

# ACONSELHAMENTO FILOSÓFICO NO CÁRCERE: A EDUCAÇÃO ESTÓICA COMO CHAVE PARA A LIBERDADE

*Flávio dos Santos Alves<sup>22</sup>  
Edson Renato Nardi<sup>23</sup>*

## Resumo

Este artigo tem como objetivo principal apontar os benefícios trazidos através de um projeto internacional desenvolvido dentro de uma penitenciária do interior do estado de São Paulo, com reeducandos em cumprimento de pena. Para essa finalidade, optou-se pelo uso do relato de experiência como método de investigação e os respectivos relatos possuem a particularidade de ocorrerem na perspectiva de um sentenciado que, ao realizar sua graduação em Pedagogia, no ambiente de reclusão, e ter acesso ativo a esse projeto, irá apresentar as particularidades existenciais, afetivas e sociais que se modificaram ao longo desse período. O artigo conclui que, por meio das experiências vividas nesse projeto, é possível obter uma mudança significativa na pessoa humana utilizando-se de práticas filosóficas sistematizadas oriundas do aconselhamento filosófico e que foram concretizadas, sobretudo, pelas propostas teóricas e práticas advindas da ética estóica. O texto a seguir será relatado por um dos autores do trabalho, o Sr. Flávio dos

<sup>22</sup> Formado em Pedagogia pelo Claretiano Centro Universitário. Discente do curso de pós-graduação em Aconselhamento Filosófico pela mesma instituição, orientado pelo Prof. Dr. Edson Renato Nardi. E-mail: producao@p1serraazul.sap.sp.gov.br

<sup>23</sup> Professor de Filosofia e Educador Físico, com mestrado e doutorado em Educação pela Universidade do Estado de São Paulo – Araraquara. Atualmente é coordenador da graduação em Filosofia na modalidade EAD do Centro Universitário Claretiano, autor e coordenador dos cursos de pós graduação em Aconselhamento Filosófico (pioneiro na América do Sul), Fundamentos da Comunicação Não Violenta e Felicidade & Resiliência (pioneiro no Brasil) nesta mesma entidade. E-mail: filosofia.ead@claretiano.edu.br

Santos Alves, que narra as suas experiências em diálogo com a produção científico-filosófica que sustenta a sua arguição e embasa este trabalho sob supervisão e orientação teórica do Prof. Dr. Edson Renato Nardi, professor do Claretiano Centro Universitário.

**Palavras-Chave:** Aconselhamento Filosófico. Estoicismo. Educação no Cárcere.

### **Abstract**

This article's main objective is to point out the benefits brought about by an international project developed within a penitentiary in the interior of the state of São Paulo, with re-educated in prison. For this purpose, it was decided to use the experience report as an investigation method and the respective reports have the particularity of occurring from the perspective of a sentenced person who, upon completing his / her degree in Pedagogy, in the seclusion environment, and having active access to this project will present the existential, affective and social particularities that have changed over this period. The article concludes that, through the experiences lived in this project, it is possible to achieve a significant change in the human person using systematized philosophical practices arising from philosophical counseling and which were concretized, above all, by the theoretical and practical proposals arising from stoic ethics. The following text will be reported by one of the authors of the work, Mr. Flávio dos Santos Alves, who narrates his experiences in dialogue with the scientific-philosophical production that supports his argument and supports this work under the supervision and theoretical guidance of Prof . Dr. Edson Renato Nardi, professor at Claretiano Centro Universitário.

**Keywords:** Philosophical Counseling. Stoicism. Education in Jail.

### **Introdução**

O presente artigo na modalidade de relato de experiência busca apresentar as mudanças ocasionadas no comportamento e no modo como pensamos e agimos, sobretudo no que tange às questões éticas e existenciais, depois da aplicação de um projeto internacional, inédito no Brasil, e que foi desenvolvido no interior de uma escola voltada para a educação de jovens e adultos (EJA) inserida dentro de uma penitenciária no interior de São Paulo, no município de Serra Azul.<sup>24</sup>

Para dar conta desse objetivo, buscarei em minha introdução, contextualizar a minha condição existencial como reeducando apenado nesse local, descrever as características gerais do projeto realizado e,

<sup>24</sup> O presente relato de experiência é narrado a partir da visão e experiência pessoal do Sr. Flávio dos Santos Alves sob supervisão e orientação do Prof. Dr. Edson Renato Nardi que assina como co-autor deste artigo. (N.do.A).

logo depois, descrever as mudanças paulatinas que ocorreram em minha vida ao longo da participação nesse projeto.

Inicialmente, convém apontar a visão de mundo que possuía e que me levaram à prisão. Recordo-me que, no início do cumprimento da minha pena, o que de fato me importava era, poder através das minhas atitudes associadas ao crime, realizar uma espécie de “atalho” para alcançar meus objetivos e sonhos.

Os sonhos que se destacavam à época eram a aquisição de bens materiais e, dentre esses, destacavam-se a posse de uma casa bem confortável, um bom carro e moto, dar uma boa estabilidade financeira para a minha família e estar com os holofotes, que a vida do crime direciona, apontados para mim. Nesse sentido, destaco também a busca do reconhecimento entre os pares, também “criminosos”, talvez essa seja a palavra correta para todos que vivem neste submundo, pois a boa imagem gerada pelos atos delituosos são de grande importância, tanto na rua como dentro da cadeia.

Com relação às pessoas, meu sentimento era de enorme apatia, e de acordo com um jargão muito utilizado aqui dentro do sistema prisional “o coração do preso deve bater na sola do pé”. Essas são pseudo verdades que o sistema entrega para presos primários e reincidientes.

No que tange à felicidade, para mim, essa era essencialmente poder acumular bens e dinheiro lá fora, “curtir a vida” da melhor maneira possível usufruindo as vezes daquilo que as pessoas lutam a vida inteira para conseguir, e quando na situação em que eu me encontro dentro do presídio, poder ter minha família “lado a lado” comigo, como se as consequências pelos meus erros fossem um ônus deles também.

O sucesso, para mim, se assentava no “ter”, e ter tudo o que eu descrevi acima e alcançar o seu respectivo nível de reconhecimento; conceito que aos poucos foi sendo modificado quando a realidade do contexto em que me encontro, começou a se mostrar diferente daquilo que para mim era enxergado como caminho para felicidade ou sucesso: nem os bens materiais, nem a família ou o reconhecimento garantiram este estado que por muitos é um fim que se alcança por fatores externos ao indivíduo.

Tempo; esse também foi outro fator responsável por modificar o conceito de sucesso que para mim se mostrou efêmero, assim como a água despejada em nossas mãos ao tentarmos mantê-la em forma de “concha”, o tempo se mostrou imparcial arrancando de mim a soberba e apagando os holofotes da ilusão que me cercava, mostrando que o “ter” já não é tão importante com relação ao “ser”.

Diante dessas constatações adquiridas ao longo do período em que me encontro recluso, paulatinamente comecei a mudar, com o poder que cada um tem de decidir, eu escolhi buscar forças para lutar contra o abandono e a depressão através da educação por meio da escola (que se encontra inserida dentro das dependências da penitenciária) e os livros disponibilizados na sua biblioteca.

Com isso, após várias condenações pelos crimes de assalto a mão armada e com um total de cinquenta e quatro anos de condenação,

eu tenho buscado através da educação novas oportunidades para um recomeço, e foi aqui nessa mesma unidade em que tenho cumprido atualmente (8)oito anos da minha pena que eu consegui concluir meus estudos na educação básica e obter um trabalho dentro da área da educação como monitor educador pela Fundação Prof. Dr. Manoel Pedro Pimentel (FUNAP), dessa maneira me foi oportunizado o curso de graduação em Pedagogia, através de uma vinculação entre a penitenciária, FUNAP e o Centro Universitário Claretiano, ao qual faço parte como estudante no ensino a distância (EAD), e também participo conforme acima citado do projeto internacional de Aconselhamento Filosófico.

## **Desenvolvimento**

Realizada a contextualização de minha condição existencial na atualidade, me dedicarei agora a descrever, em linhas gerais, o que é o Projeto Boécio, sua relação com o aconselhamento filosófico e, logo depois, alguns dos elementos centrais que caracterizam a filosofia estoica, alicerce fundamental das atividades desenvolvidos dentro desse projeto e com as quais tive a oportunidade de participar e como a proposta estoica impactou minha vida cotidiana no ambiente prisional.

O Projeto Boécio, traz o nome de um aristocrata romano que teve o infortúnio de ir para a cadeia no período de sua existência e nos tempos de seu cumprimento de pena ele se destacou por ter escrito um diálogo entre ele mesmo e a Filosofia: “A consolação da filosofia”.

Assim, Boécio acaba se queixando da sua desgraça, porém, a Filosofia, com seus preceitos estoicos o faz confrontar a visão de mundo que ele carregava consigo antes do cárcere, trazendo para dentro dele mesmo um olhar mais racional e fazendo-o enxergar que a virtude não se encontrava nos fatores externos, mas sim na aceitação e seguimento da Razão Universal que a tudo governa de acordo com os estoicos. Portanto, o Projeto carrega o nome deste filósofo romano e a aplicabilidade dele se desenvolve nas dependências de algumas Penitenciárias para que seja resgatado na situação atual que nos encontramos a sabedoria antiga e para que possamos dela fazer uso como um remédio para nossas necessidades ou como uma bússola norteadora que nos direciona à encontrarmos novos caminhos quando aplicado de forma triangular com a aplicação do Projeto Boécio, Aconselhamento Filosófico seguindo os preceitos do Estoicismo.

O projeto nos foi inicialmente apresentado por meio de uma metáfora: a realização de uma maratona e que, enquanto a maratona tradicional busca o treinamento físico dos corpos, essa maratona filosófica buscava fazer com que treinássemos a nossa mente e, assim como todo esporte, em que se cobra bastante esforço e dedicação para atingirmos os resultados esperados, tudo deveria ser feito com bastante disciplina e práticas sistemáticas, aplicadas através de sessões semanais de oficinas de sabedoria estoica e a prática semanal de exercícios sapienciais estoicos.

Esses exercícios filosóficos e suas respectivas práticas, paulatinamente fizeram com que nós viéssemos a nos conhecer mais e nos adaptarmos mais eficazmente aos momentos que passamos no decorrer de nossas vidas, sejam eles bons ou maus.

Com o tempo, fui me apossando de mais informações sobre o projeto e incorporando informações gerais sobre os seus fundamentos.

Na busca para poder definir o que é o Aconselhamento Filosófico, pude encontrar respostas que identificam os princípios filosóficos que favorecem a aplicação da filosofia para aconselhar pessoas. O aconselhamento, por sua vez, busca usar a filosofia para ajudar pessoas a melhorarem suas vidas. Segundo Schneider e Silva (2007) “[...] o campo que envolve o aconselhamento filosófico é vasto. Busca melhorar a vida das pessoas em seu bem-estar, intelectual e sentimental. Sua proposta, enquanto aconselhamento, não é agregar conhecimento científico, e sim existencial na vida das pessoas” (SCHNEIDER, SILVA, 2017, p. 43)

Com o objetivo de ajudar pessoas em qualquer situação de infortúnio e tratá-las através do bom uso da filosofia o Aconselhamento Filosófico tem sido utilizado como prática transformadora e se expandido cada vez mais pelo mundo todo não só dentro das Universidades, mas em todo âmago que seja necessário fazer o bom uso da educação como ferramenta transformadora. De acordo com Marinoff apud Schneider e Silva, ele busca “compreender a essência do seu problema é estar preparado para empreender a ação apropriada e justificável. Sente-se estável, mas está preparado para as inevitáveis mudanças que o aguardam” (2017, p. 48).

Ao longo de minha experiência como participante do projeto, pude perceber que, parte dos exercícios executados pelos aconselhadores ou pelos antigos filósofos era o de questionar qualquer que fosse a situação difícil vivida por eles, e de acordo com essa ideia questionadora era empregado a ato de agir diante do fato para não permanecer em sua zona de conforto ou escravo de suas paixões.

Cada um de nós está centrado em seu próprio ser, olhando o mundo de uma perspectiva exclusiva. Podemos perceber a existência simplesmente como uma cadeia de coisas que acontecem conosco e à nossa volta, ou assumir a responsabilidade por grande parte do que ocorre. Faz parte da natureza humana pensar da primeira maneira em relação às coisas ruins e da segunda em relação às coisas boas. Quando a tragédia o ataca, você inevitavelmente, a certa altura, reflete: por que eu? Essa pergunta nunca é feita por alguém que acabou de ganhar na loteria [...]. Assumir a responsabilidade pelas coisas boas e nos dissociarmos das ruins é uma maneira de proteger e preservar nossos próprios interesses (MARINOFF apud SCHNEIDER e SILVA, 2017, p. 49)

Logo, esse olhar não só sobre uma perspectiva tem sido trabalhado durante as sessões mostrando que, um problema pequeno que às vezes enfrentamos e quando não resolvido ou identificado logo no início tem

a tendência de aumentar de proporção atrapalhando nossas vidas grandemente; por outro lado analisando esse mesmo problema sobre uma perspectiva a alguns anos adiante sobre um olhar em (terceira pessoa) podemos perceber que esse enorme problema por nós enfrentado já não é tão grande como um dia poderia ter sido, portanto, com as aulas de Aconselhamento Filosófico nós começamos a praticar métodos da filosofia estóica que visam contemplar situações a qual podemos e somos sujeitos a enfrentar, possibilitando fazer uso da filosofia todos os dias da vida. *Praemeditation Malorum* (premeditar o mal), não vivendo preocupado ou sofrendo por antecipação por algo que possa dar errado em nossas vidas, mas, contemplar as possibilidades que podem dar errado para que nos dias das nossas adversidades não sermos pegos de surpresa, nas palavras de Marinoff, não nos perguntarmos: por que eu?

Contextualizado então os fundamentos do projeto e do aconselhamento filosófico buscarei agora apresentar o que é estoicismo e paralelamente, em diálogo com suas principais características, exemplificar as mudanças ocorridas em minha vida após a minha participação no projeto. Segundo Pessanha (1985, p. 19)

A escola estóica foi fundada por Zenão de Cício (334-264 a.C.) e continuada por Cleanto de Assos (331-232 a.C) e Crisipo de Solis (280-210 a.C.). Posteriormente, a escola transformou-se, tendendo para uma posição eclética, com Panécio de Rodes (185-112 a.C.) e Possidônio de Apaméia (135-51 a.C.). O estoicismo grego propõe uma imagem do universo segundo a qual tudo o que é corpóreo é semelhante a um ser vivo, no qual existiria um sopro vital (*pneuma*), cuja tensão explicaria a junção e interdependência das partes. Em seu conjunto, o universo seria igualmente um corpo vivo provido de um sopro ígneo (sua alma), que reteria as partes e garantiria a coesão do todo. Essa alma é identificada, por Zenão, à razão, e assim o mundo seria inteiramente racional. A Razão Universal (*Logos*), que tudo penetra e comanda, tende a eliminar todo tipo de irracionalidade, tanto na natureza, quanto na conduta humana, não havendo lugar no universo para o acaso ou a desordem [...] Tudo o que existe é corpóreo e a própria razão identifica-se com algo material, o fogo. O incorpóreo reduz-se a meios inativos e impassíveis, como o espaço vazio; ou então àquilo que se pode pensar sobre as coisas, mas não às próprias coisas. Nesse universo corpóreo e dirigido pelo fatalismo dos ciclos sempre idênticos, tudo existe e acontece segundo predeterminação rigorosa porque racional. Governada pelo *Logos*, a natureza é por isso justa e divina e os estóicos identificam a virtude moral com o acordo profundo do homem consigo mesmo e, através disso, com a própria natureza, que é intrinsecamente razão. Esse acordo consigo mesmo é o que Zenão chama “prudência” e dela decorrem todas as demais virtudes, como simples aspectos ou modalidades. As paixões são consideradas pelos estóicos como desobediência à razão e podem ser explicadas como resultantes de causas externas às raízes do próprio indivíduo; seriam, como já haviam mostrado

os cínicos, devidas a hábitos de pensar adquiridos pela influência do meio e da educação. É necessário ao homem desfazer-se de tudo isso e seguir a natureza, ou seja, seguir a Deus e à Razão Universal, aceitando o destino e conservando a serenidade em qualquer circunstância, mesmo na dor e na adversidade. (PESSANHA, 1985, p. 19)

Dentre as propostas presentes no estoicismo, cito o *amor fati* ou amar o próprio destino, era uma das ideias apregoadas pelos estóicos com a intenção de fazer com que as pessoas refletissem sobre seus posicionamentos diante dos problemas, não aceitando passivamente tudo o que de ruim acontecia, mas agindo sobre aquilo que a vida nos apresentava de possibilidades para o agir.

E com esses ensinamentos proporcionado durante as sessões do projeto com o aconselhamento filosófico, também aprendemos que os “fatos” existem e são inevitáveis para todos nós em nossas vidas e eles nos sobrevém em forma de “apresentação”, mas são as “representações” que nos incomodam, ou seja, as fantasias e falsas opiniões que nos causam incomodo.

Pude perceber que, para os estóicos, tem relevância aquilo que depende de mim para mudar, já aquilo que não depende de mim torna-se frustrante e exaustivo para nós tentarmos modificar, tal como foi proposto por Epicteto (2012):

Das coisas existentes, algumas são encargos nossos; outras não. São encargos nossos o juízo, o impulso, o desejo, a repulsa – em suma: tudo quanto seja ação nossa. Não são encargos nossos o corpo, as posses, a reputação, os cargos públicos – em suma: tudo quanto não seja ação nossa. Por natureza, as coisas que são encargos nossos são livres, desobstruídas, sem entraves. As que não são encargos nossos são débeis, escravas, obstruídas, de outrem. (EPICTETO, 2012, p. 15)

Essa consideração estóica, ao que os especialistas intitulam como dicotomia do controle, se fez presente em vários momentos de meu cotidiano na prisão e, em um deles, considero oportuno exemplificar: soube que minha irmã estava com uma doença grave e, tão logo recebi essa notícia, fui tomado por grande sofrimento em razão de não poder estar com ela. Ao me lembrar desse ensinamento estoico, me ative às considerações sobre o que não podia mudar e, ao fazê-lo, parte substancial desse sofrimento se foi, haja visto que esse fardo estava além das minhas possibilidades de ação.

Mediante essas e outras situações eu comecei a perceber que os pensamentos que antes aprisionavam minha mente poderiam ser dominados através dessa nova perspectiva de observar o problema ou aquilo que eu estava trazendo para minha vida como uma bagagem extra, repleta de problemas, não digo pelo fato de eu me encontrar em cumprimento de pena pois, a faculdade para raciocinar que essa situação é resultado de escolhas erradas que eu ocacionei para mim

mesmo no passado é bem notória, mais, para resolver problemas que todos nós enfrentamos com o nosso próprio “eu”.

Assim, convençamo-nos bem de que o mal do qual sofremos não vem dos lugares, mas de nós mesmos, que não temos força para nada suportar: trabalho, prazer, nós mesmos; qualquer coisa do mundo nos parece uma carga. Isto conduziu muitas pessoas ao suicídio: porque suas perpétuas variações as faziam dar voltas, indefinidamente, no mesmo círculo, e elas consideravam impossível toda novidade. Assim tomaram desgosto pela vida e pelo mundo e sentiram aumentar em si o clamor furioso dos corações: “Mas como, sempre a mesma coisa?” (SÊNECA apud LEONI, 1985, p. 396).

Dessa forma, nos foi apresentado que muitos dos nossos infortúnios ou reveses tem vindo sobre nós por consequência da nossa falta de entendimento de que, não são os fatores externos que nos leva a termos uma vida livre e feliz mas a maneira correta de encarar os fatos que, nos direcionará para esse estado de espírito, para os estoicos era impossível sermos felizes se acreditarmos que a felicidade é ter tudo o que desejamos “como geralmente se pensa”. Basta que fracassemos em alcançar um desejo para nos tornarmos infelizes.

Aprendemos a refletir e separar o que realmente (necessitamos) para viver, e aquilo que desejamos “ter” por (interesse), estimulados pelo bombardeio de informações que a todo momento nos sobrevêm como o “melhor” para termos.

Mesmo se houveres de viver três mil anos ou dez mil vezes esse tempo, lembra-te de que ninguém perde outra vida senão aquela que está vivendo, nem vive outra senão a que perde. Assim, a mais longa e a mais curta vêm a dar no mesmo. O presente, por sinal, é o mesmo para todos; o perdido, portanto, é igual e assim o que se está perdendo se revela infinitamente pequeno. De fato, não podemos perder o passado nem o futuro; como nos poderiam tirar o que não temos? Lembra-te, pois, sempre destas duas máximas: primeira, que tudo, desde todo o sempre, tem o mesmo aspecto e se renova em ciclos; nenhuma diferença faz verem-se os mesmos fatos por cem anos ou por duzentos, ou eternamente; segunda, que a perda é igual tanto para o de vida mais longa como para quem morre cedo, porquanto o presente é a única coisa de que será desapossado, pois só tem este e não perde o que não tem. (MARCO AURÉLIO, 1985, p. 488 e 489)

Segundo os estoicos o passado infelizmente é algo que não podemos mudar, por isso devemos nos desprender de tudo aquilo que ficou estagnado em nossa mente; por outro lado também, vivermos sonhando com um futuro que talvez nem chegue a se concretizar é estragar o nosso

presente, momento esse que esta em nossas mãos para vivermos. “É preciso vivermos as estações da vida” (informação verbal)<sup>25</sup>.

Um dia de cada vez, para que nem o passado, nem o futuro nos provoque um desespero interno quando nos depararmos com os problemas que a nós sobrevêm, dispondo-nos com antecedência para enfrentar qualquer circunstância inopinada como apenas mais um ciclo da vida que nos é chegado para superar.

Depreendemos de Sêneca (1985, p. 412)

A grande maioria dos homens, ao começar a navegar, esquece-se da tempestade. Jamais eu me envergonharia de citar um mau autor, por uma boa intenção: Publílio Siro, poeta mais vigoroso do que os trágicos e os cômicos, quando renuncia aos gracejos vulgares do mimo e às palavras feitas para o público das galerias, no meio de tantos outros versos cujo tom se eleva não só acima do estilo trágico, mas também do cômico, escreveu: “Aquilo que pode ferir um pode ferir todos os outros”. Se nos convencermos profundamente desta máxima e se, ao assistirmos às inúmeras desgraças que cada dia caem sobre nosso próximo, pensarmos que elas podiam muito facilmente cair sobre nós, seremos pessoas armadas muito tempo antes do ataque. Não há mais tempo para nos fortificarmos, quando o perigo já nos alcança. (SÊNECA, 1985, p. 412)

Preparação, e uma visão bem mais aguda dentro da nossa realidade é o que o projeto nos proporcionou, pois, muitos dos que aqui está acredo eu, foi porque não possuíram no passado um verdadeiro controle das suas emoções e uma maneira objetiva de praticar a razão, se hoje posso enxergar que tudo o que de ruim pode acontecer na vida de uma pessoa também pode acontecer na minha, não resta dúvida em acreditar que as coisas boas também poderão acontecer para mim, e a parte do projeto que mais me chamou a atenção foi conseguir descobrir e encarar através das metodologias filosóficas que apenas “eu” sou responsável por aquilo que sinto ou como devo agir diante das batalhas que lutamos em nossas vidas.

Portanto, como podemos observar para os estoicos era aceito aquilo que era tido como encargos nossos ou nossa ação e o que não era identificado como nossas ações eram classificadas como as coisas que nos afligiam por exemplo: fama, riqueza, doença, o amor de outra pessoa. E na busca de encontrar a felicidade percebo que estes são alguns caminhos por muitos percorridos para obterem este estado; e nas aulas de aconselhamento Filosófico essa é uma questão persistentemente trabalhada, pois, não são os fatores externos que nos garantirão esse sentir com relação à felicidade. Mas, a maneira correta de enxergar nosso todo, que nos fará se empenhar naquilo que realmente será permanente e duradouro, pois foi com os exercícios realizados

<sup>25</sup> Afirmação emitida pelo Prof. Dr. Edson Renato Nardi em oficina do Projeto Boécio realizada em 27 março de 2019.

nas aulas que eu passei a entender sobre outras lentes que, mesmo na situação atual em que eu me encontro eu posso mudar minha condição existencial e também ajudar outras pessoas através da educação e com os ensinamentos adquiridos no projeto a buscarem novos caminhos e enfrentarem novos desafios em suas vidas.

Foi com os métodos empregados no projeto de Aconselhamento Filosófico que eu consegui me desprender dos sentimentos negativos que faziam parte da minha vida, assim, eu passei a agir com mais prudência no que diz respeito às minhas ações. Esses são alguns critérios utilizados no aprofundamento das aulas e outro ponto importante foi entender que, ou dominamos nossas paixões com o bom uso da razão ou viveremos perpetuamente aprisionados pela nossa maneira errada de pensar e agir.

Pois, 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 nos fortalecer e reconhecer que aquilo que depende de nós e da nossa vontade não pode ser arrancado ou forçado a nós, pois através das sessões realizadas tenho observado que aquilo que mais causa preocupação e medo nas pessoas não são os fatos que a nós são acometidos mas as interpretações errôneas que fazemos deles, também percebo que muitos de nossos esforços como pessoas tem sido mal empregados com relação ao que todos tentam encontrar ao longo de nossas vidas que é a procura de coisas que nos façam 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. Percebo que, o que nos tem sido apresentado durante as aulas dentro da filosofia faz toda diferença na vida das pessoas, e que a falta de conhecimento das pessoas em como agir com relação as suas mazelas contribui grandemente para o fortalecimento das suas paixões e isso explica o porquê de tantas pessoas que estão em liberdade fisicamente e presas naquilo em que mais elas deveriam ser livres, suas “mentes”, com isso a filosofia tem aberto portas para podermos refletir e sermos livres de qualquer julgamento externo e para que não sejamos nossos próprios algozes em nosso pensar.

Além de nos apresentar sob outras lentes uma filosofia diferente daquela que corriqueiramente nos é trazida dentro das salas de aula, uma filosofia que emancipa, sem se preocupar com os fatores externos, fortalecendo e nos desafiando a pensar que o que realmente importa é o nosso bem-estar interior e mental.

Também nos foi trazido por meio de Aconselhamento Filosófico a oportunidade de conhecer e desenvolver de forma interacional práticas sistêmicas que nos fortaleceram e nos fizeram se auto questionar sobre a nossa maneira de enxergar e avaliar as coisas ao nosso redor. Um trabalho que, através da educação libertou e me proporcionou uma viagem no tempo a lugares onde jamais pensei estar e me oportunizou conhecer pessoas que certamente deixaram seu legado com o nobre ato

de ensinar, com humildade e respeito agradeço por poder conhecer e aprofundar meu artigo fundamentado no Aconselhamento Filosófico, Projeto Boécio e na corrente filosófica dos antigos filósofos estoicos.

Atualmente, tenho buscado ler outras obras de autores vinculados ao estoicismo e, em uma delas, a Tríade do Guerreiro Estoico, produzida por James Bond Stockdale, encontrei um poema que afixei na parede que se encontra ao lado do meu colchão e que sempre leio atenta e profundamente para mim mesmo quando os infortúnios se tornam por demais pesados:

Não importa quão estreita seja a passagem.  
Quão carregada de punição a sentença.  
Eu sou o senhor do meu destino.  
Eu sou o comandante de minha alma. (HENLEY apud STOCKDALE, 2011, p. 13 e 14).

## **Conclusão**

Em razão desses elementos apontados anteriormente e caminhando agora para minha conclusão, posso dizer que este projeto me ajudou fazer aquilo que poucos se arriscam fazer, que é (pensar); rompendo grades, muralhas quebrando algemas que aprisionavam minha mente e me fazendo acreditar cada vez mais que a mudança é uma porta que só pode ser aberta por dentro e depende de cada um de nós a busca por bons resultados, e é com a fundamentação teórica à qual me apoiei para o desenvolvimento deste artigo e as metodologias empregadas nas sessões do projeto realizado que eu consegui crescer ainda mais como pessoa e espero através dos conteúdos absorvidos nas oficinas multiplicar tudo o que me foi entregue para poder me tornar um ser humano melhor, e que dentro da Pedagogia e vida social eu consiga assim como foi feito a centenas de anos atrás, por outras pessoas, fazer uso do aconselhamento filosófico como uma ferramenta na propagação do ensino e aprendizagem formando pessoas melhores e mais fortes psicologicamente e socialmente.

## **Referências**

EPICTETO. **Enchirídion**. Vitória: Edufes, 2012.

MARCO AURELIO. Antologia de textos de Marco Aurelio. In: **Epicuro, Lucrécio, Cícero, Sêneca, Marco Aurélio**. Tradução de Agostinho da Silva. São Paulo: Abril Cultural, 1985.

MARINOFF, L. **Mais Platão, menos Prozac**. Tradução de Ana Luiza Borges. 10. ed. Rio de Janeiro: Record, 2006.

PESSANHA, J. A. **Epicuro, Lucrécio, Cícero, Sêneca, Marco Aurélio.** Tradução de Agostinho da Silva. São Paulo: Abril Cultural, 1985.

SCHNEIDER, C. H. SILVA, L. G. A identidade do aconselhamento filosófico. Educação – Revista Científica do Claretiano – Centro Universitário, Batatais/SP, v. 7, n. 1, p. 9-40, jan./jun. 2017. Disponível em: <<https://claretiano.edu.br/revista/120/dossie-aconselhamento-filosofico>>. Acesso em: 08 jul. 2020.

SÊNECA. Antologia de textos de Sêneca. In: **Epicuro, Lucrécio, Cícero, Sêneca, Marco Aurélio.** Tradução de Agostinho da Silva. São Paulo: Abril Cultural, 1985.

STOCKDALE, J. B. **A tríade do guerreiro estoico.** São Cristóvão: Universidade Federal do Sergipe, 2011.

Recebido: setembro de 2020

Aprovado: outubro de 2020