

FELICIDADE, uma conquista interna

Ana Rita de Calazans Perine (*)

Etimologia da palavra “Felicidade”

Do Latim:

FELIX (latim) = favorecido pelos deuses, frutífero.

Do Sânscrito:

DHELIC = fértil

DHÊ = mamar, amamentar

Derivam os termos fêmea, feminino, fecundo, feto, feno...

O INFELIZ É INFÉRTIL
O FELIZ É FÉRTIL

Os Primeiros Conceitos de Felicidade

Pré-socráticos

- Conceito de felicidade ligado ao corpo sadio e forte e/ou a alma bem formada.
- Aparecem como componentes da felicidade uma boa saúde, êxito na vida e boa formação individual.
- “A felicidade do corpo consiste na saúde, e a do espírito na sabedoria” (Tales)

Demócrito

- Introduz o conceito do prazer e da proporção da vida: manter-se afastado de qualquer defeito ou excesso.
- A felicidade pertence à alma, a morada da sorte.

Platão

- Tira a felicidade do âmbito do prazer (corpo), a espiritualiza, colocando-a ao lado da virtude. Aristóteles amplia o conceito.

Aristóteles

- A felicidade requer três bens: os bens externos, os bens do corpo e os bens da alma. Os bens externos são limitados, ao passo que os da alma não são.

Plotino

- Diferenciando sábio, estóico e louco, afirma que o sábio basta a si mesmo e é o único que é verdadeiramente feliz, já que sua felicidade não pode ser destruída.
- Aparece o conceito de beatitude, “extrema beleza”, aproveitado pela Igreja Católica e só abalado pelos humanistas renascentistas que ligam felicidade ao prazer, a satisfação.

Da Renascença para cá

- A questão da impossibilidade de sermos felizes plenamente.
- A felicidade dá os braços à moralidade.
- Nos séculos XIX e XX, a tônica romântica é a infelicidade.
- Quase na mesma época o foco migra para o contexto social, culminando no marxismo.
- Por fim, chega-se ao contexto atual de felicidade como um processo multifatorial.

O Projeto Iluminista de Felicidade

- Do século XVIII, as idéias estendem-se até hoje.
- Progresso trazendo a glória, a felicidade... o que aconteceu?!
- Texto positivista (1883) fala do Balé Excelsior (oito apresentações suntuosas no Rio de Janeiro, das quais D. Pedro assistiu sete) - Luta entre Trevas (cavaleiro medieval, pré-iluminismo) e Luz (gênio do progresso). Final apoteótico: a paz e a Ciência em maravilhoso arranjo.

A Tripla Revolução: científica, industrial e francesa

- Harmonia preestabelecida do progresso civilizatório e aumento da felicidade.
- A fórmula iluminista é: razão = virtude = felicidade.
- Muitos sabiam que não funcionava exatamente assim, mas havia um número enorme de pessoas, sobretudo na França, que acreditava piamente não só na fórmula, como na sua validade sistêmica, para todo o mundo.
- A realidade objetiva não é toda a realidade! O domínio do objetivo não é o domínio do real. O compromisso com a objetividade anula a subjetividade!

A Bifurcação Pós-iluminista

Entre os argumentos que justificam a ineficácia do projeto iluminista:

- Os que defendem que ele ainda não chegou ao fim (Marx, Hegel)
- Os que defendem que não tinha como dar certo, por existir uma contradição intrínseca entre avanço tecnológico e felicidade (Nietzsche, Freud).
- Freud defendia que “a civilização entristece o animal humano”.

Distinções entre as Culturas Ocidental e Oriental

<i>Cultura Ocidental</i>	<i>Cultural Oriental</i>
Estimula intensamente o desejo e cria parafernalias anti sofrimento	Estimula o desapego, a sublimação continuada do desejo
Idéias da culpa (à culpa cabe o perdão)	Idéia da vergonha (implica em redenção)
Deus é homem velho, barbudo, cabeludo, sério, todo poderoso (O que faz)	Deus é o vazio pleno de potencialidade (O que potencializa)

A Pílula da Felicidade – A busca do bem-estar

- No máximo induz a algum tipo de prazer que, como é físico, é limitado.
- A alegria, ao contrário, transcende o corpo.
- O uso indiscriminado eliminaria a criatividade, seria o suicídio da humanidade.
- Projeto de adicionar o principal componente químico do Prozac na água a ser distribuída a toda a população.

Tristeza, Melancolia e Depressão

Aristóteles diferenciava o trágico (forma maior de se expressar, sublime) e o cômico (forma mais humana de expressão), os extremos dos humores eram proibidos.

Tristeza, na Idade Média, era considerada pecado. Enquanto que a melancolia dos monges era virtuosa.

Melancolia versus Depressão

- O melancólico tem o olhar perdido, vazio, desfocado, inerte, embora esteja rodeado de possibilidades.
- Em ambas existe uma falta, mas na melancolia se busca a saída.
- O estado depressivo não suporta perspectiva, fica embaixo da infelicidade e se alimenta dela.
- A melancolia tem “um rolo” com a infelicidade, a depressão casa com ela.

Alguns melancólicos...

- Hamlet, o príncipe infeliz, é o melancólico por excelência, com grande poder de criação.
- Fernando Pessoa... é melancólico.
- Freud, Nietzsche (“o sofrimento é uma passagem, não deve ser uma morada”), Dostoiévski são grandes pensadores da melancolia.

*Gravura de
Albrecht Dürer (1471-1528)
“Melancolia”, de 1514*

Do barroco alemão, riquíssima em detalhes.


As obras de arte eram contextuais, retratavam o inconsciente coletivo. Europa era 97% analfabeta. Lutero (reforma), iniciou o processo de alfabetização. Passados de 200 -300 anos consegue-se 60% de alfabetismo.



Felicidade como uma conquista interna

<p><i>“A felicidade não está em viver, mas em saber viver. Não vive mais o que vive, mas o que melhor vive”</i> (Mahatma Gandhi)</p> <p><i>“A felicidade se faz, não se acha”</i> (E.J Hardy)</p> <p><i>“A felicidade não é uma estação aonde chegamos, mas uma maneira de viajar”</i> (Margareth Lee Rimbeuk)</p>	<p><i>“Muda seu céu, não sua alma, quem corre através dos mares... O que procuras está aqui se a fortaleza de tua alma não te faltar”</i> (Horácio)</p> <p><i>“O homem sensato é aquele que não se aflige pelo que não tem, mas se rejubila com o que tem”</i> (Epicteto)</p> <p><i>“A alegria é o sinal pelo qual a vida marca seu triunfo”</i> (Alexis Carrel)</p>
--	--

Os Mitos

- Os conceitos de Ibris e Nêmisés marcam presença nos mitos e livros sagrados.
- A cada transgressão dos limites (ibris) pela arrogância, imoderação ou audácia excessiva se impõe uma ação corretiva (nêmisés) por meio de revezes, calamidades...
- Promovem o sentido de “religare”, a aproximação, o reconhecimento e o diálogo entre os mundos interno e externo.  Consciência.

Os Mitos de Sísifo e de Prometeu - falam do eterno retorno

- Sísifo é condenado a empurrar sistematicamente uma enorme e pesada pedra até o topo de uma montanha; sempre que chegava ao cume, a pedra rolava montanha abaixo.
- Prometeu rouba o fogo dos deuses e é condenado a ter diariamente seu fígado devorado por uma águia; a noite o fígado se regenerava.
- Nota - Referência de Francis Bacon, na renascença: O Prometeu (previdente) é o mal estar da civilização. Epimeteu (o imprevidente) é o bem estar da não civilização. O pior dos mundos é o mal estar da não civilização.

O Mito de Tântalo - fala do inalcançável

- Tântalo rouba o néctar e ambrosia dos deuses e padece de fome diante de iguarias inalcançáveis.

Um Mito Cristão

- Deus conversando com três anjos sobre onde colocar a felicidade. Um sugere o centro do sol, outro o centro do universo. Quando o terceiro anjo, que permanecia atento e calado é interrogado por Deus, serenamente responde: dentro do ser humano.



24 Forças

06 Virtudes

curiosidade / interesse pelo mundo
 gosto pela aprendizagem
 critério / pensamento crítico / lucidez
 habilidade / originalidade / inteligência prática / esperteza
 inteligências social, pessoal e emocional
 perspectiva

} Saber e Conhecimento

bravura e valentia
 perseverança / dinamismo / diligência
 integridade / autenticidade / honestidade

} Coragem

bondade e generosidade
 amar e aceitar ser amado

} Humanidade e Amor

cidadania / dever / espírito de equipe / lealdade
 imparcialidade e equidade
 liderança

} Justiça

autocontrole
 prudência / discrição / cuidado
 humildade e modéstia

} Moderação

apreciação da beleza e da excelência
 gratidão
 esperança / otimismo / responsabilidade com o futuro
 espiritualidade / senso de propósito / fé / religiosidade
 perdão e misericórdia
 bom humor e graça
 animação / paixão / entusiasmo

} Transcendência

A Questão da Felicidade e as Três Esferas

- *A Esfera do Saber* - Engloba as esferas do Sentir e do Ter. Sabe discernir quando um ou outro se torna necessário.
- *A Esfera do Sentir* - Engloba a esfera do Ter.
- *A Esfera do Ter* - Se restringe a si mesma.

Observações Finais

<p>Os conceitos de felicidade se mostram binários, ou temos ou não temos.</p> <p>Quando relativizamos a felicidade, não “somos felizes”, “estamos felizes”.</p> <p>Ser feliz é resultado de um processo histórico (felicidade como conquista interna), estar feliz não.</p> <p>A crescente procura por antidepressivos: será que é tão difícil conviver com a lucidez?!</p>	<p>Talvez estejamos sentindo mais falta de e afeto do que de remédios.</p> <p>Afeto fala de encontro, consigo mesmo e com o outro.</p> <p>Encontro requer desaceleração ou, aceleração controlada. É um exercício de humanidade!</p> <p>Quando perdemos a conexão com o sentido, perdemos a nós mesmos, ao outro e a própria vida.</p>
---	--

(*) Ana Rita de Calazans Perine - Dirige o Instituto ORIOR. Coordena a Academia CULTURAL. Atua nas áreas de Desenvolvimento Humano e Transformação Cultural.