

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS  
FACULDADE DE FILOSOFIA E CIÊNCIAS HUMANAS  
CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO EM PSICOLOGIA CLÍNICA:  
GESTALT-TERAPIA E ANÁLISE EXISTENCIAL**

**ARIEL DE ANDRADE DA SILVA**

**FELICIDADE PASTEURIZADA: O IMPERATIVO DO SER FELIZ NA CLÍNICA  
CONTEMPORÂNEA**

**BELO HORIZONTE  
2022**

Ariel de Andrade da Silva

**FELICIDADE PASTEURIZADA: O IMPERATIVO DO SER FELIZ NA CLÍNICA  
CONTEMPORÂNEA**

Monografia apresentada ao Curso de Especialização em Psicologia Clínica: Gestalt-terapia e Análise Existencial da Faculdade de Filosofia e Ciências Humanas da Universidade Federal de Minas Gerais, como requisito parcial para obtenção do título de Especialista em Psicologia Clínica.

Orientador: Prof<sup>o</sup> Dr. José Paulo Giovanetti.

BELO HORIZONTE  
2022

150           Silva, Ariel de Andrade da.  
S586f           Felicidade pasteurizada [recurso eletrônico] : o imperativo do  
2022           ser feliz na clínica contemporânea / Ariel de Andrade da Silva. -  
                  2022.  
                  1 recurso online (26 f.) : pdf  
                  Orientador: José Paulo Giovanetti.

                  Monografia apresentada ao curso de Especialização em  
                  Psicologia Clínica: Gestalt-terapia e Análise Existencial -  
                  Universidade Federal de Minas Gerais, Faculdade de Filosofia e  
                  Ciências Humanas.  
                  Inclui bibliografia.

                  1.Psicologia. 2.Saúde mental. 3. Felicidade. I.Giovanetti,  
                  José Paulo . II.Universidade Federal de Minas Gerais. Faculdade  
                  de Filosofia e Ciências Humanas. III.Título.



UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS

Folha de Aprovação

FELICIDADE PASTEURIZADA: O IMPERATIVO DO SER FELIZ NA CLÍNICA CONTEMPORÂNEA

**ARIEL DE ANDRADE DA SILVA**

monografia defendida e aprovada, no dia **dez de dezembro de 2022**, pela Banca Examinadora designada pelo Colegiado do CURSO DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA CLÍNICA: GESTALT-TERAPIA E ANÁLISE EXISTENCIAL da Universidade Federal de Minas Gerais constituída pelos seguintes professores:

José Paulo Giovanetti - Orientador

FAFICH/UFMG

Paulo Eduardo R. A. Evangelista

FAFICH/UFMG

Belo Horizonte, 15 de outubro de 2024.

Prof. Dr. Paulo Eduardo Rodrigues Alves Evangelista  
Coordenador do Curso



Documento assinado eletronicamente por **Paulo Eduardo Rodrigues Alves Evangelista, Coordenador(a) de curso de pós-graduação**, em 15/10/2024, às 16:28, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 5º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site [https://sei.ufmg.br/sei/controlador\\_externo.php?acao=documento\\_conferir&id\\_orgao\\_acesso\\_externo=0](https://sei.ufmg.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0), informando o código verificador **3642424** e o código CRC **79DCBAD5**.

*Aos meus companheiros de sofrimento.*

## **AGRADECIMENTOS**

À Nany, minha querida irmã, sem a qual a imensurável presença, apoio, confiança e consideração não seria possível desenvolver este trabalho.

Ao professor José Paulo Giovannetti, meu orientador, pelo apoio à construção e ao desenvolvimento desta pesquisa, assim como pela paciência e pela confiança em mim. E ao professor Paulo Evangelista, pelas ricas considerações acerca desse trabalho.

À UFMG, universidade pública, gratuita e de qualidade, por minha formação intelectual e profissional. E pela concessão da bolsa neste curso, que me possibilitou a realização da Especialização em Psicologia Clínica: Gestalt-terapia e Análise Existencial.

Adoramos a perfeição, porque a não podemos ter; repugna-la-íamos, se a tivéssemos. O perfeito é o desumano porque o humano é imperfeito.

*Fernando Pessoa*

## RESUMO

Neste trabalho objetiva-se refletir sobre a importância do sofrimento enquanto condição humana e, portanto, inerente à vida, discorrendo sobre os impactos negativos para existências submetidas a imposição do ser feliz. O contemporâneo traz impactos diferentes nos modos de ser intersubjetivos àqueles que compartilham da mesma época, por isso as formas de sofrimento contemporâneas têm relação direta com as formas de organização social. Nesse sentido, propomo-nos a pensar sobre as dimensões sociais e intersubjetivas na clínica do contemporâneo, sob a perspectiva teórico-crítica dos filósofos Giorgio Agamben e Byung-Chul Han. A partir disso, almejamos desenvolver o conceito de felicidade pasteurizada, na tentativa de problematizar a prejudicial busca contemporânea por uma felicidade dita ideal. Finalmente, pretendemos questionar a patologização dos modos de ser humanos e a posição do profissional da psicologia frente a esse imperativo. Nesse percurso, utilizaremos os pressupostos teóricos de Giovanetti (2019), Cabanas e Ilouz (2022), Holz-Kunz (2018), Freire (2010), entre outras.

**Palavras-chave:** Felicidade pasteurizada. Imperativo da felicidade. Clínica contemporânea. Patologização da vida. Sofrimento mental.

## ABSTRACT

This paper aims to reflect on the importance of suffering as a human condition and, therefore, inherent to life, discussing the negative impacts for existences submitted to the imposition of being happy. The contemporary brings different impacts on the intersubjective ways of being to those who share the same time, therefore the forms of contemporary suffering are directly related to the forms of social organization. In this sense, we propose to think about the social and intersubjective dimensions in contemporary clinical practice from the critical-theoretical perspective of philosophers Giorgio Agamben and Byung-Chul Han. From this, we aim to develop the concept of pasteurized happiness, in an attempt to problematize the harmful contemporary search for a so-called ideal happiness. Finally, we intend to question the pathologization of human ways of being and the position of the psychology professional in face of this imperative. In this path, we will use the theoretical assumptions of Giovanetti (2019), Cabanas and Ilouz (2022), Holz-Kunz (2018), Freire (2010), among others.

**Keywords:** Pasteurized happiness. Imperative of happiness. Contemporary clinic. Pathologization of life. Mental suffering.

## SUMÁRIO

<b>1</b>	<b>INTRODUÇÃO</b> .....	<b>8</b>
<b>2</b>	<b>DIMENSÕES SOCIAIS E INTERSUBJETIVAS NA CLÍNICA DO CONTEMPORÂNEO</b> .....	<b>10</b>
<b>3</b>	<b>FELICIDADE PASTEURIZADA: A IMPOSIÇÃO DO SER FELIZ</b> .....	<b>15</b>
<b>4</b>	<b>A CONDIÇÃO HUMANA COMO PATOLOGIA</b> .....	<b>19</b>
<b>5</b>	<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS</b> .....	<b>22</b>
<b>6</b>	<b>REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b> .....	<b>24</b>

## 1 INTRODUÇÃO

Diante das inúmeras problemáticas do contemporâneo, esta pesquisa propõe-se a desenvolver uma reflexão acerca dos modos de ser feliz enquanto uma imposição do nosso tempo. Nesse percurso, chama nossa atenção o lugar do sofrimento psíquico na atualidade, cada vez mais entendido como algo a ser combatido e substituído. Em outras palavras, a discussão sobre o sofrimento tem se resumido a formas de curá-lo, extingui-lo, destituindo-o do seu lugar na vida humana. É nesse sentido que consideramos relevante a discussão sobre a imposição do ser feliz hoje e dos impactos disso no fazer clínico da psicologia contemporânea. Em vista disso, para dar conta de uma crítica à imposição pela busca de uma felicidade lida como ideal, buscamos desenvolver o conceito de felicidade pasteurizada, discorrendo sobre os seus impactos negativos para existências humanas submetidas ao imperativo do ser feliz.

Pensando nisso, é fundamental questionar: Todo sofrimento é adoecedor? É nosso papel, enquanto psicólogos, incorrer em sucessivas tratativas para o sofrimento, expurgando essa dimensão da vida humana? Como nomear esse fenômeno contemporâneo da permanente busca por uma felicidade ideal? Qual lugar ocupa a nossa prática enquanto psicólogos de base fenomenológica-existencial? E quais críticas estamos fazendo a um modelo de responsabilização subjetiva individualista e excludente, que coloca o sujeito como único responsável por seu sucesso ou fracasso numa sociedade tão desigual?

Mais do que perguntas, as questões acima movem este trabalho. Com isso à vista, no primeiro capítulo, trabalhamos os impactos que o contemporâneo traz nos modos de ser intersubjetivos àqueles que compartilham da mesma época. Nesse sentido, nos propomos a pensar o contemporâneo como o período marcado pelo culto à performance, pelo achatamento do conceito de felicidade, pela negação da angústia assim como da própria capacidade de sofrer, algo inerente à nossa existência, baseado, fundamentalmente, nas obras do filósofo contemporâneo Byung-Chul Han.

Já no capítulo dois, ainda pensando o lugar da psicologia no contemporâneo, começamos a traçar o conceito de felicidade pasteurizada. É possível afirmar que, na atualidade, a felicidade imbrica-se nas relações intersubjetivas tornando-se o

cerne da questão do ser, como se ela fosse o ápice da realização humana. O sujeito contemporâneo se abstém da dúvida e de questionamentos existenciais, e a dor nesta era da técnica perde sua narratividade, sentido e história.

Nesse sentido, destacamos que a profissão da psicologia na contemporaneidade segue a cada dia mais uma diretriz que deixa de se preocupar com o sofrimento humano para tornar-se uma psicologia que se ocupa do bem estar, do otimismo e da performance. Entretanto, permanentemente feliz e hipersensível à dor, o sujeito do desempenho se depara com o vazio de um hedonismo vigente. E baseado nas obras de Giovannetti e, também, de Cabanas e Illouz principalmente, percebemos que ao não se haver com seu sofrimento, a dor não encontra mais sentido ou razão de ser, assim o sujeito torna-se sua própria vítima e seu próprio algoz, e cria-se, portanto, uma sociedade apassivada diante de problemáticas inerentes ao contemporâneo, e que assume uma postura não combativa diante mazelas sociais.

No capítulo três versamos sobre a crescente delimitação e enquadramento de modos de ser humanos como patologias, traçando brevemente a linha histórica do surgimento do Manual de Diagnóstico e Estatística de Transtornos Mentais - DSM, e de como a cada ano sua categoria de classificação nosográfica sofreu vertiginoso crescimento, o que em parte dá as bases do que Birman nomeia como a crescente psiquiatrização da normalidade. Então, com base no pensamento da daseinsanalista contemporânea Alice Holz-Kunz, tencionamos a diferença entre sofrimento e adoecimento psíquico com vias a explorar que a negação do sofrimento é um caminho que leva ao adoecimento, e como a falta em se haver com a dor, também, pode justificar o aumento da drogadição que ganha o espaço para ocupar o sujeito e trazê-lo de volta à alta performance, ao não fracasso e a explosões dopaminérgicas, que seriam o ápice cientificamente comprovado do que é ser feliz.

Nessa lógica, o sofrimento ganha status de fracasso. Assim, essa individualização patologizante de problemas sociais e estruturais, que coloca a falta de felicidade como uma produção ineficaz do sujeito, na produção do seu sofrimento, exige em nossa atuação como psicólogos deste tempo uma reflexão sobre como tais impactos reverberam na clínica e qual será nosso posicionamento ético e profissional diante disso.

## 2 DIMENSÕES SOCIAIS E INTERSUBJETIVAS NA CLÍNICA DO CONTEMPORÂNEO

O contemporâneo é o intempestivo.

*Roland Barthes<sup>1</sup>*

Definir com precisão o que seja o contemporâneo é tarefa difícil, talvez porque o conceito esteja ancorado justamente nessa não demarcação precisa. Ao longo do nosso tempo, diversos autores debruçaram-se sobre o assunto e dedicaram suas carreiras para entender e delimitar as bases do que seria o espírito de nosso tempo. Para fins deste trabalho, buscaremos abordar a contemporaneidade sob a ótica dos filósofos Giorgio Agamben e Byung-Chul Han.

Agamben postula que não é possível fugirmos do tempo em que vivemos, entretanto, paradoxalmente, afirma que aqueles que estão mais plenamente ligados e imersos em sua época também são os que têm mais dificuldade para vê-la e analisá-la de modo preciso.

Aquele que habita o contemporâneo mantém o olhar no seu tempo, naquilo que não se mostra prontamente, que está encoberto na penumbra, um tempo que Agamben nomeia como obscuro. Diz o autor que “contemporâneo é, justamente, aquele que sabe ver essa obscuridade, que é capaz de escrever mergulhando a pena nas trevas do presente.” (AGAMBEN, 2009, p.63) Em outras palavras, é necessário olhar para as trevas de nosso tempo que existem em conjunto com a luz, assim, exige-se um olhar atento para aquilo que não se mostra com clareza. Desse modo, ao analisarmos o presente, é possível inferir que vivemos tempos em que o uso da tecnologia, as mídias sociais e as novas formas de relações com o outro ditam novos modos de existir e ser-com (*Mitsein*)<sup>2</sup>. O contemporâneo traz impactos diferentes nos modos de ser intersubjetivos àqueles que compartilham da mesma época.

---

<sup>1</sup> BARTHES, Roland *apud* AGAMBEN, 2009, p. 58.

<sup>2</sup> Para ler mais sobre o conceito, consultar: HEIDEGGER, Martin. Ser e tempo (I, II). Petrópolis: Vozes, 2002. Trad. Márcia Sá Cavalcante Schuback.

Dessa maneira, no contemporâneo, imperam novas formas do que se convencionou chamar de ser feliz, isto é, a vida cotidiana torna-se a cada dia mais performativa, numa tentativa de emular na realidade os pixels da vida digital. Desse novo tempo derivam novos fenômenos, muitos deles relacionados a distorções de percepção corporal, como o caso do Efeito Zoom<sup>3</sup>, que se trata do aumento substancial da procura por rinoplastias, embasadas na insatisfação pessoal com o tamanho do nariz em virtude da percepção de aumento do mesmo, o que foi potencializado pelo uso extensivo de vídeo chamadas e telas em virtude da pandemia de Covid-19.

O contemporâneo é, por excelência, cronologicamente indeterminado, está inter-relacionado com outros tempos. Capaz de projetar transformações, o contemporâneo não se detém apenas no agora, mas nessa interlocução transformadora e crítica ao que tomamos como atualidade. Assim, os modos de ser no contemporâneo estão marcados pelo individualismo, um culto ao corpo e a relações frágeis e fragilizadas.

As formas de sofrimento contemporâneas têm relação direta com as formas de organização social. Novos modos de subjetivação que estão articulados com os modelos de produção neoliberal implicam em novas maneiras subjetivas de produzir e vivenciar o sofrimento. Os sofrimentos psíquicos do presente não são tais como os dos séculos anteriores. Um exemplo disso é que a clássica definição de histeria proposta por Freud, no século XIX, não encontra lugar na atual sociedade do cansaço descrita por Han. Assim como a depressão tratada na Europa do século XX é substancialmente diferente da depressão que acomete o sujeito contemporâneo, segundo afirma o filósofo sul coreano Byung-Chul Han.

Outrora muito mais ancorada a uma repressão sexual inerente a sua época, hoje o sujeito da insuficiência não é necessariamente reprimido, ao contrário, a ideia de liberdade, autonomia e autossuficiência irrestritas produzem uma falsa narrativa de que como senhor de si mesmo, algoz e vítima de si mesmo, o sujeito é, portanto, também absolutamente responsável pela condição que se encontra (HAN, 2017). E assim o sujeito contemporâneo padece, não pelas mazelas sociais, sorte ou inspiração divina, mas por uma suposta escolha, pois estaria em suas próprias mãos

---

<sup>3</sup> COLLUCCI, C. 'Efeito Zoom' faz pessoas acharem nariz feio e gera onda de rinoplastias. **Folha de São Paulo**. Disponível em: <https://www1.folha.uol.com.br/equilibrioesaude/2021/09/efeito-zoom-faz-pessoas-acharem-nariz-feio-e-gera-onda-de-rinoplastias.shtml>. 11 set. 2021. Acesso em: 19 nov. 2022.

o poder para deixar de ser como é, o poder para se libertar da depressão, da pobreza, da infelicidade e de tudo aquilo contrário às receitas do bem estar, em resumo, estaria em suas mãos o poder para alcançar a felicidade.

Para pensar o sujeito contemporâneo é necessário olhar para o papel da sociedade contemporânea na produção subjetiva do sofrimento. Como psicólogos deste tempo é fundamental atentar para as formas de sofrimento advindas das novas produções subjetivas de adoecimento psíquico vindas da nossa sociedade.

Nesse sentido, não existem temas concernentes à psicologia clínica que se encontrem descolados da realidade social atual. A separação entre psicologia clínica e psicologia social deve ter caráter apenas didático, pois é necessário um modelo de psicoterapia e de fazer clínico capaz de dar conta de olhar para as formas atuais de sofrimento e adoecimento psíquico, tarefa inerente a uma psicologia que se diga contemporânea.

Assim, há de se perguntar, qual lugar ocupa a nossa prática enquanto psicólogos de base fenomenológica-existencial? E quais críticas estamos fazendo a um modelo de responsabilização subjetiva individualista e excludente, que coloca o sujeito como único responsável por seu sucesso ou fracasso numa sociedade tão marcada pela desigualdade?

Refletir em nossa prática profissional sobre os determinantes sociais envolvidos no processo de subjetivação, adoecimento e patologização da condição humana vai ao encontro do que foi preconizado por Heidegger (2001b), quando o filósofo coloca que

quem se dedica hoje em dia à profissão de ajudar as pessoas psicologicamente enfermas, deve saber o que acontece; deve saber onde está historicamente; precisa esclarecer-se diariamente que aqui está operando um destino antigo do homem europeu; ele precisa pensar de maneira histórica e abandonar a absolutização incondicional do progresso em cujo rastro o ser-homem do homem ocidental ameaça sucumbir. (HEIDEGGER, 2001b, p. 129).

Por isso mesmo, devemos ter um olhar crítico ao que aparece como “o encobrimento e a patologização da angústia como marcas recorrentes dos modos de produção de subjetividade na época contemporânea.” (DANTAS; SÁ & CARRETEIRO, 2009).

O filósofo Han afirma que “a positivação do mundo faz surgir novas formas de violência” (HAN, 2017, p.19). A contemporaneidade está marcada por relações mercantilistas, pautadas na fragilidade dos laços afetivos e, conseqüentemente, do

mundo interno. Além disso, vislumbramos uma sociedade do hiperconsumo, submetida à precarização do autocuidado, a jornadas de trabalho abusivas, a relações interpessoais deterioradas, tudo isso lido por Han como configuração de uma sociedade auto explorada, mas que, ainda assim, entende essa auto exploração como forma de liberdade.

O contemporâneo, nesse sentido, é também marcado pelo achatamento do conceito de felicidade e pela perda da capacidade do sujeito de contemplação, assim como da própria capacidade de sofrer, algo inerente à nossa existência. Diante desse cenário, o sujeito contemporâneo recorre ao uso abusivo de substâncias psicoativas estimulantes e de quaisquer formas para fugir ao mínimo desprazer, daí o aumento expressivo do consumo de tais substâncias. (BIRMAN 2014). Tais práticas demonstram um imperativo perverso da felicidade em que aqueles que não a vivem culpabilizam a si próprios.

O professor e pesquisador José Paulo Giovanetti comenta em seu estudo “O adoecimento existencial no século XXI” (2019) sobre a perda do cultivo da interioridade. Para o professor, o mal estar do homem contemporâneo se expressa em desilusões frente ao mundo. O sujeito percebe-se desamparado na vida, vive em permanente estado de isolamento afetivo, com agressões gratuitas, tentativas de autoextermínio e uso abusivo de drogas. Entretanto, os males que acometem o homem hipermoderno são para o autor a expressão superficial de um profundo adoecimento existencial pautado no vazio existencial, no tédio e na apatia. O autor elenca três impactos antropológicos da contemporaneidade: perda de sentido, destruição da interioridade e eclipse da alteridade.<sup>4</sup>

Não por acaso, Le Breton (2018) nomeia o desaparecer de si como uma tentação e um mal estar inerente ao contemporâneo, no qual o homem busca escapar, mesmo que por alguns instantes de tempo, da condição ao qual está lançado. Seja desaparecendo das relações com os outros, seja tornando-se indiferente a si e aos outros.

Portanto, para concebermos uma clínica do contemporâneo, é preciso desenvolver um entendimento do nosso tempo, ainda mais numa sociedade como a brasileira, que, embora esteja imersa em um mundo globalizado e compartilhe

---

<sup>4</sup> Para ler mais sobre os conceitos, consulte: GIOVANETTI, José Paulo. O adoecimento existencial no século XXI. In. CARDOSO, C. L.; GIOVANETTI, J. P. (Orgs.). Sofrimento humano e cuidado terapêutico. Belo Horizonte: Artesã, 2019. p.47- 74.

questões com a Europa, é marcada pela exploração de corpos e recursos, tendo uma longa e nefasta trajetória de escravidão, por exemplo, o que deixa marcas impressas na subjetividade dos nossos habitantes.

Ademais, antropologicamente, o psicólogo ocupava um lugar de privilégio na lida com o sofrimento humano. Entretanto, na atualidade, a psicologia ocupa cada vez mais o lugar de uma profissão do bem estar (HAN, 2021). Não raro, recebemos em nossos consultórios pessoas com demandas de falta de produtividade, esgotamento psíquico e vazio existencial. Essas mesmas pessoas solicitam, então, ajuda para se ajustar ao *modus operandi* da sociedade atual. No entanto, o ajustamento ao contemporâneo é uma outra forma de homogeneizar o heterogêneo, aviltando individualidades e achatando subjetividades.

### 3 FELICIDADE PASTEURIZADA: A IMPOSIÇÃO DO SER FELIZ

Existe apenas um único erro inato, que é o de acreditarmos que vivemos para sermos felizes.

*Arthur Schopenhauer*<sup>5</sup>

Em *Sociedade Paliativa* (2021), Byung-Chul Han traz importantes reflexões acerca do lugar que a psicologia ocupa na contemporaneidade. O autor argumenta que outrora os psicólogos ocupavam-se de um lugar antropológico demarcado pela acolhida ao sofrimento humano, mimetizado em diversas figuras históricas ao longo do desenvolvimento das sociedades. Entretanto, no contemporâneo, a profissão assume o lugar de especialistas do bem estar, profissionais do ajustamento e da performance, um histórico herdado, principalmente, de teorias psicológicas recentes, como a psicologia positiva, e que culminam nos gurus de autoajuda, coachs e serviços de ajustamento e aprimoramento, com soluções simplistas para recolocar as pessoas de volta ao mercado muito mais resilientes e autossustentáveis. Dessa forma perdem-se as dimensões de questionamento existencial, de encontro, do cuidado e da alteridade.

Esquece-se que sem sofrimento não há metamorfose, transformação ou dialética, e que é na contrariedade que o novo emerge. Expurgar contradições e homogeneizar o heterogêneo é um princípio de sociedades totalitárias, que determinam a hegemonia de um modo específico de bem viver. Por isso, na atualidade, a condição dolorosa é evitada a todo custo, e emerge a busca por uma vida anestesiada, em vários âmbitos, como político, relacionais e amorosos (HAN, 2021). O conflito dá lugar à apatia e ao desinteresse generalizado. A dor ganha menos espaço nas relações humanas e perde seu sentido, à medida que um ideal de felicidade é suplantado e toda e qualquer dissidência é tomada como inerentemente nefasta, devendo prontamente ser tamponada. Como afirma o filósofo

---

<sup>5</sup> SCHOPENHAUER, A. A arte de insultar. Martin Fontes. São Paulo, 2003. p. 20.

contemporâneo, “vivemos em uma sociedade da positividade, que busca se desonerar de toda forma de negatividade” (HAN, 2021, p.11).

Em *Ser feliz hoje: reflexões sobre o imperativo da felicidade* (2010), João Freire Filho argumenta que a partir do final do século XX a felicidade ganha um status tão primordial em diversas esferas da vida humana que passa despercebido o que de fato isto significa, e porque a elegemos sem questionamento, o porquê dela se tornar um eixo primordial da nossa existência. Adornada com sedutoras vestes contemporâneas, a felicidade imbrica-se nas relações humanas tornando-se o cerne da questão do Ser, como se ela fosse o ápice da realização humana.

Com isso, há a legitimação de valores individualistas, como por exemplo a busca pelo ideal perfeito de mente e corpo. A felicidade fica ofuscada diante de tantas prescrições e receituários. Han (2021) aponta que um projeto individualista do ser feliz caminha a largos passos, pautado no transhumanismo, doutrina que defende o uso da tecnologia como forma de elevar o humano, por meio do aparato tecnológico, a um estado de não sofrimento.

A busca pelo prazer e evitação do desprazer aparece como lugar primordial para busca do estado de felicidade na contemporaneidade. Ora, sofrimento é condição humana, isto é, “vida sem morte e dor não é uma vida humana, mas sim morta-viva. O ser-humano se desfaz, a fim de sobreviver. Ele alcançará, possivelmente, a imortalidade, mas ao custo de sua vida.” (HAN, 2021, p. 115)

Essa busca desenfreada pelo prazer e desoneração do lugar da dor e do sofrimento encerra e encurta nossas opções de liberdade existencial diante da felicidade. Entretanto, não é nosso objetivo empreender uma defesa à melancolia e um enaltecimento à tristeza, mas sim questionar os efeitos da busca irrestrita e irrefletida pela felicidade.

Deste modo, a vida ganha contornos cada vez menos densos e isso se reflete no nosso fazer clínico. Como psicólogos contemporâneos, nos tornamos uma profissão que, ao invés de ocupar-se com o sofrimento e com adoecimento individual e social, cada vez mais somos cooptados a responder às demandas do bem estar, a tornar uma pessoa funcional socialmente, um sujeito que dê conta de lidar com os imperativos da sociedade do cansaço e possa a cada vez mais se explorar de maneira mais eficaz em uma vida com baixo reconhecimento existencial.

GIOVANETTI (2019) afirma que uma das consequências dessa vida do homem contemporâneo é a tirania do prazer, na qual a dimensão do futuro é

suplantada por essas exigências imediatas, superficiais e individualistas. Assim, o homem se aliena, desaparece de si, e, carente de subjetividade e repleto de individualismo, perde a capacidade para *ser-com-os-outros*<sup>6</sup>. Desse modo, há uma recusa em lidar com o mal estar, uma alienação constante na busca por uma vida hedonista.

Em dicionários de língua portuguesa do Brasil (HOUAISS, 2001), de maneira geral, a definição da palavra felicidade, comumente, traz três registros: sorte, satisfação e realização de algo. Até o momento, nossa defesa neste trabalho foi por não negligenciar a dimensão do sofrimento e da dor, assim como pensar as consequências dessa negação, frente a uma sociedade que prima pela positividade tóxica, evitando se a ver com a negatividade. Por isso mesmo, ainda que reconheçamos a busca pela felicidade como um movimento legítimo, percebemos que o contemporâneo inaugura um imperativo do ser feliz altamente nocivo ao desenvolvimento do Ser. Já o vocábulo pasteurização, refere-se a um processo de esterilização, com o objetivo de eliminar microorganismos. Entretanto, se todas as bactérias fossem eliminadas, a vida como a conhecemos extinguir-se-ia. Nesse sentido, metaforicamente, elimina-se o *Pathos* da vida, tornando-a insossa e ao contrário do esperado, inerentemente mais adoecedora.

Assim, nomeio como felicidade pasteurizada aquela felicidade higiênica e higienista presente nas redes sociais e cada vez mais na vida cotidiana, uma felicidade demasiadamente polida, que não aceita ambivalências, problemas ou intercorrências, e que, no fim, mostra-se platônica, idealizada e distorcida. Esterilizada e estéril. Que a todo custo tenta emular na realidade um conceito de felicidade ideal. Tal felicidade é achatada em si mesma, não permite abertura para o novo, rejeita a alteridade, inibe a capacidade do humano em dar-se conta da angústia inerente à nossa condição, é autocentrada e implica na perda da capacidade de contemplação e da dimensão do *ser-com*. Esse flagelo do homem contemporâneo, implica no vazio existencial tão comum na clínica contemporânea e propiciador de diversas formas de sofrer, pois como nos mostra Alfred Langle, “quando não se vê um sentido, resta apenas a mera existência, porém, existir por existir é insuportável.” (LANGLE, 1990, p. 49).

---

<sup>6</sup> Para ler mais sobre o conceito, consultar: HEIDEGGER, Martin. Ser e tempo (I, II). Petrópolis: Vozes, 2002. Trad. Márcia Sá Cavalcante Schuback.

Em *HappyCracia: Fabricando cidadãos felizes* (2022), Cabanas e Illouz vão falar sobre a privatização e psicologização do sofrimento humano, que visa evitar qualquer confrontação com as mazelas da sociedade neoliberal que vivemos atualmente. Segundo os autores, no lugar de uma crítica ao capitalismo e um olhar em prol das lutas sociais e coletivas, desloca-se a atenção dessas lutas legítimas para uma individualização e privatização do problema, criando-se uma sociedade cada vez mais passiva frente às mazelas que a acometem. E nisso imprime-se no indivíduo a responsabilidade primordial pelo que lhe ocorre, a despeito de outras variáveis que compõem o complexo tecido social. Cria-se uma sociedade apassivada e a cada dia mais indiferente aos modernos mecanismos de adoecimento que dominam nossa vida cotidiana.

Em seu estudo intitulado “Muitas felicidades?! O imperativo de ser feliz na contemporaneidade” (2010), presente no livro *Ser feliz hoje: reflexões sobre o imperativo da felicidade* (FREIRE, 2010), Joel Birman, ao pensar sobre o imperativo da felicidade, reflete acerca da exigência do ser feliz hoje como algo que transcende a lei moral e se torna um dever. A exemplo, não raro no trabalho em instituições de saúde, a psicologia é convocada por terceiros diante de qualquer manifestação de sofrimento do outro, principalmente as marcadas pelo choro, como se a profissão devesse estar de prontidão para aliviar e evitar o chorar, uma vez que as lágrimas também perderam dimensões de sentido e tornaram-se apenas um signo que exprime o fracasso e derrota diante a vida.

Sem autonomia, sem poder contar com o outro ou com o Estado, o indivíduo trava uma batalha incessante pela sobrevivência e pela felicidade, e o outro se torna um adversário nessa corrida sem vencedores. Então, cria-se os novos anormais, aqueles que desviam da norma vigente de felicidade plena e irrestrita (BIRMAN, 2010). Dessa forma, não estar bem torna-se sinônimo de adoecimento, como se o desprazer fosse algo fora da esfera do que nos concerne enquanto humanos. Assim, frequentemente nos deparamos no consultório com queixas relacionadas a um ideal não alcançado de felicidade, em que o sujeito busca por tratamento para ter um vida mais plena e feliz. A princípio, essa é uma demanda válida e louvável, entretanto há de se questionar se o caminho para esta felicidade passa justamente pela negação do desprazer e busca irrestrita por essa felicidade pasteurizada.

## 4 A CONDIÇÃO HUMANA COMO PATOLOGIA

Claro que se a montanha não estivesse ali, o caminho resultaria mais cômodo e mais curto, mas ela está ali e nós temos de subir-lá

*Johann Wolfgang von Goethe*<sup>7</sup>

Podemos aludir ao surgimento, em 1952, do primeiro *Manual de Diagnóstico e Estatística de Transtornos Mentais*, conhecido como DSM-I, que detinha ao todo 106 categorias nosográficas. Após pouco mais de 50 anos, o DSM-V de 2013 já apresenta mais de 300 catalogações. De certo seria mais proveitoso se se estipulasse do que se trata o humano normal e saudável, pois é quase impossível que haja alguém na atualidade que não se enquadre ao menos em dois ou três critérios diagnósticos para as patologias lá descritas. Deste modo, vemos a psiquiatrização da normalidade (BIRMAN, 2014). Em outras palavras, vivemos uma era de encurtamento da dúvida e supressão do sofrimento, patologização da vida e pasteurização da felicidade.

Além disso, olhando sob nossa ótica profissional a psicologia desde seu surgimento outorga a si mesma certa autoridade sobre a vida pessoal dos indivíduos, elaborando critérios para delimitar o patológico e o normal (EVANGELISTA, 2015). No entanto, a tênue linha que os separa ganha contornos cada vez mais permeáveis, e nem todo sofrimento humano deve ser considerado transtorno mental, angústia não é uma doença que deve ser expurgada a todo custo. Com o perdão da ironia, será que não estamos vivendo uma síndrome de Simão de Bacamarte<sup>8</sup>, em que a patologização dos modos de existência impera, implicando numa sociedade cada vez menos disposta a lidar com seu sofrimento?

O sofrimento ocupa um não-lugar na sociedade atual, toda dor é simbolizada como doença que deve ser afastada, seja para que se evite lidar com o próprio sofrimento ou com o sofrimento do outro. A lógica é a de que tudo o que não tem relação com a felicidade é ruim, tudo que é ruim é adoecedor, tudo o que é

---

<sup>7</sup> GOETHE, J. W. Os sofrimentos do jovem Werther. São Paulo: Martins Fontes, 2007. p. 42.

<sup>8</sup> Alusão ao personagem Simão de Bacamarte, médico obstinado em diagnosticar a loucura em todas as ações dos habitantes de sua cidade. ASSIS, M. O alienista. São Paulo: Ática, 2000.

adoecedor, demanda tratamentos, medicações, intervenções e cura. Entretanto, como afirma Minkowski (2000, p. 159), “o sofrimento não é absolutamente sinal de desequilíbrio, não há nada de anormal nele. Ele faz “normalmente” parte de nossa existência”.

Em seu livro *Daseinsanálise: O olhar filosófico-existencial sobre o sofrimento psíquico e sua terapia* (2018), a pesquisadora Alice Holz-Kunz lança luz sobre a questão entre o sofrer e o adoecer psíquico, ela argumenta que é uma questão de difícil compressão e inaugura um debate ao traçar que em linguagem comum e corriqueira doença e sofrimento psíquico são tomados por vezes como sinônimos.

No entanto, faz-se necessário olharmos com atenção para essa submissão: ora, todo sofrimento é necessariamente doentio?

Com base nos capítulos anteriores, podemos assumir que a negação do sofrimento fundamenta o adoecimento contemporâneo. Assim, podemos, talvez, começar a dar mais nitidez à problemática trazida pela autora. O sofrimento, neste sentido, é algo que acompanha o homem desde seu nascimento. Somos lançados no mundo sem direito de escolha, impostos a essa vida que desde seu surgimento já nos contrapõe, numa visão pragmática e radical o ato de nascer é em certa medida uma experiência de sofrimento.

Quando nascemos neste mundo, o ar que preenche nossos pulmões pela primeira vez causa desconforto, cheiros, sons e toques abruptos nos invadem, e o calor da luz machuca nossos olhos, não à toa geralmente o choro acompanha nosso desabrochar. O mundo é inóspito ao *dasein*. Entretanto, se um bebê ao nascer, fosse imediatamente colocado numa sala isolada de quaisquer iluminação, mesmo que houvesse nascido com o aparato biológico preservado, não desenvolveria o sentido da visão. É necessário que seus olhos sofram com a luminosidade para que este possa enxergar a luz. Assim, a negação do sofrimento leva ao adoecimento, mas muitos fecham seus olhos diante qualquer luminosidade que cause desconforto.

Holtz-kunz (2021) também trouxe a tona um pensamento hermenêutico para com a psicopatologia, que vai de encontro à concepção psiquiátrica que busca nos sintomas nexos causais e explicativos, sendo a hermenêutica psicopatológica a busca por desvelamento de sentidos, compreensões e interpretações de sentidos velados inerentes aos sintomas manifestados. Para a autora, o doentio é justamente o que não é compreendido. Assim, quando a felicidade e o bem estar não alcançam a posição ideal, aquilo que desvia é prontamente nomeado como doença e

inadequação, tendo de ser passível de intervenções para novos ajustamentos ao modo de ser que impera na sociedade contemporânea, como vimos nos capítulos anteriores, sendo tomado como um fracasso psíquico ou inadequação pessoal.

Ademais, a autora não pretende descaracterizar o sofrimento nem defender que os modos de ser com sintomas psicopatológicos sejam vistos como saudáveis, mas questionar o modo como essa compressão é dada. Não ser feliz o tempo todo não é adoecer, sofrer diante de sua própria existência é condição *si ne qua non* para tudo aquilo que é humano.

A filósofa também argumenta que uma das características dos sintomas ditos psicopatológicos é o de reveladores do sofrer com o próprio ser, assim, eles são tidos como uma experiência ontológica, inerente a todo Dasein. No entanto, elabora que por vezes, a impessoalidade, tal qual trabalhada por Heidegger em Ser e tempo, aparece como um mecanismo de defesa apaziguador da angústia inerente ao nosso existir, principalmente, tamponando as angústias inerentes a possibilidade do poder-não-ser. (HOLZHEY-KUNZ, 2018).

Assim, discorrendo sobre a formulação paradoxal da angústia, com base nos pressupos de Heidegger e Kierkegaard, a autora pontua que

Reside na angústia não apenas o desejo de escapar daquele perigo que nos toca a partir de nosso ser, mas ao mesmo tempo também o desejo de ouvir aquilo que a angústia desentranha daquilo que significa em verdade ser um homem, se preocupando com essa verdade. (Holzhey-Kunz, 2018 p. 311 - 312).

Desse modo, a angústia em Heidegger aparece como tonalidade afetiva essencial para que o ente humano venha a se a ver com seu Ser. Uma sociedade que se exime da angústia e do sofrimento é uma sociedade morta viva. Uma vez que a angústia singulariza o *dasein*, e ao nos vemos lançados e desamparados no mundo, como *seres-para-a-morte*, ela é um fundamento para estranharmos o mundo que nos cerca, para autenticidade e para assumirmos a responsabilidade diante de nossa existência. O *dasein* não é livre para não escolher (HEIDEGGER, 2002), entretanto, a felicidade pasteurizada pretende abafar o escasso movimento fundamental da angústia enquanto desveladora do próprio ser.

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Enquanto psicólogos, somos a todo momento tensionados e convocados a responder às demandas do contemporâneo. E a forma como iremos responder a elas diz do nosso posicionamento ético frente às problemáticas do nosso tempo, discutidas neste trabalho.

Como vimos, atualmente estamos imersos em uma época marcada pela escassez e fragilidade dos laços, pelo esvaziamento do Eu e a perda da dimensão da interioridade. A tristeza vista como adoecimento e o burnout como fracasso pessoal são as expressões por excelência do adoecimento contemporâneo. Então, como psicólogos desse tempo, não podemos nos eximir de nos posicionar frente a desumanização e patologização do existir humano. Essa é uma questão desafiadora para o nosso fazer clínico na atualidade, uma vez que quando o sofrimento e a dor ocupam um não-lugar, o adoecimento ganha solo fértil para emergir.

Desse modo, enquanto psicólogos de base fenomenológica-existencial, o tipo de clínica que iremos exercer não pode estar descolado de uma profunda análise do contemporâneo. Pois a todo instante somos cooptados a suprimir essas demandas, impostas pelos meios de comunicação e que estão a serviço de interesses econômicos muito mais do que das pessoas que buscam acompanhamento.

Um olhar crítico diante dessas problemáticas merece nossa atenção, pois é desse modo que a imposição do ser feliz se converte em busca individual pelo que chamei de felicidade pasteurizada, que emerge como um sintoma do contemporâneo, um ideal que leva o sujeito a se anestesiar da dor e a afastar-se gradualmente de si. A felicidade pasteurizada sempre ocupa a dimensão futura e nunca alcança o sujeito no presente, pois o presente é marcado por contradições inerentes. Isto é, enquanto ideal, a felicidade pasteurizada não pode ser realmente vivenciada, porque ela pressupõe a aniquilação da ambivalência, da alteridade e das contradições inerentes ao desenrolar da vida humana. A dimensão do sofrimento se perde e, a cada dia, o sujeito exige de si próprio novos condicionantes, no intuito de se aproximar dessa idealização de felicidade. Dessa maneira, acreditamos que se fez necessário cunhar esse termo para delimitá-la e diferenciá-la de uma busca, em certa medida, legítima, por ser feliz.

Atualmente, vivemos uma grave crise do desconforto. Na sociedade contemporânea, criou-se o nocivo e adoecedor imperativo de que toda dor deve ser

expurgada e o sofrimento aplacado e, assim, aplacamos a própria vida. É nesse sentido que nos propomos a questionar a patologização dos modos de ser humanos, na tentativa de refletir criticamente sobre a arbitrariedade diagnóstica, a medicalização da vida e a psiquiatrização da existência.

Em trabalhos futuros, pretendemos aprofundar a discussão sobre felicidade pasteurizada a partir de outras fundamentações teórico-críticas. A ética da alteridade de Emmanuel Lévinas, por exemplo, merece atenção nos estudos sobre o contemporâneo. Bem como em articulação com Zygmunt Bauman, para pensar na fragilidade e liquidez cada vez mais marcada dos laços sociais. Além disso, é importante pensar além da dimensão temporal do contemporâneo, ainda que num mundo globalizado, é fundamental traçar a linha da espacialidade e entender as nuances do contemporâneo a luz de pesquisadoras e pesquisadores latinoamericanos e brasileiros, para que possamos aprofundar a questão na cotidianidade do nosso tempo-espaço.

Por fim, com base em tudo que foi trabalhado, confesso estar inclinado a aceitar o cumprimento há muito preconizado pelo filósofo Arthur Schopenhauer, quando expõe:

Penso, às vezes, que a maneira mais conveniente de os homens se cumprimentarem, em vez de ser Senhor, Sir etc. poderia ser: "companheiro de sofrimentos, soci malorum, companheiro de miséria, my fellow-sufferer". Por muito original que isso pareça, a expressão é contudo fundada, lança sobre o próximo a luz mais verdadeira, e lembra a necessidade da tolerância, da paciência, da indulgência, do amor ao próximo, sem o que ninguém pode passar, e de que, portanto, todos são devedores. (SCHOPENHAUER, [1850] 2014, p.34).

Como seres que compartilham esse mesmo tempo, pode ser interessante revisitar essa filosofia para lembrarmos a nossa condição humana, fomentando nossa tolerância diante a alteridade, para que não esqueçamos de que somos um apenas sendo com os outros, pois toda subjetividade é, também, intersubjetividade.

## 6 REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AGAMBEN, G. **O que é o contemporâneo?** E outros ensaios. Tradução Vinícius Nicastro Honesko. Chapecó, SC: Argos, 2009. p. 55-73

ASSIS, M. **O alienista**. São Paulo: Ática, 2000.

BIRMAN, J. Performance e psiquiatrização na contemporaneidade. *Ágora: Estudos em Teoria Psicanalítica* [online]. 2014, v. 17, n. spe [Acessado 21 Novembro 2022], pp. 23-37. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S1516-14982014000300003>>. Epub 17 Nov 2014. ISSN 1809-4414.  
<https://doi.org/10.1590/S1516-14982014000300003>.

BIRMAN, J. **Arquivos do Mal-estar e da resistência**. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2006.

CABANAS, E.; ILLOUZ, E. **Happycracia: fabricando cidadãos felizes**. São Paulo: Ubu editora, 2022.

COLLUCCI, C. Efeito Zoom' faz pessoas acharem nariz feio e gera onda de rinoplastias. **Folha de São Paulo**. 11 set. 2021. Disponível em: <https://www1.folha.uol.com.br/equilibrioesaude/2021/09/efeito-zoom-faz-pessoas-acharem-nariz-feio-e-gera-onda-de-rinoplastias.shtml>. Acesso em: 19 nov. 2022.

DANTAS, Jurema Barros; SÁ, Roberto Novaes de; CARRETEIRO, Teresa Cristina O. C. A patologização da angústia no mundo contemporâneo. **Arquivos Brasileiros de Psicologia**. Rio de Janeiro, v. 61, n. 2, p. 1-9, ago. 2009. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1809-52672009000200010](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-52672009000200010). Acesso em: 11 jun. 2022.

EVANGELISTA, Paulo Eduardo Rodrigues Alves. **O que pode um psicólogo fenomenológico-existencial: Questionamentos e reflexões acerca de possibilidades da prática do psicólogo fundamentadas na ontologia heideggeriana**. Orientadora: Henriette Tognetti Penha Morato. 2015. 256 f.: Tese (Doutorado) – Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Universidade de São Paulo, São Paulo-SP.

FREIRE, J.F.(org.) **Ser feliz hoje: reflexões sobre o imperativo da felicidade**. Rio de Janeiro: FGV, 2010.

GIOVANETTI, José Paulo. O adoecimento existencial no século XXI. In: CARDOSO, C. L.; GIOVANETTI, J. P. (Orgs.). **Sufrimento humano e cuidado terapêutico**. Belo Horizonte: Artesã, 2019. p.47- 74.

GOETHE, J. W. **Os sofrimentos do jovem Werther**. São Paulo: Martins Fontes. 2007

HAN, Byung-Chul **Sociedade do cansaço**. Petrópolis, RJ: Vozes, 2017.

HAN, Byung-Chul **Sociedade Paliativa**. Petrópolis, RJ: Vozes, 2021.

HEIDEGGER, Martin. **Ser e tempo** (I, II). Petrópolis: Vozes, 2002. Trad. Márcia Sá Cavalcante Schuback.

HEIDEGGER, Martin. **Seminários de Zollikon**. Petrópolis: Vozes: 2001b.

HOLZHEY-KUNZ, A. **Daseinsanálise**: O olhar filosófico-existencial sobre o sofrimento psíquico e sua terapia. Rio de Janeiro: Viaverita, 2018.

**HOUAISS**, Antônio. Dicionário **Houaiss** da Língua Portuguesa. Rio de Janeiro, Ed. Objetiva, 2001.

LANGLE, Alfried. A vivência-do-ser como chave da experiência-de-sentido. *In*. **Dar Sentido à Vida** - A Logoterapia de Viktor Frankl. Vozes: Petrópolis, 1990. p. 47 - 62.

LE BRETON, David. **Desaparecer de si**: Uma tentação contemporânea. Petrópolis: Vozes, 2018.

MINKOWSKI, E. (2000). Breves reflexões a respeito do sofrimento (aspecto pático da existência). **Revista Latinoamericana de Psicopatologia Fundamental**, 3(4), 156-164. Doi: 10.1590/1415-47142000004012. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rlpf/a/jHtvTKvfZYHD4kzxtwh63hj/?lang=pt> Acesso em: 17 jun. 2022.

PESSOA, Fernando. **Livro do Desassossego** - por Bernardo Soares. 2ª ed. São Paulo: Brasiliense, 2003.

SCHOPENHAUER, A. **As dores do mundo**. São Paulo: Edipro, 2014. (original publicado em 1850).

SCHOPENHAUER, A. **A arte de insultar**. São Paulo: Martin Fontes, 2003.(original publicado em 1999).