

Luc Ferry

7 maneiras de ser feliz

Como viver de forma plena

TRADUÇÃO

Joana Angélica d'Ávila Melo



Copyright © XO Éditions 2016. Todos os direitos reservados.

Grafia atualizada segundo o Acordo Ortográfico da Língua Portuguesa de 1990, que entrou em vigor no Brasil em 2009.

Título original

7 façons d'être heureux: ou les paradoxes du bonheur

Capa

Alceu Chiesorin Nunes

Preparação

Emanuella Feix

Revisão

Valquíria Della Pozza

Márcia Moura

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Ferry, Luc, 1951–

7 maneiras de ser feliz : Como viver de forma plena
/ Luc Ferry ; tradução Joana Angélica d'Ávila Melo. –
1ª ed. – Rio de Janeiro : Objetiva, 2018.

Título original: 7 façons d'être heureux: ou les
paradoxes du bonheur
ISBN 978-85-470-0054-7

1. Felicidade (Filosofia) I. Título. II. Título: Como
viver de forma plena.

17-11334

CDD-170

Índice para catálogo sistemático:

1. Felicidade : Filosofia 170

[2018]

Todos os direitos desta edição reservados à
EDITORA SCHWARCZ S.A.

Praça Floriano, 19, sala 3001 – Cinelândia

20031-050 – Rio de Janeiro – RJ

Telefone: (21) 3993-7510

www.companhiadasletras.com.br

www.blogdacompanhia.com.br

facebook.com/editoraobjetiva

instagram.com/editora_objetiva

twitter.com/edobjetiva

*Para Matao,
que já sabe tudo isso...*

*Ser imbecil, egoísta e ter boa saúde: eis as três condições necessárias
para ser feliz. Mas, se a primeira lhe faltar, tudo está perdido.*

Flaubert, carta a Louise Collet,

13 de agosto de 1846.

*Se a Providência quisesse que fôssemos felizes,
não nos teria dado a inteligência.*
Kant, Fundamentos da metafísica dos costumes.

Sumário

<i>Prefácio: Materiais para uma breve história da felicidade.....</i>	<i>11</i>
1. A antinomia da felicidade	33
2. Amar: felicidade e infelicidade de amar.....	54
3. Admirar, ou por que a admiração nos deixa felizes?.....	75
4. Emancipar-se: liberdade ou felicidade?.....	92
5. Ampliar os horizontes: por que o pensamento ampliado nos deixa felizes?	109
6. Aprender e criar: sofrimentos e alegrias do conhecimento	123
7. Agir: por que trabalhar para o bem de outrem pode fazer você feliz.....	152
<i>Notas</i>	<i>163</i>

Prefácio

Materiais para uma breve história da felicidade

O Ocidente passa hoje por um verdadeiro crescimento da ideia de felicidade, uma proliferação sem precedentes de livros com pretensões filosóficas inspirados nas sabedorias antigas, no budismo, no taoismo ou no estoicismo. Essas obras são oportunamente temperadas com empréstimos tomados às teorias do desenvolvimento pessoal oriundas dos Estados Unidos, à moda do coaching e da psicologia dita “positiva”. Sob formas menos ou mais aliciantes, eles prometem que alcançaremos o bem-estar, a serenidade e a felicidade, desde que recorramos a certas técnicas espirituais, a exercícios práticos de sabedoria, tanto físicos quanto mentais. Entre todos esses livros, alguns são até bem-feitos, concebidos com habilidade por autores talentosos com o objetivo de seduzir e até mesmo de trazer certo reconforto àqueles que estão mergulhados na angústia e no sofrimento. Portanto, é compreensível que obtenham um grande sucesso. O que podemos concluir disso? Seria um fenômeno novo e promissor, ou trata-se de um resgate nostálgico de doutrinas arcaicas, destinadas a amenizar as carências, reais ou supostas, de um mundo moderno, geralmente considerado materialista e desiludido?

Para responder a essas perguntas, proponho começar nossas reflexões por uma breve história da felicidade, uma abordagem histórico-filosófica que nos conduzirá, desde este prólogo, àquilo que considero essencial: o fato de que a própria ideia de felicidade é objeto de um debate contraditório, de uma “antinomia” que opõe radicalmente duas teses.

Para uns, a felicidade é a meta de toda vida humana, e também da animal, e a sabedoria suprema consiste em apoderar-se dela. Não apenas todos nós buscamos a felicidade — “até mesmo os que vão se enforcar”, como dizia Pascal —, como, além disso, esse “bem soberano” é acessível a todos, desde que sejamos capazes de realizar os exercícios mentais apropriados. Já para outros, embora seja evidente que todos procuramos desesperadamente a felicidade, essa busca não passa de ilusão, de uma miragem. A felicidade não apenas é inacessível aos seres humanos em razão do caráter finito de nossa existência como simples mortais, mas também, sendo nossos desejos contraditórios e flutuantes, em qualquer hipótese é impossível defini-la de maneira categórica e satisfatória. Sabemos com bastante clareza o que nos torna infelizes, mas muito menos distintamente sabemos o que nos faria felizes. É claro, em nossa existência conhecemos momentos de alegria, e até oásis de serenidade. Como veremos, é bom trabalhar nisso; mas prometer uma felicidade duradoura obtida por si só, graças a exercícios de sabedoria e a um trabalho centrado no próprio ego, constituiria em última análise uma impostura intelectual.

Para alcançarmos a objetividade necessária, precisaremos examinar, com seriedade e com toda a imparcialidade possível, os argumentos de ambos os lados. Começarei colocando as cartas na mesa: sem acusar de impostores os filósofos da felicidade, neste assunto inclino-me claramente mais para a antítese do que para a tese. E faço isso por uma razão fundamental que os próximos

capítulos desenvolverão tanto quanto for necessário: tudo o que nos faz felizes, o amor, a admiração, a liberdade, o conhecimento, a abertura do espírito, a ação, além de outros elementos dos quais ainda falaremos, é também aquilo que pode nos fazer mais infelizes. Para dar, de início, um exemplo evidente: nada pode entusiasmar mais do que o amor e nada é mais desesperador do que o luto por um ser amado. Assim, é a própria condição humana que me parece relacionar intrinsecamente a ideia de felicidade a uma extrema fragilidade. Mais uma razão para pensarmos no assunto, para tentarmos enxergar com clareza e não nos deixarmos iludir por ideologias cujas promessas fáceis são enganosas e muitas vezes perigosas, pois são paradoxalmente contraproducentes. Como demonstram inúmeras pesquisas de campo que mencionarei adiante, a busca excessiva pela ventura traz o risco da decepção, inclusive da depressão, já que a bela promessa da felicidade ameaça fortemente transformar-se na tirania daquilo que Pascal Bruckner chamava graciosamente de “euforia perpétua”.¹

Mas não nos antecipemos. Começemos já por esta breve recapitulação histórico-filosófica que me parece tanto necessária quanto apaixonante por si só, ao menos para sabermos com um pouco mais de precisão do que falamos quando evocamos a ideia de felicidade.

SOBRE O PRAZER, O SOFRIMENTO E A FELICIDADE

Na maioria das sabedorias antigas, tanto entre os epicuristas quanto entre os estoicos, por exemplo, mas também em Aristóte-

les, no judaísmo, no budismo ou no taoismo, a ideia de felicidade ocupa um lugar central na reflexão sobre o sentido da existência. Somente com o surgimento do cristianismo, e mais ainda com sua vertente católica, as coisas se deterioram. Ao menos aqui embaixo, na terra, se a felicidade não estiver no céu, ela se torna amplamente secundária, para não dizer suspeita. Claro, ela permanece como o objetivo da existência humana, continua como o “bem soberano”, e todos temos como propósito uma “vida feliz”, para retomar o título de um ensaio de santo Agostinho. Mas é sobretudo no além, ou pelo menos na relação com ele, que a felicidade poderia encontrar seu lugar. No aqui e agora, nesta terra dos mortais, não é a felicidade que abre um acesso ao Reino: são principalmente os males inerentes à existência terrestre que nos dão a oportunidade de nos prepararmos, de encontrarmos nosso caminho rumo à salvação.

A TEOLOGIA CRISTÃ DO SOFRIMENTO: SOMENTE A RELIGIÃO PODE FAZER FELIZ PELA NOVA RELAÇÃO QUE ELA INSTAURA COM O ALÉM

Foi dentro desse espírito que ao longo dos séculos a Igreja elaborou uma teologia do sofrimento: uma verdadeira filosofia da infelicidade que sublinha as virtudes potencialmente redentoras da desgraça, doutrina singular que o *Catecismo* oficial do Vaticano mantém até hoje com extrema firmeza. Temos então, por exemplo, os trechos dedicados aos potenciais benefícios da doença como um meio de acesso à salvação; daí também sua recusa categórica em reconhecer como a eutanásia pode abreviar os sofrimentos do doente terminal. É preciso ler com atenção as páginas consagradas a tais assuntos por essa obra canônica, a qual, convém ressaltar,

não é em absoluto uma obra de vulgarização, e muito menos um manual destinado às crianças. Trata-se, indiscutivelmente, do texto tomado como referência à doutrina católica.

Nele podemos ler, por exemplo, este excerto que já revela bastante sobre a teologia do sofrimento:

A doença pode levar à angústia, ao fechar-se em si mesmo e até, por vezes, ao desespero e à revolta contra Deus. Mas também pode tornar uma pessoa mais amadurecida, ajudá-la a discernir, na sua vida, o que não é essencial para se voltar para o que o é. Muitas vezes, a doença leva à busca de Deus, a um regresso a Ele.²

Nesse contexto, o que importam alguns dias ou até alguns meses de sofrimento, diante da possibilidade de entrar na alegria infinita de uma vida situada na Luz eterna? Abreviar os sofrimentos do moribundo seria loucura, já que eles podem ser, para esse indivíduo, a oportunidade de compreender o sentido de sua existência, de compartilhar a paixão de Cristo e de unir-se assim a ela, como sublinha de novo um outro trecho do mesmo *Catecismo*:

Pela sua paixão e morte na cruz. Cristo deu novo sentido ao sofrimento: desde então este pode configurar-nos com Ele e unir-nos à sua paixão redentora [...] Assim, São Paulo deve aprender do Senhor que “a minha graça te basta: pois na fraqueza é que a minha força atua plenamente” (2 Cor 12, 9), e que os sofrimentos a suportar podem ter como sentido que “eu complete na minha carne o que falta à paixão de Cristo, em benefício do seu corpo, que é a Igreja” (Cl 1, 24).*

* Nesta tradução, extraímos as citações das epístolas de *A Bíblia de Jerusalém*. São Paulo: Edições Paulinas, 1992. (N. T.)

A parábola do jovem rico vem reforçar esse elogio à desgraça sob todas as suas formas: o jovem pergunta a Jesus o que é preciso fazer para entrar no Reino, e, com a sabedoria do rabino que ele acima de tudo é, Jesus lhe responde que é preciso respeitar a lei, os dez mandamentos. O rapaz fica um pouco contrariado: sim, claro que ele já respeita a lei, ele é judeu, então é óbvio! Mas gostaria de fazer mais. Nessas condições, o rabino de Nazaré o orienta a vender seus bens e a repartir o dinheiro entre os pobres. No entanto, o jovem, muito triste, se afasta chorando, pois se sente incapaz de se desfazer de seus haveres. É então que Jesus, voltando-se para seus discípulos, emite a famosa mensagem segundo a qual é mais fácil um camelo passar pelo buraco de uma agulha do que um rico entrar no paraíso — convém esclarecer a metáfora que designa, pois às vezes as pessoas se equivocam: não se trata de uma agulha real, mas de uma porta na entrada da cidade, sob a qual os camelos deviam se abaixar para entrar.

Constata-se então, em última análise, que a miséria é sobretudo um bilhete de ingresso para a salvação, e a riqueza, um obstáculo. Por conseguinte, somente a perspectiva religiosa de um além, de uma existência fora do mundo terrestre, pode se situar ao nível da questão apresentada pela busca da felicidade. Para superar as provações da vida, para nos livrarmos definitivamente do medo e dos males que podem nos assolar a cada instante, como que por acaso, de maneira cega, injusta e indiferente, é preciso ter esperança em outra vida e, segundo o famoso ditado cristão, “matar a morte”. Somente essa consideração permitirá que os humanos amem sem temor e sem limites, sem pensar o tempo todo na inevitável e dolorosa separação que aguarda a todos nós. Portanto, para conseguir ser feliz apesar da morte — a nossa, mas sobretudo a daqueles que amamos —, Denis Moreau, um filósofo cristão, afirmou em seu belo livro *Les Voies du Salut* [Os

caminhos da salvação] que as quatro condições a seguir precisam estar reunidas:

Que a morte não seja o fim; que haja uma persistência da identidade pessoal após a morte; que haja uma relativa heterogeneidade entre a forma de ser que conhecemos atualmente e aquela situada após a morte; que seja permitido esperar que essa continuação post mortem se opere em condições relativamente felizes, e até muito felizes.³

Em outras palavras, só estaremos plenamente serenos, tranquilos e continuamente felizes se tivermos a certeza de que uma outra vida recomeçará após nosso desaparecimento aqui na terra. Nessa nova existência, reencontraremos aqueles a quem tivermos amado, ao mesmo tempo sendo nós mesmos, verdadeiras pessoas, com nossa alma e nosso corpo. Claro, é preciso que essa nova vida seja diferente da antiga, mas que seja sobretudo mais feliz, muito mais feliz, pois nela a morte já não terá vez, e o amor e a verdade reinarão como senhores. É justamente isso que Cristo promete àqueles que aceitam segui-lo. E é evidente que essa promessa de ressurreição pessoal, de corpo e alma, desequilibra de modo muito concreto a atitude existencial do cristão, não no além, mas aqui e agora:

A existência do crente é uma existência caracterizada pela fé na ressurreição de Cristo e pela esperança em sua própria ressurreição. Essa fé e essa esperança, se levadas a sério, não são algo que poderíamos ter paralelamente a outras ideias, a título de ornamento ou de consolação da vida. Elas determinam o ser inteiro do cristão e o situam numa relação específica com o mundo, relação que modifica seu estar no mundo...⁴

... afirmações que a meu ver ressaltam a enorme força, mas também a fraqueza da mensagem cristã em relação à felicidade no além. Se os sofrimentos aqui na terra são secundários diante da promessa de uma vida eterna, quando não sem importância, e se o que importa no final é mesmo a morte da morte, a felicidade cristã requer uma dimensão que a torna forçosamente frágil aos olhos de um não crente. Para que a “Boa-Nova” (que em grego se diz *eu-angelia* – “ev-angelho”) – a ressurreição das pessoas em corpo e alma – possa não somente nos tranquilizar, mas também encantar o mundo desde já, para que ela nos permita alcançar a serenidade e uma certa forma de felicidade aqui e agora, é preciso crer nela, é preciso ter fé.

A IDEIA REPUBLICANA E A SECULARIZAÇÃO DO CRISTIANISMO: A VALORIZAÇÃO ANTIARISTOCRÁTICA DO CARÁTER PENOSO DO TRABALHO

O período moderno irá se caracterizar pela passagem de uma ética católica a uma ética republicana. Apesar das claras rupturas ligadas à eclosão do mundo laico, essa transição continuará, na esteira da parábola dos talentos, a valorizar o esforço, relacionando a noção de mérito à de trabalho e associando esta última ao caráter penoso, como a etimologia da própria palavra indica: *tripalium* significa “instrumento de tortura de três pés”. Sob vários pontos de vista, o republicanismo, para além das polêmicas anticlericais de superfície, irá se contentar em secularizar a mensagem cristã a respeito da felicidade, sem modificar a essência de seu conteúdo. Com isso, também transformará o sofrimento em uma virtude: quando não é pela doença, o será pelo trabalho, pela escola, pelos esportes e por todas as formas da “superação de si”, inclusive pelo

parto, que durante muito tempo continuará sendo, na França, um parto com dor. Desenvolvi esses temas em outros livros, especialmente em *A revolução do amor: Por uma espiritualidade laica*,⁵ de modo que aqui não voltarei a me demorar neles, a não ser para lembrar até que ponto essa passagem do catolicismo ao republicanismo é mais contínua do que em geral se pensa, sobretudo na questão da felicidade, a qual, tanto em um como em outro, é afinal relegada a uma posição totalmente secundária.

Para compreender bem essa questão, permitam-me lembrar em poucas palavras a moral da parábola dos talentos, assim como a maneira pela qual o republicanismo a seculariza, tornando a felicidade um elemento dispensável da ética.

A parábola dos talentos conta a história de um amo que, ao partir em viagem, confia três somas diferentes de dinheiro a três de seus servos. Cinco talentos ao primeiro, dois ao segundo e um ao terceiro — a palavra “talento” (*talenta* em grego) designa moedas de grande valor, mas também simboliza os dons naturais que a pessoa recebe ao nascer. Ao retornar, ele pede uma prestação de contas. O primeiro servo lhe devolve dez talentos, o segundo, quatro, e o terceiro, que teve medo e enterrou a moeda, devolve-a intacta, sem tê-la feito frutificar. O amo o expulsa, aos insultos, e felicita os dois primeiros com palavras idênticas: “Bom servo, venha participar da alegria de teu senhor”. O que essa parábola significa? Primeiro e acima de tudo, o seguinte: ao contrário do que propõem as morais aristocráticas que dominam o mundo grego, a dignidade de um indivíduo não depende dos talentos que ele recebe ao nascer, mas daquilo que ele faz deles; não de sua natureza e de seus dons naturais, mas sim de sua liberdade e de seu trabalho, sejam quais forem as dotações iniciais. Claro, existem desigualdades naturais entre os seres humanos. Seria inútil querer negar isso. Quanto a isto, não podemos fazer nada:

alguns são *de facto* mais fortes, mais bonitos e até mais inteligentes do que outros. É um fato, assim como a realidade de que o primeiro servo tem cinco talentos, ao passo que o segundo só tem dois. E então? Qual a importância disso no plano moral? A resposta cristã: nenhuma! Pois o que conta é o que cada um vai fazer desses talentos. É o trabalho, por mais penoso que seja, que dignifica o homem, e não a natureza. Num universo ainda totalmente impregnado de ética aristocrática, essa proposição constitui um verdadeiro terremoto, uma revolução que o republicanismo moderno vai integrar. Podemos observar isso de maneira particularmente límpida nesta carta magna da moral republicana que é o kantismo, no qual os revolucionários franceses vão se inspirar de maneira ampla até a Terceira República.

Por motivos apresentados de maneira clara — porém infinitamente condensada — nas primeiras linhas dos *Fundamentos da metafísica dos costumes* de Kant, para nós tornou-se quase impossível considerar os dons naturais, os talentos, como dotados de algum valor moral por si só. É como se o fato de ser inteligente, alto, forte, belo ou hábil nas atividades do corpo ou do espírito fosse, em si, uma virtude — qualquer que seja, aliás, o poder de sedução que essas qualidades podem às vezes exercer sobre nós num plano extramoral, por exemplo nos esportes, nas ciências ou nas artes. Para nós, republicanos modernos que tomamos distância ante as morais aristocráticas, essa sedução já não tem a ver com a ética, mas pertence a outras esferas. Neste ponto, a argumentação de Kant sustenta-se em poucas linhas, mas que expressam uma verdadeira ruptura com o mundo aristocrático: “Evidentemente, a força, a inteligência, a beleza etc. são moralmente neutras, nem boas nem más em si, pois qualquer um reconhecerá, se refletir a respeito por um instante, que é possível utilizá-las tanto em direção ao bem quanto ao mal!”. *Corruptio optimi pessima*, diz o

provérbio latino: a corrupção dos melhores é a pior que existe. Portanto, não são as qualidades naturalmente dadas que constituem a virtude, mas somente o uso que se faz delas, isto é, a liberdade e o trabalho, ou, como justamente diz Kant no trecho que acabamos de ler, a “boa vontade”. Eis por que somente ela pode ser considerada absolutamente boa.⁶

VALORIZAÇÃO DO TRABALHO, DESVALORIZAÇÃO DA FELICIDADE

A valorização católico-republicana do esforço e do mérito ligados ao caráter penoso do trabalho — palavra cuja etimologia, como já dissemos, não deixava nenhuma dúvida sobre o fato de não ser em absoluto uma fonte de felicidade para todos — marca, portanto, uma ruptura total com as visões morais aristocráticas do mundo e ao mesmo tempo eudemonistas (orientadas para a felicidade) que caracterizavam o pensamento antigo. No universo grego, aristocrático por excelência, somente os escravos estavam destinados a essa desgraça que é a obrigação de trabalhar, como mostra Hannah Arendt em um texto que merece ser citado:

Os antigos julgavam necessário ter escravos por causa da natureza servil de todas as ocupações que atendiam às necessidades da vida. Era inclusive por esse motivo que se defendia e se justificava a instituição da escravidão. Trabalhar era a sujeição à necessidade, e essa sujeição era inerente às condições da vida humana. Como estavam submetidos às necessidades da vida, os homens só podiam livrar-se disso dominando os que eles submetiam coercitivamente à necessidade. A degradação do escravo era um golpe do destino, um destino pior do que a morte, pois provocava uma metamorfose