



EEB TIMBÉ DO SUL

FILOSOFIA

ENSINO MÉDIO: 3º ANO

Pensar dói

POR KALIL DE OLIVEIRA

Esta afirmação, à primeira vista simples, toca em uma experiência universal e profunda. A dor de pensar não é necessariamente física, mas um desconforto mental que ocorre quando confrontamos nossas dúvidas, angústias e questionamentos. Refletir sobre nossas próprias vidas e o mundo ao nosso redor pode nos levar a confrontos com emoções e verdades difíceis de lidar. Em um tempo em que o estímulo ao pensamento crítico se intensifica, vale a pena examinar o que significa "pensar" e por que, por vezes, esse processo pode ser doloroso.

Quando o filósofo francês René Descartes afirmou "Penso, logo existo", ele ressaltava a centralidade do pensamento para a nossa consciência de ser. Para ele, o pensamento era a prova da existência. No entanto, ao reconhecer a nossa existência, somos também impulsionados a questionar a nossa condição no mundo e o nosso propósito, o que pode trazer inseguranças e dúvidas. Esse tipo de reflexão pode nos levar a um estado de ansiedade, pois nos força a encarar a possibilidade de um vazio existencial, tornando o ato de pensar uma experiência que, ao nos confrontar com a essência da nossa própria existência, traz consigo desconforto e até dor emocional.

Outro filósofo importante nesse contexto é Friedrich Nietzsche, que associava o pensamento com o confronto das próprias fraquezas e limites. Para Nietzsche, quem pensa com profundidade confronta seus

próprios valores e visões de mundo, percebendo muitas vezes as limitações e incoerências em si mesmo. Ele acreditava que esse processo, embora necessário para o autoconhecimento, pode ser doloroso, pois envolve a destruição de ilusões e o confronto com aspectos sombrios da nossa própria natureza. Pensar, então, torna-se um exercício de desapego e coragem, pois exige que enfrentemos as nossas fraquezas e questionemos nossas certezas, o que frequentemente provoca grande desconforto.

Há ainda a perspectiva de Sigmund Freud, que vê no pensamento a origem de muitas dores psíquicas. Para ele, o pensamento é o meio pelo qual acessamos os desejos reprimidos e os traumas inconscientes. Ao mergulhar nas camadas do inconsciente, trazemos à tona memórias e desejos que são muitas vezes reprimidos para evitar o sofrimento. Freud acreditava que esses conteúdos reprimidos, quando voltam ao consciente através da reflexão, causam angústia, pois o pensamento se torna o veículo que traz à luz as nossas feridas emocionais. Assim, pensar pode doer porque o processo de conscientização nos obriga a lidar com sentimentos que, de outra forma, preferiríamos ignorar.

Refletir sobre essa relação entre pensamento e emoção nos revela como a prática de pensar profundamente nos desafia a ir além das aparências e das ilusões de conforto. Encarar nossas angústias e incertezas, questionar o que nos cerca e quem somos, são atividades que exigem coragem e, inevitavelmente, provocam desconforto. Contudo, é essa mesma capacidade de pensar que nos permite crescer e nos libertar dos limites do desconhecido. Pensar pode, sim, doer, mas é esse exercício que nos faz avançar enquanto seres humanos, em busca de uma compreensão mais plena e autêntica de nós mesmos e do mundo ao nosso redor.