

MERCADORES DA FELICIDADE

DA IDEOLOGIA DO BEM-ESTAR À EXPERIÊNCIA DE SENTIDO E RECONCILIAÇÃO

Claudemir Afonso Caprioli, PhD¹

Resumo

O presente artigo analisa criticamente a transformação contemporânea da felicidade em imperativo social, mercadoria psicológica e dispositivo de regulação subjetiva. Parte-se da hipótese de que a cultura atual desloca o sofrimento humano de seu horizonte ético, social, espiritual e existencial para o campo da autogestão emocional, responsabilizando o indivíduo por sua própria incapacidade de ser feliz. A investigação toma como referência principal a crítica de Edgar Cabanas e Eva Illouz, em *Happycratie: comment l'industrie du bonheur a pris le contrôle de nos vies*, articulando-a com a reflexão espiritual-existencial de Anselm Grün e Walter Kohl, em *Felicidade: o que realmente importa para uma vida bem-sucedida*, e com a análise filosófica de Luc Ferry, em *O frenesi da felicidade*. Metodologicamente, trata-se de uma pesquisa bibliográfica, de caráter qualitativo, hermenêutico e crítico-comparativo. O estudo demonstra que a felicidade, quando capturada pela lógica neoliberal da performance, deixa de ser horizonte de sentido e converte-se em obrigação moral, índice de produtividade e mecanismo de culpabilização subjetiva. Em contraponto, a perspectiva da reconciliação e da serenidade permite recuperar uma concepção antropológicamente mais densa da felicidade, compreendida não como euforia permanente, mas como integração da vida, elaboração do sofrimento, abertura ao sentido, vínculo relacional e transcendência. Conclui-se que a crítica à indústria da felicidade não constitui recusa da alegria ou do bem-estar, mas defesa da profundidade humana contra sua

¹ Doutor em Teologia Sacramentária pelo Institut Catholique de Paris (França), com tese defendida em 28 de fevereiro de 2017. Mestre em Teologia Dogmática, com especialização em Sacramentos, pelo Pontifício Ateneu Sant'Anselmo (Roma, Itália). Especialista em Espaço Litúrgico e Arte Sacra pela Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul (PUCRS). Realizou estudos de Filosofia no Instituto Filosófico de Umuarama (IFRAU) e de Teologia no Seminário São João Maria Vianney (Mercedes-Luján, Argentina). Frequentou o Curso de Iniciação à Antiguidade Cristã no Pontifício Instituto de Arqueologia Cristã e o Master em Arquitetura e Arte Litúrgica no Pontifício Ateneu Sant'Anselmo, ambos em Roma. Professor de Teologia Dogmática e Liturgia, atua desde 2017 no Instituto São João Paulo II da Arquidiocese de Cascavel (PR). Psicólogo Clínico e Psicanalista – CRP 08/41288 - pela Universidade Paranaense (UNIPAR). ORCID: 0000-0001-6747-5260. Especialista (*Pós-Graduação Lato Sensu*) em Neurociência e Comportamento pela Fundação Armando Alvares Penteado (FAAP) 2025-206. Currículo Lattes: <http://lattes.cnpq.br/7084693003826237>. E-mail: psicaprioli@gmail.com. <https://orcid.org/0000-0001-6747-5260>

redução a consumo emocional, positividade compulsória e adaptação funcional.

Palavras-chave: felicidade; happycracia; positividade tóxica; espiritualidade; serenidade; sentido da vida.

Abstract

This article critically analyzes the contemporary transformation of happiness into a social imperative, a psychological commodity, and a mechanism of subjective regulation. It is based on the hypothesis that contemporary culture displaces human suffering from its ethical, social, spiritual, and existential horizon into the sphere of emotional self-management, holding the individual responsible for his or her own inability to be happy. The research takes as its main reference Edgar Cabanas and Eva Illouz's critique in *Happycratie: comment l'industrie du bonheur a pris le contrôle de nos vies*, articulating it with the spiritual-existential reflection of Anselm Grün and Walter Kohl in *Felicidade: o que realmente importa para uma vida bem-sucedida*, and with Luc Ferry's philosophical analysis in *O frenesi da felicidade*. Methodologically, this is a qualitative, bibliographical, hermeneutical, and critical-comparative study. The article argues that happiness, when captured by the neoliberal logic of performance, ceases to be a horizon of meaning and becomes a moral obligation, an index of productivity, and a mechanism of subjective blame. As a counterpoint, the perspectives of reconciliation and serenity allow for the recovery of an anthropologically richer understanding of happiness, not as permanent euphoria, but as integration of life, elaboration of suffering, openness to meaning, relational bonds, and transcendence. It concludes that criticizing the happiness industry does not mean rejecting joy or well-being, but rather defending human depth against its reduction to emotional consumption, compulsory positivity, and functional adaptation.

Keywords: happiness; happycracy; toxic positivity; spirituality; serenity; meaning of life.

1. Introdução

A felicidade ocupa lugar privilegiado no imaginário contemporâneo. Não se trata, evidentemente, de uma questão nova. Desde a filosofia antiga, a pergunta pela vida feliz acompanha a reflexão ética, antropológica e espiritual do Ocidente. Contudo, na modernidade tardia, a felicidade sofreu uma mutação decisiva: deixou de ser prioritariamente compreendida como

realização da vida boa, sabedoria prática, virtude ou abertura ao sentido, para converter-se em objeto de consumo, ideal psicológico, exigência social e critério de desempenho subjetivo.

Na sociedade contemporânea, não basta viver, trabalhar, produzir ou consumir. Exige-se também que o sujeito manifeste bem-estar, entusiasmo, positividade, resiliência e adaptação emocional. A felicidade, nesse contexto, deixa de ser uma possibilidade existencial e passa a operar como norma. O indivíduo não é apenas convidado a buscar uma vida melhor; ele é interpelado a demonstrar permanentemente que está bem, que se supera, que se reinventa e que transforma toda adversidade em oportunidade de crescimento.

Esse fenômeno é criticamente analisado por Edgar Cabanas e Eva Illouz na obra *Happycratie: comment l'industrie du bonheur a pris le contrôle de nos vies*. Para os autores, a felicidade contemporânea tornou-se uma técnica de governo das subjetividades, um regime cultural no qual o sujeito é progressivamente responsabilizado por sua própria condição afetiva, psicológica e social. A infelicidade passa a ser lida menos como expressão de conflitos históricos, econômicos, relacionais ou existenciais, e mais como falha individual de atitude, pensamento, mentalidade ou autogestão emocional.

Em sentido complementar, Luc Ferry, em *O frenesi da felicidade*, recoloca a questão no campo filosófico, mostrando que a busca moderna pela felicidade, quando separada da sabedoria, pode degenerar em inquietação, ansiedade e consumo de experiências imediatas. Para Ferry, a felicidade não pode ser reduzida ao prazer, à euforia ou ao bem-estar subjetivo; ela exige uma relação mais lúcida com o tempo, com a finitude, com o amor e com os limites da existência.

Em contraponto à felicidade performática, Anselm Grün e Walter Kohl, em *Felicidade: o que realmente importa para uma vida bem-sucedida*, propõem uma compreensão espiritual e existencial da vida feliz. A felicidade não é compreendida como ausência de sofrimento, nem como sucesso exterior, mas como reconciliação consigo mesmo, com os outros, com a própria história e com Deus. Trata-se de uma felicidade mais próxima da maturidade interior do que da excitação emocional.

O problema que orienta este artigo pode ser formulado nos seguintes termos: em que medida a felicidade contemporânea, quando transformada em imperativo cultural e mercadoria psicológica, deixa de promover a realização humana e passa a funcionar como mecanismo de controle, culpabilização e empobrecimento da experiência subjetiva?

O objetivo geral consiste em analisar criticamente a tensão entre três modelos de compreensão da felicidade: a felicidade ideologizada, própria da cultura da positividade compulsória; a felicidade filosófica, compreendida como serenidade e sabedoria diante da finitude; e a felicidade espiritual-existencial, compreendida como reconciliação, sentido e abertura transcendente.

2. Procedimentos metodológicos

Este estudo caracteriza-se como pesquisa bibliográfica, de natureza qualitativa, com orientação hermenêutica e crítico-comparativa. A análise fundamenta-se em obras selecionadas que tematizam a felicidade a partir de perspectivas distintas, porém convergentes em torno da crítica à sua redução contemporânea.

O corpus principal é constituído por três obras: *Happycratie: comment l'industrie du bonheur a pris le contrôle de nos vies*, de Edgar Cabanas e Eva

Illouz; *Felicidade: o que realmente importa para uma vida bem-sucedida*, de Anselm Grün e Walter Kohl; e *O frenesi da felicidade*, de Luc Ferry. A essas obras somam-se referências filosóficas e existenciais, especialmente Aristóteles e Viktor Frankl, que permitem ampliar o horizonte conceitual da investigação.

O procedimento analítico desenvolve-se em três momentos. Primeiro, examina-se a transformação da felicidade em construção cultural contemporânea, destacando seu deslocamento do campo ético para o campo psicológico, econômico e performativo. Segundo, analisa-se a crítica da *happycracia* como forma de mercantilização da subjetividade e privatização do sofrimento. Terceiro, propõe-se uma leitura alternativa da felicidade a partir da serenidade filosófica, da reconciliação espiritual e da experiência de sentido.

3. A felicidade como construção ética, cultural e antropológica

Na tradição filosófica clássica, a felicidade não se confunde com prazer imediato. Em Aristóteles, a *eudaimonia* designa a realização plena da vida segundo a virtude, o bem e a finalidade própria do ser humano. A felicidade é inseparável da formação do caráter, da prudência, da vida racional e da ordenação da existência ao bem. Não corresponde a um estado emocional passageiro, mas a uma forma de vida orientada pela excelência ética (ARISTÓTELES, 2014).

Essa compreensão clássica possui um traço decisivo: a felicidade é uma conquista antropológica e ética, não uma mercadoria emocional. Ela envolve tempo, hábito, discernimento, relação comunitária, educação dos desejos e integração da vida. O sujeito feliz não é simplesmente aquele que sente prazer, mas aquele que aprende a viver segundo uma ordem de bens.

Na modernidade tardia, contudo, ocorre uma inflexão significativa. A felicidade tende a deslocar-se do campo da ética para o campo da psicologia individual, da economia do bem-estar e da cultura do desempenho. Ela passa a ser descrita como estado subjetivo mensurável, experiência de satisfação, equilíbrio emocional, capacidade de adaptação e competência psicológica.

Esse deslocamento não é neutro. Ao transformar a felicidade em resultado de autogestão, a cultura contemporânea tende a enfraquecer suas dimensões ética, social e espiritual. A pergunta clássica — “que vida merece ser vivida?” — é substituída por uma pergunta funcional: “como posso me sentir melhor, produzir mais e sofrer menos?”. O problema não está na legítima busca pelo bem-estar, mas na sua captura por uma racionalidade instrumental que converte os afetos em capital psicológico.

Nesse sentido, a felicidade deixa de ser compreendida como experiência complexa da vida humana e passa a operar como índice de normalidade. Ser feliz torna-se sinal de competência, maturidade, saúde, positividade e sucesso. A infelicidade, por sua vez, passa a carregar a marca da inadequação, da fraqueza ou da falha pessoal.

4. A *happycracia* como governo das subjetividades

Cabanas e Illouz (2018) utilizam o conceito de *happycracia* para designar um regime cultural no qual a felicidade se transforma em norma social e técnica de governo das subjetividades. Trata-se de uma forma de poder que não opera prioritariamente pela repressão, mas pela sedução motivacional, pela promessa de autorrealização e pelo imperativo de positividade.

A originalidade dessa crítica consiste em mostrar que a felicidade contemporânea não é apenas um ideal privado. Ela tornou-se um dispositivo social, econômico e político. O sujeito é convocado a ser otimista, resiliente,

produtivo, flexível, adaptável e emocionalmente autorregulado. A felicidade é apresentada como responsabilidade individual, independentemente das condições concretas de existência.

Essa lógica produz um deslocamento decisivo: problemas estruturais são psicologizados. A precarização do trabalho, a desigualdade social, a solidão, a insegurança econômica, a hipercompetição e o esgotamento passam a ser interpretados como dificuldades individuais de adaptação. O sofrimento, assim, deixa de ser lido como sintoma de uma cultura adoecida e passa a ser tratado como deficiência pessoal.

A *happycracia* não elimina o sofrimento; ela o privatiza. Ao fazê-lo, reduz a potência crítica do mal-estar. A pergunta ética, política e clínica — “que condições produzem esse sofrimento?” — é substituída pela pergunta motivacional: “o que você fez para não ser feliz?”. Com isso, o sujeito sofre duas vezes: sofre por sua dor e sofre por sentir-se culpado por não conseguir superá-la rapidamente.

A felicidade, nesse contexto, converte-se em obrigação moral. Não se trata apenas de desejar uma vida boa, mas de dever parecer bem. A tristeza, a angústia, o luto, a raiva, a frustração e o vazio são tolerados apenas quando rapidamente convertidos em narrativa de superação. O sujeito contemporâneo é autorizado a sofrer, desde que transforme o sofrimento em performance de crescimento.

5. A mercantilização da felicidade e os novos mercados do bem-estar

Um dos aspectos centrais da crítica de Cabanas e Illouz (2018) é a análise da felicidade como mercadoria. A cultura contemporânea não comercializa apenas objetos, bens materiais ou serviços. Ela vende estados emocionais,

promessas de leveza, autoestima, prosperidade, equilíbrio, produtividade, inteligência emocional e realização pessoal.

Cursos, treinamentos, palestras motivacionais, aplicativos de bem-estar, programas corporativos, livros de autoajuda, técnicas de alta performance e discursos de autotransformação constituem uma vasta indústria da felicidade. Nesse mercado, a vulnerabilidade humana torna-se oportunidade econômica. A dor é convertida em nicho; a angústia, em demanda; a insegurança, em promessa de consumo.

Os “mercadores da felicidade” não oferecem apenas produtos. Eles oferecem narrativas. Prometem ao sujeito que sua vida poderá ser inteiramente reorganizada por meio de técnicas simples, mudanças de mentalidade, disciplina emocional ou pensamento positivo. A complexidade da existência é reduzida a fórmulas de eficácia subjetiva.

A consequência antropológica é profunda. A subjetividade passa a ser tratada como território de investimento e otimização permanente. O sujeito deve melhorar sua mente, administrar seus afetos, elevar sua autoestima, controlar sua ansiedade, fortalecer sua resiliência, aumentar sua produtividade e transformar suas feridas em vantagem competitiva.

Nesse horizonte, a felicidade deixa de ser experiência humana complexa e torna-se capital simbólico. Ser feliz passa a significar ser adaptado, saudável, produtivo, agradável, eficiente e emocionalmente funcional. A infelicidade, inversamente, passa a ser percebida como falha de gestão de si.

6. O sujeito feliz como sujeito produtivo

A *happycracia* encontra no mundo corporativo um de seus espaços privilegiados. Nas organizações, o discurso da felicidade aparece frequentemente revestido de linguagem positiva: bem-estar, qualidade de

vida, engajamento, propósito, motivação, pertencimento, inteligência emocional e cultura organizacional saudável.

Tais elementos não são, em si mesmos, negativos. O problema surge quando o discurso do bem-estar é instrumentalizado como estratégia de produtividade, neutralização de conflitos e adaptação do trabalhador a condições objetivamente desgastantes. Nessa lógica, o trabalhador ideal não é apenas aquele que cumpre suas tarefas, mas aquele que demonstra entusiasmo, gratidão, flexibilidade e adesão afetiva ao sistema.

A empresa contemporânea não demanda apenas força de trabalho; demanda também disponibilidade emocional. Já não basta obedecer: é preciso parecer feliz ao obedecer. O sofrimento ocupacional pode ser reinterpretado como falta de resiliência, ausência de engajamento ou incapacidade de adaptação.

Essa dinâmica constitui uma forma refinada de controle subjetivo. Em vez de interrogar as condições de trabalho, o sujeito é convocado a ajustar sua interioridade. Em vez de questionar a lógica da exaustão, é convidado a desenvolver inteligência emocional. Em vez de denunciar a injustiça, deve praticar positividade.

A felicidade corporativa, nesse sentido, pode operar como tecnologia de docilização. Ela transforma o conflito social em tarefa psicológica. O mal-estar deixa de ser sinal de uma estrutura adoecedora e passa a ser interpretado como insuficiência individual.

7. Positividade tóxica e negação do sofrimento

Do ponto de vista psicológico, a crítica à *happycracia* permite compreender o fenômeno da positividade tóxica. Trata-se da imposição de emoções positivas como resposta universal às experiências humanas, desqualificando

afetos considerados negativos, como tristeza, medo, raiva, angústia, frustração e luto.

A positividade tóxica não promove saúde psíquica. Ao contrário, pode impedir a elaboração simbólica da experiência. A tristeza pode expressar uma perda real; a raiva pode sinalizar uma injustiça; a angústia pode revelar um conflito; o vazio pode indicar ausência de sentido; o luto pode manifestar amor ferido. Quando tais experiências são silenciadas em nome da felicidade obrigatória, o sujeito não é curado, mas treinado a maquiar a dor.

A saúde psíquica não consiste em alegria permanente. Consiste na capacidade de reconhecer, nomear, elaborar e integrar os afetos. Uma cultura que exige positividade contínua empobrece a experiência humana porque impede o sujeito de atravessar a verdade da própria condição.

Nesse ponto, a crítica de Cabanas e Illouz converge com uma preocupação clínica fundamental: a negação do sofrimento pode intensificar o sofrimento. O sujeito não apenas sofre; ele passa a sentir-se culpado por sofrer. A exigência de felicidade produz, assim, uma culpa secundária: além da dor, instala-se a vergonha de não corresponder ao ideal social de bem-estar.

8. A felicidade como novo superego cultural

Em chave psicanalítica, a *happycracia* pode ser compreendida como nova configuração superegóica. O superego contemporâneo não ordena apenas renúncia, disciplina ou obediência. Ele ordena felicidade. Sua fórmula não é simplesmente “deves obedecer”, mas “deves ser feliz”.

Essa injunção é particularmente eficaz porque se apresenta sob aparência benevolente. Não parece repressiva, mas libertadora; não parece violenta, mas motivacional; não parece moralista, mas terapêutica. Contudo, continua sendo uma ordem. O sujeito é convocado a performar bem-estar, mesmo

quando sua experiência interior é marcada por angústia, contradição, perda ou vazio.

Nas redes sociais, essa dinâmica alcança uma forma extrema. Não basta viver: é preciso exibir uma vida feliz. A existência torna-se imagem; a imagem torna-se valor; o valor torna-se comparação. O “eu feliz” é continuamente produzido, editado, exposto e consumido.

A consequência subjetiva é a intensificação da distância entre a vida vivida e a vida exibida. O sujeito não sofre apenas por aquilo que lhe falta, mas por não corresponder à imagem idealizada de felicidade que circula como norma social. A felicidade, convertida em espetáculo, torna-se mais uma fonte de angústia.

9. Luc Ferry e o frenesi contemporâneo da felicidade

Luc Ferry, em *O frenesi da felicidade*, reinscreve a questão da felicidade no campo filosófico. Sua contribuição consiste em mostrar que a modernidade tardia não eliminou a antiga pergunta pela vida feliz; ela a acelerou, a psicologizou e a submeteu à lógica da urgência.

O termo “frenesi” é particularmente significativo. Ele sugere agitação, compulsão, inquietação e excesso. A felicidade contemporânea é buscada sob o signo da pressa. O sujeito deseja sentir-se bem imediatamente, evitar a dor, superar rapidamente as perdas, consumir experiências intensas e eliminar frustrações.

Ferry retoma, desse modo, uma distinção essencial: prazer não é felicidade; bem-estar não é sentido; euforia não é serenidade. A felicidade, quando pensada seriamente, exige uma relação mais profunda com o tempo, com o amor, com a finitude e com a verdade da própria existência.

A contribuição filosófica de Ferry está em mostrar que a felicidade separada da sabedoria torna-se frágil. O sujeito que busca apenas sensações agradáveis permanece vulnerável ao tédio, ao medo da morte, à comparação social e à instabilidade dos desejos. A felicidade reduzida ao bem-estar imediato produz, paradoxalmente, mais inquietação.

Nesse ponto, Ferry aproxima-se das grandes tradições filosóficas e espirituais: não há vida feliz sem elaboração interior. A serenidade não é ausência de dor, mas capacidade de atravessar perdas, limites e instabilidades sem ser destruído por elas. A felicidade deixa de ser euforia e aproxima-se da lucidez.

10. Felicidade, reconciliação e sentido em Anselm Grün e Walter Kohl

Em contraponto à felicidade performática, Anselm Grün e Walter Kohl propõem uma compreensão espiritual e existencial da felicidade. Para os autores, uma vida bem-sucedida não é aquela isenta de sofrimento, mas aquela capaz de integrar a própria história em um horizonte de sentido.

A felicidade é compreendida como reconciliação: consigo mesmo, com os outros, com o passado e com Deus. Essa perspectiva desloca a felicidade do campo da excitação emocional para o campo da maturidade humana. O sujeito feliz não é aquele que nunca sofreu, mas aquele que aprendeu a não ser destruído pelo sofrimento.

A categoria da reconciliação possui grande densidade antropológica. Reconciliar-se não significa negar as feridas, apagar a memória ou justificar injustiças. Significa integrar a própria história sem permanecer prisioneiro dela. A reconciliação permite ao sujeito deixar de viver contra si mesmo, contra sua biografia, contra seus limites e contra as perdas que o constituem.

A abordagem de Grün e Kohl recupera uma antropologia relacional. O ser humano não é indivíduo autossuficiente, isolado e soberano sobre si mesmo. É pessoa marcada por vínculos, memórias, feridas, esperanças, dependências e abertura espiritual. A felicidade não é autossalvação emocional, mas caminho de integração interior.

Essa perspectiva aproxima-se da tradição cristã e beneditina, na qual a vida feliz está associada à escuta, ao silêncio, à humildade, ao perdão, à interioridade e à busca de Deus. A felicidade não nasce da posse absoluta da própria vida, mas da confiança em um fundamento que ultrapassa o eu.

11. Felicidade clássica, felicidade neoliberal e alegria cristã

A comparação entre a tradição clássica, a cultura neoliberal da felicidade e a espiritualidade cristã permite distinguir três modelos antropológicos.

Na tradição clássica, a felicidade está vinculada à virtude, ao bem e à realização da finalidade humana. Em Aristóteles, ela não corresponde à simples satisfação subjetiva, mas à vida orientada pela excelência ética e pela formação do caráter (ARISTÓTELES, 2014).

Na cultura neoliberal, criticada por Cabanas e Illouz (2018), a felicidade é reduzida a desempenho emocional, adaptação funcional e capital psicológico. O sujeito feliz é aquele que se ajusta, produz, consome, sorri, supera e permanece positivo.

Na tradição cristã, por sua vez, a felicidade profunda não se confunde com euforia permanente. A alegria cristã não nega a cruz, o sofrimento, o combate espiritual e a verdade da condição humana. Ela nasce da comunhão com Deus, da esperança teologal e da possibilidade de transfiguração da dor.

Desse modo, a alegria cristã diferencia-se radicalmente da positividade compulsória. A *happycracia* afirma: “seja feliz a qualquer custo”. A espiritualidade cristã afirma: permaneça no amor, mesmo quando a existência atravessa a prova, o limite e a noite.

Essa distinção é decisiva. A positividade compulsória nega o sofrimento; a alegria cristã o atravessa. A felicidade neoliberal exige performance; a espiritualidade da reconciliação exige verdade. A cultura do bem-estar procura eliminar a dor; a sabedoria espiritual busca redimi-la, elaborá-la e integrá-la.

12. Felicidade e sentido: contribuição de Viktor Frankl

A reflexão de Viktor Frankl permite aprofundar a crítica à felicidade entendida como meta direta da existência. Para Frankl (2008), o ser humano não encontra realização quando persegue a felicidade como fim imediato, mas quando se orienta para um sentido que o transcende. A felicidade surge como efeito de uma vida dotada de significado, não como produto de uma técnica de satisfação.

Essa perspectiva é fundamental para compreender o fracasso contemporâneo da busca compulsiva por bem-estar. Quanto mais o sujeito transforma a felicidade em obrigação direta, mais ela tende a escapar. A felicidade não se deixa capturar como objeto de consumo; ela emerge quando a existência se vincula a valores, tarefas, vínculos, responsabilidades e experiências de sentido.

Nesse aspecto, Frankl aproxima-se tanto de Ferry quanto de Grün e Kohl. A vida feliz não é necessariamente a vida sem sofrimento, mas a vida na qual o sofrimento pode ser integrado a um horizonte de significado. O sofrimento

sem sentido desorganiza; o sofrimento elaborado pode tornar-se ocasião de maturidade, compaixão e profundidade espiritual.

A crítica à *happycracia* encontra aqui um contraponto decisivo: não se trata de substituir felicidade por sofrimento, mas de recusar uma felicidade superficial que não sabe o que fazer com a dor. Uma concepção adulta da felicidade precisa integrar limite, finitude, perda, vínculo, responsabilidade e transcendência.

13. Discussão crítica

A crítica à indústria contemporânea da felicidade possui relevância decisiva para a psicologia, a teologia, a educação, a gestão institucional e a análise sociocultural do presente. Ela permite compreender que nem todo discurso sobre bem-estar, positividade, prosperidade, autoconhecimento ou desenvolvimento pessoal possui caráter emancipador. Ao contrário, muitos desses discursos, embora revestidos de vocabulário terapêutico, espiritual ou motivacional, operam como dispositivos de captura subjetiva, pois transferem ao indivíduo a responsabilidade integral por sua dor, seu fracasso, sua precariedade e sua infelicidade.

Nesse contexto, os chamados “mercadores da felicidade” — entre os quais se destacam gurus midiáticos, *coaches* autoproclamados, mentores de prosperidade, influenciadores motivacionais e empresários da autoajuda — ocupam lugar estratégico na economia simbólica do sofrimento. Eles não vendem apenas cursos, palestras, livros, métodos, imersões ou programas de alta performance; vendem uma promessa antropológica simplificada: a de que a vida humana pode ser plenamente controlada por técnicas de mentalidade, positividade, disciplina emocional e reprogramação subjetiva.

A complexidade da existência é, assim, reduzida a slogans de eficácia psicológica.

A gravidade desse fenômeno reside no fato de que tais discursos frequentemente desconsideram a espessura histórica, social, clínica e espiritual do sofrimento humano. O desemprego, a precarização do trabalho, a desigualdade social, o luto, a depressão, a ansiedade, o trauma, a solidão e a crise de sentido são convertidos em problemas de atitude individual. A pergunta ética e social — “que condições produzem esse sofrimento?” — é substituída por uma pergunta moralizante: “por que você ainda não conseguiu ser feliz?”. Desse modo, a vítima é silenciosamente transformada em culpada.

Os gurus, terapeutas e *coaches* autoproclamados tendem a operar por meio de uma retórica de simplificação. Prometem transformação rápida, sucesso ilimitado, cura emocional, prosperidade, desbloqueio interior e felicidade permanente. Contudo, essa promessa frequentemente ignora os limites constitutivos da condição humana: a finitude, a perda, a ambivalência, o inconsciente, a culpa, o desejo, a memória ferida, as determinações sociais e a dimensão trágica da existência. Ao eliminar simbolicamente o conflito, tais discursos não curam o sujeito; apenas o treinam para negar sua própria dor.

Nesse sentido, a indústria da felicidade não constitui apenas um mercado de bens subjetivos. Ela representa uma forma sofisticada de colonização da interioridade. O sujeito é permanentemente convocado a melhorar-se, otimizar-se, vender-se, adaptar-se, performar equilíbrio, demonstrar gratidão e converter todo sofrimento em oportunidade. A subjetividade passa a funcionar como empresa de si mesma, e a felicidade torna-se índice de produtividade, competência e valor social. Não estar feliz passa a significar não estar suficientemente evoluído, disciplinado ou comprometido consigo mesmo.

A crítica de Cabanas e Illouz à *happycracia* evidencia precisamente esse deslocamento: a felicidade deixa de ser horizonte existencial e passa a funcionar como tecnologia de governo. Sob a aparência de libertação, produz-se uma nova forma de submissão. O indivíduo acredita estar escolhendo livremente sua felicidade, quando, na verdade, encontra-se capturado por uma racionalidade que exige adaptação, desempenho e positividade contínua. A felicidade converte-se, assim, em imperativo moral: não basta viver; é preciso estar bem, parecer bem e provar publicamente que se está bem.

A figura do *coach* autoproclamado torna-se emblemática desse processo. Sem necessariamente possuir formação clínica, filosófica, teológica ou científica consistente, ele frequentemente assume a posição de intérprete total da existência alheia. Apresenta-se como especialista em sucesso, cura, prosperidade, desbloqueio emocional ou propósito de vida, ainda que sua autoridade derive mais da performance comunicacional do que de consistência epistemológica. A experiência humana, em sua densidade, é substituída por fórmulas de impacto, técnicas de persuasão e narrativas de superação.

Essa dinâmica é particularmente problemática quando invade o campo da saúde mental. Sofrimentos psíquicos complexos podem ser banalizados como falta de foco, baixa vibração, pensamento negativo, ausência de disciplina ou resistência à mudança. Tal perspectiva não apenas empobrece a compreensão clínica do sofrimento, mas pode agravar quadros de culpa, vergonha e desamparo. O sujeito sofre e, além disso, passa a acreditar que sofre porque fracassou em gerir corretamente a si mesmo.

Todavia, é necessário evitar uma conclusão reducionista. Nem toda busca de felicidade é ideológica. Nem toda prática de gratidão, meditação, cuidado emocional, psicoterapia, espiritualidade ou desenvolvimento pessoal é

alienante. O problema não reside no cultivo da vida interior, mas em sua captura pela lógica mercantil, pela promessa de desempenho ilimitado e pela culpabilização individualizante. O cuidado de si é legítimo quando conduz à lucidez, à responsabilidade, à integração e à liberdade; torna-se ideológico quando se converte em técnica de adaptação acrítica ao sistema.

Do mesmo modo, a espiritualidade da reconciliação proposta por Grün e Kohl deve ser compreendida com rigor. Reconciliar-se não significa submeter-se a vínculos abusivos, justificar violências, apagar traumas ou retornar a relações destrutivas. Em contextos de abuso, manipulação, humilhação ou violência, a reconciliação pode significar integração interior da experiência, elaboração simbólica da ferida, estabelecimento de limites e libertação subjetiva, sem necessariamente implicar restauração da convivência com o agressor. A reconciliação autêntica não é submissão; é pacificação da memória na verdade.

Além disso, a felicidade não pode ser pensada apenas em chave individual. Condições objetivas — como justiça social, trabalho digno, saúde, segurança, comunidade, estabilidade afetiva, proteção institucional e reconhecimento — são constitutivas de uma vida humanamente possível. Uma teoria adequada da felicidade precisa integrar interioridade e estrutura social, liberdade pessoal e responsabilidade coletiva, subjetividade e justiça. Quando tais dimensões são ignoradas, a felicidade torna-se privilégio moralizado, isto é, uma forma de distinção social apresentada como mérito psicológico.

A crítica aos mercadores da felicidade, portanto, não é uma recusa da alegria, da esperança ou do cuidado emocional. É uma denúncia de sua falsificação comercial. O problema não é desejar ser feliz; o problema é transformar a felicidade em produto, obrigação, espetáculo e índice de superioridade subjetiva. A verdadeira alegria não precisa negar o sofrimento para existir. A

felicidade madura não se constrói pela fuga da dor, mas pela capacidade de habitá-la, interpretá-la, elaborá-la e integrá-la em um horizonte de sentido.

A crítica de Cabanas e Illouz, a serenidade filosófica de Ferry e a espiritualidade da reconciliação de Grün e Kohl convergem em um ponto fundamental: a felicidade não pode ser reduzida a sensação, consumo ou performance. Ela exige verdade antropológica. Onde há negação do sofrimento, há empobrecimento subjetivo. Onde há mercantilização do afeto, há colonização da interioridade. Onde há obrigação de felicidade, há violência simbólica. E onde há gurus que prometem felicidade total, convém suspeitar: talvez não estejam libertando o sujeito, mas apenas vendendo-lhe uma nova forma de servidão.

14. Considerações finais

A análise da *happycracia* revela uma mutação cultural decisiva: a passagem da felicidade como aspiração humana para a felicidade como obrigação social. A sociedade contemporânea não afirma apenas que o sujeito pode ser feliz; ela exige que ele seja feliz. Caso não consiga, tende a atribuir-lhe a culpa por seu fracasso emocional.

Essa exigência produz uma violência sutil. O sofrimento humano, em vez de ser acolhido, interpretado e elaborado, passa a ser tratado como falha de desempenho subjetivo. A felicidade, quando transformada em imperativo, deixa de ser promessa de libertação e converte-se em mecanismo de controle.

Luc Ferry contribui para essa discussão ao mostrar que a busca frenética da felicidade pode gerar o efeito inverso: ansiedade, inquietação e incapacidade de habitar serenamente a existência. A felicidade separada da sabedoria torna-se frágil, narcísica e vulnerável à manipulação do mercado.

Em contraponto, Grün e Kohl recordam que a felicidade verdadeira não é euforia contínua, sucesso exterior ou performance emocional. Ela se aproxima mais de uma vida reconciliada, enraizada no sentido, aberta ao perdão, sustentada por vínculos e orientada por uma confiança que ultrapassa o próprio eu.

Portanto, a crítica à indústria da felicidade não é defesa do pessimismo. É defesa da profundidade humana. A vida não se reduz ao entusiasmo, à produtividade ou à imagem de sucesso. Ela inclui silêncio, perda, espera, conflito, limite, mistério e transcendência.

Quando a felicidade se torna obrigação, ela deixa de ser felicidade e passa a ser controle. Mas quando nasce da verdade, da reconciliação, da serenidade e do sentido, ela se torna caminho de maturidade, liberdade interior e esperança.

Referências Bibliográficas

ARISTÓTELES. **Ética a Nicômaco**. São Paulo: Edipro, 2014.

CABANAS, Edgar; ILLOUZ, Eva. **Happycratie: comment l'industrie du bonheur a pris le contrôle de nos vies**. Paris: Premier Parallèle, 2018.

FERRY, Luc. **O frenesi da felicidade**. Tradução de Idalina Lopes. Petrópolis: Vozes Nobilis, 2026.

FRANKL, Viktor E. **Em busca de sentido**. Petrópolis: Vozes, 2008.

GRÜN, Anselm; KOHL, Walter. **Felicidade: o que realmente importa para uma vida bem-sucedida**. Petrópolis: Vozes, 2018.

GRÜN, Anselm; KOHL, Walter. **Was uns wirklich trägt: Über gelingendes Leben**. Freiburg im Breisgau: Herder, 2014.

