



AQUILO QUE NÃO ME DEPENDE

Uma vez, ouvindo um podcast, uma frase em específico me deu um gatilho: “Só há uma maneira de ser livre: é desprezar tudo quanto de nós não depende.” A frase dita pelo filósofo-escravo Epicteto me trouxe alguns debates internos que me fizeram questionar minha forma de encarar o mundo.

Eu sempre fui uma criança preocupada mais com os problemas dos outros, o que me gerava angústia por não poder sempre resolvê-los; dificilmente entendia que não tinha poder sobre tudo. Ouvir aquela frase me fez questionar algumas insatisfações, como meu medo do que as pessoas pensavam sobre mim e minha reputação no geral. O filósofo instruía que a nossa reputação não pertence a nós, logo por que você se esforça para manter-se bem-visto, sendo que não é você quem tem controle disso?

Assim, quando alguém era rude comigo, isso não me afetava, pois sabia que a culpa daquela irritação não era minha; logo, eu não devia me sentir mal por aquilo que não causei. É uma maneira leve de viver, reconhecer a impotência e aceitá-la apenas como a preocupação de ajudar ao outro sem se culpar e focar mais nas coisas que poderiam ser resolvidas por mim.

Dessa forma, realmente me sentia livre; pensava mais sobre os problemas que surgiam e aceitava que alguns deles não eram causados nem podiam ser resolvidos por mim. Eu realmente tinha aprendido a desprezar aquilo que não dependia de mim.

Davi Ângelo Venâncio

1º ano / Itajaí

2024