que se transforme em criação um conjunto de forças que se reúnem no âmago do indivíduo e que se manifestam externamente quando o homem se descobre e se conquista a si próprio através da interação autônoma com o mundo concreto.



É possível vislumbrar a possibilidade de mudanças na presente situação. Pode-se constatar o aumento de interesse demonstrado por parte dos vestibulandos em ingressar nos cursos de graduação de Filosofia, prova do anseio de uma quantidade cada vez maior de jovens em se posicionar criticamente perante as questões concernentes ao existir e a situação do ser humano diante das contradições do mundo contemporâneo. O ensino de Filosofia para jovens é de suma importância e pertinência para o progresso da Educação brasileira, e a lei que determina o ensino de Filosofia deve ser aplicada efetivamente, em nome da melhoria na qualidade de ensino no Brasil, tendo em vista a criação de novos valores e do espírito de transformação que nossa cultura necessita viver (Bittencourt, 2015).

É possível notar que nas condições atuais em que são realizados os processos educativos escolares no Brasil, é totalmente necessária a introdução da disciplina no currículo dos Ensinos Médio e Fundamental no formato de disciplina, como uma forma de assegurar a sua especificidade e o cumprimento de todos os objetivos que são propostos, para que elas possam realmente contribuir durante todo esse processo e conseguir auxiliar os discentes no desenvolvimento das competências e habilidades básicas que são requeridas para a área. A necessidade explícita da Filosofia ser inserida no currículo no formato de disciplina, se fundamenta dentre outros motivos, no histórico da sua presença nos níveis de ensino, devido ao fato de que todas as vezes que ela teve seu espaço reduzido no currículo, foram exatamente nos momentos em que a legislação federal tornou a disciplina optativa para os alunos ou quando se pronunciou de maneira contraditória e ambígua a respeito dessa questão (Alves, 2009).

3.3 COMO É ENSINADO?

Aos docentes que sentem a preocupação de saber a melhor maneira de aplicar a Filosofia na sala de aula, ainda não existe uma receita pronta. Como já citada, é recomendada a priorização das práticas que favoreçam a formação de pessoas que sejam capazes de realizar o desenvolvimento das suas críticas e do seu pensamento, criando seres humanos que tenham a capacidade de enfrentar todas as variadas situações que poderão aparecer futuramente (Cristine, 2018). Os professores de Filosofia que não se preocupam com uma boa formação dos seus alunos estarão, com toda certeza, fazendo mais mal do que bem para todos eles. Uma excelente formação é aquela que é baseado no conhecimento verdadeiro, que leva os alunos a buscar a sabedoria e que tem contribuição com o bem dos alunos e de toda a sociedade, levando os discentes a refletir sobre tudo aquilo que os cercam e não somente com as coisas que serão úteis fazer e saber. Diante de tudo isso, pode-se afirmar que somente a verdadeira Filosofia contém todas estas qualidades (Silva, 2011).

Para contribuir com a formação dos estudantes do Ensino Médio e Fundamental no Brasil, o ensino da disciplina deve ser ministrado por docentes que sejam realmente formados e licenciados na mesma, devido ao fato de se acreditar que estes educadores possuem um maior preparo para saber



trabalhar com a variedade de questionamentos e de assuntos filosóficos que necessitam ser apresentados aos discentes (Cristine, 2018). Somente o professor verdadeiramente formado no curso de Filosofia tem a preparação para conseguir desenvolver um pensamento crítico nos alunos, fornecendo a eles a oportunidade de debater as ideias, elaborar os raciocínios e desenvolver um pensamento mais autônomo sobre os problemas e as teorias que são propostos a eles, e além disso, ainda construir seus próprios elementos textuais (Dantas *et al.*, 2014).

Os docentes devem se preocupar em transmitir um conhecimento totalmente verdadeiro durante o ensino filosófico, e como já dito, não apenas o que poderá ser útil aos alunos pois, somente iluminados pela verdade, estes estarão equipados com a faculdade de avaliar, discernir, decidir, escolher e ponderar, o que os ajudarão a adquirir uma autonomia intelectual (Pereira, 2019).

No ato de educar, os professores de Filosofia poderão até utilizar alguns recursos e métodos para melhorar o ensino-aprendizagem, mas estes usos deverão servir somente como um maneira para se atingir o principal objetivo, que é conseguir auxiliar os alunos a possuir conhecimento que lhe servirá para o aperfeiçoamento como ser humano (Silva, 2011). Os diálogos podem abrir caminhos para as amizades e estas é que asseguram também uma abertura para a realização do ensino. O diálogo educativo não deve servir como ferramenta para a transmissão de ideologias. Os professores que utilizam as aulas para propagar ideias sociais, religiosas e políticas, além das suas particulares concepções de vida, devem ser considerados antiéticos, manipuladores e desleais (Silva *et al.*, 2020).

A Filosofia não pode ser jamais cômoda, mesmo quando tem como propositura de fundo tornar palatável ou justificável o modo de ser de uma dada época, apresentando-o como o mais racional ou inevitável. É um incômodo duplo. Primeiro, para o próprio filósofo que, tanto na crítica quanto na apologia, tem de realizar um movimento no qual o concreto é tomado conceitualmente e é posto como conjunto de determinações teóricas, as quais devem, por suposto, expressar o que se expõe filosoficamente. Em segundo lugar, o é para o conjunto da sociabilidade (Pereira, 2019).

A sociedade ou bem tem de enfrentar a apresentação teórica e crítica de seus aspectos mais deletérios, ou bem tem de, ao menos, tolerar a expressão de sua pretensa harmonia essencial num registro que está para além daquele do senso comum. A transformação do efetivamente dado em conceito é uma operação que, seja no caso das concepções conservadoras seja no daquelas que propugnam um movimento crítico, afasta o entendimento humano da sua zona de conforto imediato, não obstante as primeiras acabem por propor um retorno a essa. O exame categorial do existente – entes, processos e relações – comporta exatamente esse mover-se que tem em mira a explicitação das determinações sob as quais um modo particular e concreto de vida social – e de relação com o mundo por ele formatada – é o que é e apresenta as formas de aparência que a ele correspondem (Alves e Silva, 2021).

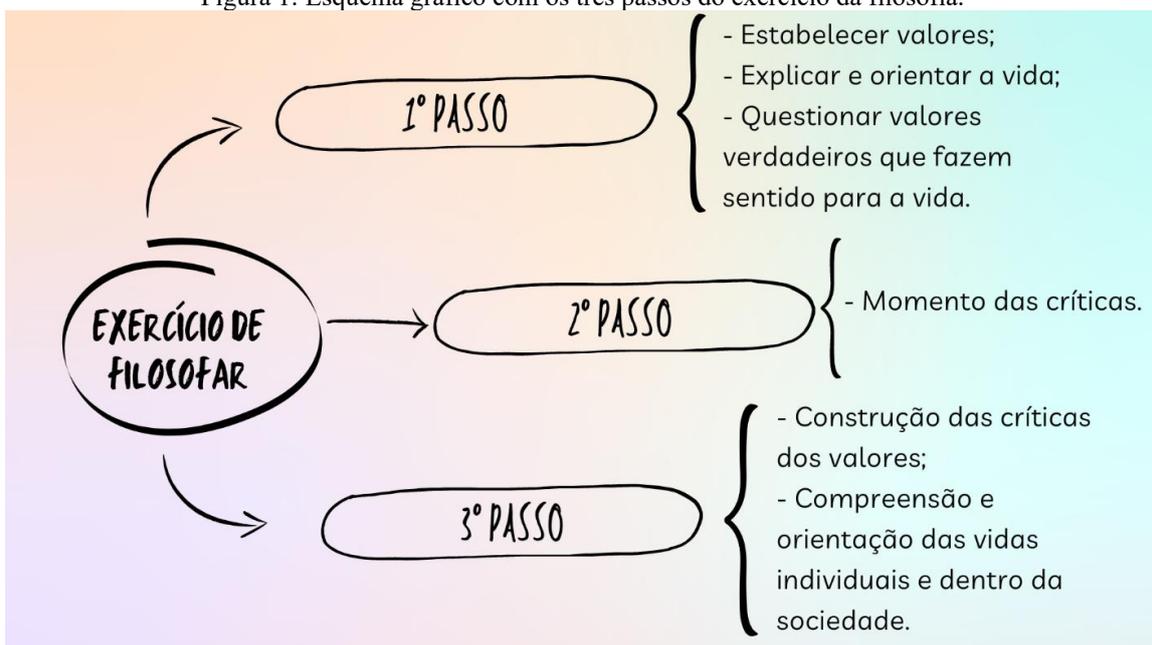


A afirmativa falado por Kant “Não se ensina Filosofia, mas a filosofar”, aborda uma série de questionamentos relacionados ao ensino de filosofia. A frase ralata uma importante questão onde é gerada a seguinte pergunta: já que não se ensina a filosofia, mas a como filosofar, como se ensina a filosofar? Nesse contexto, existe um importante ponto de partida que, por analogia, consegue conduzir o raciocínio através da ideia de que no meio educacional só se aprende praticando. O ato da aprendizagem tem vínculo com o ato de fazer e praticar, ou seja, do ato de inserir os conteúdos teóricos juntamente com os práticos, abordando o que é desejado conhecer. De maneira analógica, o raciocínio pode ser transportado para o ensino de filosofia, ao menos de forma provisória, para a conclusão de que a filosofia é ensinada “filosofando”. Com isso, pode-se inferir, por extensão do raciocínio que, de fato, “não se ensina a filosofia, mas sim a filosofar” (Borges e Souza, 2016).

O ato de filosofar possui a ação de apontar as exigências de um método na forma de exercícios, além de uma atitude que deve ser de maneira filosófica. As atitudes filosóficas requerem o afastamento de vários preconceitos, principalmente aquele que induz as pessoas a acharem que a arte de filosofar é difícil, inútil e complicada, como se ela fosse somente para pessoas ultra-especializadas. No entanto, as atitudes filosóficas requerem uma postura bastante diferenciada, mesmo diante das constatações do alto nível de saber de vários filósofos, devendo compreender que o ato de filosofar não está limitado somente aos filósofos que são consagrados ou que tenham uma formação acadêmica que seja relevante (Alves e Silva, 2021).

O exercício filosófico que foi proposto por Luckesi (1992), no capítulo chamado de “o exercício do filosofar”, necessita da execução de três passos que são didaticamente sequenciais, durante um processo bem dialético, esquematizado na imagem abaixo (figura 1).

Figura 1: Esquema gráfico com os três passos do exercício da filosofia.



Fonte: Arquivo pessoal.



O intuito dos questionamentos dessa natureza é conseguir levar as pessoas a tomarem consciência das próprias ações, do lugar onde estão e das direções que tomam na vida, que são as direções que nascem tanto das consciências populares quanto das sedimentações dos pensamentos filosóficos e políticos que se formulam e se divulgam na sociedade com o passar dos anos (Alves e Silva, 2021).

Os exercícios do ato de filosofar exigem o inventariado de valores e conceitos; o estudo dos valores e das críticas; e o estudo e a reconstrução dos valores e dos conceitos, e para que tudo isso aconteça, é necessário olhar não somente o dia-a-dia, mas estudar e ler o que já disseram todos os outros filósofos e todos os outros pensadores (Dantas *et al.*, 2014). Eles podem auxiliar para que todos consigam atingir os níveis superiores de entendimentos e também outras categorias de compreensão. Os exercícios do ato de filosofar podem ser um fio condutor para a aprendizagem da filosofia, sem que a filosofia seja propriamente ensinada (Bittencourt, 2015). A sua compreensão deverá decorrer mais de uma relação que tenha no discente o ponto de partida dos infinitos questionamentos que a filosofia pode proporcionar, mediados pelo docente, auxiliado pelos filósofos, pensadores e suas ideias, pelas principais correntes dos pensamentos de um passado bem distante no tempo, mas bastante próximo na história. Eles possuem uma grande contribuição para oferecer. É o auxílio por todo o trabalho da construção do entendimento filosófico, do mundo e das ações (Alves e Silva, 2021).

4 PORQUE DEVE-SE ENSINAR O ESTOICISMO?

O Estoicismo é uma filosofia prática que tem seus ensinamentos baseados nas formas de viver uma boa vida focando somente naquilo que tem a possibilidade de ser controlado. Os ideais estoicos podem ajudar na redução do estresse e da ansiedade e a conseguir lidar com as inseguranças e com outros sentimentos que são negativos (Câmara, 2014). Os praticantes do estoicismo buscam manter a mente racional e calma, independentemente do que possa acontecer. O estoicismo é bastante influente por ser uma das escolas de filosofia mais populares em Roma e em Atenas, que são bases importantes a partir de onde a civilização ocidental começou a ser construída (Dinucci, 2018).

Um dos motivos principais que torna o estoicismo estudado na atualidade é o fato dele não ser somente uma filosofia de poltrona. Desde os tempos de Zenão de Cítio até os tempos de Ryan Holiday, todos os envolvidos a essa corrente filosófica são indivíduos que sabem valorizar as ações acima das palavras (Fontoura, 2021). O estoicismo nunca faz distinção sobre quem é cada indivíduo ou de onde ele veio. Outro motivo importante é que os estoicos tratam de questões atemporais, como as maneiras de lidar com as adversidades, conhecer a si próprio, investir energia somente naquilo que importa e abstrair emoções negativas (Costa *et al.*, 2019).

Para os praticantes do estoicismo, agir de maneira virtuosa é a única forma de conseguir atingir uma vida boa e leve. Por esse fato, eles guiam as suas ações sempre baseadas nas quatro virtudes



cardeais gregas definidas por Platão, que conseguiram influenciar não só os estoicos, mas também outros filósofos helenísticos e até mesmo os pensadores cristãos. Essas quatro virtudes são traços de caráter que devem agir sempre de acordo e conseguir valorizar nos outros: a sabedoria, a coragem, a temperança e a justiça (Dinucci e Julien, 2017).

Uma pessoa que pratica o estoicismo é aquela que não se deixa levar por paixões, crenças ou algum sentimento que seja capaz de tirar a sua racionalidade na hora de agir, como, por exemplo, as dores, os desejos, o prazer e o medo. O estoicismo procura formas de agir racionalmente, mesmo com a presença de qualquer um desses sentimentos. O estoico não é um indivíduo sem sentimentos, mas ele não se faz prisioneiro deles. Para se tornar uma pessoa Estoica, é importante estudar, exercitar e fortalecer a racionalidade (Grimal, 2018).

A filosofia estoica possui o seu foco na vida prática, nos acontecimentos e nas ações do dia a dia e em como o indivíduo faz para conseguir lidar com esses acontecimentos de forma racional. Para os estoicos há coisas que são possíveis de ser controladas, mas também há coisas que não estão sob o controle das pessoas. Diante do que não pode ser controlado, como, por exemplo, o clima, não existe nada que possa ser realizado para mudar o seu estado (Lima, 2021). Além disso, para os estoicos, as coisas que estão fora de controle não podem trazer nenhuma felicidade, pois esse sentimento depende somente dos acontecimentos que podem ser controlados (Luz, 2018).

A simplicidade dos conceitos do estoicismo é proposital, pois quando uma filosofia é muito complexa, os seres humanos gastam mais tempo tentando compreendê-la do que praticando-a. Devido ao fato de que os estoicos valorizam as ações sempre acima das palavras, essa filosofia não é sobre conceitos abstratos e complexos (Grimal, 2018).

O estoicismo é uma resposta simples aos problemas da vida moderna. E os seus filósofos já sabiam disso. Pois a vida moderna, assim como a vida na antiguidade, é feita de pessoas com os mesmos medos e angústias. E com as mesmas vontades e sonhos. No entanto, o que se aprende com o Estoicismo é que perceber e sentir as situações como elas são, sem julgamentos, e de maneira a viver plenamente o presente é uma habilidade (Fontoura, 2021).

4.1 IMPORTÂNCIA DO APROFUNDAMENTO DO ESTOICISMO

A primeira escola estoica foi inventada por Zenão de Cítio, cerca de 300 a.C., em Atenas. Porém, essa doutrina só ficou efetivamente conhecida quando chegou em Roma. O seu principal tema era a defesa de que todo o mundo seria governado por uma lei natural racional e divina. Diante disso, para que os indivíduos conseguissem alcançar a verdadeira felicidade, deveriam depender apenas das suas “virtudes”, ou seja, os seus valores e conhecimentos, abrindo mão dos “vícios”, considerados pelo estoicismo como um mal absoluto (Gazolla, 1999).



O estoicismo é uma das escolas filosóficas clássicas mais essenciais de todos os tempos, sempre concebendo a natureza como um cosmo equilibrado e harmonioso. Os estoicos sempre se baseiam na racionalidade como uma maneira de conseguir adequar os seus comportamentos às leis naturais e divinas que são comuns a todos os indivíduos. Essa filosofia ensina que as razões devem sempre se sobrepor às paixões na busca pelas felicidades (Husserl, 2014). Diante disso, para ser feliz, é necessário agir com resiliência frente aos acontecimentos do cotidiano, já que tudo faz parte da total harmonia do cosmo e aos indivíduos cabem as adequações à justa medida (Fontoura, 2021).

A denominação “estoicismo” se origina do termo grego “*stoa poikilé*”, que designava o lugar de reuniões onde os discípulos de Zenão se encontravam, que era um pórtico do espaço público para as reuniões políticas na cidade de Atenas (Marcondes, 2007). A sua doutrina é representada frequentemente pela imagem de uma árvore, onde o caule simboliza a parte física, os galhos representa a lógica e as folhas indicam a moral ou a ética (Moura, 2012). O estoicismo é destacado pelos equilíbrios emocionais de quem o pratica. A felicidade não é alcançada através de aspectos exteriores, nem com a reação ou repressão aos acontecimentos. De fato, se trata, de resiliência e autocontrole diante dos acontecimentos do cosmo, mesmo que tudo faça parte de uma ordem perfeita e natural (Marcondes, 2007).

O estoicismo ao ensinar o indivíduo a manter uma mente calma e racional, independente do que venha a acontecer, mostra que isso o ajuda a reconhecer e também a se concentrar somente naquilo que pode ser controlado e a não se preocupar e sempre aceitar aquilo que não tem controle (Lima, 2021).

Os princípios do estoicismo que norteiam os indivíduos que seguem essa doutrina são: as pessoas devem sempre dar prioridade aos conhecimentos e sempre agir conforme a razão; a virtude é o único bem e forma para encontrar a felicidade; os prazeres são inimigos dos sábios; as atitudes possuem mais valor quando comparada com as palavras, ou seja, as coisas que são feitas possuem mais importância do que as que são ditas; uma razão universal natural e divina governa o universo; não se deve questionar o motivo que levou algo a acontecer, e sim aceitar sem reclamações, focando somente naquilo que pode ser alterado e/ou controlado diante das situações; os sentimentos externos tornam os seres humanos não imparciais e irracionais; agir de maneira prudente e assumir as responsabilidades diante dos atos; a vida e as circunstâncias não são idealizadas; as coisas acontecem conforme uma lei de causa e efeito. Os indivíduos precisam aceitar e conviver com a sua vida da maneira que ela é (Santos, 2021).

O estoicismo é dividido em três períodos principais: antigo (ético), médio (ecletico) e recente (religioso). A primeira fase foi vivida pelo fundador dessa doutrina, Zenão de Cício (333 a 262 a.C.), e foi concluída por Crisipo de Solunte (280 a 206 a.C.), que desenvolveu a doutrina estoica e conseguiu transformá-la no modelo que é conhecido nos dias de hoje. Já na segunda fase do estoicismo, foi quando



o movimento começou a se disseminar entre os romanos, tendo Panécio de Rodes (185 a 110 a.C.) como o principal motivador da introdução dessa doutrina na sociedade romana. A característica que mais marcou este período foi o ecletismo que essa doutrina sofreu diante da absorção dos pensamentos de Aristóteles e Platão. Posidônio de Apaméia (135 a.C. a 50 d.C.) foi o grande responsável por esse fato. Na terceira fase do estoicismo, os membros enxergavam essa doutrina filosófica não como parte de uma ciência, mas como uma prática sacerdotal e religiosa (Santos, 2018). O imperador romano Marco Aurélio foi um dos grandes representantes dessa fase e foi um dos poucos reis-filósofos conhecidos em toda a história. Ele escreveu diários de aperfeiçoamentos pessoais que nos dias de hoje, compilados sob o título de *Meditações*, consistem em um dos textos mais lidos e conhecidos da tradição filosófica (Marco Aurélio, 1977).

Não obstante as diferenças das características que marcaram as três fases do desenvolvimento estoico, é possível notar o esforço dessa doutrina em tematizar a felicidade enquanto problema filosófico. Diante disso, pode-se ressaltar que o que todos os praticantes do estoicismo tem em comum é a percepção de que não se consegue a felicidade por meio de adequações aos acontecimentos externos. A busca pela felicidade, na verdade, remete a aceitar as determinações da natureza diante do cosmo, que é sempre equilibrado e harmonioso. Para ser feliz é necessário acolher tudo aquilo que é bom incondicionalmente (Stock, 2020).

A filosofia estoica possui vínculo com a relação entre as leis e a natureza. Os praticantes do estoicismo acreditam que a natureza é a responsável por determinar como as pessoas agem e como elas são. Diante disso, aprofundar e estudar essa filosofia envolve a necessidade de associar ela com as reflexões sobre a lei, o cosmo, as formas e todas as suas relações. As fundamentações do estoicismo estão relacionadas às idealizações de que os princípios constitutivos e as condutas dos seres humanos são baseados em uma lei natural, divina e comum para todos eles (Câmara, 2014). A relevância do tema “natureza” para o estoicismo é bastante destacada. Os elementos naturais são equilibrados e perfeitos, além de serem dotados de elementos divinos em sua constituição e ordenação. Sendo assim, os indivíduos se inserem dentro desse cosmo – a natureza estoica equilibrada. Dessa maneira, se faz necessária a busca pelo equilíbrio natural, tanto na vida pessoal quanto na vida política (Gazolla, 1999).

Para os praticantes do estoicismo, a felicidade é sempre um ato de vontade. Os indivíduos alcançam a felicidade quando conseguem viver de acordo com a natureza, de maneira racional, aceitando as coisas como elas realmente são – já que o cosmo é considerado perfeito. Todos aqueles que controlam as suas paixões, conseguem se harmonizar com o cosmo, já que a importância que é dada às coisas não passa de juízo e concepções vindos não da razão, mas sim da paixão (Verges, 1982).

Uma das características mais importantes do estoicismo, se tratando de uma visão ética vinculada na indiferença, é a ataraxia, que deve ser entendida de forma prática, superando as meras reflexões intelectuais. Se o cosmo é equilibrado e harmônico, a virtude está na forma de viver de acordo



com o seu desígnio. Na ataraxia, os elementos humanos como, por exemplo, amizades, saúde, doenças ou inimizades não podem ser rejeitados ou almeçados, devido isso ir de encontro com o desenrolar natural do cosmo (Stockdale, 2017).

O que é mau ou bom, por sua vez, se oriunda de elementos incondicionais, como, por exemplo, uma inimizade é dependente das ações dos indivíduos. Com isso, a existência ou não de um inimigo não causa felicidade ou tristeza. As atitudes virtuosas consistem na forma de aceitar as causas externas, que não são dependentes do querer. O fundador do estoicismo, Zenão, apontou que para conseguir atingir a felicidade, é preciso tal aceitação, que compactua com a vontade de realizar o bem, se afastando de direcionar as ações para um fim externo. Os modelos de filosofia propostos por Zenão, não encerram as completudes dos pensamentos estoicos (Luz, 2018).

Para os estoicos, somente o vício faz parte do mal e somente a virtude faz parte do bem. Entre eles, existem uma extensa quantidade de coisas, como fama, doenças, riqueza e saúde, que são nomeadas indiferentes e, portanto, não merecem ser valorizadas para não conseguirem influenciar na tristeza ou na felicidade do ser humano. As pessoas que costumam apreciar as coisas indiferentes, possuem um deficiente entendimento da ordem natural e não podem entender que as coisas que são usadas tanto para o mal quanto para o bem, não podem ser consideradas nem ruins e nem boas (Moura, 2012). Nesse raciocínio, Costa *et al.* (2019) relatou que a saúde e as riquezas não podem ser consideradas mais proveitosas do que danosas, não sendo consideradas com bens. Além disso, tudo aquilo que pode ser utilizado para o bem ou para o mal, não é considerado uma coisa boa.

De acordo com o que foi ensinado por Stockdale (2017), o estoicismo considera a dor física menos importante em comparação a agonia que os homens de bem vivem ao ser falhos durante a realização de alguma tarefa perante a Deus ou a seus companheiros. O fato de os estoicos irem em busca da formação de homens com coragem, boa vontade e sanidade, fez com que diversas famílias enviassem seus filhos jovens para aprender através destes pensadores sobre tudo o que é uma vida boa e de que forma devem agir. Epicteto deixou claro que os seus pensamentos tratam sobre a infelicidade e a felicidade, a falha e o sucesso, a liberdade e a escravidão, e não sobre rendimentos e proventos ou a guerra e a paz. Para ele, cada pessoa é responsável por todos os seus próprios juízos e o erro de um indivíduo não pode causar sofrimento a outro.

A felicidade tem sido um tema bastante recorrente nas histórias da humanidade. A procura por uma vida feliz” é um fato que vem sendo buscado desde sempre por mulheres e homens de todos os lugares e tempos, desde os filósofos clássicos como, por exemplo, Epicteto, até aos funcionários de uma grande empresa qualquer. É nítida que essa ideia de responsabilidade presente em Epicteto consegue trazer poder às pessoas angustiadas. Praticar a virtude é bastante comum para todas as pessoas. Essa prática, quando pautada na razão, tem um papel muito importante no alcance da felicidade (Lima, 2021). A forma de viver bem e conseguir alcançar a felicidade são considerados



exercícios práticos. Com isso, as práticas que levam à materialização da virtude precisam ser entendidas como hábitos que necessitam ser consolidados. No estoicismo, segundo Epicteto (2006), se destaca o pensamento de Epicteto com relação ao hábito de fazer as boas práticas:

Todo hábito ou capacidade é mantido e desenvolvido por suas atividades correspondentes: o hábito de caminhar nos faz caminhar melhor, a corrida regular transforma-nos em melhores corredores. O mesmo acontece com nossa alma. Sempre que você se zanga ou fica com raiva, mais aumenta sua zanga e a sua raiva. Você intensifica um hábito e coloca lenha na fogueira [...]. Se você não quer ter um mau gênio, não alimente o hábito [...] (EPICTETO, 2006, p. 86-87).

No decorrer do seu estudo, Luz (2018) discorreu bem sobre os hábitos como exercícios filosóficos. Nesse sentido, ele destacou que, para Epicteto, as disposições habituais são decorrentes das repetições de determinadas ações, que podem gerar respostas mais diretas para as situações futuras. As atividades de se habituar às boas práticas fortalecem aqueles que seguem os caminhos filosóficos defendidos por Epicteto. Para esse filósofo, é necessário colocar em prática o que é aprendido na filosofia e possuir o hábito de agir como um filósofo e não somente conversar como um. Os hábitos e as ações de se habituar estão relacionados com os aspectos mentais de cada indivíduo.

Diante da autocompreensão do lugar de cada indivíduo na natureza, da utilização da razão e dos exercícios filosóficos como um hábito, possivelmente o indivíduo irá conseguir alcançar uma resiliência que lhe permitirá lidar com os problemas do cotidiano, sendo de caráter existencial ou não, com uma leveza maior, conseguindo entender que existem diversas situações que podem fugir do controle, já que são situações de manifestações de uma natureza que é considerada perfeita e equilibrada. Aos indivíduos, então, cabem, por meio da razão, se adequarem a esse justo natural e, conseqüentemente, viver uma vida melhor (Grimal, 2018).

4.2 COMO O ESTOICISMO PODE DAR RELEVÂNCIA A APLICABILIDADE DA FILOSOFIA

O estoicismo é uma tradição filosófica que procura pregar uma ética na busca pela felicidade e por uma vida boa. Dessa maneira, os seus praticantes conseguem definir o que significa essa vida. Os estoicos abrangem toda a corrente filosófica que corresponde ao contexto da história vivida (Dinucci, 2018).

O estoicismo procura a felicidade através das formas de conseguir dominar as paixões, além de um alinhamento aos desejos da natureza. Diante do que o estoicismo acredita, feliz e sábio é o indivíduo que possui o dom de se sintonizar com os fluxos dos acontecimentos sem se desanimar com nenhuma adversidade que possa surgir (Costa *et al.* 2019). Por isso, ele não deve precisar de nada a mais – assim, nada o trará nenhuma insatisfação. Por esse fato, essa filosofia consegue valorizar as conexões práticas das ideias, sem focar em questões que são estritamente intelectuais. Nos dias de hoje, o



estoicismo é relacionado com atitudes que ressaltam a disciplina, que persiste acima das dificuldades e controla as paixões (Câmara, 2014).

Na busca por uma vida feliz e tranquila, os estoicos defendem o fato de que os fatores externos que comprometem as perfeições intelectual e moral devem sempre ser ignorados. Até mesmo diante das adversidades, em situações difíceis ou problemáticas, os indivíduos devem sempre reagir com racionalidade, calma e tranquilidade, sem deixar que o externo comprometa a capacidade de ação e julgamento (Costa *et al.* 2019).

Os estoicos consideram que todos os sentimentos externos, como a luxúria, a paixão e tantos outros, são prejudiciais ao ser humano, pois fazem com que o indivíduo se torne irracional e deixe de ser imparcial. Esses sentimentos são considerados como vícios e causadores de males absolutos que podem comprometer a organização dos pensamentos, as tomadas de decisões de maneira inteligente e lógica (Dinucci e Julien, 2017).

As pessoas procuram seguir os ensinamentos do estoicismo para encontrar paz interior, tranquilidade e lidar melhor com todo o caos ao redor delas. De forma resumida, podemos dizer que o estoicismo ensina a manter uma mente calma e racional, independente do que aconteça, e isso ajuda a entender e concentrar naquilo que pode controlar e a não se preocupar e aceitar o que não pode controlar (Husserl, 2014).

O Estoicismo pode ser seguida por qualquer indivíduo. Essa filosofia de vida ensina que o que realmente vale a pena é a integridade das ações e a força do caráter. Os praticantes do estoicismo não fazem distinção sobre quem é o indivíduo e de onde ele veio. O importante para eles é o quanto estão no controle de si mesmos; como lidam com as situações que não são favoráveis; como gerenciam as próprias emoções; como tomam as decisões; o quanto conhecem de si mesmos; e o que fazem quando possuem tempo (Costa *et al.*, 2019).

Por excelência, o estoicismo é uma filosofia prática. Para os estoicos, somente pensar e estudar não era o bastante para aprender a como viver a vida e, por isso, era necessário colocar em prática esses ensinamentos (Grimal, 2018). Adotar o estoicismo como uma filosofia de vida faz com que os seus praticantes se tornem menos reativos emocionalmente, mais resilientes e mais conscientes sobre o presente. O Estoicismo pode ser compreendido como um sistema para auxiliar os indivíduos a prosperar em locais de estresse (Marcondes, 2007).

A filosofia estoica ensina as pessoas a encarar a vida diante de uma perspectiva nova. O ponto forte do Estoicismo é exatamente o fato de ser um conjunto de lições universais e atemporais, que podem ser bastante úteis e utilizadas de maneira prática por qualquer pessoa praticante, independente de se considerar ou não um filósofo (Moura, 2012).

Ao contrário das demais filosofias existentes, o estoicismo busca a praticidade e o direcionamento para as ações. As simplicidades dos princípios dessa filosofia é proposital, já que,



quanto mais complexo é o assunto, mais tempo as pessoas perdem tentando compreendê-lo – significando menos tempo para praticá-lo (Santos, 2021). Os estoicos não se desdobram em conceitos abstratos e complexos. Afinal, a maior parte dos ensinamentos estoicos foram passadas “no boca a boca” de geração em geração. Os pequenos registros que possuem nos dias de hoje, foram tirados de diários e de trechos dos filósofos e também das anotações de seus pupilos e alunos (Luz, 2018).

Diante dos preceitos básicos do estoicismo, se destacam as quatro virtudes cardiais: coragem, sabedoria, justiça e temperança, que pregam agir de maneira sábia e a tomar decisões baseadas nas razões (Câmara, 2014). Para essa filosofia de vida, os homens precisam evitar os excessos e ir em busca do autocontrole diante de todos os seus desejos. Aqueles que seguem este modelo de disciplina estão sempre em movimento, além de possuir apetite por mais movimentos, sempre preparado para conseguir enfrentar as incertezas de maneira tranquila (Dinucci, 2018). Para os praticantes do estoicismo, a liberdade dos homens se encontra na forma de abandonar o controle diante das situações e coisas que estão além do alcance (Fontoura, 2021).

Essa máxima do estoicismo, sobre não tentar controlar o incontrolável, foi traduzida e incorporada por diversas doutrinas, entre elas o cristianismo e o budismo, e influenciou até mesmo algumas técnicas de terapia comportamental (Santos, 2021). Os princípios do estoicismo são marcados por ideias práticas e relevantes e têm tudo a ver com o nosso tempo, afinal, quem não deseja esse autoaprimoramento e levar uma vida mais leve? (Stock, 2020).

Agir da mesma forma que um estoico age é muito simples, porém, não é nada fácil e nem intuitivo. A maneira simples dos conceitos envolvidos com estoicismo é proposital. Quando uma filosofia é muito complexa, as pessoas passam mais tempo tentando compreendê-la do que praticando, mas quando os estoicos passam a valorizar as ações acima das palavras, a filosofia passa a não ser mais sobre conceitos complexos (Dinucci, 2018). Os praticantes do estoicismo se elevam sempre acima das suas reações emocionais e optam por aplicar a razão para conseguir observar as situações do dia-a-dia. Se alguma emoção, como por exemplo, o medo, não consegue melhorar uma situação, provavelmente ela é considerada, para os estoicos, uma emoção inútil. Sentir medo é inevitável, mas engajar com o medo pode ser uma boa opção para se tornar melhor (Câmara, 2014).

O estoicismo, por si só, não se preocupa com teorias complicadas sobre o funcionamento da sociedade e/ou comportamento humano, mas sim com exercícios e ensinamentos que podem ajudar a superar emoções destrutivas e focar naquilo o que realmente importa, valorizado a ação, não o debate interminável sobre aspectos que estão fora de controle. Ele se diferencia das outras escolas de filosofia por uma razão bem simples: sua aplicação é extremamente prática, e não deixa muitas “lacunas” para debates intelectuais (Moura, 2012). Nele a filosofia é compreendida não simplesmente como uma atividade intelectual, mas sim como um exercício. Os pensadores tinham a crença de que tudo o que



existia estava perante a determinação de uma força cósmica harmônica e que a virtude estaria diante de viver conforme os desígnios dessa força (Dinucci e Julien, 2017).

Os bens a que os seres humanos possam aspirar, como amizade, saúde e contentamento, são considerados secundários, e não essenciais e bons. De forma semelhante, as noções que são tipicamente rejeitadas como a inimizade e a enfermidade devem sempre ser evitadas (Moura, 2012). A recusa em se deixar levar por desejos e sentimentos tem o intuito de evitar que os fins supérfluos sejam valorizados e os excessos sejam cometidos. Somente aquilo que é incondicional deve ser considerado essencialmente mau ou bom (Dinucci e Julien, 2017). A preservação de uma boa reputação é benéfica, mas a sua perda não deve ser lamentada amargamente, assim como as inimizades devem ser evitadas, mesmo que a sua presença não consiga diminuir a felicidade (Grimal, 2018).

Os partidários do estoicismo se envolveram em diversos embates com filosofias diferentes vividas no mesmo período, como, por exemplo, os epicureus, os remanescentes e os céticos da academia de Platão (Santos, 2021). Ao obter uma oposição direta diante do epicurismo, os estoicos recusaram os prazeres e as paixões como formas de felicidade e consideraram que esses sentimentos eram formas de agitações que poderiam perturbar a alma. As tentativas de se adequarem aos acontecimentos externos para tentar satisfazer um desejo não seria uma maneira correta de ir em busca da felicidade. Com isso, a felicidade passou a estar relacionada com a aceitação dos desígnios das determinações harmoniosas dos acontecimentos e das decisões pelas escolhas do que são bons incondicionalmente (Stock, 2020).

Os resultados dessas decisões não precisariam ser refletidos em conquistas externas. Diante disso, muitos pensadores foram considerados como pessoas de espírito firme e serenas. Não se trata somente de reprimir ou inibir as reações perante os acontecimentos, mas de ter autocontrole e saber sempre escolher o que é bom moralmente, independente das devidas circunstâncias — a paz em meio aos infortúnios. Nos dias de hoje, ainda existem filósofos que seguem os princípios do estoicismo, como Lawrence Becker, John Sellars e William Irnive, que continuam desenvolvendo os pensamentos dos filósofos antigos (Santos, 2021).

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os estoicos buscam se manter afastados da vida guiada pelos prazeres carnis e pelos sentimentos, focando somente no bem moral e na razão. O estoicismo é considerado uma corrente filosófica ligado ao helenismo, e está entre as filosofias mais influentes da antiguidade. Se trata de uma filosofia voltada para as práticas. Nesse sentido, a filosofia também é uma meditação sobre a morte, devido se meditar na finitude da existência. Diante disso, os estoicos não representam as figuras de pessoas deprimidas, eles apenas não querem se enganar com as promessas.



Os estoicos possuem uma visão bastante unificada sobre o mundo, uma lógica formal, a física não dualista, a ética deles é naturalista e defendem uma vida virtuosa. Para eles, as filosofias devem conseguir orientar a forma de viver e não ser somente um conhecimento teórico. Os modos de viver devem estar em conformidade com os destinos, ou seja, com a natureza, como os estoicos acreditam. A maior parte dos conteúdos estoicos são atemporal devido ensinar as pessoas a como lidar com as adversidades e com os sentimentos negativos. Além de tudo isso, essa filosofia pode conduzir os indivíduos a um conhecimento melhor de si mesmos. Por conta da sua atemporalidade e por conseguir abordar temas que são presentes nas vidas de todos os seres humanos, o estoicismo continua a ser bastante explorado e estudado.

Ainda que seja difícil atingir a tranquilidade diante da jornada da vida, os estoicos insistem que grande parte do sofrimento é causado pelos próprios indivíduos, pois se ocupam com assuntos que não dizem respeito a eles e tentam controlar coisas que não podem ser controladas. A filosofia estoica considera que os indivíduos possuem uma divindade interior capaz de guia-los, pois a razão tem origem na razão divina ordenadora da natureza. Todavia, como não cultivam essa relação interior, se tornam vítimas constantes de julgamentos equivocados.

Atualmente, o estoicismo está em evidencia e tem se tornado um estilo de vida desejado. Ainda existem pensadores que busam manter essa tradição viva, como, por exemplo, William Irvine, Ryan Holiday, Lawrence Becker e John Sellars. O estoicismo tem sido utilizado para reduzir e controlar o estresse, a ansiedade, a insegurança e os pensamentos negativos. Os estoicos, geralmente conseguem manter a mente sempre racional e calma, independente do que esteja ocorrendo. As pessoas que nunca tinham escutado a falar nada sobre o estoicismo, provavelmente já possuem algum contato com essa filosofia de vida.

O estoicismo é uma filosofia que permanece conhecida mesmo após mais de 2300 anos. Diversas escolas filosóficas posteriores ao estoicismo não conseguiram sobreviver e nem se tornaram tão conhecidas quando comparadas a filosofia estoica. Boa parte do motivo para isso ter acontecido tem ligação com o direcionamento prático, que é sempre voltado para as ações e não somente para os aprendizados conceituais que não se traduzem na vida de cada indivíduo. Outra grande característica do estoicismo que contribuiu com a sua popularidade foi a maneira simples das coisas que são ensinadas. Os princípios dessa filosofia de vida são intuitivos conseguem ser assimilados facilmente do cotidiano. Não é sem motivos que o estoicismo é conhecido como a filosofia do bem viver.

O estoicismo – e a filosofia – não são domínios de professores ociosos. Eles são o socorrista dos bem-sucedidos e os homens e mulheres de ação. Ser filósofo não é somente conseguir ter pensamentos sutis, nem mesmo fundar uma escol, vai muito além disso. Ser filósofo é saber resolver alguns dos problemas da vida não apenas de forma teórica, como também de forma prática.



Diante de tudo isso, as escolas e professores da atualidade necessitam ensinar mais sobre o estoicismo nas salas de aula, mostrando aos alunos a importância dessa filosofia e como ela pode melhorar o dia-a-dia das pessoas que conseguem praticá-la.



REFERÊNCIAS

- ALVES, A. J. L.; Silva, S. M. Conhecer, pensar, viver ... A filosofia na sala de aula. – Florianópolis: Editoria Em Debate/UFSC. 2021.
- ALVES, D. J. A Filosofia no Ensino Médio: ambigüidades e contradições na LDB. Prefácio do Prof. Dr. Sílvio Gallo. Campinas, SP: Autores Associados; FAPESP. 2002.
- ALVES, D. J. A filosofia como materia de ensino: histórias e questões metodológicas. Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO). 2009.
- ALVES F. S.; Nardi, E. R. Aconselhamento filosófico no cárcere: a educação estoíca como chave para a liberdade. Revista do NESEF, filosofia aplicada, vol. 10, nº 1, edição especial, p. 46. 2017.
- BBC NEWS BRASIL. Estoicismo, a filosofia de 2 mil anos cada vez mais usada como receita para sobreviver ao caos. Site BBC News Brasil. 2018. Disponível em: < <https://www.bbc.com/portuguese/geral-46458304#:~:text=O%20estoicismo%20foi%20fundado%20no,Plat%C3%A3o%2C%20Arist%C3%B3teles%20e%20seus%20seguidores.> >. Acesso em: 29 de agosto de 2022.
- BERRAONDO, J. El estoicismo – la limitación interna del sistema. Biblioteca de divulgación temática, edición propiedad de Montesinos Editor. 1992.
- Bittar, M. Marco Aurélio: A capacidade de lidar com os medos e as incertezas. Site Nova Acrópole. 2018. Disponível em: < <https://www.acropole.org.br/filosofia/marco-aurelio-a-capacidade-de-lidar-com-os-medos-e-as-incertezas/#:~:text=Betim%2C%20desenvolvimento%20de%20uma%20moral%20humana.> >. Acesso em: 28 de agosto de 2022.
- BITTENCOURT, R. N. Pela afirmação da importância da Filosofia no Ensino Médio brasileiro. Revista Espaço Acadêmico, nº 171. 2015.
- BORGES, D. A.; Souza, M. A. “Não se ensina filosofia, mas a filosofar”. Site Brasil Escola. 2016. Disponível em: < <https://meuartigo.brasilescola.uol.com.br/filosofia/nao-se-ensina-filosofia-mas-filosofar.htm> >. Acesso em: 15 de outubro de 2022.
- CÂMARA, U. F. S. A porta e o jardim: uma introdução ao epicurismo e estoicismo da Grécia pós-socrática. Revista Eletrônica do Curso de Pedagogia das Faculdades OPET, p. 1-11, jun. 2014.
- COSTA, A.; NOBRE, C.; GOMES, G. Sentimentos gerados na família pela internação hospitalar da criança. Journal of Nursing and Health, v. 9, n.2. 2019.
- COTRIM, G.; FERNDES, M. Fundamentos de filosofia. Manual do Professor. – 4ª Edição - São Paulo: Saraiva. 2016.
- CRISTINE, E. A importância de ensinar filosofia no ensino médio. Site Mundo Educação. 2018. Disponível em: < <https://mundoeducacao.uol.com.br/educacao/a-importancia-ensinar-filosofia-no-ensino-medio.htm> >. Acesso em: 12 de outubro de 2022.
- DANTAS, A. M. S.; SOBRINHO, A. M. A.; SOUSA, J. S.; NASCIMENTO, R. D. B. A importância do ensino de filosofia no ensino médio: uma análise no município de Paulista-PB. Congresso Nacional de Educação – CONEDU. 2014.



- DAVIDOV, V. La enseñanza escolar y el desarrollo psíquico: investigación teórica y experimental. Moscú: Editorial Progreso. 1988.
- DINUCCI, A. O carácter cosmopolita do estoicismo. Revista do Pórtico de Epicteto, ano 1., n. 1., maio. 2018.
- DINUCCI, A.; JULIEN, A. O Manual de Epicteto. 3ª ed. Trad. Aldo Dinucci; Alfredo Julien, São Cristóvão: Universidade Federal de Sergipe. 2017.
- EPICTETO. A arte de viver bem: uma nova interpretação de Sharon Lebell. Rio de Janeiro: Sextante. 2006.
- FONTOURA, F. Estoicismo de Epicteto e a filosofia oriental do vedanta: suas diferenças metafísicas. Universidade do Vale do Rio dos Sinos (UNISINOS). 2021.
- GAZOLLA, R. O ofício do filósofo estoico: o duplo registro do discurso da Stoa. São Paulo: Loyola. 1999.
- GRIMAL, P. Marco Aurélio, o Imperador Filósofo. Rio de Janeiro: Zahar. 2018.
- HUSSERL, E. Investigações Lógicas: prolegômenos à lógica pura – vol. 1. Trad. Diogo Ferrer, Rio de Janeiro: Forense Universitária. 2014.
- LIMA, L. C. C. Estoicismo e pandemia: liquidez contemporânea. Cadernos do Nefi, v.3, n.1. 2021.
- LUCKESI, C. C. Filosofia da educação. São Paulo: Cortez. 1992.
- LUZ, D. O hábito como exercício filosófico em Epicteto. Prometeus, ano 11, número 27, maio-agosto, p. 82-96. 2018.
- MARCO AURÉLIO. Meditaciones. Madrid: Editorial Gredos. 1977.
- MARCONDES, D. Iniciação à história da filosofia: dos pré-socráticos a Wittgenstein. 2ª ed. Rio de Janeiro: Zahar. 2007.
- MENEZES, P. Estoicismo. Universidade do Estado do Rio de Janeiro – UERJ. 2019. Disponível em: < <https://www.todamateria.com.br/estoicismo/> >. Acesso em: 28 de agosto de 2022.
- MORIN, E. Os Sete Saberes necessários à Educação do Futuro. Tradução de Catarina Eleonora F. da Silva e Jeanne Sawaya. São Paulo: Cortez; Brasília: UNESCO. 2011.
- MOURA, D. T. A ética dos estoicos antigos e o estereótipo estoico na modernidade. Cadernos Espinosanos, n. 26, p. 111-128, 15 jun. 2012.
- NOVAK, M. G. Estoicismo e epicurismo em Roma. Letras Clássicas, (3), 257-273. 1999.
- OLIVEIRA, M. Estoicismo. Site Brasil Escola. 2021. Disponível em: < <https://brasilecola.uol.com.br/filosofia/os-estoicos.htm> >. Acesso em: 28 de agosto de 2022.
- PEREIRA, R. F.; FEITOSA, M. M. M. Lúcio Valério Quíncio x Iunia Cantaber: o amor impossível entre o estoicismo romano e o cristianismo emergente em 'Um deus passeando pela brisa da tarde'. Convergência Lusíada. 2018.



PEREIRA, W. Filosofia – Estratégias do ensino-aprendizagem. Site Brasil Escola. 2019. Disponível em: < [RAMOS, J. E. M. Epicteto. Universidade de São Paulo – USP. 2020. Disponível em: < <https://www.suapesquisa.com/quemfoi/epicteto.htm> >. Acesso em: 29 de agosto de 2022.](https://educador.brasilecola.uol.com.br/estrategias-ensino/filosofia.htm#:~:text=Conhecer%20o%20conte%C3%BAdo%20que%20vamos,perspectiva%20e%20tentemos%20aperfei%C3%A7o%C3%A1%2Dla.>. Acesso em: 12 de outubro de 2022.</p></div><div data-bbox=)

ROBERTSON, D. Piensa Como Un Emperador Romano. Editora Planeta Publishing. 2020.

RUSSELL, B. Estoicismo e saúde mental. Prometheus - Journal of Philosophy, v. 7, ano 7, nº15. 2014.

SANTOS, K. J. A influência do estoicismo na filosofia de Foucault. PUCPR. 2019.

SANTOS, R. S. V. A contribuição do estoicismo no enfrentamento das angústias existenciais no mundo contemporâneo. Opinião Filosófica, v. 12. 2021.

SILVA, A. K. M.; LOPES, M. I.; PRADO, J. B. F. Uma breve reflexão sobre o ensino de Filosofia nas Escolas de Ensino Médio do Brasil. 2020.

SILVA, H. A. Ética e filosofia de vida em Timão e Pumba: cinismo, epicurismo e estoicismo. Imaginário, Paraíba, n. 14, jun. 2018.

SILVA, T. C. A Filosofia no Ensino Médio: Por que, o que e como ensiná-la? Porto Alegre, RS: UFRS. 2011.

SPONCHIATO, D. Sejamos mais estoicos para enfrentar estes tempos. Site Veja Saúde. 2022.

STOCK, G. Estoicismo: Guia Definitivo. São Paulo: Montecristo. 2020.

STOCKDALE, J. B. Tradução: Stockdale sobre o estoicismo II: mestre do meu destino - um filósofo estoico numa prisão em Hanói. Prometheus, ano 10, número 22, janeiro-abril, p. 101-116. 2017.

VERGES, A. História dos filósofos. André Vergez e Denis Huisman. 5 ed. Rio de Janeiro: Freitas Bastos. 1982.

VITO, R. V. O estoicismo senequiano: a formação do homem moral e a prática educativa na contemporaneidade. Universidade Estadual de Maringá – Programa de Pós-graduação em Educação. 2011.