

# REPENSAR A VIDA

As dimensões éticas do consultório de filosofia atuam como uma provocação para avaliar motivos e consequências de nossas escolhas – para nós mesmos e para o mundo – e ratificá-las ou retificá-las em um exercício constante de reflexão

Quando me perguntam o que se faz no consultório de filosofia, a primeira resposta que surge é pensar, pensar junto com outra pessoa. As questões sobre as quais pensamos podem ser as mais variadas, mas, em geral, partem da vida e a ela retornam. É comum nos ocuparmos tanto com as demandas cotidianas que nos sobra pouco tempo para olhar para a vida que temos. Projetamos futuros possíveis, mas nem sempre avaliamos o quanto são realmente possíveis. Revisitamos o passado, mas nem sempre compreendemos o que vivemos nem o quanto o vivido nos torna quem somos. Por vezes sentimos algo estranho, uma sensação de haver algo errado, uma certa insatisfação, uma dor difusa, um incômodo pouco definido... E muitas dessas vezes optamos por deixar para lá, não olhar para o que nos retira da rotina diária.

No entanto, problemas existem e atravessam nosso caminho, tirando-nos da rota comum, invadindo nosso cotidiano e nos desconcertando. Diante deles, nós nos sentimos sem rumo e somos provocados a alterar a vida, movimentar nosso existir. Então nos perguntamos: o que aconteceu? Por quê? Como? Quando? Para quê? O que fazer? Nem sempre temos respos-

tas e às vezes nossas perguntas nos enredam mais que os próprios problemas. Nós nos perdemos, rodamos em círculos intermináveis sem sair do lugar, nos culpamos, sofremos, agimos de modo a criar mais e mais problemas... Pode até parecer que não há saída, não há o que possa ser feito, afinal, nem sequer conseguimos compreender o que aconteceu.

Em momentos assim, é importante falar sobre isso. Falar nos ajuda a desabafar, a olhar para as questões que incomodam, formulá-las e, o mais importante, a nos ouvir. Mas falar para quem? Poderia ser para nós mesmos, para um espelho, para uma "inteligência artificial"... Sabemos que falar para nós mesmos pode nos manter no mesmo círculo, nos dispersar. Falar para um espelho ou para um *software* também não nos traz a interlocução necessária. Podemos ter como interlocutores amigos, familiares, conhecidos, mas talvez nossos assuntos não recebam a devida atenção, ou tenhamos receio de possíveis julgamentos daqueles que nos acompanham na vida. Podemos ainda temer que nossas inquietações provoquem preocupações e angústias maiores nas pessoas que amamos. Ou talvez tenhamos medo de nossas vulnerabilidades serem exploradas e utilizadas contra nós, ainda que não intencionalmente. Esses são alguns dos muitos motivos pelos quais podemos evitar conversar sobre o que nos aflige.

## Escuta filosófica

Ainda assim, é preciso pensar sobre isso, investigar, compreender. Ao fazê-lo, podemos compreender o que se passa conosco, com o mundo, com os outros; podemos explicar motivos, causas, finalidades; podemos, ainda, levantar hipóteses, prever possíveis reações e consequências, planejar nossas ações diante do vivido. Como resultados, problemas que pareciam intransponíveis podem ganhar a devida dimensão, a confusão pode dar lugar a alguma compreensão e o desespero talvez comece a se transmutar em sinais de esperança. Algum conhecimento sobre a real situação que estamos enfrentando pode ser um primeiro passo para lidarmos com um problema. Por isso, profissionais que escutam, que abrem espaços que propiciam a fala são tão importantes. Cada qual com sua especialidade, mas todos com a escuta atenta e com instrumentos para auxiliar em momentos difíceis. Quais são as características da escuta e quais os instrumentos que possuem os profissionais que atuam nos consultórios de filosofia?

Escutar filosoficamente é acompanhar o pensamento da outra pessoa, observar sua articulação de ideias, o encadeamento de seu raciocínio, a base para a formulação de suas premissas. Uma análise lógica do discurso, que não pretende apenas verificar a coerência e a consistência dele, a validade do argumento ou a verdade das premissas, mas, sobretudo, investigar como se dá, para aquele falante em especial, a articulação das ideias. Como é sua “lógica interna”. Também é importante observar as relações entre a “lógica interna” da pessoa e as diferentes formas de articulação dos discursos das pessoas, grupos ou contextos com os quais a pessoa interage, assim como as alterações em sua “lógica interna” diante das diferentes situações.

Os termos utilizados e seus significados, assim como entoações, gestos e expressões também são

pesquisados. Os diferentes usos da linguagem, em suas mais variadas formas, são parte dessa escuta. “Do gesto ao signo”<sup>1</sup>, não escutamos somente sons e palavras; escutamos silêncios, olhares, expressões, textos, imagens, roteiros, musicalidades etc. Todos os elementos de uma narrativa que pode conter muito mais do que uma história contada, o entrecruzamento de várias histórias e vidas, de diversas interpretações e perspectivas, de múltiplas camadas que compõem nosso existir. Assim, a arquitetura do pensamento é observada e são investigadas as bases para a construção dos saberes, dos hábitos, das concepções de mundo e de vida a partir dos quais a pessoa percebe e cria, posiciona-se e age.

**“ESCUTAR  
FILOSOFICAMENTE  
É ACOMPANHAR O  
PENSAMENTO DA  
OUTRA PESSOA,  
OBSERVAR SUA  
ARTICULAÇÃO  
DE IDEIAS, O  
ENCADEAMENTO DE  
SEU RACIOCÍNIO,  
A BASE PARA A  
FORMULAÇÃO DE  
SUAS PREMISSAS”**

## Outros elementos

Situar, circunstanciar o pensado e o vivido é também parte da escuta. Por isso, cada questão proposta precisa ser situada: Quando e em que contexto surge? A que se relaciona? Como a pessoa chegou a ela? A partir de quais perspectivas foi formulada e pensada? Que elementos a compõem? Etc.

As questões são situadas em um espectro maior, que é a própria história de vida da pessoa. Aqui a escuta compreende também a observação das estruturas às quais a pessoa pertence ou se relaciona; as influências advindas das relações, dos contextos

sociopolíticos, das convenções culturais, dos grupos que a atravessam ou nos quais ela se insere.

Assim, novas camadas revelam-se e, a cada uma delas, novos elementos permitem maior profundidade ou abrangência, deslocamentos, perspectivas, possibilidades. É possível que o espaço propiciado na escuta já seja suficiente para a pessoa refletir sobre a vida e fazer vários movimentos a partir da escuta de si. Mas talvez seja preciso mais. O trabalho no consultório de filosofia não se resume à escuta, embora ela seja um primeiro e importante passo.

## Reflexões éticas

Nem sempre os instrumentos iniciais de escuta serão suficientes para a reflexão. Se refletir é voltar-se sobre o próprio pensamento, provocar a pessoa a fazer esse movimento, ou seja, observar seu próprio processo de pensamento, sua arquitetura do pensar, é parte do trabalho. Isso pode ser feito a partir de perguntas, de uma devolutiva do processo observado durante a escuta, de exercícios de análise de cenários possíveis, entre outras formas que serão construídas especialmente para a pessoa, junto com ela, considerando suas necessidades e possibilidades.

No processo reflexivo, é fundamental que erros de raciocínio, confusões conceituais, incoerências e outros problemas sejam devidamente apontados. Inicialmente, não como um erro a ser corrigido, mas como um elemento a ser observado e avaliado em suas possíveis implicações. Se for o caso, a partir de tal avaliação, a correção poderá ser feita. É muito comum que a própria pessoa, ao observar o problema, corrija-o, mas nem sempre isso ocorre.

Também é preciso ir além da “lógica interna”. A reflexão exige a análise dos contextos e das relações entre o modo de pensar e viver da pessoa e os modos próprios do mundo no qual ela se insere. Assim, a investigação sobre esses modos é um dos elementos do trabalho e é feita junto com a pessoa, pois o objetivo é que ela se aproprie deles e reflita sobre as possíveis interações com o mundo e as outras pessoas. Adentrando em outras camadas, o que há por trás desses modos seus e do mundo? Quais valores os constituem? O que escondem? Para onde levam? Que consequências trazem?

## Repensar a vida

A reflexão exige, assim, que a pessoa compreenda-se para além de si mesma, isto é, ela é parte de uma sociedade, do conjunto de todas as espécies que coabitam o planeta, de tudo o que há. Deslocar-se de suas perspectivas e examinar seus posicionamentos e ações implica ter consciência de sua responsabilidade perante a vida e o mundo. Não apenas sua vida, seu mundo, pois não há vida ou mundo isolado de tudo e de todos. A vida mesma e suas implicações. Aqui estamos na dimensão ética do trabalho.

Diante das reflexões éticas, somos chamados a repensar a vida, a investigar causas e consequências de nossos comportamentos, a modificar alguns hábitos ou adotar novas perspectivas. Nosso trabalho não consiste em ditar regras, hábitos, formas de viver a serem adotadas. Ao contrário, é provocar a pessoa a avaliar motivos e consequências de suas escolhas – para si mesma e para o mundo – e assim ratificá-las ou retificá-las em um exercício constante. Os motivos e consequências de minhas ações hoje podem não ser suficientes para justificá-las no futuro; por isso é preciso questionar, investigar e refletir sempre.

Muitas vezes o processo de reflexão é difícil, pois nos coloca diante de causas e implicações que não havíamos observado. A transformação faz-se necessária e, conseqüentemente, o que tínhamos como certo e habitual desfaz-se e novas construções são exigidas. Como reconstruir? Como se reinventar? O que está por trás das novas formas que estão em construção? Quais as suas implicações?

## Olhar além

São muitas perguntas, às vezes as mesmas perguntas repetidas em diferentes situações. Mudar hábitos, fazer escolhas diferentes, posicionar-se, permitir-se ser de outro modo são desafios difíceis de pensar e realizar, mas esse é o processo através do qual olhamos para além de nós e de nossos pensamentos e nos tornamos um pouco mais conscientes e responsáveis por nossas escolhas e suas consequências, ou seja, por quem nos tornamos e pela vida que vivemos a cada dia. **hmt**

### NOTAS

1 Título do artigo de Arley Ramos Moreno, publicado em: RODRIGUES, Cassiano Terra (org.). *Arley Morenum Liber Amicorum: Homenagem a Arley Ramos Moreno in memoriam*. São Paulo: FitoCzar, 2021.



© RENATA SILVA

**MONICA AIUB** é doutora em Filosofia (PUC-SP). Atua como orientadora filosófica no Espaço Monica Aiub.  
✉ [www.monicaaiub.com.br](http://www.monicaaiub.com.br)