

A large sunburst graphic with many thin lines radiating from a central point, positioned behind the text.

**O LIVRO
DEFINITIVO DA**
felicidade



O LIVRO
DEFINITIVO DA
felicidade

**REFLEXÕES, CAMINHOS E PRÁTICAS
PARA VIVER BEM**

Ricardo Castilho

Pós-Doutor pela USP e UFSC,
Educador e Filósofo



ALTA BOOKS
GRUPO EDITORIAL
Rio de Janeiro, 2023

Para meus pais, Osvaldo Castilho (in memoriam) e
Terezinha Castilho (in memoriam),
minhas fontes de felicidade.

Sumário

Apresentação	1
Prefácio	7
Introdução: Inspirações para este trabalho	11
A felicidade pelos seus antônimos	21
A felicidade e a morte	22
A felicidade no cotidiano	27
01. A FELICIDADE E A LITERATURA	31
02. A FELICIDADE NAS ARTES	55
03. A FELICIDADE NA DIVERSIDADE	89
04. A FELICIDADE COTIDIANA	113
05. A FELICIDADE NA FILOSOFIA	145
A felicidade conforme os filósofos da Antiguidade clássica	154
A felicidade para alguns filósofos do cristianismo	158
A felicidade para alguns filósofos modernos	161

Pensadores contemporâneos	164
A felicidade e a infelicidade	166
06. A FELICIDADE NA ADOÇÃO	173
07. A FELICIDADE NO DIREITO: CONCEITOS AO LONGO DO TEMPO	203
A felicidade e o tempo de lazer	213
A relação imediata entre o direito e a felicidade	216
A felicidade individual e coletiva em alguns textos constitucionais	220
08. A FELICIDADE NA SOCIOLOGIA	225
A felicidade é uma obrigação ancestral	233
09. A FELICIDADE NA MITOLOGIA	249
A felicidade no folclore brasileiro	258
Crendices brasileiras sobre a felicidade	260
10. A MONETIZAÇÃO DA FELICIDADE	263
O que realmente nos faz felizes na vida?	274
Palavras finais	287
Notas	291
Referências	313
Índice	324



APRESENTAÇÃO

O conteúdo deste livro reflete a comunhão que tenho com Ricardo Castilho acerca de praticamente todas as considerações que ele coloca, com o seu extraordinário senso de compreensão da humanidade e o seu fácil e agradável vocabulário.

Sempre fui um sujeito positivista, às vezes ingênuo e até tolo pela necessidade de enxergar a felicidade ainda que no horizonte das coisas, mas hoje, olhando tudo que Ricardo passou comigo — porque ninguém se perde nas searas da vida e sai vitorioso sem um ótimo amigo e um ótimo advogado (e que felicidade a minha em ter os dois em um) —, percebo que para ser positivista há de se buscar a felicidade em todos os momentos, e que agir assim depende de muita coragem. Tudo isso está neste bonito e valioso trabalho de considerar a felicidade como a mola que impulsiona os nossos anseios e expectativas. E já estava, tenho clareza, em todas as conversas que tivemos, ao longo de nossa caminhada.

A cada novo desafio, meu amigo-advogado-amigo me lembrava de que na vida real não podemos escolher a dificuldade de forma artificial, como num jogo. A dificuldade se escolhe de acordo com o caminho que se deseja percorrer, é inerente e demanda muita aceitação. Eu escolhi um caminho profissional de lidar com uma paixão, o que não é tão inteligente, mas é verdadeiro e puro, e por mais que meu amigo Ricardo houvesse me



advertido, para minha felicidade, ele pulou no bote comigo e falou: “Rio acima, Paulo, rio acima... tens muito a fazer e terás muito a justificar, explicar, redimir das feridas que você irá expor nas pessoas que desejavam fazer o que você fará mas que procuraram margens plácidas — porque o leito do rio é para poucos.”

Metáforas à parte, seguimos rio acima, confesso que a remo, sem motor nenhum, o que foi bom, pois nos trouxe músculos e calos que seriam necessários a toda essa jornada. É muito difícil saber qual deles foi mais forte: os calos que endurecem a pele ou os músculos que fortalecem as ações. Contudo, aprendi consistentemente que não há maior força do que um bom argumento.

Coisas de advogado.

E que felicidade ter bons argumentos...

Tínhamos grandes problemas (mencionei que Ricardo se colocou no barco comigo? Então o verbo está apropriado — tínhamos. Nós dois. Ele e eu). E sempre ele me mostrava os grandes argumentos, que vinham de altos conceitos morais, mas principalmente éticos, que eu às vezes me esqueço de exercitar porque acho que o óbvio não precisa ser discutido — ora, se há algo que aprendi nesses 23 anos de medicina é que principalmente o óbvio precisa ser discutido.

Tudo isso porque tivemos na medicina uma grande revolução: a moral. O conceito “moral” pertence a um grupo de pessoas em um determinado tempo. Contudo, com a revolução digital — à qual dou mesma importância ou mais que a revolução industrial, na medida em que esta mudou não só o mercado e o trabalho, mas também os costumes, os comportamentos, a política, as relações humanas, as expectativas e os sonhos das pessoas — a moral se tornou frágil devido aos grupos e grupos que surgiam um após o outro, fruto de quebras de gerações de interstícios cada vez menores devido ao alto fluxo de informações. Basta citar que

em 1900 o conhecimento dobrava a cada 100 anos; ao entrar na faculdade, a quantidade de conhecimento médico que tínhamos dobrava a cada 4 anos; e hoje, em 2023, dobra a cada 73 dias... Logo, uma geração não tem mais 25 a 30 anos de interstício, esse número caiu para algo entre 10 e 7 anos... e se assim for, a moral também variou demais, distanciando muito os profissionais — e se não houvesse a ética para discutir a moral, estaríamos em barcos para 9 pessoas carregando 10, e cada um acharia uma razão para jogar o próximo para fora. A grandeza da ética, apesar de valorizarmos tanto a moral, é justamente esta: discutir se relativizar, até porque pularmos todos do barco, afundarmos juntos ou revezar quem vai ficar para fora batendo os pés para empurrá-lo para frente são soluções possíveis somente pela ética. Não pela moral.

E é uma felicidade ter aprendido com o meu amigo que moral é a regra do jogo enquanto ética é como devemos segui-la.

É impossível falar sobre felicidade sem citar as garantias que exigimos da vida e dos outros, as que nos dão e as que nos pedem. E de tantas coisas que o meu amigo me ensinou ao longo desses anos de acusações impiedosas e de defesas que ele construiu mais impiedosas ainda, fui amadurecendo para mais uma importante lição: aos que te acusam levemente, nada mais duro que a simples verdade bem redigida — mas precisa ser bem redigida para nas entrelinhas não ser esmagada, como gostaria Clarice Lispector, deixar claro que sabemos da leviandade, mas somos elegantes o suficiente para nos atermos a pura, e afiada, verdade. E hoje penso, seja para escrever um artigo médico, sem buracos na metodologia para me fortalecer como cientista, seja como amante inveterado da minha esposa, para que não existam dúvidas sobre minha devoção (que, uma vez traduzida no nosso córtex, exprime admiração, repetidamente mostra respeito e ao longo dos anos



se transparece inevitavelmente o amor — e que felicidade maior que o amor?).

Ah, esse amor... felicidade dolorida, viu...

Quem ama sabe. Na minha vida, se tornou um verbo intransitivo. Ele fica comigo. E detalhe: impossível de se conjugar no passado, porque hoje, na minha paixão pela vida imperfeita e real, é razão de muita felicidade. Fato é que quem amou não amou. Quem ama, ama sempre, porque, se não amasse, o amor não doeria o tanto que dói — outro verbo que não flexiona para o passado... felizmente, porque quem nunca conheceu uma grande dor é incapaz de perceber a mais intensa felicidade.

Por isso, meu caro leitor, não vou me alongar nesta apresentação: ninguém fica feliz de ler uma apresentação. De fato, fica triste ao ver que ela tem mais de uma folha, e para mim é uma genuína felicidade que você tenha chegado até aqui, tão longe para palavras, mas tão curto para definir o que é o amor de irmão que sinto pelo autor deste livro.

Fato é que o convido para largar este texto e adentrar às palavras do meu amigo Ricardo, que pulou no barco comigo sabendo que o leito do rio não era calmo, mas que me ensinou que quem fica à margem da vida também fica à margem da felicidade.

Diante disso, eu tenho a ousadia de discutir com Vicente de Carvalho, porque a minha felicidade não foi onde a coloquei, e sim onde eu me coloquei para poder buscá-la em sua mais verdadeira forma: na paz da guerra das veredas da vida.

Feliz tem sido nossa busca. Incessante e brava, mas fundamentalmente serena para suportar sua ausência nos momentos em que buscamos a próxima felicidade, formando um verdadeiro paradoxo: o quanto não somos felizes simplesmente pelo direito de buscar pela nossa felicidade e compartilhá-la mesmo quando ela não existe? Será que não?



Meu conselho para você, leitor, é: se deseja melhorar sua vida, leia com muita atenção cada palavra deste livro, deixe-se ser conduzido por Ricardo e coloque em prática no seu dia a dia os aprendizados que tirar daqui.

por **Paulo Muzy**

Médico ortopedista e traumatologista e médico do esporte, com milhões de seguidores no Instagram, TikTok e YouTube sem fazer dancinha, postar foto nu ou prometer emagrecimento de 20kg em 7 dias — e boa parte disso possibilitado e encorajado pela amizade com o Ricardo e suas visões de vida sobre a felicidade.

AMOSTRA





PREFÁCIO

O livro de Ricardo Castilho, eminente jurista e fundador da Escola Paulista de Direito, aborda um tema que sempre foi preocupação de todos os filósofos conhecidos.

Will Durant, em *História da Civilização*, lembra que Sinuhe, no Egito, já no primeiro documento escrito conhecido da época, dizia que aquele que tinha bebido a água do Nilo, se tivesse que deixar sua pátria, só voltaria a ser feliz de novo quando voltasse a bebê-la. A figura histórica de Sinuhe foi romanceada no século passado, por Mika Waltari no romance *O Egípcio*.

A felicidade é o que todos os seres humanos procuram, muito embora os embates da vida terminem por gerar mais insatisfações que alegrias, no curso da existência.

Não temos escolas para gerar felicidade, mas sim para permitir que a criança se prepare para, na competitividade, encontrar seu espaço, onde o sucesso gera dois tipos de infelicidade: a advinda da frustração de não o ter obtido e a decorrente da vitória.

A busca da felicidade pela autorrealização carece dos fins existenciais que Johannes Messner colocava como a razão de ser da autêntica felicidade, haja ou não sucesso aos olhos da sociedade.



Pessoalmente, estou convencido de que a felicidade só é possível no momento em que a pessoa, compreendendo que esta vida é uma passagem, desprende-se dos apegos desnecessários de seu coração e passa a ter uma vida de serviço. Não sem razão, havia uma ponte na entrada da cidade de Fatehpur Sikri, na Índia, construída e abandonada pelo Imperador Akbar no século XVI, com a seguinte inscrição: “A vida é uma ponte, não tente construir em cima.”

Tais considerações sobre a minha visão da vida e da felicidade não contrastam com o bem escrito livro de Ricardo Castilho que busca, alicerçado em vasta literatura, traçar os difíceis caminhos que podem levar o homem a ser feliz na terra.

Conhecendo e tendo o privilégio de ser seu amigo, há décadas, com particular admiração por seus escritos técnicos, até mesmo tendo escrito livros com ele, causou-me particular satisfação descobrir a nova faceta de Ricardo, em que a filosofia, a história e a psicologia se unem para produzir uma obra que, certamente, provocará reflexões em todos que a lerem.

Embora, em face de minha formação jusnaturalista, segundo a qual a vida é melhor ser vivida à luz das leis naturais da existência, discordemos em alguns pontos, não há como negar a excelência da obra, razão pela qual prevejo brilhante carreira editorial.

Bem haja, meu caro Ricardo, em suas lições para uma vida feliz.

por **Ives Gandra**

Professor emérito das universidades Mackenzie, UNIP, UNIFIEO, UNIFMU, do CIEE/O Estado de São Paulo, das Escolas de Comando e Estado-Maior do Exército (ECEME),

Superior de Guerra (ESG) e da Magistratura do Tribunal Regional Federal — 1ª Região; professor honorário das Universidades Austral (Argentina), San Martin de Porres (Peru) e Vasili Goldis (Romênia); Doutor Honoris Causa das Universidades de Craiova (Romênia) e das PUCs-Paraná e RS; catedrático da Universidade do Minho (Portugal); presidente do Conselho Superior de Direito da Fecomercio-SP; ex-presidente da Academia Paulista de Letras (APL) e do Instituto dos Advogados de São Paulo (IASP).

AMOSTRA





Inspirações para este trabalho

Por que um advogado, estudioso de direito e jus-filosofia, colocou mãos à obra para produzir um livro sobre felicidade?

Há muitos anos penso nessa questão, porque tenho como fundamento que o direito — ao aplicar a justiça, conforme a lei, os costumes e a sensibilidade — tem como finalidade promover o maior nível possível de satisfação para todas as partes. Satisfação, aqui, é algo bastante próximo do conceito do que seja a felicidade — e é do que vou tratar nas páginas seguintes. Mais recentemente, chamou a minha atenção a expressão de extremo contentamento no rosto de uma jovem senhora que tomava a segunda dose da vacina contra a Covid-19 (como ficou conhecida a doença causada pelo vírus SARS-CoV-2, da família dos coronavírus), que em 2020 foi responsável pela pior pandemia da história do homem na Terra.

Apropriei-me do título do livro do filósofo romano Sêneca, *De vita Beata* (“A Vida Feliz”), publicado por volta do ano 58 da era cristã. Aqui, vou tecer reflexões sobre a ideia de felicidade. Não mergulharei na análise filosófica dos pensadores, desde a Antiguidade até os dias de hoje. Citei, compilei, coligi o que tanta gente vem, ao longo dos milênios, pensando sobre o que seja essa

felicidade, alcançada ou inalcançável, concreta ou fugidia, abstrata quase sempre.

Em certo trecho, inspirei-me num trabalho de Emerson Gabardo, que analisou a felicidade como fundamento teórico para o desenvolvimento em um Estado social¹. O conceito da pesquisa desse colega, professor titular de Direito Administrativo da PUC-PR, é que a teoria do Estado subsidiário pretende que seja uma alternativa ao Estado bem-estar social. O Estado subsidiário garantiria a dignidade-liberdade. Cito: “Silvia Faber Torres resume bem essa perspectiva quando explica que por meio da subsidiariedade ‘concebe-se a ação do Poder Público não como uma garantia prévia de felicidade a todos’, mas sim como um meio de garantia secundária.” Isso porque o Estado apenas daria uma ajuda às pessoas dignas de liberdade, para exercerem-na. Retomo o texto de Gabardo para citar novamente: “Não há como aceitar esta visão restritiva do papel do Estado; ao menos não de um Estado cujo modelo seja o de bem-estar e cujos postulados fundamentais sejam pautados por um conjunto de princípios republicanos. As atividades do Estado, predominantemente as administrativo-prestacionais, não têm por fundamento apenas uma ideia de “auxílio social” àqueles sobre quem incidirão os efeitos dos atos praticados. Isso mesmo. O papel do Estado é maior. É procurar levar o indivíduo — e a sociedade, enfim — a um estado de bem-estar, que é uma outra faceta da felicidade.

Andou bem Thomas Jefferson, um dos Pais Fundadores (*Founding Fathers*) da nascente nação dos Estados Unidos da América, ao escolher, no esboço que preparou do texto da Declaração de Independência, em 1776, a frase de que todo homem tem direito “à vida, à liberdade e à busca da felicidade”². A declaração foi elaborada pela comissão que contava com John Adams, Benjamin Franklin, Roger Sherman e Robert R. Livingston, além do



próprio Thomas Jefferson, e aprovada pelo Congresso no dia 4 de julho de 1776.

Por que razão não escreveu Jefferson que o homem tem direito à felicidade? Em vez disso, preferiu garantir o direito à busca da felicidade. Felicidade não é um objeto, um substantivo concreto, nem sequer um direito que o Estado possa entregar a alguém. A felicidade é intangível e depende do desejo, da aspiração e do esforço de cada pessoa.

A civilização ocidental tem uma cultura que contempla a felicidade como valor. Mas essa noção filosófica é algo relativamente recente — em termos de idade do aparecimento do homem engatinhando e depois andando pela superfície do planeta (e sob ela). Surgiu com o Iluminismo. Alexander Pope, um dos maiores poetas britânicos do século XVIII, escreveu, em um de seus poemas: “Oh happiness! our being’s end and aim!” (Oh! Felicidade, fim e meta do nosso ser!) E ainda completa: “Good, pleasure, ease, content! whate’er thy name: That something still which prompts th’eternal sigh, For which we bear to live, or dare to die.” (Bem, prazer, sossego, satisfação! Qualquer que seja vosso nome: aquela coisa que ainda provoca o eterno suspiro, pela qual toleramos viver, ou ousamos morrer.) Não nos esqueçamos de que Pope, como Thomas Jefferson, foi filho legítimo do Iluminismo.

A propósito de busca, Henry David Thoreau (1817–1862), escritor e naturalista norte-americano, escreveu isto: “Fui para os bosques porque pretendia viver deliberadamente, defrontar-me apenas com os fatos essenciais da vida, e ver se podia aprender o que tinha a me ensinar, em vez de descobrir à hora da morte que não tinha vivido. [...] Queria viver em profundidade e sugar todo o tutano da vida, viver tão vigorosa e espartanamente a ponto de pôr em debandada tudo que não fosse vida, deixando o espaço limpo e raso.”³





Aos poucos, com muita leitura e observação do mundo, fui ampliando meu escopo de abordagem do tema. Os capítulos a seguir comprovarão a abrangência com que compus meu trabalho. Sorvi, por exemplo, de Amartya Sen⁴, a noção de que o ideal de felicidade, para muitos, é a igualdade. Mas, para outros autores, como Oswaldo Rivero⁵, a chamada “ideologia da felicidade”, típica do desenvolvimentismo, não passa de uma elaboração teórica sem condições efetivas de realização. Numa síntese, rechaço a ideia de que a felicidade é atingida tão somente pelo desenvolvimento econômico, pela simplista afirmação de que ao homem basta a mera acumulação de bens e riquezas. Aristóteles já pontuava que “a finalidade da *polis* não é somente a sobrevivência material do cidadão”⁶.

Do ponto de vista do direito, na sua Teoria dos Princípios, Ronald Dworkin⁷ argumenta que, para cada caso concreto, o julgador aplica um peso para cada princípio (no Brasil, os princípios constitucionais são cinco: legalidade, impessoalidade, moralidade, publicidade e eficiência). Todos os princípios são válidos, mas prevalece, na sentença, aquele que, num caso concreto, seja mais importante ou aplicável.

A felicidade continua sendo uma busca de todas as pessoas. Cada pessoa tem um ideário de felicidade; alguns os encontram na família, outros longe desta. Seria, pois, bem-estar? Para mim, felicidade é o amor sentido, experimentado nas suas várias facetas. Não necessariamente no amor realizado. A seguir tenho uma experiência pessoal a relatar:

Eu estava em um trem da Suíça, tomando chocolate quente. Pela janela, enxerguei ao longe uma casinha perdida na montanha de neve, com fumaça saindo pela chaminé. Senti algo no coração, uma emoção incontrolável que me causou, de repente e involuntariamente, uma crise de choro. Era uma sensação de paz absoluta,

que veio do acolhimento, de me sentir protegido, abrigado, com uma caneca de chocolate quente. A sensação que me acometeu era de pura felicidade, disparada pelo choro, e pareceu ser um conjunto que mesclava estética, conforto, gratidão pelas minhas condições em relação a quem habitava a casinha. Não sei se me explico ao usar essa narrativa, porque foi um sentimento poderoso e ao mesmo tempo imponderável.

Felicidade é um decassílabo de caráter subjetivo, nirvana particular e individual, desarraigado de um conceito universal definitivo e acabado que poderia ser comum à maioria das pessoas. A felicidade é só uma sensação? Só um sentimento? Ou será uma condição humana, que possui raiz na razão, como pensavam Descartes e Kant? Na tradição filosófica, desde o racionalismo de Descartes, a linguagem se refere a um conjunto de dados dos sentidos.

Esta é uma questão importante: a relação entre linguagem e percepção. O nosso repertório linguístico representa efetivamente uma percepção universal? Indago, porque a relação significante/significado é arbitrária. Linguistas do estruturalismo, como Jakobson e Saussure, questionavam se, em idiomas diferentes, palavras que se referem a uma mesma coisa podem ter significados e percepções diversas. O que chamamos de “felicidade” é o mesmo referente que designamos quando usamos essa palavra? Desde que surgiu, de origem latina, a palavra caminha ao lado de outras que a complementam, e vice-versa, como amor e sonho, projeto de vida, a solução como contraponto ao problema financeiro, de saúde, o dinheiro que pode ser o trampolim para a conquista de bens, que, por sua vez, representa a evolução material das pessoas. Isso e muito mais, como vem sendo descrita ao longo dos séculos por filósofos, poetas, sociólogos, dramaturgos, historiadores e cada um de nós.

