

GTA | Guião de Trabalho Autónomo n.º 8

Português 12.º ANO

Tema 2: Pessoa Ortónimo Subtema 3: Dor de Pensar



PORQUÊ APRENDER SOBRE...?



O QUE VOU APRENDER?



COMO VOU APRENDER?



O QUE APRENDI?



COMO POSSO COMPLEMENTAR A
APRENDIZAGEM?



PORQUÊ APRENDER SOBRE...?

A temática da *Dor de Pensar* na poesia ortónima de Fernando Pessoa revela a sua inquietação intelectual e existencial. Nos poemas *Gato que brincas na rua* e *Ela canta, pobre ceifeira*, o poeta opõe a leveza instintiva à consciência dolorosa, mostrando como o pensamento pode ser um fardo que afasta a felicidade. Estudar esta questão permite refletir sobre o contraste entre sentir e pensar, espontaneidade e racionalidade, além de aprofundar o pensamento pessoano e o seu lugar na modernidade literária, marcada pela fragmentação do *eu* e pela inquietação existencial.



O QUE VOU APRENDER?

NO DOMÍNIO DA ORALIDADE:

- Sintetizar o discurso escutado a partir do registo de informação relevante quanto ao tema e à estrutura.
- Expressar, com fundamentação, pontos de vista suscitados por leituras diversas.
- Fazer apresentações orais para apresentação de sínteses e de temas escolhidos autonomamente ou requeridos por outros.

NO DOMÍNIO DA LEITURA:

- Interpretar o texto, com especificação do sentido global e da intencionalidade comunicativa.
- Clarificar tema(s), subtemas, ideias principais, pontos de vista.
- Utilizar criteriosamente procedimentos adequados ao registo e tratamento da informação.
- Expressar, com fundamentação, pontos de vista suscitados por leituras diversas.

NO DOMÍNIO DA EDUCAÇÃO LITERÁRIA:

- Interpretar obras literárias portuguesas, de diferentes autores e géneros, produzidas no século XX.
- Mobilizar para a interpretação textual os conhecimentos adquiridos sobre os elementos constitutivos do texto poético e do texto narrativo.
- Reconhecer valores culturais, éticos e estéticos manifestados nos textos.
- Comparar textos de diferentes épocas em função dos temas, ideias, valores e marcos históricos e culturais.

NO DOMÍNIO DA ESCRITA:

- Escrever textos de opinião, apreciações críticas, exposições sobre um tema.
- Planificar os textos a escrever, após pesquisa e seleção de informação relevante.
- Redigir com desenvoltura, consistência, adequação e correção os textos planificados.



COMO VOU APRENDER?

GTA 7: *Gato que Brincas na Rua* ou a inveja da inconsciência

GTA 8: *Ela Canta, Pobre Ceifeira* ou a felicidade inconsciente

Tema 2: Pessoa Ortónimo

Subtema 3: Dor de Pensar

GTA 8: *Ela Canta, Pobre Ceifeira* ou a felicidade inconsciente**Objetivos:**

- Analisar a conceção pessoana da consciência como fonte de sofrimento existencial no poema *Ela canta, pobre ceifeira*.
- Compreender a oposição entre a simplicidade intuitiva da ceifeira e a lucidez angustiada do sujeito poético.
- Refletir sobre o desejo de fusão com a inconsciência e a inveja da felicidade espontânea expressas no poema.
- Explorar a relação entre a perceção intelectual da realidade e a impossibilidade da felicidade plena na poesia de Pessoa.

Modalidade de trabalho: pequenos grupos e individual.

Recursos e materiais: manual, cadernos e *internet*.

**ETAPA 1: Debate introdutório – A consciência é um obstáculo à felicidade?**

Lê atentamente o artigo *A tirania da felicidade nos dias de hoje* do jornal Expresso. Enquanto lê, sublinha ou anota ideias que se relacionem com a noção de que pensar demasiado, ou procurar obsessivamente a felicidade pode ser um obstáculo ao nosso próprio bem-estar.



[A tirania da felicidade nos dias de hoje,](#)
Ricardo Costa, Expresso



Imagem 1: *Consciência VS Felicidade* DALL.E

De seguida, em conjunto com os teus colegas, divide a turma em dois grupos. Cada grupo assumirá uma posição diferente:

- **Grupo A:** Defende que a reflexão profunda e o pensamento excessivo impedem a felicidade.
- **Grupo B:** Argumenta que a reflexão e a consciência são essenciais para uma felicidade autêntica e duradoura.



Preparação dos argumentos

- Cada grupo deve reunir-se e estruturar os seus argumentos, usando o artigo como base.
- Para reforçar a argumentação, podem recorrer a exemplos reais, referências culturais, filosóficas ou literárias.

Realização do debate

- Cada grupo apresenta os seus argumentos iniciais.
- Seguem-se momentos de resposta e contra-argumentação, nos quais os grupos devem contestar os pontos apresentados pela equipa oposta.

Reflexão final

- Após o debate, cada aluno deve escrever um pequeno parágrafo no seu caderno onde reflete sobre qual argumento o convenceu mais.

ETAPA 2: Interpretação de um poema

Ouve a recitação do poema pessoano *Ela canta, pobre ceifeira* por Cláudia Semedo, no programa *Palavra de Ordem* da Antena 1.



[Ela canta, pobre ceifeira de Fernando Pessoa por Cláudia Semedo](#)

De seguida, **visualiza** esta videoaula sobre o poema *Isto* de Fernando Pessoa do minuto 15:40 ao minuto 25:20.



[Videoaula sobre o poema](#)

- Após a audição do poema e a visualização do excerto da videoaula, **apresenta**, no teu caderno, as respostas aos itens que se seguem:
1. **Aponta** três características da figura feminina retratada no poema, **justificando** a tua resposta com exemplos do texto.
 2. **Explica** de que forma o canto da ceifeira influencia o estado de espírito do sujeito poético, **referindo** dois efeitos dessa influência.
 3. **Interpreta** o significado das exclamações presentes nas três últimas estrofes, tendo em conta o seu impacto no poema.
 4. **Identifica** dois recursos expressivos utilizados no poema e **analisa** o efeito que cada um deles produz no texto.



ETAPA 3: Escrita de um texto autobiográfico

Vais **agora escrever** uma página de diário, **relacionando** as tuas experiências pessoais com os temas do poema *Ela canta, pobre ceifeira* de Fernando Pessoa.

Relembra tudo o que foi dito sobre o contraste entre a consciência do eu lírico (e a sua "dor de pensar") e a alegria simples da ceifeira.

De seguida, **reflete** sobre a tua própria vida e **identifica**:

- Um momento em que sentiste a "dor de pensar", quando o excesso de consciência, reflexão ou conhecimento te causou angústia;
- Um momento de alegria simples e despreocupada, semelhante à ceifeira cantando;

Escreve uma página de um possível diário em que:

1. **Descrevas** esses dois momentos contrastantes.
2. **Refletas** sobre como te sentiste em cada situação.
3. **Estabeleças** conexões com o poema de Fernando Pessoa.
4. **Concluas** com uma reflexão pessoal sobre o valor de ambos os estados mentais.

DICA: Não te esqueças de que o texto autobiográfico, nomeadamente o diário, segue determinadas características:

- Uso da primeira pessoa – O narrador é também o protagonista, relatando experiências, pensamentos e sentimentos pessoais.
- Registo íntimo e subjetivo – O diário exprime emoções, reflexões e perceções individuais, sem necessidade de objetividade.
- Estrutura organizada por datas – Cada entrada corresponde geralmente a um dia específico, marcado no início do texto.
- Tonalidade espontânea e informal – O estilo tende a ser pessoal, fluído e, por vezes, fragmentado, refletindo o pensamento do autor no momento da escrita.
- Foco no quotidiano e na introspeção – Os temas abordados podem ir desde eventos diários até reflexões profundas sobre a vida, sentimentos e dilemas pessoais.
- Linguagem expressiva e emotiva – O diário pode recorrer a interjeições, perguntas retóricas e exclamações para transmitir estados emocionais.



Proposta de resolução – Etapa 1, Exercício 1

Exemplos de argumentos

Grupo A – "O pensamento excessivo impede a felicidade"

- O pensamento obsessivo leva à ansiedade. Refletir demasiado sobre cada decisão ou acontecimento pode gerar insegurança, medo do futuro e até paralisia na ação, impedindo a pessoa de viver plenamente o momento presente. **Exemplo:** Estudos demonstram que pessoas com tendência para *overthinking* são mais propensas a transtornos de ansiedade e depressão.
- A simplicidade emocional traz mais contentamento. Pessoas que vivem sem grandes questionamentos ou reflexões profundas parecem experienciar uma felicidade mais espontânea e despreocupada. **Exemplo:** No poema *Ela canta, pobre ceifeira*, o eu lírico idealiza a felicidade da ceifeira, porque ela canta sem consciência da sua própria existência e do sofrimento inerente ao ato de pensar.

Grupo B – "A reflexão e a consciência são essenciais para a felicidade autêntica"

- A felicidade sem reflexão pode ser ilusória. Viver sem pensar pode trazer momentos de alegria superficial, mas só através da reflexão conseguimos compreender o que nos faz verdadeiramente felizes a longo prazo. **Exemplo:** O filósofo Aristóteles defendia que a felicidade verdadeira vem da realização pessoal e da busca do conhecimento e não apenas da ausência de sofrimento.
- O pensamento crítico permite evitar erros e encontrar significado na vida. Quem reflete sobre a própria existência compreende melhor os seus desejos, evita cair em ilusões e pode construir uma vida mais significativa.

Exemplo: O próprio Fernando Pessoa, embora atormentado pelo pensamento, escreveu obras que nos ajudam a compreender melhor a condição humana, mostrando que a consciência tem valor, mesmo que traga sofrimento.



Exemplo de parágrafo para a reflexão Final

Após o debate, percebo que ambos os lados têm pontos válidos. Por um lado, concordo que pensar demasiado pode ser angustiante e até prejudicial, como demonstra o sofrimento do sujeito poético em "Ela canta, pobre ceifeira". No entanto, também reconheço que a reflexão é essencial para compreender a vida e dar-lhe significado. Talvez o equilíbrio seja a chave: pensar, mas sem nos deixarmos consumir pelo pensamento. No fundo, talvez Pessoa não inveje a ceifeira, mas sim a possibilidade de sentir sem questionar constantemente a própria existência.

Proposta de resolução – Etapa 2, Exercício 1

1. A figura feminina no poema apresenta-se como:

- Trabalhadora – A mulher é uma ceifeira, isto é, trabalha nos campos, o que está expresso no verso *Ela canta, pobre ceifeira*.
- Simples e inconsciente da sua existência – O sujeito poético destaca que a ceifeira canta sem refletir sobre a sua própria vida, o que se evidencia na repetição de "Canta e ceifa", sugerindo uma rotina instintiva e sem questionamento.
- Possivelmente feliz na sua inconsciência – O eu lírico sente que a falta de reflexão da ceifeira pode torná-la mais feliz do que ele próprio, como sugere o verso "Será feliz, porque canta?", levantando a questão se a ausência de pensamento profundo permite uma felicidade genuína.

2. O canto da ceifeira desperta duas reações no sujeito poético:

- Provoca-lhe uma melancolia intensa – O eu lírico sente-se angustiado ao contrastar a sua consciência dolorosa com a aparente simplicidade da ceifeira. Este sentimento está presente no verso "E eu, ouvindo, vou pensando", revelando a sua tendência para a introspeção.
- Desperta-lhe uma nostalgia da inconsciência – O sujeito poético inveja a possibilidade de viver sem a dor de pensar, expressando isso na interrogação "Será feliz, porque canta?", em que questiona se a felicidade reside na falta de reflexão.



3. As exclamações nas últimas estrofes servem para enfatizar a angústia e a intensidade emocional do sujeito poético:

- Expressam frustração e desejo – No verso "Ah, poder ser tu, sendo eu!", a exclamação reforça o desejo impossível de viver a felicidade da ceifeira sem perder a própria identidade.
- Marcam o clímax da tensão emocional – O uso repetido de exclamações demonstra um crescendo de emoção, revelando a inquietação do eu lírico perante a sua incapacidade de atingir a mesma leveza da ceifeira.
- Sublinhando a impossibilidade da sua aspiração – O último verso "Ter a tua alegre inconsciência, / E a consciência disso!" destaca a contradição existencial do sujeito poético: ele deseja a inconsciência da ceifeira, mas sabe que, ao dela tomar consciência, já não a poderia desfrutar.

4. Exemplo de dois recursos estilísticos:

- Interrogação retórica ("Será feliz, porque canta?") – Este recurso reflete a incerteza do sujeito poético sobre a verdadeira natureza da felicidade. A pergunta não espera uma resposta, mas convida à reflexão sobre a relação entre a consciência e o sofrimento.
- Antítese ("Ah, poder ser tu, sendo eu!") – O poeta opõe duas ideias contraditórias (ser a ceifeira e continuar a ser ele próprio), sublinhando o seu dilema existencial. Esta antítese enfatiza a sua frustração e a impossibilidade de escapar à própria consciência.

Proposta de resolução – Etapa 3, Exercício 1

10 de março de 2025

Querido diário,

Hoje dei por mim a pensar no poema *Ela canta, pobre ceifeira*, de Fernando Pessoa e percebi como, tantas vezes, me sinto como o sujeito poético: preso na minha própria consciência, a pensar demasiado em tudo.

Lembro-me de uma noite em que, deitado na cama, a minha mente não me deixava descansar. Cada decisão que tomei no passado parecia reaparecer na minha cabeça, pedindo para ser analisada, revista, corrigida – como se isso fosse possível! Perguntava-me se estava no caminho certo, se devia ter optado por um caminho diferente, se algum dia conseguiria estar plenamente satisfeito com as minhas escolhas. E quanto mais pensava, mais ansioso me sentia. Era um ciclo sem fim, um labirinto sem saída. Tal como o sujeito poético, parecia condenado a uma consciência que me afastava da leveza e da felicidade.

Todavia, recordo-me de que também já vivi momentos de alegria simples e despreocupada. Lembro-me de um dia de verão, numa tarde quente, em que fui à praia com amigos. Estávamos ali, a rir sem razão aparente, a sentir a água fria nos pés, a correr na areia sem pensar em nada.

Naquele instante, não havia preocupações, não havia futuro, não havia passado – só existia aquele momento. E, ao contrário da noite de insónia, nesse dia não havia necessidade de respostas nem de reflexões profundas. Apenas a sensação boa de estar ali, presente.

Fernando Pessoa coloca-nos perante este dilema: será melhor viver como a ceifeira, sem pensar demasiado, ou é a consciência que nos torna verdadeiramente humanos? O que sinto é que ambos os estados têm o seu valor. Se nunca pensássemos, seríamos vazios, sem significado. Mas, se pensarmos demasiado, corremos o risco de nos perdermos dentro de nós próprios. Talvez o segredo esteja em encontrar um equilíbrio – permitir-nos sentir sem nos afogar no pensamento.

Mas como se encontra esse equilíbrio? Ah... lá estou eu a pensar outra vez!



O QUE APRENDI?

Ficaste com uma ideia clara sobre os temas centrais do poema "Ela canta, pobre ceifeira" e a forma como Fernando Pessoa explora a dor de pensar

És capaz de:

- ✓ Compreender como a consciência e a reflexão profunda podem ser uma fonte de sofrimento existencial para o sujeito poético?
- ✓ Explicar de que forma Pessoa contrapõe a simplicidade inconsciente da ceifeira à inquietação do eu lírico, que pensa demasiado e sofre por isso?
- ✓ Refletir sobre o desejo do sujeito poético de viver sem a carga do pensamento, ainda que saiba que isso é impossível?
- ✓ Relacionar o poema com a ideia de que a busca pelo entendimento da realidade pode ser um obstáculo à felicidade, enquanto a ausência de reflexão profunda pode proporcionar uma existência mais leve e espontânea?



COMO POSSO COMPLEMENTAR A APRENDIZAGEM?

Para aprofundares a tua compreensão sobre os temas abordados no poema *Ela canta, pobre ceifeira* de Fernando Pessoa, sugiro que assistas ao documentário português "Razão de Viver" (2017), realizado por Lourenço Baptista.

Este documentário apresenta entrevistas com nove indivíduos que refletem sobre questões como a felicidade, a arte, o dinheiro, a educação e a espiritualidade. As suas perspetivas oferecem uma visão sobre como a simplicidade e a ausência de reflexão profunda podem influenciar o bem-estar e a felicidade, estabelecendo um paralelo com a figura da ceifeira no poema de Pessoa.

Ao explorar estas reflexões, o documentário complementa o estudo da "dor de pensar" presente na obra do poeta, permitindo-te refletir sobre os desafios que a consciência e o pensamento excessivo impõem ao bem-estar e à felicidade.



[Razão de viver de Lourenço Baptista, 2017](#)