

# UMA REFLEXÃO SOBRE A BUSCA E O SIGNIFICADO DA FELICIDADE

Douglas Pereira \*  
Ulisses Ferreira de Araújo \*\*

**Resumo:** Este trabalho possui por objetivo refletir sobre a busca da felicidade pelo ser humano. Esse interesse surge desde as civilizações mais antigas e passa pelos principais conceitos da filosofia grega que impactaram o campo da psicologia. A partir dessa perspectiva, discutiu-se a necessidade da consideração dos aspectos culturais na definição de felicidade, bem como o respeito a seu conceito no respectivo idioma. Concluímos que a felicidade transcende uma definição pronta e estruturada que se encaixa em todos os idiomas, povos e culturas, sendo necessário um olhar mais amplo para o seu significado contextual.

**Palavras-chave:** Felicidade. Idioma. Cultura.

## Thinking over the search and meaning of happiness

**Abstract:** This work aims to think over the search for happiness by the human being. This theme goes back from the earliest civilizations and goes through the main concepts of Greek philosophy that have impacted the field of psychology. From this perspective, we discussed the need to consider cultural aspects in the definition of happiness, as well as the deference for its concept in the respective language. We conclude that happiness transcends a ready and structured definition that fits all languages, peoples and cultures, and a broader perspective is needed for its contextual meaning.

**Keywords:** Happiness. Language. Culture.

## Introdução

Desde os tempos mais antigos a humanidade aspira por uma vida diferente dos desafios e incômodos aos quais experimenta, algo que seja melhor, distante daquilo que o faz sofrer, ou seja, está à procura de uma vida mais satisfatória, uma vida feliz. Essa busca está impressa em desenhos, contos, mitos, poemas e canções de diversos povos, em diferentes idiomas e dialetos, em distintos momentos da História. A felicidade, enquanto busca universal, é ensinada de acordo com cada tradição sobre sua forma, requisitos e considerações para alcançá-la. Sendo assim, as nuances, eventuais contradições, influências sociais e econômicas no interesse da humanidade por felicidade são registradas em letras garrafais ao longo do curso da História.

Mas, haverá um conceito único sobre felicidade que prevalece entre as diferentes culturas e idiomas? Seria a felicidade um lugar inatingível ou um processo a ser vivido? Necessita da participação coletiva ou pode ser desenvolvida apenas individualmente? Encontra-se na liberdade ou na igualdade entre as pessoas? Esse anseio baseia-se na virtude ou no alcance do prazer? Está no repouso ou na ação

voluntária? Seria esse interesse pela felicidade o elemento desencadeador de mudanças sociais, políticas e econômicas? Ou seria justamente o oposto, a busca pela felicidade uma consequência das mudanças ocorridas no mundo?

Tais questionamentos, embora pertinentes devido à sua complexidade, não possuem uma resposta simplista e absoluta. Qualquer tentativa de encerramento dessas questões sem um profundo exercício de reflexão pode denotar mero reducionismo, haja vista que, em um mundo líquido moderno, o que pode parecer correto e apropriado hoje, amanhã pode ser considerado fantasioso ou lamentavelmente equivocado (BAUMAN, 2011). Por outro lado, o relativismo quanto a essa temática não contribui para o debate, tornando-o superficial, impraticável e desviado de qualquer vislumbre conceitual. Por isso, distante de estabelecer uma conclusão no que tange a esse tema ou fornecer uma resposta única, ressalta-se aqui o interesse em ampliar a discussão e a percepção sobre a felicidade.

### **Definindo a palavra “felicidade”**

Quando se trata do tema felicidade, é muito comum termos uma concepção pessoal. Para o campo da Psicologia, embora a percepção e definição de felicidade seja essencialmente um fenômeno subjetivo e individual (MYERS; DIENER, 1995), isso não significa que existam influências sobre esse julgamento que não possam ser estudadas de forma empírica. Dessa forma, investigar a felicidade de alguém, um grupo de pessoas, país ou população, seria algo possível com a existência de um adequado instrumento de pesquisa. A partir dessa premissa, os pesquisadores recorreram às mais variadas fontes teóricas, filosóficas e estatísticas ao longo do tempo para a construção de instrumentos que pudessem atender ao objetivo de avaliar a felicidade das pessoas.

O resultado com o qual lidamos no presente é que o estudo sobre felicidade é tratado por óticas diferentes entre os pesquisadores. Contudo, se ainda não é possível um consenso quanto ao conceito de felicidade na literatura científica, uma alternativa possível seria identificar o significado dessa palavra em cada idioma. Pois nas variações das famílias das línguas, o termo “felicidade” possui diversas etimologias, e analisar sua definição é também respeitar o idioma e a cultura na qual está inserida.

Neste sentido, podemos perceber que existe certa frequência na relação da definição de felicidade com a ideia de sorte ou destino favorável. No latim *felicitas* vem de *felix*, do verbo grego *phyo*, “produzir”, que traz a ideia de produtividade; o termo francês *bonheur* vem do latim *bonum augurium*: “bom augúrio”, “boa fortuna”; o alemão *Glück* significa “fortuna”, “acaso”; em inglês, a palavra *happiness* é oriunda da raiz irlandesa *happ*, “sorte”; em grego, felicidade vem de eudaimonia, proposta por Aristóteles, podendo ser entendida como ter um bom *daimôn*, ou seja, um bom espírito (LENOIR, 2013).

Além das diferenças etimológicas e idiomáticas, a felicidade também se altera de acordo com as lentes do autor referenciado, podendo ser percebida como: um fim em si mesmo (Aristóteles); baseada no prazer (Epicuro); dependente da sensibilidade de cada um (Schopenhauer); a única coisa na vida que vale a pena ter (Voltaire); oriunda das condições sociais e econômicas (Marx); resultado de um comportamento digno (Kant); um fenômeno episódico (Freud); resultante do processo de individuação (Jung); ou, ainda, enquanto propósito de toda atividade laboriosa do ser humano (Hume) (LENOIR, 2013).

No campo da Psicologia, felicidade é frequentemente identificada dentro do construto de bem-estar (SELIGMAN, 2011). Um dos conceitos frequentemente utilizados é o de felicidade enquanto Bem-estar Subjetivo (DIENER, 1984; 1994; DIENER, SUH, LUCAS; SMITH, 1999), que pode ser definido como uma avaliação subjetiva do mundo, envolvendo a experiência de prazer e satisfação com a vida (DIENER, 1984; 2000). Essa avaliação acontece de forma individual e parte da premissa de que só o próprio indivíduo pode realizá-la, impossibilitando a observação ou julgamentos por terceiros. Para essa autoavaliação, cada indivíduo conta com seu conjunto de valores, emoções e experiências anteriores, que estão guardadas em pensamentos e sentimentos sobre sua existência, ou seja, uma concepção de vida organizada subjetivamente (DIENER; LUCAS, 2000).

Mesmo sendo adotada com certa proeminência em diversas produções científicas, essa definição não é hegemônica e encontra divergência, por exemplo, com o conceito de Bem-estar Psicológico (RYFF, 1989; RYFF; KEYES, 1995). Para Ryff (1989), quando se aborda felicidade é necessário ir além de uma lógica imediatista de satisfação, deve-se incorporar os aspectos mais desafiadores e duradouros da vida, como ter um projeto, alcançar relações satisfatórias e atingir um sentimento de autorrealização. A partir de uma extensa revisão teórica, Ryff (1989,

2013) formulou um modelo multidimensional que reflete as características relativas ao funcionamento psicológico positivo do ser humano. Essa proposta se baseia em seis componentes: autoaceitação, propósito de vida, domínio do ambiente, relacionamentos positivos, crescimento pessoal e autonomia.

No entanto, essas percepções partem do pressuposto de que a palavra “felicidade” possui um entendimento universal por parte das pessoas, ou seja, um mesmo significado em diferentes idiomas e lugares ao redor do mundo. Conforme podemos perceber ao considerar a construção etimológica do termo, isso é variável. Pois perguntar sobre felicidade para um brasileiro e para um francês pode resultar respostas diferentes.

A negligência do aspecto cultural da vida humana e a visão excludente em considerar a felicidade apenas como Bem-estar Subjetivo ou Bem-estar Psicológico não contribui para o avanço no tema. Considerar ambas as formas em detrimento de uma visão dicotômica do assunto, apresenta-se enquanto uma oportunidade para a ampliação do estudo em felicidade. Afinal, os registros históricos mostram que a felicidade já foi tratada de forma diferente pelas pessoas, como por exemplo um estado de harmonia, de tranquilidade e paz interior. Ainda hoje, é possível perceber em alguns idiomas a ideia de harmonia e equilíbrio na tradução de felicidade (PEREIRA, 2017), e isso se manifesta como uma provável consequência histórica dessa busca humana.

### **A breve história de uma busca**

Para o historiador Georges Minois, em seu livro “A Idade de Ouro: história da busca da felicidade” (2009), o ser humano ao longo de sua evolução, a partir da tomada de consciência de sua condição de vida, dos males aos quais está sujeito, ciente de seu sofrimento e existência frágil, estabelece um lugar, ainda que não geográfico, e uma época em que a felicidade exista. Esse paraíso, que reside em algum lugar de um passado fabuloso, informa que o homem era feliz.

Os relatos antigos sobre essa busca podem ser encontrados nos escritos sumérios em argila, 4 mil anos antes de nossa era, que descrevem o paraíso como um lugar de harmonia entre ser humano, animais e natureza, sem rivalidade. Na mitologia suméria, o Dilmun – nome da terra dos imortais, retratada no mito de Enki e na epopeia de Gilgamesh – é um paraíso no centro do mundo, caracterizado por

tranquilidade, rios e fluir abundante de águas. Os achados nas inscrições egípcias de 24 séculos atrás descrevem um lugar de extraordinárias colheitas e abundância; nota-se que se trata de uma civilização praticamente agrícola.

Essas primeiras ideias encontradas sobre felicidade parecem demonstrar a busca por algo que é antagônico à vida real, a necessidade de suprir uma falta existente. A felicidade nesse período, parece definir-se negativamente, ou seja, tudo aquilo que não é aqui, uma ausência. Um outro lugar, onde não existe medo, rivalidade, inimigos, fome e sofrimento. Para civilizações antigas da Mesopotâmia – que exerceram forte influência sobre a cultura ocidental –, a felicidade existe e parece manifestar-se na harmonia entre diversos elementos, ser humano, animais, natureza, mas ela não é aqui, onde nós vivemos. Mais adiante no curso da História, encontramos duas histórias que balizariam grande parte do conceito de felicidade no Ocidente: o mito da Idade de Ouro e o paraíso judaico.

Na Grécia, em um período anterior aos filósofos clássicos, a mitologia grega fornece a ideia de felicidade vinculada a uma época e um lugar. No final do século VIII antes da nossa era, o poeta grego Hesíodo aborda, em seu poema Teogonia, trabalhos e dias, uma “raça de ouro”, um período em que seres humanos viviam com os deuses. Sob o governo de Cronos, o deus do tempo, os seres humanos viviam em paz e harmonia, e eram cercados da fartura dos alimentos. Afastados de todo tipo de mal e doenças, não envelheciam, mas morriam pacificamente, ou seja, desfrutavam de uma longa e saudável juventude (MINOIS, 2009).

Essa seria a Idade de Ouro, um período de saúde e paz em que não havia o que temer ou esperar; felicidade aqui estaria associada a uma eternidade em que reinava a plenitude. Mas, segundo a mitologia, foi quando Zeus destituiu Cronos de seu reinado que, paradoxalmente, surgiu o tempo, colocando fim a essa eternidade e, conseqüentemente, à felicidade. Cronos foi, então, exilado em Creta e passou a reinar apenas sobre as Ilhas Bem-Aventuradas ou Ilhas Afortunadas, o lugar para onde iriam os heróis após a morte. Dessa forma, a felicidade, que outrora existiu neste mundo e presente em todos, foi eliminada daqui, passando a existir em um misterioso lugar que só seria possível o acesso depois da morte.

A Idade de Ouro é a lembrança de um tempo em que o homem era feliz em vida, mas esse período acabou. Pois segundo a mitologia grega, após um truque dos deuses a felicidade reside no passado de ouro, em um lugar inacessível antes da morte; com isso, viver passou a ser um martírio. Tal perspectiva norteou

posteriormente muito do que se diria sobre felicidade pelos filósofos gregos. Se, por um lado, os gregos tinham a Idade de Ouro como referência, a cultura judaica possui uma versão similar.

As referências sobre a felicidade na Bíblia são numerosas, mas geralmente associadas a uma prerrogativa de obediência divina. A ideia do paraíso judaico, disseminada no mundo pelo cristianismo, reside no Éden, um belíssimo e frondoso jardim onde Adão e Eva viviam livremente, em paz e harmonia, entre si, com a natureza e com os animais. Contudo, a plenitude e a felicidade foram perdidas a partir de uma desobediência para com o divino. Ao comerem o único fruto proibido por Deus, foram expulsos desse paraíso. Ainda como penitência desse pecado, o homem passaria a ter de se esforçar para conseguir seu alimento diário e a mulher, a sentir as dores do parto. O retorno para esse jardim só seria possível por meio de um salvador, Jesus, o filho de Deus, mas esse retorno ao Jardim estaria previsto apenas após o fim dessa vida.

A partir dessas histórias é possível perceber que tanto a cultura grega quanto a judaica, que são grandes influenciadoras do modelo de vida no Ocidente, promovem a ideia de uma felicidade em algum lugar do passado, e que poderá ser acessado no além, após esta vida, em um paraíso repleto de beleza, fartura, tranquilidade e harmonia. Também é possível perceber que o assunto não é novo, visto que desde as civilizações mais antigas existe uma busca por felicidade acompanhada por uma explicação. Após esta percepção inicial, vejamos como os filósofos a explicam, ou ao menos tentam.

### **Felicidade para os filósofos gregos**

Na leitura dos filósofos é importante ressaltar que é preciso respeitar duas informações: a história de vida do autor, ou seja, o que ele se dedicou a estudar, e também o momento histórico no qual o autor se pronunciou sobre determinado assunto, pois em tempos de guerra ou paz, a percepção de felicidade pode sofrer alteração.

Por volta de 420 a.C., o assunto felicidade, que antes limitava-se aos deuses e à Idade de Ouro, voltou a ser debatido em Atenas. Sob o discurso de Péricles de que a cidade, o Estado, seria o responsável por garantir felicidade aos cidadãos por

meio da democracia, os atenienses animaram-se e reviveram a Idade de Ouro (SILVA, 2007).

Contudo, os tempos eram difíceis, a cidade foi atravessada por sucessivas guerras, humilhações, conflitos comerciais e o ruir da democracia. Em pouco tempo, a peste, a destruição e as lutas políticas colocaram fim a esse paraíso grego. Foi neste cenário que os filósofos debateram o tema felicidade e, na ausência de condições do Estado em provê-la, caberia agora a cada indivíduo tal responsabilidade.

### *Aristóteles e a virtude*

Em Sócrates, devido a sua perspectiva política, a busca por felicidade era permeada por uma virtude cívica. Em Platão o entendimento sobre a felicidade foi aprofundado na busca do Bem e do Belo, por meio de uma vida virtuosa. Por sua vez, Aristóteles (384 a.C. – 322 a.C.), deu continuidade a perspectiva de seu mentor ao investigar a felicidade no âmbito pessoal, mas que afetaria de alguma forma os outros em sociedade. Pois a felicidade estaria relacionada a um viver bem e um agir bem, ou seja, uma vida pautada na virtude enquanto critério para a felicidade.

Uma vez que a felicidade é, então, uma atividade da alma conforme à virtude perfeita, é necessário considerar a natureza da virtude, pois isso talvez possa nos ajudar a compreender melhor a natureza da felicidade. (ARISTOTELES, 2013, p. 28).

Se em outros filósofos o debate sobre a felicidade concentrava-se de forma hipotética, conceitual e metafísica como Platão acreditava, Aristóteles expõe de forma prática que existem dilemas humanos que carecem de uma escolha e uma atitude; tais posturas, quando guiadas pela virtude, direcionam-se ao Bem supremo: a Eudaimonia. Esse é um dos conceitos mais importantes na obra de Aristóteles e ensejaria muitos debates posteriores, inclusive no campo da Psicologia nos dias de hoje.

A Eudaimonia, também chamada de Eudemonia, é um conceito presente no trabalho de Aristóteles chamado *Ética a Nicômaco*, um livro dedicado a seu filho. Para ele, a felicidade enquanto objetivo de todos não se resume à busca por satisfação material ou por riqueza, mas sim a uma atitude voluntária da alma em consonância com sua virtude em direção a seu verdadeiro *daimon*, ou verdadeiro

self. Dessa forma, o alcance da felicidade implica um processo de excelência contínuo de autodesenvolvimento e aprimoramento dos potenciais individuais.

Cabe ressaltar, que o pano de fundo dessa concepção de felicidade foi um cenário político confuso em Atenas, pois a democracia praticamente desapareceu quando as cidades-estados gregas perderam sua autonomia e foram anexadas ao império macedônico. Para Minois (2009), quanto maior o conjunto político do qual fazemos parte, menor é o sentimento de participação nas decisões coletivas, e conseqüentemente mais nos dedicamos às necessidades individuais. Provavelmente por isso, a concepção de felicidade aristotélica é menos centrada no passado ou nos deuses e mais naquilo que realmente o ser humano pode realizar. A eudaimonia coloca foco nas potencialidades humanas e no caráter virtuoso que elas possuem em seu desenvolvimento. Contudo, uma outra concepção sobre felicidade recebeu a atenção dos gregos, o epicurismo.

#### *Epicuro e o equívoco de seus discípulos*

Segundo os historiadores, a partir do final do século IV a.C., com a morte de Aristóteles em 322 a.C., e mudanças políticas que culminaram com o surgimento de monarquias aristocráticas e cosmopolitas, não havia o que discutir sobre política, logo a felicidade individual tornou-se o alvo de maior interesse (MINOIS, 2009; SILVA, 2007). A respeito dessa busca, uma das escolas de pensamento que ganhou importância rapidamente foi o epicurismo.

Essa forma de pensar inaugurada por Epicuro de Samos (341 a.C – 270 a.C.), ofereceu uma sugestão para uma vida feliz em sua *Carta sobre a felicidade (a Menecceu)*, um dos seus poucos trabalhos recuperados. Este filósofo, acreditava que a felicidade estaria vinculada a uma vida moderada, no controle de nossos medos e desejos.

E o conhecimento seguro dos desejos leva a direcionar toda escolha e toda recusa para saúde do corpo e para serenidade do espírito, visto que esta é a finalidade da vida feliz: em razão desse fim praticamos todas as nossas ações, para nos afastarmos da dor e do medo. (EPICURO, 2002, p. 35).

Para Epicuro, a felicidade estaria calcada na busca do prazer, mas tendo como medida aquilo que é essencial para viver. O importante seria uma vida equilibrada e com liberdade, em que dois estados seriam importantes: *aponia*,



ausência de sofrimento corporal e dor física, e *ataraxia*, um estado de tranquilidade e imperturbabilidade da alma (MINOIS, 2009).

Essa definição de Epicuro embora se aproxime da ideia de equilíbrio e harmonia mencionada anteriormente nos achados históricos, não foi a que seus seguidores propagaram e defenderam. O equívoco ocorreu quando seus discípulos traíram seu pensamento e extrapolaram a busca do prazer para além da satisfação dos desejos necessários e supérfluos, proporcionando a interpretação do epicurismo como uma busca desmedida por prazer (SILVA, 2007). Dessa forma, o epicurismo passou a ser confundido constantemente com o hedonismo proposto por Aristipo de Cirene (435 a.C. – 356 a.C.), para quem a felicidade estaria calcada no prazer, na satisfação no corpo. A harmonia e equilíbrio propostos inicialmente por Epicuro perdeu espaço para a ideia de busca pelo prazer, caricaturando o epicurismo enquanto uma perspectiva hedônica.

Após esta compreensão filosófica, é possível perceber que a definição de felicidade com origem grega tende a abordá-la a partir de uma perspectiva individual, ancorada em duas correntes de pensamento. A primeira seria a eudaimonia, com origem nos trabalhos de Aristóteles, que requer um contínuo desenvolver de potencialidades individuais. Já a segunda, seria uma satisfação hedônica, que visa à busca pelo prazer enquanto finalidade máxima do ser humano, proposta por Aristipo e erroneamente associada e confundida com os ensinamentos de Epicuro. A explanação de tais conceitos se faz necessário pois ainda hoje esses conceitos ensejam um debate recorrente no campo da Psicologia.

### **Outros sentidos para felicidade**

Os termos como felicidade e bem-estar tem surgido atualmente com muita frequência no âmbito das pesquisas na Psicologia Positiva. Esse campo da Psicologia se caracteriza como um movimento científico, iniciado nos anos 2000, com iniciativa de tentar corrigir a ausência de atenção por parte da Psicologia aos estudos sobre os comportamentos saudáveis do ser humano (BALANCHO, 2013). Através de um rigor metodológico e quantitativo, essa nova abordagem tem procurado mensurar os mais diversos aspectos saudáveis que compõem a vida humana. Dentre suas principais temáticas, estão a felicidade e o bem-estar do ser

humano, e no entendimento de felicidade enquanto bem-estar, duas concepções têm monopolizado a atenção nas pesquisas.

Os conceitos de Bem-estar Subjetivo e Bem-estar Psicológico são os mais proeminentes campos de estudo dentro da Psicologia na tentativa de entendimento sobre o que seria viver a felicidade (FREIRE & TAVARES, 2011). Para Ryan e Deci (2001), os pesquisadores da Psicologia Positiva investigaram a felicidade partindo dessas duas concepções aparentemente díspares, promovendo uma polarização dos estudos. O dicotomizar do entendimento do bem-estar, alicerçados filosoficamente em perspectivas hedônicas (Bem-estar Subjetivo) ou eudaimônicas (Bem-estar Psicológico), favoreceu inicialmente o debate dentro da Psicologia, o amadurecimento dos conceitos e insights, bem como novas proposições acerca do que seria viver uma “vida boa” (DELLE FAVE et al., 2011).

No entanto, uma das maiores controvérsias nessas pesquisas é a definição, investigação e tradução dos termos utilizados, principalmente a palavra felicidade (DELLE FAVE et al., 2016). Justamente pelo fato das influências culturais, idiomáticas e polissêmicas. Não se referindo apenas a uma questão de tradução, mas sim de modelamento do significado das palavras através da cultura. Vejamos, por exemplo, a definição em inglês de *Happiness: the feeling of being pleased or happy*<sup>1</sup>. Felicidade, nessa tradução, significa a sensação de estar satisfeito, contente. Contudo, o idioma inglês possui uma origem germânica e o termo *happ* está associado a destino ou sorte. Mas a palavra no idioma inglês dos Estados Unidos teve seu significado alterado gradualmente ao longo do tempo, saindo da ideia de destino para um estado interno positivo associado a conquistas e realizações, principalmente devido o contexto protestante americano (DELLE FAVE et al., 2016).

Já nas línguas neolatinas, a origem está em *felicitas*. De raiz indo-europeia *fe*, que se refere a crescimento e reporta à ideia de desenvolvimento, em vez da ideia de conquista e produtividade à qual é associada (DELLE FAVE et al., 2013). Para Delle Fave et al. (2013), a cultura exerce papel importante no significado que as palavras possuem em suas respectivas traduções, fortalecendo dessa forma a importância do contexto no qual o termo está inserido. Ao considerar a dimensão cultural, Delle Fave et al. (2016) utilizam como um de seus principais argumentos os estudos de Hofstede<sup>2</sup> (1980) sobre os contextos sociais de individualismo e

coletivismo, bem como seus impactos nas respostas fornecidas pelas pessoas em pesquisa.

A partir desse entendimento um recente estudo transcultural publicado sobre felicidade envolvendo 2.799 indivíduos de 12 países (Argentina, Brasil, Croácia, Hungria, Índia, Itália, México, Nova Zelândia, Noruega, Portugal, África do Sul e Estados Unidos) obteve resultados para além dos preconizados pela teoria do Bem-Estar Subjetivo<sup>3</sup> (DELLE FAVE et al., 2016).

Respeitando as definições existentes nas respectivas culturas no que tange ao significado do termo “felicidade”, os participantes foram convidados a responder com suas próprias palavras a uma pergunta aberta: o que é a felicidade para você? As respostas, após passarem por procedimento próprio de codificação, foram identificadas e agrupadas nas categorias: Trabalho, Família, Padrão de Vida, Relações Interpessoais, Saúde, Definições Psicológicas, Lazer / Tempo livre, Espiritualidade / Religião, Sociedade e Comunidade, Educação e Situações diárias / Vida em geral. Essas categorias foram baseadas nos estudos de qualidade de vida que enfocam domínios contextuais-sociais e psicológicos (WHOQOL, GROUP, 2004).

Os resultados demonstraram que a definição de felicidade descrita pelos participantes foi majoritariamente associada a Definições Psicológicas, que recebeu 42% das respostas. Em segundo lugar ficaram as definições de felicidade associadas à categoria Família, com aproximadamente 16% das respostas e em terceiro, os Relacionamentos Interpessoais com 13%. As outras categorias restantes receberam poucas respostas. De acordo com esses resultados, a felicidade parece ser definida em grande parte por um julgamento individual associado a uma percepção de estado ou comportamento psicológico. Os autores da pesquisa, ressaltam que as categorias podem mudar a ordem de importância de acordo com o país observado (DELLE FAVE et al., 2016).

Ainda segundo essa pesquisa uma informação que se destaca, diz respeito às subcategorias dimensionadas na categoria Definições Psicológicas. No intuito de identificar quais os tipos de conceitos, ações ou estados psicológicos apareceram com mais frequência dentro da categoria Definições Psicológicas, os pesquisadores agruparam esses 42% de respostas obtidas em 13 subcategorias: Harmonia / Equilíbrio, Satisfação, Emoções positivas, Estados positivos, Otimismo, Significado,

Ausência de emoções negativas, Consciência, Autonomia, Engajamento, Maestria, *Purpose*<sup>4</sup> e Autorrealização.

Os resultados destacaram que a subcategoria com maior quantidade de respostas foi Harmonia / Equilíbrio, com 29%. Esse resultado indica que na definição de felicidade, descrita por diferentes pessoas, em distintos idiomas, países e culturas, a categoria Definições Psicológicas foi a que obteve a maior quantidade de respostas, e dentro desta definição o conceito de harmonia e equilíbrio foi o mais frequente. Isso evidencia que a felicidade, enquanto a busca por harmonia e equilíbrio presente desde as civilizações agrícolas e cultura grega, continua ecoando no mundo ocidental. Talvez essa busca por harmonia e equilíbrio esteja sendo suprimida por vários conceitos e termos que polarizam o estudo sobre felicidade.

### **Considerações finais**

Finalizando essa reflexão, compreendemos que felicidade transcende uma definição pronta e estruturada que se encaixa em todos os idiomas, povos e culturas, seja voltada para uma lógica de prazer ou de autorrealização, Bem-estar Subjetivo e Psicológico ou perspectivas filosóficas hedônicas e eudaimônicas. Tais conceitos, apesar de fazerem parte do processo, não conseguem resumir de forma exclusiva e dicotômicas essa temática. Para nós, a felicidade demonstra possuir um elemento em comum em diversas definições para além de sua busca, salientando a necessidade de harmonia interna. A felicidade provavelmente encontra-se no adequado equilíbrio entre o realizar de uma conquista e seu deleite, entre o prazer de uma atividade e seu descanso. Felicidade reside no equilíbrio da vida.

A partir do exposto, podemos perceber que a busca pela felicidade não é um interesse novo na sociedade, todavia o empenho em estudar e mensurar esse conceito cresceu o suficiente para ter se tornado um dos grandes desafios do século XXI. Este trabalho teve por objetivo além de descrever brevemente sobre essa busca ao longo da História, citando as principais contribuições dos filósofos gregos que ensejam o debate atual na Psicologia, demonstrar a importância do significado da palavra de acordo com o idioma, bem como a relevância de iniciativas transculturais em avaliar a felicidade de forma complexa, entendendo e respeitando a importância da cultura.

## Notas

\* Douglas da Silveira Pereira é formado em Psicologia pela Faculdade de Ciências Médicas e Paramédicas Fluminense – SEFLU, mestre em Psicologia da Educação pela Universidade de São Paulo – USP e doutorando em Educação, Linguagem e Psicologia pela Universidade de São Paulo – USP. É professor do Instituto de Pós-graduação e Graduação – IPOG, membro do Núcleo de Pesquisa em Novas Arquiteturas Pedagógicas da USP (NAP), pós-graduado em Gestão de Pessoas pela Fundação Getúlio Vargas – FGV, em Psicologia Positiva pela Universidade Cândido Mendes – UCAM e com especialização em Terapia Cognitivo-Comportamental pelo CPAF-RJ. E-mail: douglasspereira@gmail.com

\*\* Ulisses Ferreira de Araújo é doutor em Psicologia Escolar e do Desenvolvimento Humano pela Universidade de São Paulo (1998), professor titular da Escola de Artes, Ciências e Humanidades da Universidade de São Paulo (USP Leste), e livre-docente pela Faculdade de Educação da Universidade de São Paulo e professor do Programa de Pós-Graduação em Educação da Universidade de São Paulo – USP. É Presidente da PAN-PBL – Association of Problem-Based Learning and Active Learning Methodologies, coordenador científico do Núcleo de Pesquisas em Novas Arquiteturas Pedagógicas (NAP) e coordenador do Núcleo de Apoio Cultural, Social e Educacional (NASCE). Desde 2012 é membro do Editorial Board do Journal of Moral Education, e desde 2013 é membro do Executive Board da Association for Moral Education. No Brasil, coordena a Coleção Novas Arquiteturas Pedagógicas, publicada pela Editora Summus. E-mail: uliarau@usp.br

<sup>1</sup> Tradução disponível em: <<http://dictionary.cambridge.org/pt/>>

<sup>2</sup> Embora não aprofundemos tal teoria neste trabalho, cabe ressaltar em linhas gerais que se trata de um estudo que identifica a natureza das relações que o indivíduo mantém com o grupo. Essas relações são caracterizadas pelo individualismo, quando existe prevalência do interesse individual sobre o grupal, levando as pessoas a se preocuparem apenas consigo, ou pelo coletivismo, marcado pela sobreposição dos interesses do grupo aos do indivíduo.

<sup>3</sup> O instrumento mais utilizado para avaliar felicidade entendendo-a como bem-estar subjetivo é o Satisfaction With Life Scale (SWLS).

<sup>4</sup> Optamos por usar a palavra em inglês porque sua tradução para o português não compreende corretamente seu significado. O conceito que mais se aproxima dessa definição em nosso idioma é projeto de vida. Ver Damon (2009).

## REFERÊNCIAS

ARISTÓTELES. **Ética a Nicômaco**. São Paulo, SP: Martin Claret, 2013.

BALANCHO, L. S. **Felicidade na pobreza**. Curitiba, PR: Juruá, 2013.

BAUMAN, Z. **44 cartas do mundo líquido moderno**. Rio de Janeiro, RJ: Zahar, 2011.

DAMON, W. **O que o jovem quer da vida?** São Paulo: Summus, 2009.

DELLE FAVE, A., BRDAR, I., FREIRE, T., VELLA-BRODRICK, D., WISSING, M. The eudaimonic and hedonic components of happiness: qualitative and quantitative findings. **Social Indicators Research**, 100, p. 185-207, 2011.

DELLE FAVE, A., WISSING, M. P., BRDAR, I., VELLA-BRODRICK, D., and FREIRE, T. Perceived meaning and goals in adulthood: their roots and relation with happiness. In: A. Waterman (Ed.), **The best within us: positive Psychology perspectives on eudaimonia**. Washington, DC: American Psychological Association, 2013, p. 227-248.

DELLE FAVE, A., BRDAR, I., WISSING, M. P., ARAUJO, U., SOLANO, A. C., FREIRE, T. HERNÁNDEZ-POZO, SOOSAI-NATHAN, L. Lay definitions of happiness across nations: the primacy of inner harmony and relational connectedness. **Frontiers in Psychology**, 7, 26 de janeiro, 2016.

DIENER, E. Subjective well-being. **Psychological Bulletin**, 95, p. 542-575, 1984.

DIENER, E. Assessing subjective well-being: progress and opportunities. **Social Indicators Research**, 31, p. 103-157, 1994.

DIENER, E. Subjective well-being: the science of happiness and a proposal for a national index. **American Psychologist**, 55, p. 34-43, 2000.

DIENER, E., & LUCAS, R. E. Subjective emotional well-being. In LEWIS, M., HAVILAND J. M. (Eds.). **Handbook of emotions**. New York, NY: Guilford, p. 325-337, 2000.

DIENER, E., SUH, E. M., LUCAS, R. E., SMITH, H. L. Subjective well-being: three decades of progress. **Psychological Bulletin**, 125, p. 276-302, 1999.

EPICURO. **Carta sobre a felicidade** (a Meneceu). São Paulo, SP: Unesp, 2002.

FREIRE, T., TAVARES D. Influência da autoestima, da regulação emocional e do gênero no bem-estar subjetivo e psicológico de adolescentes. **Revista de Psiquiatria Clínica**, 38(5), p. 184-188, 2011.

HOFSTEDE, G. **Culture's consequences: international differences in work-related values**. Beverly Hills, CA: Sage, 1980.

LENOIR, F. **Sobre felicidade: uma viagem filosófica**. Rio de Janeiro, RJ: Objetiva, 2013.

MINOIS, G. **A idade do ouro: história da busca da felicidade**. São Paulo, SP: Edunesp, 2009.

MYERS, D. G., DIENER, E. Who is happy? **Psychological Science**, 6(1), p. 10-19, 1995.

PEREIRA, D. S. **Felicidade e significado: um estudo sobre o bem-estar em profissionais da Educação do estado de São Paulo** (Dissertação de Mestrado). Faculdade de Educação, Universidade de São Paulo, 2017.

RYAN, R. M., DECI, E. L. On happiness and human potentials: a review of research on hedonic and eudaimonic well-being. **Annual Review of Psychology**, 52, p. 141-166, 2001.

RYFF, C. D. Happiness is everything or is it? Explorations on the meaning of Psychological Well-Being. **Journal of Personality and Social Psychology**, 57(6), p. 1069-1081, 1989.

RYFF, C. D. Psychological Well-Being revisited: advances in the science and practice of eudaimonia. **Psychotherapy and Psychosomatics**, 83(1), p.10-28, 2013.

RYFF, C. D., & Keyes, C. L. The structure of Psychological Well-Being revisited. **Journal of Personality and Social Psychology**, 69(4), p.719-727, 1995.

SILVA, F. L. **Felicidade**: dos filósofos pré-socráticos aos contemporâneos. São Paulo, SP: Claridade, 2007.

WHOQOL GROUP. Can we identify the poorest quality of life? Assessing the importance of quality of life using the Whoqol-100. **Quality of Life Research**, 13(1), p.23-34, 2004.

Recebido em: janeiro de 2018.

Aprovado em: junho de 2018.