



## PÍLULAS FILÓSOFICAS

Acredito que a angustia é um mal que aflige boa parte da humanidade. Afinal, como tornar nossa vida distante desse malefício silencioso que nos incomoda, nos tirando muitas das vezes de uma felicidade meteórica e nos envolvendo com suas garras dilaceradoras.

Lembro-me de uma narrativa muito falada e estudada quando fazia a pós-graduação em Filosofia – Acorrentados em uma caverna, um grupo de homens nunca tinha visto a luz do dia. Das coisas e deles mesmos, só se conheciam as sombras projetadas na parede a partir da luz de uma fogueira às suas costas. Dos sons, só ouviam ecos vindos de longe. Narrado por Platão no livro *A Republica* há 2.500 anos, o chamado Mito da Caverna é uma das poderosas metáforas da Filosofia para descrever uma situação à qual muitos estão condenados: de total alienação, ou de tomar sombras como verdades.

A alegoria prossegue com um dos homens saindo à luz do dia e compreendendo a realidade em um lento processo de superação da ignorância. E a história termina com uma indagação: como ele, que aprendeu a enxergar a luz, seria recebido pelos companheiros, se voltasse à caverna onde imperavam as sombras?

São questionamentos como este que a Filosofia se alimenta a milhares de anos. Platão escreveu "*A Republica*" pensando de que forma seria uma cidade ideal. Filósofos dos séculos seguintes tratariam de questões igualmente relevantes para a coletividade ou ligadas a condição individual do homem. Assim, angústias como medo, solidão, sentimento de inadequação, ansiedade e frustração seriam matéria farta para reflexões valiosas de mentes privilegiadas.

O lado prático de tudo isso é que para tais ideias podem ser interpretadas como ótimas lições para o cotidiano de hoje. Com base no trabalho de três filósofos modernos – o francês *Lue Ferry*, o alemão *Theo Roos* e o anglo-suíço *Alain de Botton* -, selecionamos algumas das virtudes cultivais diante das situações desgastantes.

Autores de livros introdutórios ao pensamento de alguns dos maiores filósofos desta Antiguidade, como *Sócrates*, *Epicuro*, *Sêneca*, *Montaigne*, *Schopenhauer* e *Nietzsche*, eles lembram problemas que acompanham a humanidade há milênios. Mais exatamente desde o momento em que o homem satisfaz as necessidades básicas de alimento e abrigo e passou a contar com o tempo para dedicar-se a indagação sobre o ser, ter, querer, fazer – ou seja, como viver melhor. Clique aqui e confira algumas dessas [pílulas!](#)

- <http://www.asmetro.org.br/arquivosHTML/pdfs/artigos/PilulasFilosoficasArtigodeAnaSantaCruz.pdf>