

GEILSON FERNANDES DE OLIVEIRA

A FELICIDADE

NAS PÁGINAS DA LITERATURA DE AUTOAJUDA:

DISCURSO, PODER E SUBJETIVIDADE







Universidade do Estado do Rio Grande do Norte

Reitor

Pedro Fernandes Ribeiro Neto

Vice-Reitor

Fátima Raquel Rosado Moraes

Diretora de Sistema Integrado de Bibliotecas

Jocelânia Marinho Maia de Oliveira

Chefe da Editora Universitária – EDUERN

Anairam de Medeiros e Silva



Conselho Editorial das Edições UERN

Emanoel Márcio Nunes

Isabela Pinheiro Cavalcante Lima

Diego Nathan do Nascimento Souza

Jean Henrique Costa

José Cezinaldo Rocha Bessa

José Elesbão de Almeida

Ellany Gurgel Cosme do Nascimento

Wellington Vieira Mendes

Revisão, capa e projeto gráfico: Geilson Fernandes de Oliveira.

**Catálogo da Publicação na Fonte.
Universidade do Estado do Rio Grande do Norte.**

A felicidade nas páginas da literatura de autoajuda: discurso, poder e subjetividade. /
Geilson Fernandes de Oliveira – Mossoró – RN: EDUERN, 2020.

155p.

ISBN: 978-65-88660-13-3 (E-book)

1. Autoajuda. 2. Felicidade. 3. Literatura. I. Oliveira, Geilson Fernandes de. II.
Universidade do Estado do Rio Grande do Norte. III. Título.

UERN/BC

CDD 158.1

Bibliotecário: Petronio Pereira Diniz Junior CRB 15 / 782

A FELICIDADE

**NAS PÁGINAS DA LITERATURA DE AUTOAJUDA:
DISCURSO, PODER E SUBJETIVIDADE**

Geilson Fernandes de Oliveira



*"Se eu vi mais longe, foi por estar
de pé sobre ombros de gigantes"
(Isaac Newton).*

A Deus.

Aos meus pais, Francisco e Genilda.

"Nesse mundo, todos os habitantes são nômades, mas nômades que perambulam a fim de se fixar. Além da curva existe, deve existir, tem de existir uma terra hospitaleira em que se fixar, mas depois de cada curva surgem novas curvas, com novas frustrações e novas esperanças ainda não destroçadas"
(BAUMAN, 1998, p. 92).

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	7
1.1 A felicidade e os seus (des)caminhos.....	7
1.2 Percurso metodológico.....	16
1.3 Trajeto temático.....	20
2 FELICIDADE: UMA REVISÃO	24
2.1 Muitas felicidades?.....	24
2.2 A felicidade é um problema.....	34
2.3 Indústria cultural, cultura de massas e novas técnicas da felicidade.....	39
2.3.1 Autoajuda e o imperativo da felicidade.....	48
2.4 A autoajuda e produção de subjetividades.....	56
3 NAS MARGENS DO DIZÍVEL: A AUTOAJUDA E SUA MATERIALIDADE HISTÓRICA	72
3.1 O discurso e sua espessura histórica.....	72
3.2 O sujeito da autoajuda: um nômade de si mesmo.....	79
4 NAS MALHAS DO DISCURSO DA LITERATURA DE AUTOAJUDA: SABERES, PODERES E TÉCNICAS	93
4.1 Discurso, enunciados, formações discursivas: Felicidades perenes, sujeitos saudáveis.....	93
4.2 Poder, governamentalidade e biopolítica: Seja feliz, agora! Patologização e governo dos infelizes.....	105
CONSIDERAÇÕES FINAIS	138
REFERÊNCIAS	146

1 INTRODUÇÃO

Ao invés de tomar a palavra, gostaria de ser envolvido por ela e levado bem além de todo começo possível. [...] Não haveria, portanto, começo; e em vez de ser aquele de quem parte o discurso, eu seria, antes, ao acaso de seu desenrolar, uma estreita lacuna, o ponto de seu desaparecimento possível (FOUCAULT, 2011, p. 05-06).

1.1 A felicidade e os seus (des)caminhos

Na contemporaneidade, a felicidade tem sido um dos principais tópicos de discussão nas mais diversas esferas sociais. De igual modo, também são intensos os debates sobre o que é ser feliz, bem como quais os caminhos possíveis para encontrar este estado. Ao que parece, ser feliz é visto pelos sujeitos modernos como um direito natural do homem, conquistado já ao seu nascimento.

Se analisarmos o conceito de felicidade e o sentido de ser feliz ao passo da história, todavia, percebemos que a busca por este objetivo não é característica específica da modernidade, possuindo diversas nuances de acordo com o período histórico a que pertence. Neste sentido, a percepção atualmente compartilhada é resultante dos diversos encontros e desencontros deste conceito, isto é, das suas regularidades e rupturas.

Com uma história tão longa, o termo não pode e nem deve ser restringido a um único sentido. Fazer isto, sem dúvidas, é ir de encontro a toda a riqueza que lhes cabe. As percepções sobre esta temática variam e, por este motivo, a felicidade pode ser estudada sob distintos vieses e perspectivas culturais e históricas. Diante deste pressuposto, está claro que é impossível entender de forma adequada os esforços modernos para atingir a felicidade sem considerar o seu passado. Um passado que nem sempre foi feliz, mas marcado por dificuldades, desilusões e frustrações.

Inicialmente apreendido como um conceito filosófico, a felicidade estava ligada a um bem divino, estado de transcendência, logo, tornado um dever do homem. Com o cristianismo, é resguardada para outra vida, e a dor e o

sofrimento passam a ser vistos como os ingressos para o encontro da felicidade. Posteriormente, com as muitas mudanças – reforma protestante, renascimento, iluminismo, revoluções e declarações de independência –, ser feliz torna-se um direito, um bem natural do homem. Entretanto, o projeto da felicidade, conforme Freud (2011), devido a questões sociais e naturais, possui contradições próprias, as quais impossibilitam a sua permanência, ou seja, a felicidade, em seu sentido pleno, é vista e caracterizada pelo autor como uma utopia, isto, devido principalmente a nossa própria constituição psíquica.

As discussões referentes à temática da felicidade demarcam de igual modo alguns dos principais questionamentos que constituem o sujeito na contemporaneidade. Entre estes, um tem sido apontado como de resposta quase óbvia. Muito possivelmente, quando feita a seguinte indagação: "*qual o seu principal objetivo de vida*", a resposta consistirá, senão de modo completo, certamente acerca do sentido de "*ser feliz*" para a grande maioria dos sujeitos modernos. Aqui, nos deparamos então com alguns questionamentos já indicados: o que seria de fato ser feliz, a felicidade, ou ainda melhor, como chegar a este estado? Sobre estas questões, não trazemos respostas, no entanto, inúmeras sugestões têm sido discursivizadas em nossos dias sobre esta problemática.

Cotidianamente, é perceptível o fato de sermos a todo tempo apreendidos pelos mais diversos discursos sobre a felicidade e a sua superação, o que se dá por meio de uma grande oferta de receitas e modos de conduta, a partir dos quais são propostos condicionamentos do corpo e de estados psíquicos que poderão nos levar ao tão almejado estado de felicidade. Neste contexto, a mídia e a indústria cultural possuem papéis fundamentais no que concerne à produção, circulação e fabricação dos múltiplos sentidos sobre a felicidade e os seus discursos. Não importa qual o meio ou suporte – se TV, rádio, internet, livros – somos a todo tempo instados por estes discursos a sermos felizes, fornecermos o melhor de nós mesmos, a nos superarmos e sermos melhores.

É como se o ser normal ou ser somente *feliz* (com um desempenho satisfatório, porém comum - o que nos remete ao convencional) já não bastasse, e devêssemos sempre buscar um estado que se aproxime de grandes

performances, Felicidades (com *F* maiúsculo e no plural) exacerbadas, as quais são colocadas como modelos ideais.

De acordo com os inúmeros manuais e discursos que tratam da questão, a felicidade, os sentimentos e as emoções são vistos nesta conjuntura como fatores administráveis, gerenciáveis. O controle das emoções, da felicidade e do bem-estar subjetivo são colocados em um lugar que, segundo os discursos correntes, está diante dos olhos do sujeito e, melhor ainda, se bem gerenciados podem tornar-se perenes. *A felicidade está à sua disposição, pegue-a e segure-a! Supere-se!* São estes os sentidos produzidos sobre a felicidade que cada vez mais são recorrentes em nosso dia a dia. Estabelece-se, desde modo, a necessidade de treinamentos e da constante superação dos próprios limites. Nesta teia de relações complexas, o sujeito passa a ser o principal objeto e ao mesmo tempo objetivo desses discursos.

[...] sucessivas matérias veiculadas pela imprensa e pela TV indicam ao leitor como gerenciar emoções, afetos, tempo e interações sociais, a fim de incrementar a sua empregabilidade, o seu desempenho, a sua resiliência, a sua popularidade... O caminho para a maximização das potencialidades internas é iluminado, em regra, por diagnósticos e conselhos de psicólogos (clínicos, sociais, educacionais, organizacionais), gurus da administração, profissionais de relações humanas e especialistas em *coaching*. De um modo geral, o discurso competente dos peritos encoraja os indivíduos a atuarem, de maneira sistemática, para acumular competências que os deixarão em posição de vantagem nas relações de concorrência disseminadas, na atualidade, por todas as esferas da vida (FREIRE FILHO, COELHO, 2011, p. 8).

O humano é pensado como um capital, de modo que para desenvolver rendimentos cada vez mais satisfatórios, necessita de constantes investimentos. O sujeito passa, então, a ser visto como “[...] um patrimônio intangível que, se devidamente mobilizado e gerenciado, pode propiciar ganhos em matéria de bem-estar psicológico e de eficiência produtiva” (FREIRE FILHO, COELHO, 2011, p. 7).

O debate sobre a questão da felicidade é tão intenso que alguns países, como Reino Unido e a China já evidenciaram o interesse em medir o grau de felicidade dos seus habitantes, tanto que alguns instrumentos já chegaram a ser desenvolvidos para esta avaliação, com destaque para a *Felicidade Interna Bruta (FIB)*, inspirado em um modelo concebido no Butão¹, o qual diferentemente dos preceitos de pesquisa utilizados para medir o Produto Interno Bruto (PIB), não se restringe às atividades econômicas, acreditando-se que a felicidade não é necessariamente acompanhante da riqueza do capital. No FIB, considera-se segundo Freire Filho (2010, p. 20) “1. padrão de vida; 2. educação; 3. governança; 4. saúde; 5. vitalidade comunitária; 6. meio ambiente; 7. cultura; 8. uso do tempo; 9. bem-estar psicológico”. Com efeito, em 2011, a Organização das Nações Unidas (ONU) afirmou em uma de suas resoluções que o PIB não é suficiente para medir o bem-estar de uma população, sugerindo, para tanto, que os países associados possam elaborar e implementar instrumentos que possam medir os índices de felicidade das populações².

Em nosso país, a implantação e desenvolvimento de pesquisas neste sentido já foram indicadas. As primeiras, inclusive, nos revelam dados que podem causar surpresa naqueles que associam a felicidade ao acúmulo de capital. Como bem demonstra Bianca Freire-Medeiros (2010) em seu artigo *Felicidade é... uma favela violenta com vista para o mar*, a relação acima mencionada já foi superada, fato também demonstrado por Bauman (2009) e Ferraz, Tavares e Zilberman (2007). Outras pesquisas de ordem quantitativa indicam que o Brasil está entre os 30 países mais felizes do mundo³, sendo um fator imprescindível para isto, conforme apontam os indicadores, aspectos como a resiliência e a fé da população em si mesma.

¹ País asiático conhecido por medir o grau de felicidade dos seus habitantes. Para mais informações sobre o FIB, ver: <http://www.felicidadeinternabruta.org.br/sobre.html>. Acesso em: 12 dez. 2019.

² Ver: <http://www1.folha.uol.com.br/fsp/mundo/34279-onu-incentiva-paises-a-implementarem-o-quotindice-de-felicidadequot.shtml>. Acesso em: 15 jul. 2020.

³ Ver: <https://veja.abril.com.br/blog/modo-aviao/os-20-paises-mais-felizes-do-mundo/>. Acesso em: 04 ago. 2020.

Mesmo assim, associado a uma fragmentação do meio social ocasionada pelo processo de desvencilhamento dos sujeitos no que remete a algumas instituições sociais seculares, tais como a igreja, a família, etc., o tipo de estabilidade outrora conhecida passa a ser cada vez mais almejada em meio a tempos líquidos (BAUMAN, 2007), os quais são marcados pela desorientação, instabilidade, insegurança, ansiedades, angústias e, especialmente, a fluidez e efemeridade.

A felicidade passa então a ser cada vez mais buscada, como se nela os sujeitos pudessem encontrar respostas para todas estas questões. Neste cenário, entre as muitas ofertas de caminhos que se auto intitulam capazes de levar os sujeitos a esse estado, como remédios, o consumo, academias para obter corpos sarados, dentre outras práticas hedonistas, tem se destacado a partir do século XIX os manuais da literatura de autoajuda, fenômeno de grande expressão nos tempos correntes.

Conforme Chagas (1999), este tipo de literatura é um fenômeno cultural de massa que é impulsionado pelas novas estruturas das sociedades industriais capitalistas, as quais trouxeram consigo mudanças no que se refere ao mercado, ao consumo e, sobretudo, na cultura tradicional, na qual o sujeito já não podia mais se orientar, "visto que os referenciais coletivos não oferecem mais um mundo seguro, ordeiro e estável" (CHAGAS, 1999, p. 34). Diante desse novo contexto social, o sujeito volta-se para si próprio objetivando sobreviver subjetivamente e transcender as limitações aparentes de si em prol da competitividade com os demais, enfrentando as adversidades de seu mundo, onde cresce cada vez mais o progresso técnico-científico, as competições e o consumo individualista.

Buscando conquistar os seus leitores, os temas que são explorados pelos escritores do gênero são sedutores e buscam despertar em seu público a motivação para o tão esperado sucesso nas mais distintas áreas da vida, seja para aprender, para encontrar êxito pessoal ou profissional, emagrecer, conquistar parceiros/as, etc. Com o uso do poder da palavra, os escritores utilizam técnicas que visam persuadir o leitor de que após a leitura da obra,

ocorrerão mudanças positivas, e que tais mudanças só dependem do próprio sujeito. Os autores apregoam o discurso de que a força de vontade pode fazer verdadeiros milagres e que seus livros são receituários para que eles ocorram⁴.

Para Chagas (1999) e Rüdiger (1996), as técnicas difundidas em larga escala pelos livros de autoajuda proporcionariam aos seus leitores formas de lidarem com as questões que são colocadas pela atualidade, como o enfrentamento de seus problemas pessoais. De acordo com os autores, é um gênero que a seu modo responde aos seus leitores sobre as situações concretas que são vivenciadas. Vale ressaltar que esse tipo de literatura tem se tornado, ao mesmo tempo, um dos produtos de maior sucesso, repercussão e consumo na indústria cultural. Para termos uma noção, milhões de obras do gênero são vendidas anualmente no Brasil e no mundo.

Conforme Chagas (1999), os livros do gênero podem ser caracterizados como aqueles que através de seu discurso visam contribuir para a educação espiritual do homem e o auxiliarem no seu crescimento enquanto sujeito. A busca incessante do ser humano pela felicidade, bem que se tornou um imperativo (FREIRE FILHO, 2010), é um dos principais motivos do grande sucesso de vendas das obras que possuem tal perspectiva. Em um momento em que as fronteiras são diluídas face aos processos de globalização, ocasionando a perda de referências, a instabilidade das identidades e emoções (HALL, 2005) e o individualismo, o mal do século torna-se o vazio existencial, atesta Chagas (1999).

É nessa conjuntura que muitas editoras aproveitam o que poderíamos chamar de “carência coletiva”, ou a necessidade exacerbada de novas referências que possam orientar os indivíduos frente ao caos emocional generalizado, e lançam frequentemente obras que possam preencher e dar conta daquilo que os sujeitos já não têm mais controle – o domínio de suas vidas. E ao que

⁴ De acordo com Freire Filho (2010), este condicionamento positivo proposto pelas obras do gênero autoajuda é resultante da forte influência da psicologia positiva, vertente do campo da psicologia instituída formalmente como movimento científico nos Estados Unidos na virada do último milênio.

observamos, ao difundirem novas técnicas da felicidade, as editoras conseguem atingir seus objetivos.

Com a finalidade de encontrar medidas paliativas para enfrentar o mal-estar encontrado no cotidiano, os sujeitos são atraídos por um tipo de linguagem persuasiva e atraente. Por meio de um discurso sedutor, os escritores dos livros de autoajuda procuram demonstrar que possuem um domínio absoluto sobre os temas tratados, visando passar a ideia de que são autoridades no assunto abordado. A ausência das incertezas nesse tipo de discurso permite ao sujeito que enfrenta dificuldades a sensação de segurança e bem-estar que é tão almejada.

Enquanto se difundem, não proporcionalmente surgem estudos e pesquisas sobre esse fenômeno. De acordo com Freire Filho (2010), tal constelação de receituários massificados permanece, ainda, relativamente ignorada pelos pesquisadores do campo acadêmico. Partindo dessa premissa, a promoção de estudos sobre este fenômeno é de grande importância para a academia, uma vez que analisam a constituição e a circulação desses discursos no momento corrente, caracterizado pela velocidade das mudanças nos comportamentos e ações dos sujeitos que constituem a sociedade, sendo de suma importância a análise de como esses discursos podem propor formas de governo dos sujeitos e atuar em suas produções de subjetividades.

Defendendo a tese de que tais questões não podem ficar à margem dos estudos acadêmicos e que tal temática é merecedora de maiores reflexões dada a sua complexidade, o presente livro analisa duas obras deste gênero, atentando para os seus discursos sobre a felicidade. Elegemos, desta forma, como objeto empírico as obras *Treinando a emoção para ser feliz* (2007a) e *12 semanas para mudar uma vida* (2007b), ambas do escritor brasileiro Augusto Cury. Desta forma, o nosso *corpus* de análise é composto dos enunciados que constituem estas duas obras – nosso recorte a partir de um arquivo⁵ discursivo mais amplo.

⁵ Com base nos postulados de Michel Foucault, a noção de arquivo corresponde não a um conjunto de documentos, como pode ser facilmente confundido na linguagem corrente, mas a uma lei do que pode ser dito ou um sistema que rege a irrupção dos enunciados e discursos de uma época, ou seja, aquilo que pode efetivamente ser dito, discursivizado. Neste sentido, os

Esta delimitação se dá principalmente pela necessidade de se investigar um dos principais vetores dos discursos da felicidade em nossos dias – a literatura de autoajuda, o que nos levou a um recorte específico em detrimento de uma análise das heterogeneidades discursivas sobre o tema. Em ambos os livros escolhidos para análise, temos uma narrativa atravessada por orientações práticas que tem como principal finalidade o estado de felicidade, o qual poderá ser obtido, conforme o que é proposto, a partir do controle e treinamento das emoções e ações dos sujeitos leitores de acordo com as questões sugeridas.

Sendo reconhecido por suas obras não só no Brasil, mas em muitos outros países em que teve seus livros editados e traduzidos, Cury é um dos principais escritores nacionais do gênero autoajuda, tendo inclusive ganho prêmios internacionais⁶. Nascido em 02 de outubro de 1958 e já tendo mais de 25 anos de carreira, segundo o site “Grupo Augusto Cury”, Cury é médico, psiquiatra, psicoterapeuta, doutor em psicanálise, professor e escritor de inúmeras obras de aprimoramento pessoal⁷. Neste sentido, a escolha pelo autor dá-se pelo fato de suas obras como um todo já terem vendido mais de 20 milhões de exemplares somente no Brasil e ter sido publicado em mais de 70 países. Além disso, Augusto Cury foi considerado pela *Folha de São Paulo* e *Revista Isto É*⁸ o autor mais lido no Brasil na primeira década do século XXI e, recentemente, como o brasileiro que mais vende livros no país pela *Época Negócios*⁹. Com relação às obras, a sua escolha para análise se dá devido a seu grande sucesso e repercussão no seu

discursos sobre a felicidade na atualidade são componentes de um arquivo discursivo de uma época, a qual lhes permite, a partir de condições dadas, a sua existência.

⁶ O romance “*O vendedor de Sonhos*”, de sua autoria, foi premiado como uma das principais obras internacionais na China. Recentemente, a narrativa da obra foi transformada em filme de mesmo título, sendo lançado em 2016. Informação consultada na aba “biografia” do site de Augusto Cury. Disponível em: <https://augustocury.com.br/#biografia>. Acesso em: 28 jul. 2020.

⁷ Informações disponíveis em: <https://escoladainteligencia.com.br/idealizador/>. Acesso em: 20 jul. 2020.

⁸ Conforme informações publicadas em: <http://www1.folha.uol.com.br/folha/ilustrada/ult90u600189.shtml> e http://www.istoe.com.br/reportagens/142655_O+MAIOR+VENDEDOR+DE+LIVROS+DO+BRASIL. Acesso em: 13 jun. 2020.

⁹ Conforme informações publicadas em: <https://epocanegocios.globo.com/Vida/noticia/2018/01/augusto-cury-o-brasileiro-que-mais-vende-livros-no-brasil-quer-desacelerar.html>. Acesso em: 02 ago. 2020.

período de lançamento, ficando por bastante tempo entre as obras mais vendidas do país.

Além disso, ambos os livros são caracterizados como de autoajuda, tendo em vista o viés prescritivo que lhes são inerentes. Compostos de enunciados que visam auxiliar os sujeitos leitores para o treinamento de suas emoções através de técnicas, propondo regras para o bem viver e a felicidade, visam promover nos leitores uma atenção sobre si mesmos que poderão lhes render atributos e experiências positivas, conforme asseguram.

A análise da constituição e circulação dos discursos presentes na literatura de autoajuda é de suma importância para compreendermos a contemporaneidade, bem como a busca incessante dos sujeitos pela felicidade, um dos objetivos mais importantes da atualidade. A necessidade dessa investigação pode ser também justificada pela compreensão dos mecanismos que engendram o “boom” do discurso da felicidade presentes nos manuais de autoajuda, bem como pela pertinência de se observar e analisar a microfísica dos poderes (FOUCAULT, 2013a) existentes nestes discursos, os quais atuam como uma forma de gerenciamento e governo dos comportamentos e ações, ao mesmo tempo em que induzem a produção de novas subjetividades.

Da mesma forma que nos propomos a intitular este tópico como “*a felicidade e os seus (des)caminhos*”, o percurso que nos trouxe até a esta proposta de pesquisa que agora se apresenta já efetivada é feito também destes *(des)caminhos*, compreendendo interesses, relações e rumos diversos. Em nossa convivência com o campo da comunicação (nossa área de formação), sempre nos chamou a atenção as produções culturais da dita “cultura de massas” em detrimento das produções e estudos “tradicionais”. Esse olhar nos levou a perceber as produções culturais diversas, bem como as elaborações de sentidos que tais produtos marginalizados trazem em si, demonstrando, desta forma, a necessidade de uma visão mais apurada, o que pôde ser possibilitada inicialmente pela participação em projetos de iniciação científica e grupos de pesquisa ainda durante a graduação.

Além destes fatores, a partir das vivências e leituras acadêmicas, emergiu o nosso interesse pela análise sobre o sujeito e suas subjetividades a partir da relação com o seu meio e os produtos que as suas condições históricas lhes permitem ter acesso. No entanto, por mais que queiramos encontrar um início que demarque a nossa escolha pela análise do discurso da felicidade nos livros de autoajuda, não podemos encontrá-lo ou defini-lo, o que nos lembra das palavras de Foucault que postula a não existência de um princípio, mas de começos já começados que irrompem a partir de diversas condições.

Em suma, vários aspectos nos induziram à reflexões e escolhas que favoreceram a possibilidade de investigar os discursos da autoajuda – gênero literário colocado à margem, mas ao mesmo tempo possuidor de grande consumo –, sua íntima afinidade com o cenário contemporâneo de uma busca crescente pela felicidade aqui e agora, bem como suas relações com questões referentes à categoria do sujeito e suas subjetividades, o que é aqui efetivado através do aporte teórico e metodológico da Análise do Discurso de Orientação francesa e seus dispositivos.

1.2 Percurso metodológico

Para todo e qualquer pesquisador, uma de suas maiores preocupações se refere a qual percurso metodológico enveredar, uma vez que a metodologia escolhida deve ser adequada ao estudo proposto, como também fornecer instrumentos satisfatórios.

Uma vez que temos como finalidade a análise dos efeitos de sentidos produzidos sobre a felicidade na literatura de autoajuda, especificamente nas duas obras já indicadas que compõem o nosso *corpus*, para a realização desta pesquisa tomamos por base a perspectiva teórica e metodológica da Análise do Discurso (doravante AD) de orientação francesa, utilizando os seus pressupostos teóricos e epistemológicos. A escolha pela AD de orientação francesa se dá pela pertinência que este método possui para os estudos que envolvem questões relacionadas à linguagem, ultrapassando questões meramente textuais e

gramaticais imanentes ao texto, mas compreendendo a sua produção de sentidos, assim como por envolver a história como parte constituinte dos discursos, bem como dos sujeitos e suas subjetividades, categorias que são de nosso interesse.

Tendo suas raízes no campo da linguística, a Análise do Discurso (AD) vem sendo bastante utilizada no campo das Ciências Sociais e Humanas em pesquisas que buscam análises mais concisas, principalmente quando se lida com investigações relacionadas às construções políticas e/ou sociais, assim como estudos que lidam com produções de sentidos, as relações de poder, processos de subjetivação e constituição do sujeito.

Influenciados pelo Estruturalismo, corrente teórica da época (década de 1960), Michel Pêcheux e Jean Dubois são considerados os fundadores oficiais da AD. Tais pensadores tinham como objetivo trazer à tona novas concepções para os estudos da linguagem, que segundo eles eram até então restritos a aspectos sistemáticos e abstratos. Além disso, os autores empreenderam a busca por uma nova teoria/disciplina dentro das ciências da linguagem que versasse sobre outro ponto: a linguagem em ação, ou seja, o discurso (ORLANDI, 1999). Nesta nova perspectiva, os estudos também não seriam restritos a aspectos somente da linguagem, mas também ao que está fora dela – o extralinguístico –, como o histórico e o social que dão alicerce e proporcionam as condições para a produção dos discursos. Neste contexto, é no final da década de 1960 que nasce a AD na França, período em que é publicada a obra *Análise Automática do Discurso* por Michel Pêcheux (1969), livro que é visto pelos teóricos da AD como um marco que inaugura os postulados da corrente teórica e metodológica enquanto uma área legitimada.

A AD é considerada herdeira de três outras perspectivas teóricas: a Linguística, a Psicanálise e o Marxismo (ORLANDI, 1999). Da Linguística, fortemente influenciada pelo Estruturalismo, a AD herda sua concepção de língua e a sua afirmação como algo não transparente/não abstrata. Nesta concepção, língua e história são conjugadas na produção de sentidos de materialidades discursivas. Da Psicanálise, toma a noção de sujeito e a relação da língua/discurso

com o sujeito na história e como parte dela, deslocando a noção de homens para sujeitos singulares produtores e reprodutores de sentidos. Por último, do Marxismo, a AD herda a percepção histórica da ideologia como parte constituinte dos sujeitos e, por conseguinte, de suas materialidades discursivas. Assim, a análise do discurso articula a íntima relação entre a língua, o sujeito e a história.

Quando conjugamos língua e história, a materialidade dos discursos se faz presente e a língua deixa de ser transparente, tornando-se opaca e visível parte de seus sentidos. Mais do que qualquer outro, a AD é um método que serve para refletir e analisar o discurso. Confirmando nossa reflexão, Orlandi (1999, p. 45) afirma que "a análise de discurso trata a leitura como um processo nos quais gestos de interpretação é feito e efeitos de sentido produzidos".

Estabelecendo uma distinção entre a análise de conteúdo (AC) e análise de discurso (AD), Orlandi (1999) nos mostra que enquanto a análise de conteúdo questiona o que este texto quer dizer, a análise de discurso quer saber como esse texto significa (ORLANDI, 1999, p. 17). Desse modo, mais do que saber o que está presente no texto/discurso, na AD é necessário conhecer os seus sentidos e quais as decorrências que o possibilitaram a partir de formações históricas e sociais dadas. No Brasil, os estudos em torno da AD vêm se desenvolvendo desde o final da década de 1970, consolidando conforme Gregolin (2003, p. 10) um campo fértil para investigações que associam as pesquisas linguísticas com contextos e problemáticas sociais da história.

Visualizando o discurso como algo impregnado de aspectos sociais, políticos e históricos, para Foucault (2011), autor que promove a partir de suas ideias e perspectivas reapropriações e novos caminhos teóricos e epistemológicos para a AD, o trabalho de se analisar os discursos poderia ser visto como um trabalho efetivo dos historiadores. Daí a necessidade de se ter conhecimentos acerca das instâncias de produção nos quais surgiram os discursos a serem analisados, e quais os fatores que influenciaram a sua produção e seus efeitos de sentidos. Mais do que isso, para Foucault, na análise dos discursos uma questão é essencial: quais as condições que favoreceram ou favorecem o surgimento de determinado discurso e não outro? Evidencia-se, desta forma, a

importância de se conhecer a conjuntura histórica, política e social de produção dos discursos analisados, pois de outra forma a apreensão dos sentidos pode ser apenas superficial.

Por trabalharmos com a perspectiva teórico-metodológica da Análise do Discurso (AD) de orientação francesa, é sabida a importância da definição e delimitação de dispositivos teóricos de análise, uma vez que assim como ocorre em toda e qualquer pesquisa, com a AD não é diferente e faz-se necessário um recorte ou delimitação de determinados dispositivos analíticos, pois não se pode dar conta do todo, muito menos apegar-se a noções que não se aplicam ao objeto estudado. Assim, através de análises e leituras realizadas, bem como pela necessidade para se refletir sobre o discurso da autoajuda, identificamos a pertinência das seguintes noções que são utilizadas através de discussões que nos favoreceram a análise do nosso *corpus*: Discurso, Relações de poder (compreendendo questões relacionadas aos conceitos de disciplina e governo/governamentalidade), Sujeito e o Cuidado de Si.

Na discussão destes conceitos são tomadas como base as discussões desenvolvidas pelo filósofo francês Michel Foucault (1926-1984). Com uma vasta produção, os seus postulados abarcam de modo satisfatório as nuances de nossa proposta, corroborando tanto quando falamos em questões metodológicas, já que fazemos uso da AD francesa – método que tem grandes influências do autor –, quanto ao que concerne aos conceitos e noções desenvolvidas, as quais se mostram profícuas à nossa temática. Neste momento, não nos apegaremos a discussões referentes a estes dispositivos teóricos, uma vez que já o fazemos durante a obra ao mesmo tempo em que promovemos a descrição, interpretação e análise dos enunciados que compõem o nosso *corpus*.

Esta é mais uma das características dos trabalhos que se inscrevem no campo da AD, considerando que o percurso do analista do discurso não é composto por um exercício linear de análises, mas um movimento feito de idas e vindas ao material analisado e ao aporte teórico, visando promover a efetivação das análises por meio da descrição e interpretação em um mesmo tempo. Assim, a aplicação da análise do discurso no nosso recorte empírico (as obras *Treinando*

a *emoção para ser feliz e 12 semanas para mudar uma vida*) se dá em um itinerário composto do processo acima descrito, ou seja, sem seguir uma ordem determinante, pelas leituras das materialidades discursivas e a análise de suas implicações por meio de seus contextos históricos e relações que demandam, e vice-versa, mobilizados através de olhares e concepções múltiplas que são correspondentes aos nossos objetivos e trajeto temático, apresentados a seguir.

1.3 Trajeto temático

Considerando todos os aspectos até aqui descritos, temos como objetivo no desenvolvimento desta obra analisar os discursos da felicidade produzidos pela literatura de autoajuda, especificadamente nas duas obras que compõem o nosso *corpus*. A partir de uma problemática composta pelo questionamento de qual o porquê da recorrência deste discurso na contemporaneidade e não outro, fundamentado nas premissas foucaultianas de se investigar o discurso, ainda é de nosso interesse, a partir de um processo de descrição e interpretação, compreender as condições de possibilidades que favorecem o surgimento e potencialização destes discursos em nossos dias, bem como analisar as suas relações no engendramento de sujeitos e subjetividades, ao mesmo tempo em que buscamos identificar e elucidar as relações de poder inerentes a estes discursos.

Para tanto, os caminhos percorridos com base na AD francesa e a partir da definição do *corpus* e de nossos objetivos, outra questão mostra-se de suma importância: a escolha do trajeto temático que norteia as análises aqui realizadas. A noção de trajeto temático possui grande valor nos trabalhos de análise de discurso, uma vez que mobiliza uma análise que remete a repetição de temas determinados, ou seja, a regularidade de certos enunciados nas materialidades discursivas em meio a uma pretensa unidade. Assim, imbricado com a concepção de arquivo, o conceito de trajeto temático propicia um percurso de leitura que se inscreve nos enunciados que compõem o *corpus*. Cabe ao analista, neste sentido,

tomar este conceito como um dos elementos que proporcionam a produção de sentidos e efeitos de sentidos.

Conforme Guilhaumou e Maldidier (2007), a repetição ou regularidade recorrente de determinado tema nos enunciados aponta para um trajeto temático, entendendo-o como o “conjunto de configurações textuais [cuja análise] remete ao conhecimento de tradições retóricas, de formas de escrita, de usos da linguagem, mas, sobretudo, interessa-se pelo novo no interior da repetição” (GUILHAMOU, MALDIDIER, 2007, p. 166). Tomamos esta noção, portanto, como o “vai e vem” de determinados assuntos inscritos nos enunciados, isto é, a visualização de temas que possuem uma maior recorrência em meio à dinâmica dos processos que passam os enunciados e discursos. Por sua vez, o trajeto temático é vislumbrado frente às possibilidades sinalizadas pelo *corpus*.

Uma vez que nosso *corpus* é composto pelas obras *Treinando a emoção para ser feliz* (CURY, 2007a) e *12 semanas para mudar uma vida* (CURY, 2007b), a definição de nosso trajeto temático, entendido como “[...] o conjunto de configurações textuais que, de um acontecimento a outro” (GUILHAMOU e MALDIDIER, 2007, p. 165) associam a relação entre os enunciados, norteia a análise das materialidades discursivas das obras a pouco citadas. Com efeito, considerando tais questões, nossos procedimentos de leitura do *corpus* são efetivados a partir do trajeto temático *discursos da felicidade, literatura de autoajuda, produção de subjetividades e relações de saber e poder*, partindo de uma perspectiva que considera a importância da rede histórica e social que sustenta o arquivo.

Com base nas proposições apresentadas neste primeiro capítulo introdutório, a disposição da obra apresenta-se posteriormente da seguinte forma: no segundo capítulo, intitulado “**Felicidade: uma revisão**”, realizamos uma revisão teórica e histórica sobre o conceito de felicidade, discutindo como este bem constituiu-se e constitui-se em um problema de cunho epistemológico, histórico e subjetivo. Abordamos, ainda, sobre a concepção deste conceito na atualidade, quando é arregimentado pelos regimes e práticas discursivas da dita indústria cultural – momento em que emerge e insere-se a literatura de

autoajuda, passando a atender a princípios hedonistas e imediatistas, tornando-se um imperativo que exclui e patologiza os “menos felizes”, mas que também atua na produção e agenciamento de subjetividades. Este capítulo mostra-se relevante por proporcionar o entendimento do conceito de felicidade como uma produção discursiva histórica, com rupturas, desníveis e fissuras, possibilitando a melhor compreensão da sua expressão em nossos dias através da autoajuda, sua exterioridade e relações que estabelecem com os sujeitos, sua produção de subjetividades e condução de si mesmos.

No terceiro capítulo, denominado “***Nas margens do dizível: a autoajuda e sua materialidade histórica***”, intentamos compreender a espessura histórica das práticas discursivas sobre a felicidade na atualidade, com vistas a suscitar discussões sobre quais as condições que favoreceram a sua expressão de forma imperativa neste momento e não em outro. Subsequente a estes debates, concluímos com reflexões sobre como a categoria sujeito é produzida nas obras analisadas, tomando como base as reflexões do francês Michel Foucault e percebendo o sujeito da autoajuda como um nômade de si mesmo, resultante de práticas, discursos e relações de poder marcados pelas condições de possibilidades dadas.

O quarto capítulo – “***Nas malhas do discurso da literatura de autoajuda: saberes, poderes e técnicas***” – é dividido em dois subtópicos: “*Discurso, enunciados, formações discursivas: Felicidade perenes, sujeitos saudáveis*” e “*Poder, governamentalidade e biopolítica: Seja feliz, agora! Patologização e governo dos infelizes*”. Nele, nossas reflexões são pautadas na relação dos enunciados analisados com a produção de saberes, as suas relações de poder (a disciplina, governamentalidade, biopolítica) que propõem a felicidade de forma imperativa a partir de regimes discursivos que agenciam técnicas que objetivam promover novas subjetividades, as quais visam o cuidado do sujeito por si mesmo, prometendo a constituição de sujeitos saudáveis e com felicidades perenes, ao mesmo tempo em que busca arregimentar os que estão fora da ordem, ou seja, os “*menos felizes*”.

Em todos estes capítulos as análises, descrições e interpretações são realizadas ao mesmo tempo em que promovemos as discussões de nossas bases teóricas e trajeto temático. Salientamos, contudo, o uso das teses foucaultianas em todas as suas fases como promissoras para a realização deste estudo, permitindo-nos olhares por vezes mais apurados e, noutras, mais ousados sobre o objeto abordado. Por fim, a obra é concluída com as nossas considerações finais, quando é feito um apanhado de nossos esforços e traçamos os últimos olhares – mais não finais – sobre a temática aqui tratada.

2 FELICIDADE: UMA REVISÃO

Toda palavra, por mais elementar e trivial que possa parecer, possui camadas e camadas de história e de histórias. É o resultado de um caminho, uma estrada de milênios (IASBECK, 2002, p. 11).

2.1 Muitas felicidades?

A felicidade, enquanto fenômeno social e histórico é presença constante na vida dos sujeitos desde há muito tempo. Mesmo assim, defini-la é um problema reconhecido por um grande número de autores. Na Grécia antiga, onde algumas palavras eram utilizadas para definir e expressar as experiências humanas, a palavra que mais se aproximava do sentido de felicidade como conhecemos hoje é *eudaimonia*. Esta palavra refere-se, pode-se dizer, à vivência da felicidade. Em sua etimologia, *eudaimonia* significa *eu* (bem disposto) + *daimon* (aquele que possui um poder divino). Percebe-se que a noção de felicidade para os gregos estava ligada a uma concepção de algo semelhante a um bem divino, o qual possibilitaria uma vida florescente e bem-sucedida.

Praticamente em todas as línguas indo-europeias, os sentidos da palavra felicidade têm suas origens relacionadas à sorte, à fortuna ou a um bem superior, afirma McMahon (2006). Como exemplo, o significado de *happiness* está ligado à *happ*, do inglês médio e do norueguês antigo, possuindo o significado de acaso e fortuna. Já o francês *bonheur* é derivado de "bom", assim como o verbete alemão *Glück*, utilizado como definição tanto para a felicidade quanto para a sorte. Nas línguas italiana, espanhola e portuguesa (*felicita*, *felicidad* e *felicidade*, respectivamente), o significado provém da raiz latina *felix*, também ligado ao sentido de sorte, algo fortuito e oportuno. Estes são apenas alguns exemplos que nos indicam a relação de proximidade entre os sentidos da palavra felicidade sempre ligada à sorte, bem divino, algo baseado no acaso. Com relação a este último aspecto, toma-se a felicidade como algo que acontece conosco, de forma que não teríamos pleno controle sobre isso. Tais exemplos poderiam ser

multiplicados, afirma McMahon (2006), no entanto, o resultado seria muito semelhante, senão o mesmo.

Esta semelhança dos efeitos de sentidos para a palavra felicidade não pressupõe a homogeneidade de seus conceitos e concepções na história, tendo em vista que cada momento histórico e social possui um conhecimento e/ou definição distinta sobre o que é este fenômeno. Diante desta pluralidade, explicita-se uma dificuldade ou impossibilidade em se encontrar uma definição global e definitiva. Mas, como poderíamos definir algo tão intangível e fugidio como a felicidade?

Reconhecendo a complexidade desta questão, Kant observa que este conceito é indeterminado de tal modo que “[...] embora todo mundo queira alcançar a felicidade, nunca se consegue dizer de forma definitiva e coerente o que é que realmente deseja e quer” (KANT, 2002, p. 27). Desta forma, percebe-se que assim como os desejos e os quererres marcados pela indecisão apontados por Kant, aqui vistos como objetos perpassados pela efemeridade dos acontecimentos socio-históricos e culturais, a concepção de felicidade também é atravessada pelas regularidades e rupturas de cada conjuntura histórica, social e cultural, sendo ainda mais difícil a sua definição por ser um objeto intimamente relacionado às percepções subjetivas. O que é felicidade ou torna uma pessoa feliz pode não ser a mesma coisa que proporciona esta experiência para outra pessoa, por exemplo. Disto, afirma-se que para se estudar a felicidade há a necessidade de se perceber suas diferentes formas de expressão na história, para assim poder aproximar-se de um referencial que possibilite uma visão deste fenômeno.

No século IV antes de Cristo, Sócrates afirma que a felicidade é uma aspiração natural do ser humano, inerente à sua condição. É ele também que inaugura um novo paradigma para se pensar sobre esta questão, ao defender que ser feliz é uma tarefa pela qual o próprio sujeito tem responsabilidade. A filosofia, inclusive, é posta como um dos meios que conduziriam a essa condição tão almejada. Baseando-se nos ensinamentos de Sócrates, Aristóteles e Platão também acreditavam na responsabilidade dos homens para o projeto da

felicidade. No entanto, Aristóteles ponderava e seguia a ideia grega de que uma pessoa só poderia julgar se foi feliz ao final de sua vida. Também ponderava sobre a relação entre a virtude e a felicidade, apontada por Sócrates e Platão como de suma importância e responsável, sozinha, pela garantia ao nosso maior objetivo, pois Aristóteles acreditava que os sujeitos mais virtuosos também estavam sujeitos às desordens e desventuras da vida, portanto, aos momentos de infelicidade.

Epicuro, assim como os filósofos já citados, também defendia a filosofia como um meio para a felicidade, destacando que não haveria utilidade na filosofia senão livrar as almas dos momentos de sofrimento (EPICURO, 2002). A filosofia desenvolvida por Epicuro é apontada como uma das mais polêmicas, assinala Sewaybricker (2012), pois confere destacada importância para a questão do prazer. Schoch (2011) inclusive chega a afirmar que “[...] o destino trágico de Epicuro era o de ser mal interpretado” (SCHOCH, 2011, p. 17) com relação a sua noção de prazer, muitas vezes pensada como uma forma de hedonismo.

Esta má interpretação é explicitada pelo fato de muitas vezes as suas reflexões serem confundidas, tidas como defensoras de um hedonismo frenético. Epicuro defendia que o prazer é a meta para uma vida feliz (2002). A atração pelo prazer é algo natural, acreditava, assim como a tentativa de fuga das dores e confusões. É importante ressaltar que nas perspectivas do filósofo há a regulamentação do desejo e do prazer, os quais não condizem exatamente com as percepções modernas de hedonismo. Ao contrário, para Epicuro, o prazer verdadeiro, no sentido qualitativo e não quantitativo, advém da ausência da dor e do sofrimento tanto no corpo quanto na alma.

No entendimento do filósofo, o segredo da felicidade estaria em atingir um estado de calma e tranquilidade de tal forma que não houvesse necessidades de satisfazer qualquer outro desejo. “Epicuro insistia que o verdadeiro prazer é caracterizado não pela intensidade, mas pela tranquilidade. A felicidade, profunda e duradoura, é a calma após a tormenta” (SCHOCH, 2011, p. 17).

Outro ponto importante em Epicuro é a sua concepção sobre a relação do sujeito com a morte e a esperança. Dizia ele que os prazeres certos deveriam ser

um desejo do ser humano e o medo da morte superado, pois, se isto é o que de fato resta a todos, de que adiantaria perder uma vida se preocupando com ela? Quanto à esperança, ela é relacionada à criação de expectativas muitas vezes irrealizáveis e, por isso, motivadoras da infelicidade. Nas pressuposições do autor, percebe-se a possibilidade de se liberar das angústias e, por consequência, encontrar a felicidade.

Considerada um bem natural da vida humana que deveria ser continuamente buscada, para os sujeitos da antiguidade a conquista da felicidade caracterizou-se como uma tarefa extremamente difícil, fosse por meio da filosofia ou qualquer outra estratégia utilizada, constituindo um credo cada vez mais pretendido e fascinante. Muitos, entretanto, chegaram a afirmar encontrá-la, ou pelo menos diziam trilhar outro caminho certo, afirmam os historiadores, por uma via em ascensão: o encontro com o cristianismo e a "face de Deus".

Neste período, o cristianismo foi o principal responsável por uma grande mudança nos valores adotados até então. No que concerne à felicidade, esta passa a ser vista mais como um presente de Deus e não como o resultado do esforço humano. Santo Agostinho foi um grande propagador desses novos ideais, propondo que em um mundo como o nosso, cercado pelo sofrimento resultante dos pecados cometidos por Adão e Eva, a vivência da felicidade não podia ser concebível e realizada. A felicidade em sua plenitude, defendia Agostinho, "só poderia ser alcançada quando se estivesse diante da verdade, junto de Deus" (AGOSTINHO apud MCMAHON, 2006, p. 100).

A esperança é, então, colocada como um elemento determinante para a felicidade segundo Santo Agostinho e os pressupostos do cristianismo, diferentemente do que era compreendido por Epicuro. O cristianismo ocasionou mudanças significativas nos projetos da felicidade. O sofrimento e a dor, por exemplo, passam a ser exaltados e vistos como virtudes para a plenitude em outra vida. Assim, aquele sujeito que buscava a "verdadeira felicidade" teria que passar por provações e sofrimentos semelhantes aos vivenciados por Cristo na vida terrena para somente depois, caso merecesse (tendo em vista o juízo final), encontrar e vivenciar uma expressão plena desse bem em outra vida.

Um paradoxo do cristianismo é então configurado: o sofrimento como o caminho necessário para a felicidade. A aceitação do sofrimento passa a ser recomendada, com vistas a resultados futuros, uma vez que somente aqueles que fossem capazes de tolerar a dor receberiam em um momento posterior o prazer do bem-estar e de uma vida eterna. “Procurar a felicidade na tristeza, o prazer na dor, a alegria no sofrimento, o êxtase na morte... Era mesmo um caminho estranho” (MCMAHON, 2006, p. 99), o qual não condiz com as percepções gregas sobre a felicidade, e muito menos com os ideais hedonistas contemporâneos.

Mais ainda, o cristianismo passa a pregar que a felicidade deveria ser uma consequência direta das dores, angústias e sofrimentos vividos na terra. O nosso desejo de ser feliz, segundo Agostinho e Tomás de Aquino, outro personagem de grande importância para o desenvolvimento do cristianismo, era simplesmente um lembrete de que ainda estamos muito distantes da felicidade, isto, graças a nossa “transgressão original”, isto é, ao “pecado original” cometido por Adão e Eva no Jardim do Éden.

Santo Agostinho pregava incisivamente que não poderíamos ser felizes de nenhuma forma aqui na terra, nos indica McMahon (2006). Segundo Schoch (2011), mesmo defendendo estes ideais, Aquino possuía uma perspectiva menos extremista, afirmando que alguma felicidade poderia ser vivenciada na vida terrena, mas com ressalvas: esta nunca poderia se aproximar daquela que deverá ser experimentada na presença de Deus – a verdadeira felicidade. Segundo Aquino, aqui na Terra poderíamos vivenciar uma “felicidade imperfeita”, experienciada enquanto não conhecíamos ainda a “felicidade perfeita” no paraíso.

Aquino diria que, enquanto devemos desfrutar dos bens terrenos e dos bens do corpo, erramos ao confundir essa fruição com a verdadeira felicidade. [...] Contudo, somente uma felicidade limitada e, portanto, insatisfatória, pode ser derivada desses atributos, porque são passageiros e não permanentes. [...] A única situação em que nada pode dar errado, a única forma de todos os nossos desejos serem satisfeitos, recorda Aquino, é quando tornamos o próprio Deus a meta de todos os desejos (SCHOCH, 2011, p. 154).

A aspiração à felicidade, segundo a perspectiva apresentada, era nada menos do que um sinal da punição referente aos nossos pecados, mesmo que também pudesse ser, em alguns casos, dependendo do sujeito, o caminho da salvação, considerando-se a esperança de que a dor e o sofrimento seriam recompensados posteriormente (SCHOCH, 2011). Com o cristianismo, todas as tentativas de aproximação da felicidade em vida terrena são vistas como um sinal de nossas fraquezas e imperfeições. Emerge, assim, o sentido da impossibilidade de ser feliz nesta vida.

A partir do Renascimento, mudanças significativas ocorrem com relação à postura dos sujeitos no que diz respeito aos pressupostos do cristianismo. Novas percepções e questionamentos incitam reflexões sobre os discursos de verdade tidos até então. Com isto, os homens começam a deixar de aceitar e acreditar de forma passiva na falta de respostas e explicações imediatas no que remete aos apontamentos do cristianismo. Com os novos questionamentos, diversas mudanças vão se efetivando, muitas delas por meio da reforma protestante e dos ideais iluministas que começavam a se desenvolver e apregoar-se. Segundo McMahon (2006),

O iluminismo alterou fundamentalmente essa concepção, apresentando a felicidade como algo a que todo ser humano poderia aspirar *nesta vida*. Estado-padrão da humanidade, a felicidade não era um presente de Deus nem um golpe do destino, ou uma recompensa por um comportamento excepcional, mas sim um direito humano natural atingível, em tese, por qualquer homem, mulher ou criança. Na verdade, quando os seres humanos eram infelizes, argumentavam os pensadores do Iluminismo, alguma coisa devia estar errada: ou com suas crenças, ou com sua forma de governo, ou com suas condições de vida, ou com seus costumes. Mudássemos essas coisas – mudássemos a nós mesmos – e poderíamos, na prática, nos tornar o que éramos feitos para ser. A felicidade, na visão iluminista, era menos um ideal de perfeição divina e mais uma verdade óbvia, a ser perseguida e obtida aqui e agora (MCMAHON, 2006, p. 28-29).

Com o iluminismo, homens e mulheres são novamente apresentados à ideia de poderem ser felizes nesta vida. Mais do que trazer de volta esta concepção, com os preceitos iluministas é pregado o dever de ser feliz como parte essencial de todo e qualquer ser humano. Com esta ideologia moderna, característica deste momento histórico, a felicidade passa a ser vista como algo não somente possível de ser alcançada por meio do esforço individual, mas torna-se uma responsabilidade de cada um, aqui e agora.

O homem nasce para ser feliz, conforme a visão iluminista, e é exatamente por meio desta percepção que insurgem as concepções da felicidade como um direito, fato resultante de inúmeras mudanças empreendidas com relação ao pensamento e a compreensão do mundo. Contudo, tais mudanças na natureza humana, política e social não ocorreram de uma hora para outra, mas a partir de inúmeras alterações e transformações históricas e sociais, entre as quais podem ser citadas a reforma protestante, o renascimento, revoluções (como a francesa), declarações de independência, entre outras.

Uma dessas mudanças referentes ao ideal de felicidade pode ser observada quando atentamos para os sorrisos nas fotografias. Evidentemente, os sorrisos não necessariamente correspondem à felicidade, mas, enquanto exemplo, demonstram alterações nas formas de lidar e expressar as satisfações pessoais. Basta uma olhada nos nossos próprios álbuns de fotografias para notarmos que a geração dos nossos avós raramente exibia sorrisos quando fotografados, isto é, não se apresentavam por esse viés, diferentemente do que acontece hoje, quando o sorriso e a aparência da própria felicidade tornam-se quase sinônimos das situações em que somos fotografados. “E, quando pensamos que o sorriso da Mona Lisa, há apenas cinco séculos, foi uma anomalia e um choque para o público de seu tempo, temos uma ideia do quanto nós e o mundo mudamos” (MCMAHON, 2006, p. 283-284).

Sendo propagada gradativamente, a promessa iluminista de felicidade reservou-se inicialmente às elites sociais e intelectuais. Com a ascensão da burguesia e do capitalismo e, mais especificamente, com o advento das revoluções francesa e norte-americana, ao final da segunda metade do século

XVIII, o ideal motivador da felicidade ganha novos reconhecimentos, passando a ser ainda mais valorizada e colocada como um direito de todo e qualquer sujeito. Nas palavras de ordem da revolução francesa – igualdade, liberdade e fraternidade –, já estavam implícitas a noção de felicidade como um direito do cidadão e um dever objetivo da sociedade e dos governos. Ao proclamarem sua Declaração dos Direitos do Homem e do Cidadão, no ano de 1789, os franceses já explicitam ao final do documento a garantia da “felicidade de todos”, independente de classe, cor ou religião.

A Declaração de Independência dos Estados Unidos (1776) é ainda mais incisiva neste sentido, propondo que o direito à busca pela felicidade era uma “verdade evidente”. De acordo com McMahon (2006) e Schoch (2011), poucas palavras em toda a história dos Estados Unidos são mais conhecidas do que aquelas que são expressas na Declaração da Independência com relação ao direito à felicidade: “Entendemos que estas verdades são evidentes por si: que todos os homens foram criados iguais; que foram dotados por seu criador de direitos inalienáveis; que entre estes estão a vida, a liberdade e a busca pela felicidade” (apud MCMAHON, 2006, p. 327).

Como se percebe, a felicidade é valorizada de tal modo que é posta como equiparável à própria vida e à liberdade, bens supremos na maioria das sociedades modernas. Com esta discussão em torno da temática, a felicidade, ao menos diante das leis passa a ser democratizada. Muitos estrangeiros, inclusive, passam a buscar os Estados Unidos durante os séculos XIX e XX com a esperança de encontrarem o cumprimento desta promessa, constituindo um sentido de “terra prometida” para este país, onde o prazer, a prosperidade, a riqueza e a felicidade poderiam ser encontradas sem grandes impedimentos, todavia, logo acabaram percebendo que haviam diversos contrastes e divergências entre o direito de buscá-la e a sua consecução.

Mesmo sabendo dos possíveis entraves encontrados pelo caminho, a busca humana pela felicidade expande-se de forma até então não vista, e vai sendo reconfigurada de acordo com as mudanças históricas. E esta procura é a cada dia mais empreendida e objetivada até os nossos dias.

Por sua vez, acompanhando as transformações de seu tempo, o filósofo utilitarista Jeremy Bentham (1748 – 1832) propunha que fossem implementadas leis que dariam às pessoas liberdade para perseguir a felicidade da maneira como elas julgassem mais adequadas. Conforme Schoch (2011) e McMahon (2006), Bentham defendia que era papel do governo criar as condições para a promoção e execução dessas leis. Para ele, a felicidade podia ser definida em termos tradicionalmente hedonistas, isto é, a maximização do prazer e a minimização ou eliminação da dor e do sofrimento.

Nesse sentido, Bentham chega a propor o “cálculo felicífico”, que de forma simplificada pode ser entendido da seguinte forma: a felicidade é igual ao prazer menos dor, ou seja, quanto maior o prazer, logo, felicidade, menor seriam as decepções, angústias e sofrimentos. Enquanto uma das expressões do utilitarismo, os pressupostos apresentados por Bentham foram muito criticados, uma vez que suas ideias propunham na visão dos críticos que os sujeitos extraíssem felicidade de ações que podem ser consideradas como imorais, isto por meio da vivência exacerbada do prazer¹⁰.

Acompanhando estes processos, suas regularidades, dispersões e conflitos, na contemporaneidade, a felicidade é colocada como um bem de valor precioso e indiscutível. *Podemos, devemos e seremos felizes, temos este direito*. Certamente, este pode ser apontado como um dos maiores credos modernos. As suas definições carregam fortes influências daquelas concepções inicialmente discutidas e a felicidade é vista como um estado emocional positivo, sempre associado aos sentimentos de bem-estar e prazer, bem como ligado a percepção de sucesso e a uma compreensão lúcida de si mesmo e do mundo do qual o sujeito faz parte, afirmam Ferraz, Tavares e Zilberman (2007).

De forma semelhante aos apontamentos de Epicuro e amparada nas concepções de Freud, Inada (2009) assegura que o conceito de felicidade está ligado à obtenção do prazer e, ao mesmo tempo, a rejeição da dor e do

¹⁰ A vida do Marquês de Sade é apontada por Schoch (2011) como modelo desta expressão “imoral” da vivência dos prazeres com princípios utilitaristas.

desprazer. Em alguns de seus escritos¹¹, Freud reconhece a felicidade como sendo um dos principais anseios de todos os sujeitos, inclusive, chega a questionar o que os homens desejam na vida. A sua resposta, como poderíamos prever, é a seguinte: "É difícil não acertar a resposta: eles buscam a felicidade, querem se tornar e permanecer felizes" (FREUD, 2011, p. 19). No entanto, Freud alega que dois aspectos podem ser ressaltados deste objetivo, sendo um positivo e o outro negativo. Trata-se, por um lado, da obtenção de prazeres intensos e, por outro, do anseio à ausência do sofrimento, respectivamente. Entende-se que o conceito de felicidade produzido pelas teorias freudianas versa, neste sentido, na obtenção do prazer e a evitação do desprazer.

Permanecer feliz é um dos principais objetivos do sujeito, como bem enfatizou Freud, e tido agora mais do que nunca como um direito. Podemos, então, nos questionar: isto é possível? Há de fato a possibilidade de termos uma felicidade de forma perene? De acordo com os estudos desenvolvidos por Freud, a resposta é não, uma vez que a felicidade, no sentido mais estrito, é por sua própria natureza possível somente como um fenômeno episódico, portanto, transitório. Aqui, nos deparamos com uma contradição colocada pela busca da felicidade nos moldes contemporâneos, a qual visa um estado livre das intermitências cotidianas. É a nossa própria constituição psíquica que impossibilita a ideia dessa felicidade duradoura, alerta Freud.

No momento em que a felicidade passa a ser um direito e um dever do sujeito, alguns fatores vão tornar-se presentes: agora, ele vê-se diante de uma árdua exigência de ser o único responsável por seu próprio êxito e fracasso, isto, diante de todas as adversidades e impossibilidades que lhe cercam. É este aspecto que discutiremos no tópico seguinte, assim como a melancolia romântica resultante dos ideais de felicidade não alcançados.

¹¹ De forma mais específica, em "*O mal estar da civilização*" (2011).

2.2 A felicidade é um problema

Eta, alma, buraco sem fundo, que se vive tentando preencher, com deuses, com terapia, cartão de crédito, academia [...] Eta, alma, buraco sem fundo, que se vive tentando preencher, com corpos, com copos, com credos, amigos ternos, amores cegos [...] (BOCA ABERTA, PITY, 2014).

O mesmo século que colocou a felicidade em seus mais altos patamares, trazendo de volta este ideal para a vida terrena, também foi o responsável pela geração de algumas formas de inquietude e desespero. Na medida em que os sujeitos lutavam pela felicidade visando alcançar este objetivo “natural e de direito”, muitos fracassaram e ainda fracassam, criando, com isto, um estado de melancolia e descontentamento. Emoções consideradas opostas, como felicidade e tristeza, tédio e regozijo passam a se desenvolver de formas interligadas. A revolução francesa, bem como a própria Declaração de Independência dos Estados Unidos são exemplos deste sentimento de frustração. Com as muitas promessas feitas, entre as quais se destaca a de felicidade e o seu consequente não cumprimento, a infelicidade vem à tona e ganha espaço em detrimento de seu antônimo.

De acordo com McMahon (2006), constitui-se diante desse quadro de procura constante um “conflito romântico da felicidade” marcado pela busca e consequente desilusão, nos demonstrando que a história da felicidade nem sempre é/foi feliz. Kant (2002) é um dos defensores de que a felicidade estaria no campo da metafísica, isto é, inapreensível e não podendo ser realizada, tendo em vista a impossibilidade da satisfação de todas as necessidades que fazem parte da natureza humana.

Em algumas passagens de sua obra, Nietzsche (1998) se questiona como os seres humanos poderiam ir além de sua origem primitiva e assim poder aspirar por um estado semelhante àquele alcançado por um ser superior. Esta transcendência, podemos refletir, poderia ser efetivada por meio da realização do sentido de felicidade. Mas, esta possibilidade de ir além por parte do ser

humano, tal como ocorre com a própria busca da felicidade, torna-se para o autor um problema crítico.

Com fortes influências dos postulados de Schopenhauer, conhecido pelo seu pessimismo, as percepções de Nietzsche não eram tão acalentadoras. Ele acreditava que a felicidade e o encontro de um estado superior não seriam possíveis por parte do sujeito. Este último até poderia pensar que tinha acesso a tais aspectos, por exemplo, por meio da religião. Todavia, esta era vista como uma forma ou estado de transcendência atraente somente para os fracos.

De certo modo, há a necessidade de considerar que essa jornada dos sujeitos rumo à felicidade começa em um mesmo lugar: na insatisfação com a realidade vivida, no sentimento de fracasso, na infelicidade.

Começamos por uma sensação de que nossa vida está fora de compasso, independentemente de quão estável e sólida possa parecer. Podemos não ter certeza de como consertar isso, mas percebemos a discrepância entre a vida que temos e a vida que imaginamos ter. Essa é a briga que temos com a vida (SCHOCH, 2011, p. 29).

Como apontado, as fortes discrepâncias entre o que temos e o que queremos ter é um dos motivos pelos quais são ocasionadas nos sujeitos as necessidades de mudança, de busca por aquilo julgado como mais satisfatório. No entanto, esta "briga com a própria vida" não cessa quando nos encontramos com os ideais almejados, pois eles tendem a logo tornarem-se também parte de nossa insatisfação, como bem indica Freud.

Considerado o pai da psicanálise, área conhecida por oferecer medidas para lidar com os diversos tipos de mal-estar, Freud ressalta que não existe uma fórmula ou remédio para se chegar à felicidade. O máximo possível a ser proporcionado, conforme o autor, é a oferta de formas para lidar com a infelicidade e os seus estados críticos. Reconhecidamente, em Freud a felicidade é caracterizada como uma meta incessante do sujeito, a partir da qual sempre se busca a obtenção do prazer em detrimento da dor e do sofrimento. Esta busca,

porém, se dá em meio a uma guerra com a própria realidade, estando, portanto, fadada a derrota, assegura o autor.

A escolha dos sujeitos pela vivência em sociedade conforme os preceitos da cultura e da civilização é vista como uma das grandes pedras no caminho para esta completude do homem. Ao mesmo tempo em que objetiva proteger os indivíduos das ameaças externas, a cultura e a civilização, por meio de suas inúmeras regras e normas, os limita e prende. “A tese central é a ideia segundo a qual a vida social exige a repressão das pulsões, o que resulta em infelicidade” (INADA, 2009, p. 59), segundo as reflexões de Freud.

Este seria o preço pago por nosso progresso social e civilizatório, no qual a infelicidade é um reflexo da nossa constante insatisfação pela sensação de culpa devido à repressão das pulsões. Para Freud (2011), o homem civilizado teria trocado a sua responsabilidade de ser feliz por uma porção significativa de segurança. Agora, sente-se culpado por sua escolha e superar este sentimento seria um dos seus maiores desafios.

Se a cultura impõe sacrifícios tão grandes, não somente à sexualidade, mas também ao pendor agressivo do homem, compreendemos melhor por que para ele é difícil ser feliz nela. De fato, o homem primitivo estava em situação melhor, pois não conhecia restrições ao instinto. Em compensação, era mínima a segurança de desfrutar essa felicidade por muito tempo. O homem civilizado trocou um tanto de felicidade por um tanto de segurança (FREUD, 2011, p. 61).

Além deste fator, há outro que expressa contrariamente a possibilidade da felicidade por parte do sujeito. Conforme Freud, este propósito esbarra na própria constituição psíquica dos indivíduos. Na sua acepção, a luta por estar bem é condenada desde o seu princípio, seja por condições externas – a civilização –, ou internas – a nossa configuração mental. Assim, as buscas pelas mais distintas satisfações, objetivadas em sua perenidade, não podem ser alcançadas.

Por este motivo, explica, quando em alguma situação temos o nosso desejo realizado pelo princípio do prazer, este não é muito prolongado, sendo inicialmente vivenciado de modo mais intenso, mas, depois produzindo somente

um estado de contentamento já a caminho de se desfazer de forma natural, dando lugar para outros desejos. Por exemplo, quando a sede de uma pessoa é aplacada, aos poucos vai desaparecendo o prazer inicial ocasionado pelo ato de beber a água, pois “[...] somos feitos de modo a poder fruir intensamente só o contraste, muito pouco o estado” ou a permanência das coisas, assinala Freud (2011, p. 20).

Com a felicidade ocorre coisa semelhante, pois aquilo que em certo momento nos proporcionava euforia e satisfação, com o tempo vai perdendo o seu potencial de ocasionar prazer. Amparando-nos nesta percepção, o fato é que a experiência nos mostra que o prazer e a satisfação que extraímos da vivência com qualquer objeto ou situação vai sendo reduzido gradativamente à medida que nos acostumamos a ele, e isto é parte de nossa própria constituição psíquica. A definição científica deste processo, nos indica Schoch (2011) é “adaptação hedônica”. Melhor explicando, “[...] no exato momento em que ficamos acostumados a algo agradável, ele deixa de ser agradável” (SCHOCH, 2011, p. 71).

Em *O mal-estar na civilização*¹², Freud põe em cena a contradição da relação entre o propósito dos homens – a felicidade, entendida como um estado constante de prazer e satisfação, e a impossibilidade dela ser efetivamente alcançada, tendo-se em vista os aspectos civilizatórios e psíquicos. O autor chega a por em questão se já que parte da nossa miséria advém do que chamamos de civilização, então não poderíamos ser mais felizes se decidíssemos abandoná-la e retrocedêssemos a condições primitivas? Para ele, imerso em um contexto cultural e civilizatório, “[...] o homem torna-se neurótico porque não pode suportar a medida de privação que a sociedade lhe impõe [...]” (FREUD, 2011, 32), afirmando que “[...] se estas exigências fossem abolidas ou bem atenuadas, isto significaria um retorno à possibilidade de felicidade” (FREUD, 2011, p. 32).

A relação apontada como contraditória entre civilização e felicidade também é indicada por Elias (2011) em suas teorizações sobre o *Processo*

¹² Dependendo da edição, esta mesma obra pode ser encontrada com o título de “*O mal-estar na cultura*”.

Civilizador. Para ele, uma responsabilidade cada vez maior vai pesando sobre o homem na medida em que a civilização avança e se torna cada vez mais complexa. Sob esta ótica, na apresentação desta obra, Ribeiro (2011) já torna explícito que em relação à civilização, "quanto mais aumenta, mais cresce a infelicidade" (RIBEIRO, 2011, p. 10).

É certo que os homens se tornaram educados e começaram a tratar-se com boas maneiras a partir do desenvolvimento dos modos de conduta e dos costumes da civilização, produzidos social e historicamente, mostrando-nos a percepção de não existência de atitudes naturais no homem, mas, ao mesmo tempo, estas mudanças incidem diretamente sobre o sistema psíquico dos sujeitos, produzindo também social e historicamente novos anseios, sentimentos, angústias e frustrações. Conforme os autores, um sentimento de falta vai constituir e perpassar os indivíduos imersos neste processo. De todo modo, mesmo diante destas questões, a satisfação, logo, a felicidade, pode irromper, reconhece Freud. Com efeito, somente de forma instantânea e em virtude de necessidades represadas.

Certamente por este motivo, mesmo diante das inúmeras dificuldades e de seu conhecimento, a procura não cessa e os homens continuam a caminhar em busca da felicidade, mesmo sendo algo fugidia e inapreensível. As tristezas e angústias, nesse contexto, também são vistas como partes constitutivas do processo, e podem ser, segundo Schoch (2011), o primeiro passo para se buscar a felicidade. Muitas vezes, como modo de se evitar o sofrimento, muitos fazem uso de substâncias químicas (medicamentos ou outras drogas) ou isolam-se da sociedade. Estes atos são percebidos por Freud como estratégias que podem ocasionar satisfações episódicas, mas não possuem eficiência em longo prazo, provando, em contraposição, a nossa própria fraqueza.

Ser feliz, no sentido pleno, é tido como impossível, algo que vai de encontro a nossa própria natureza, mas nem por isso os homens deixam de lutar por este estado. Não somos capazes, alerta Freud (2011, p. 28), de abandonarmos os nossos esforços para nos aproximarmos da felicidade, e a sua procura é positiva. É fato, reconhece o autor, que em nenhum caminho

poderemos alcançar tudo o que desejamos, mas alguma felicidade sempre é possível, reconhecendo a sua possibilidade não como um estado permanente, mas como fenômeno episódico. De certo modo, essa “felicidade possível e episódica” tem sido bem trabalhada na atualidade pelos produtos, práticas e discursos dos meios de comunicação – mesmo que na maioria das vezes seja publicizada como algo perene –, os quais, de diferentes maneiras, visam proporcionar e/ou induzir os sujeitos ao caminho da felicidade.

No entanto, para entendermos esta nova dinâmica cultural, especial atenção deve ser dada para os fatores que a possibilitaram, ou seja, o advento da indústria cultural e da comunicação de massa como vetores modernos que através de suas produções e promessas nos ofertam os caminhos para a felicidade.

2.3 Indústria cultural, cultura de massas e novas técnicas da felicidade

[...] os objetos comuns, do dia a dia da indústria cultural, têm tanto valor quanto o cânone dos “tesouros” culturais que temos sido ensinados há muito tempo a reverenciar (SUSAN BUCK-MORSS, The dialectics of seeing, p. xi).

Na contemporaneidade, os ideais da felicidade são a cada dia mais buscados, ao mesmo tempo em que são também cada vez mais convocados. Ao se falar em felicidade na atualidade, não podemos deixar de lado a sua propagação por meio do fenômeno denominado por Adorno e Horkheimer como Indústria Cultural. O termo, utilizado pela primeira vez no capítulo *O iluminismo como mitificação das massas* no ensaio *Dialética do esclarecimento*, publicada em 1947, refere-se, em suma, a transformação da cultura em mercadoria nas sociedades industriais capitalistas.

Para os autores citados, modificações explícitas ocorreram com o estado das artes e da cultura com o advento do capitalismo e das sociedades industriais após o século XVIII. Segundo Morin (1997), tais mudanças tornam-se ainda mais contundentes a partir dos anos de 1960 e vão acompanhando o desenvolvimento

do século XXI. Para melhor entendermos estas transformações, torna-se importante refletirmos acerca do desenvolvimento dos meios técnicos de comunicação e informação. Como primeiro exemplo, com a utilização da prensa móvel, inventada por Gutemberg no século XV, foi aumentada consideravelmente a rapidez das impressões de textos e livros. Atrelado aos processos de urbanização que passaram as grandes cidades europeias no século XIX, este fenômeno foi se intensificando.

O desenvolvimento da tipografia é identificado por Morin (1997) como uma páleo-cultura da indústria de massa, pois "se tomamos um pouco de distância, constatamos que a cultura de massa não está na ruptura radical com as culturas literárias anteriores. Ela é herdeira de um movimento que começa com a tipografia" (MORIN, 1997, p. 56), ou seja, o autor defende que a partir deste movimento algumas rupturas vão se efetivando com relação à cultura tradicional, tais como a democratização da cultura letrada que irá sustentar a cultura burguesa e erudita.

Através das técnicas de tipografia desenvolvidas por Gutemberg, livros sobre os mais variados assuntos passaram a ser produzidos. As primeiras editoras publicavam obras de ciência popular, manuais e almanaques práticos, os quais tinham uma boa vendagem, mesmo se considerando uma população em sua maioria ainda iletrada. Neste sentido, o consumo de tais obras era direcionado inicialmente para aqueles que compunham as classes mais altas, tais como o clero, professores, estudantes, a elite política, a burguesia e ainda aquelas que faziam parte das classes sociais emergentes. É importante destacar que este movimento também impulsionou e motivou o interesse pela leitura e seu aprendizado.

Thompson (1998) afirma que novas instituições foram aparecendo e expandido o raio de suas atividades e influências, de modo que aos poucos as práticas tradicionais foram sendo modificadas por meio do surgimento de novos tipos de ações, convenções e relações. Logo, este impacto deixou de ser restrito aos centros culturais europeus, principalmente a partir da exploração comercial

e dos processos de colonização, possibilitando um maior alcance deste fenômeno cultural em pouco tempo tornado global.

Com isto, há uma fragmentação e enfraquecimento das zonas de influência de algumas instituições seculares tradicionais, principalmente a igreja. A expansão dos novos sistemas de conhecimento foi motor para o desenvolvimento de novas ciências, como a medicina, a astronomia, etc. Assim, começa a ser estimulada e a surgir outro tipo de sociedade, que aos poucos vai se desligando das amarras da religião em detrimento da ciência e da razão. Evidencia-se neste momento, segundo Thompson (1998), a emergência das primeiras sociedades literárias.

Já neste período, podem ser notadas as relações entre os produtos desta indústria nascente com a mecânica cultural e suas relações de poder, pois muitos "manuais práticos e livros de conduta ofereciam orientações para uma vasta gama de atividades, desde boas maneiras, comportamento moral e oratória, a métodos de práticas comerciais" (THOMPSON, 1998, p. 59). Com a intensificação e globalização destes processos, o seu fluxo ganha contornos mais extensos e, ao mesmo tempo, mais organizados, além de promover nos sujeitos novas formas de ser e estar.

A partir destas condições e observando o estado da cultura e das artes nas sociedades modernas é que Adorno e Horkheimer percebem a irrupção da indústria cultural. Com este fenômeno, a cultura torna-se a própria mercadoria e as artes e as culturas eruditas vão perdendo o seu valor de autenticidade, sendo voltadas para o mero consumo, não mais um consumo baseado em uma fruição estética, como doravante ocorria segundo os autores, mas voltado para o próprio consumo por ele mesmo. A autenticidade da criação tende a tornar-se mera reprodução nesse processo, uma vez que perde espaço frente a grande difusão das reproduções e releituras.

Enquanto expressões da Escola de Frankfurt, fortemente influenciada por ideais marxistas e pelo contexto da segunda guerra mundial, Adorno e Horkheimer viam no capitalismo a apropriação da produção cultural. De acordo com as suas perspectivas, "[...] o avanço do capitalismo apropriou-se não apenas

das instâncias produtoras de bens concretos, mas também da produção cultural” (BARROS FILHO; SÁ MARTINO, 2003, p. 192), e isto teria consequências diretas nos processos de consumo, fruição e formação dos sujeitos, que ao invés de terem acesso ao produto cultural e/ou artístico original e autêntico, se satisfariam com a mera cópia e/ou reprodução, as quais não possuíam nenhuma responsabilidade em transmitir algum tipo de conhecimento ou reflexão.

De forma semelhante, a “cultura dos cultos” vai cedendo espaço para “cultura de exposição”, propondo a substituição da criação reflexiva e autêntica para a reprodução, da qualidade à quantidade, espiritualidade ao materialismo, estética à mercadoria, saber à ignorância. A cultura e as artes “verdadeiras” são, então, substituídas por “produtos”, possuindo outros valores e outras intenções, as quais não iriam promover nenhum tipo de conhecimento, pois conhecer levantaria algum tipo de indagação e questionamento, além de romper paradigmas e promover o anseio por respostas, fatores não requeridos pelas produções da indústria cultural.

Ao contrário, este sistema industrial da cultura, segundo Adorno (2002) possui como intenção somente a incorporação de novas necessidades nos sujeitos: a necessidade do consumo pelo simples consumo. Conforme Mattelart e Mattelart (2004),

A indústria cultural fixa de maneira exemplar a derrocada da cultura, sua queda na mercadoria. A transformação do ato cultural em valor suprime sua função crítica e nele dissolve os traços de uma experiência autêntica. A produção industrial sela a degradação do papel filosófico-existencial da cultura (MATTELART, MATTELART, 2004, p. 78).

O papel filosófico e existencial das artes e da cultura estava rapidamente sendo perdido, conforme Adorno e Horkheimer. Enquanto isso, os níveis da produção, reprodução e do consumo atingiam novos recordes e se expandiam para os mais diversos domínios da vida, agora por meio da emergência da denominada cultura de massas, abrangendo e prometendo até o que nunca se pensou ser comercializável, como a felicidade.

A partir da década de 1930, já em meio ao desenvolvimento dos meios de comunicação que possuíam abrangência e alcance cada vez maiores, como por exemplo, o rádio primeiramente e, logo depois, a televisão, a dita cultura de massa começa a se desenvolver, principalmente após a segunda guerra mundial, inicialmente nos Estados Unidos, onde naquele momento se desenvolviam, concentravam e tinha maior repercussão os meios técnicos de informação e comunicação, logo, expandindo-se primeiro para o Ocidente e depois para todo o globo terrestre.

É por meio de normas maciças da fabricação industrial de bens concretos e simbólicos, bem como através da sua propagação pelas mais diversas técnicas de difusão também maciças, que se caracteriza e se define a cultura de massa, direcionando os seus conteúdos para o maior número possível de pessoas, compreendidas, segundo Morin (1997) “[...] aquém e além das estruturas internas da sociedade (classes, família, etc.)” (p. 14). Com a cultura de massa, os sujeitos das mais distintas classes e formações passam a ter conhecimento e/ou acesso aos novos padrões de vida. São instados a entrarem em novos universos de bem-estar e do lazer, prometidos sumariamente por meio do consumo, prática social que consegue a partir disso crescer vertiginosamente, acompanhada pelo aumento do poder aquisitivo, diminuição das horas de trabalho e conseqüente aumento das horas livres.

A indústria cultural e a cultura de massa são fenômenos interligados que juntos correspondem não mais somente ao desenvolvimento desenfreado dos bens materiais, mas a um segundo tipo de industrialização, agora a dos espíritos. São fenômenos culturais que buscam a colonização da subjetividade dos sujeitos, objetivando penetrar em seus anseios, resolver os seus medos, lidar com as suas insatisfações. Em conseqüência, não é de se estranhar que logo esta cultura torna-se “[...] o grande fornecedor dos mitos condutores do lazer, da felicidade, do amor, que nós podemos compreender o movimento que a impulsiona, não só do real para o imaginário, mas também do imaginário para o real” (MORIN, 1997, p. 90). Estas são manifestações culturais que se efetivaram considerando-se as

alterações nos modelos de produção cultural instauradas por condições de possibilidade da própria vida social e do mercado.

Ponderações devem ser feitas, vale ressaltar, com relação à denominação “cultura de massas”, pois, *a priori*, este termo torna-se limitado e limitador ao conjugar as formas culturais das camadas populares, possuidoras de diversas nuances e características distintas em um mesmo espaço – o da massa. Isto, sem esquecermos que a utilização da noção de massa e sua percepção generalista tornam-se ultrapassadas, considerando que os sujeitos aí incluídos possuem práticas sociais distintas uns dos outros, bem como o são também os sentidos por eles produzidos com relação ao mundo, a cultura, ao consumo, etc. Ademais, a divisão entre cultura de massa e cultura erudita só nos revela a existência de relações de poder entre o cânone e o marginal.

Aqui, no entanto, nos posicionamos no lugar daqueles que possuem uma visão integrada, ponderando, assim como Eco (1979), as visões elitistas e apocalípticas que não enxergam nada de positivo sobre o fenômeno da indústria cultural e da cultura de massa. Uma visão analítica deve ser posta sobre os conteúdos da dita cultura de massa, tendo em vista principalmente o seu alcance por meio das novas formas culturais e de subjetivação que propõe. Uma mostra importante disso pode ser evidenciada com relação à temática da felicidade, pois, através destes fenômenos, este bem-estar subjetivo, assim como a sua busca, são incorporados e ganham novos contornos, como bem apontam Morin (1997), Schoch (2011) e McMahon (2006).

É sabido, como já indicamos nos tópicos anteriores, que os sentidos da felicidade vão variar de acordo com os períodos históricos a que pertencem. Não diferente, no tempo moderno e contemporâneo a cultura de massa delineia uma representação complexa e particular da felicidade, utilizando estratégias das mais diversas. Com Morin (1997), observamos que a felicidade e a sua realização tornam-se temas ligados diretamente ao presente. Analisando alguns produtos e conteúdos da indústria cultural, como o cinema, literatura, telenovelas, publicidade, etc., o autor identifica a presença constante do “*happy end*” – final feliz –, sendo este visto como o enaltecimento e eternização de um momento

prodigioso, seja ele o casamento, uma vitória ou uma libertação. Contudo, não é mais um “final feliz” que se apresenta no futuro e se esvai no passado, é agora, a promessa da realização da felicidade no presente, no aqui e agora.

A introdução expressiva do *happy end* nos produtos culturais massivos e industrializados vai aos poucos limitando e apagando o imaginário da tragédia que foi propagado pelo teatro grego, rompendo com tradições milenares. Ao mesmo tempo, nos revela um forte hedonismo do presente que vai caracterizar a cultura contemporânea, marcada pela necessidade do conforto, bem-estar e consumo. Com o imaginário do *happy end*, reconhecem-se as possíveis atribuições que o sujeito poderá enfrentar, mas há, mesmo assim, a contínua busca pelas recompensas, pela satisfação e felicidade. Há um otimismo respaldado pelo esforço, no sentido de que todos os empreendimentos terão, necessariamente, por consequência, a sua recompensa aqui na Terra.

E essa foi apenas a primeira etapa de um sorriso muito mais largo. Em revistas e finais hollywoodianos, em placas de rua e na televisão, as pessoas no Ocidente seriam inundadas como nunca antes por imagens de rostos sorridentes de pessoas “reais” se divertindo eternamente, como é de seu direito. É difícil permanecer impermeável a essa constante efervescência da alegria (MCMAHON, 2006, p. 483).

Seja no cinema, no teatro, literatura, etc. o final feliz passa a mostrar-se cada vez mais como uma convenção, com heróis sofrendo perseguições e enfrentando dilemas e perigos, mas sempre sendo recompensados. Nestes conteúdos, sobressai o indicativo do potencial de disseminação da promessa e realização da felicidade, não em uma próxima vida, mas nesta, sendo difícil ficar a margem ou nadar contra uma corrente de felicidades massivamente propagadas, afirma McMahon (2006, p. 261). Raros, pondera Morin (1997, p. 93) são os produtos culturais que têm seus finais assinalados pela morte ou o fracasso.

Com uma concepção projetiva e identificativa (MORIN, 1997), os sujeitos consumidores destes produtos projetam-se e identificam-se nos personagens,

com suas intempéries, buscas e conseqüente encontro com a felicidade. E é exatamente este último ponto que promove maior projeção no imaginário, o qual passa por uma verdadeira mudança com a irrupção massiva do *happy end*. Os ideais de felicidade, neste cenário, assumem lugar central no imaginário particular e coletivo.

A publicidade também possui papel importante nesse processo. Cada vez mais, ela passa a ofertar por meio do consumo a própria felicidade¹³. O seu objetivo não se restringe mais a venda do produto em si, mas a venda de sonhos, dos modos de vida que aquele produto poderá proporcionar, e estes sonhos, atesta McMahon (2006), são agora variações do tema da felicidade: "Tome uma Coca e sorria. Curta a "happy hour" com os amigos e saboreie uma "satisfação genuína"" (MCMAHON, 2006, p. 284). Analisando estes processos, Schoch (2011) pontua que nos dias atuais, preponderantemente marcados pelo imaginário da felicidade, não faz muita diferença qual o produto cultural consumido, "[...] porque o que você valoriza não é o produto, mas aquilo que ele pode fazer. Você toma o elixir da felicidade não porque gosta de elixires, mas porque gosta de felicidade" (SCHOCH, 2011, p. 11).

Em eixo contrário, a tristeza, dores e angústias são evitadas como associadas aos produtos. Raramente, quando mostradas, são apresentados como passageiras e componentes da caminhada rumo à felicidade, parte necessária para o *happy end* ou, ainda, como o destino das pessoas merecedoras de lições ou castigos. Mas, e quando estes sintomas vistos como negativos se estendem, sejam em obras cinematográficas, literárias, publicitárias ou no próprio sujeito, o que acontece? A única resposta encontrada no seio da indústria cultural é que nela não há lugar para o fracasso, portanto, este deverá ser suprimido pelo alarde da felicidade¹⁴. Com relação aos sujeitos, há manuais dos mais diversos

¹³ *Vem ser feliz!*, convida o *slogan* da Rede de lojas Magazine Luiza, por exemplo. Algumas campanhas publicitárias da Rede Pão de Açúcar também expressam estas questões, como por exemplo, ao questionar em recente comercial, "o que você faz pra ser feliz?".

¹⁴ A novela *A vida da gente* (Rede Globo, 2011-2012), por exemplo, teve sua narrativa alterada após seu conteúdo ser considerado "angustiante" e conter "desgraças demais", tanto pelos telespectadores quanto pelo Ministério Público. Ver: <http://extra.globo.com/tv-e-lazer/telinha/a-vida-da-gente-autora-ameniza-doencadila-de-juacutelia-sem-leucemia-ela-teraacute-hepatite->

propagados para resolver os variados problemas e atingir o bem-estar, pois a frustração está fora de cogitação, não faz parte da ordem do dia.

Adorno (2002, p. 10) defende que “o mundo inteiro é forçado a passar pelo crivo da indústria cultural”. Neste crivo, certamente inclui-se o não lugar para o fracasso e a infelicidade. O autor complementa afirmando o fato de que “quem não se adapta é massacrado pela impotência econômica que se prolonga na impotência espiritual do isolado. Excluído da indústria, é fácil convencê-lo de sua insuficiência” (ADORNO, 2002, p. 16). Inclusive, sentir-se insuficiente ou infeliz não é algo difícil quando se está rodeado pelos sorrisos intensos e as felicidades extremas da indústria cultural, quando se percebe um estado de si aquém dos padrões convencionais. Todavia, esta insuficiência poderá ser superada com as técnicas propagadas por esta mesma indústria.

Por isto, não é de se estranhar que a indústria cultural e seus produtos proponham tantos valores e modelos para todas as esferas da vida, sobretudo, relacionados ao tema da felicidade. Seja com relação às experiências amorosas, beleza, vestuário, erotismo, sedução, o saber viver, não importa, ela possui as melhores dicas e conselhos, conforme apregoa. Através de diversas mediações e contatos, utiliza-se de uma relação amigável, próxima e simpática ao público. Enquanto mostra-se como um “[...] gigantesco clube de amigos, uma grande família não hierarquizada” (MORIN, 1997, p. 103), anunciam uma verdadeira salvação aqui na terra, cabendo somente ao sujeito corresponder e adequar-se a ela.

Neste contexto, a literatura de autoajuda mostra-se como um dos principais produtos da indústria cultural no que concerne aos aconselhamentos de como lidar com os vários e distintos problemas do cotidiano, ofertando medidas e fórmulas de superação que podem levar o sujeito ao caminho da felicidade e, mais do que isso, a sua consecução. É um produto cultural de grande sucesso no contemporâneo, com grande vendagem e posterior consumo e

assimilação por parte dos sujeitos. É sobre este fenômeno que trataremos no tópico seguinte.

2.3.1 Autoajuda e o imperativo da felicidade

*O céu ajuda a quem se ajuda
(SMILES, 1859).*

Se considerarmos a felicidade como sendo a soma dos momentos episódicos de prazer e satisfação, em nenhum outro momento da história houve tantas promessas destes momentos como há na atualidade. Por todos os lados, a proposta da felicidade está presente, sendo propagada, convocada e vendida pelo imaginário contemporâneo. Para isto, considera-se como mecanismo propulsor a atuação da indústria cultural. Deste modo, pode-se dizer que atualmente muitas experiências visando o prazer e a obtenção da felicidade são ofertadas para os indivíduos.

As obras literárias do gênero autoajuda, largamente produzidas no mercado editorial são exemplos dessa "indústria da felicidade". Também conhecidos como publicações de psicologia popular, estes títulos passaram a ser difundidos no Brasil em maior escala a partir da década de 1980 (CHAGAS, 2002). Nas últimas décadas, tem-se mostrado como um grande sucesso editorial no mercado brasileiro e em muitos outros países, garantindo posições invejáveis entre os livros e autores mais vendidos.

Os mais variados títulos são diariamente lançados, com temáticas das mais distintas, seja dando dicas para alcançar o emagrecimento¹⁵, como encontrar o

¹⁵ *A dieta da barriga zero! Perca até 7 kg em 32 dias* (SASS, Cynthia; VACCARIELO, Liz. Editora Best-Seller, 2011); *Dieta dos 10 passos* (JUNIOR, Jair Garcia. Phorte Editora, 2007); *Dieta nota 10: comer e emagrecer é mais simples do que se imagina* (RIBEIRO, Guilherme de Azevedo. Bertrand Brasil, 2011), entre outros.

par ideal¹⁶, superar a timidez¹⁷, ser líder¹⁸, manter o casamento¹⁹, educar os filhos²⁰ entre tantas outras temáticas que envolvem a vida cotidiana com as formas de ser, estar e agir dos indivíduos, visando, conforme apregoam, a superação dos sujeitos, modos pelos quais eles poderão alcançar o bem-estar subjetivo tão almejado, isto é, a felicidade, a realização consigo mesmo, bem a ser alcançado sempre nas sociedades modernas ocidentais.

Frente a grande variedade de títulos, a classificação do gênero tornou-se complicada. Salem (1992) categoriza o gênero em duas vertentes: a psicológica e a esotérica. A vertente psicológica é aquela que faz uso de conceitos e ideias advindos da psicologia e psicanálise, mesmo que sejam noções popularescas. Já a esotérica compreende a literatura do gênero que trata sobre as potencialidades da mente, propondo a sua maximização através do poder do pensamento.

Tucherman (2012) também categoriza o gênero sob dois vieses, um espiritual e o outro pragmático. A vertente espiritual aproxima-se da esotérica definida por Salem (1992), abarcando fundamentos religiosos e espirituais para a potencialização do pensamento. O viés pragmático é constituído pelas obras que propõem esquemas, regras e etapas a serem cumpridas por meio de treinamentos. As classificações díspares nos mostram a diversidade de temas e subgêneros, se assim pudermos denominar, da literatura de autoajuda.

O tipo de literatura que deu origem ao gênero autoajuda formou-se a partir de transformação sociais, históricas e culturais, as quais possibilitaram mudanças na percepção sobre o poder da mente, decorrente especialmente pela difusão da cultura de massa, sugere Rüdiger (1996). O fenômeno literário teve como

¹⁶ *Encontre a pessoa certa para você* (WRIGHT, H. Norman. Editora Vida, 2011); *Como encontrar a pessoa certa para amar* (MICHAEL, Russ. Editora Pensamento, 2000); *Como atrair seu par ideal* (LINDA, Georgian. Editora Record, 2001), entre outros.

¹⁷ *Manual de sobrevivência dos tímidos* (MARON, Bruno. Editora Lote42, 2013); *Como vencer a timidez* (ALBISETTI, Valério. Paulinas, 2004); *Timidez: como ajudar seu filho a superar problemas de convívio social* (EISEN, Andrew R; ENGLER, Linda B. Editora Gente, 2008), entre outros.

¹⁸ *Seja líder de si mesmo* (CURY, Augusto. Editora Sextante, 2004); *O monge e o executivo* (HUNTER, James C. Editora Sextante, 2004), entre outros.

¹⁹ *Casamento blindado: o seu casamento à prova de divórcio* (CARDOSO, Renato e Cristiane. Editora Thomas Nelson, 2012), entre outros.

²⁰ *Pais e educadores de alta performance* (IÇAMITIBA. Editora Integrare, 2011); *Pais responsáveis educam juntos* (POLI, Cris. Editora Mundo Cristão, 2011), entre outros.

precursor expressivo um livro homônimo ao título do gênero: *Self-Help* (autoajuda), do médico e publicista britânico Samuel Smiles, em 1859. A obra consiste em uma série de palestras proferidas pelo autor para um grupo de trabalhadores que tinham aprendido a ler e a escrever, além de estudar outras disciplinas, de forma autônoma. A partir de *Self-Help*, Smiles buscava mostrar aos leitores o quanto nós podemos ajudar a nós mesmos e, principalmente, o quanto “a felicidade e o bem-estar individuais do decurso da vida dependem principalmente e necessariamente de nós” (SMILES, 1859 apud RÜDIGER, 1996, p. 33).

Com proposta inovadora, esta é a obra de maior sucesso de Smiles, que também produziu outros livros com temáticas semelhantes²¹. *Self-Help* já foi publicado em várias línguas e é apontado como a obra que inaugura uma nova lógica, transmitindo os princípios de que qualquer pessoa deveria e poderia buscar por seus objetivos, fazendo uso da perseverança e dos esforços individuais, abandonando qualquer tipo de amparo ofertado pelas culturas precedentes.

Como parte da lógica da indústria cultural, a autoajuda é vista como uma das instâncias propagadoras da felicidade, estado que se torna, ele mesmo, uma indústria em crescimento. Schoch (2011, p. 11) demonstra a extensão dessa indústria em valores monetários, apontando que “os livros de autoajuda geram vendas de US\$1 bilhão anualmente [...]”. Nesse cenário, o Brasil é, conforme Tucherman (2012), o segundo maior público consumidor do gênero. Afunilando essa discussão, Freire Filho (2010) nos mostra que de acordo com dados da Câmara Brasileira do Livro (CBL), consultados por ele em 2010, o segmento da literatura de autoajuda cresceu, em nosso país, de 5% a 10% ao ano, entre 1996 e 2006. De acordo com esses dados, no ano de 2006, cerca de 600 novos livros do gênero foram lançados, compreendendo inclusive obras direcionadas ao público infantil²².

²¹ *O poder da vontade* (1865), *O Caráter* (1875) e *O dever* (1880).

²² O livro *Agapinho: ágape para crianças*, do Padre Marcelo Rossi (Editora Globo, 2012) é um exemplo de títulos de autoajuda voltados para o público infantil.

Ainda, segundo pesquisa realizada pela Associação Nacional de Livrarias (ANL, 2012), os livros desse segmento apresentam-se na 4ª posição da lista de classificação dos gêneros mais comercializados no Brasil, demonstrando, além disso, que de 2009 para 2012, a comercialização dessas publicações teve 23% de crescimento, percentual ainda mais expressivo em relação aos apresentados por Freire Filho em 2010. Mesmo em tempos de crise editorial, a autoajuda é um gênero que continua em ascensão²³, sobretudo, em momentos de crise política e econômica²⁴ como a que vivemos no tempo presente.

Estas obras não possuem formato somente de livros impressos, mas atendem as dinâmicas do mercado, sendo produzidas e vendidas em diversos outros suportes e formatos, como ocorre com os livros digitais e os audiolivros. Nesta perspectiva, a autoajuda está presente e faz uso de todos os meios e estratégias mercadológicas de comunicação. Muitos aplicativos, sejam para telefones celulares, redes sociais, sistemas de mensagens²⁵, etc. ofertam serviços de envio de conteúdos incentivadores e positivos, os quais convidam o sujeito a ter um dia melhor, ofertam dicas para lidar com problemas e apaziguar os seus medos.

Para termos uma noção da popularidade e sucesso do gênero autoajuda, desde 1983, o *New York Times* criou estrategicamente uma forma de divulgar a lista dos livros mais vendidos, criando uma nova categoria – “*Advice*” (conselho) –, esta sessão tornou-se especial para os livros de aconselhamentos. A necessidade de sua criação mostrou-se importante e justificável, pois, como afirma Tucherman (2012, p. 137), “se isso não fosse feito, nunca mais nenhum livro de não ficção poderia aparecer como sendo um dos mais vendidos”. Esta

²³ De acordo com o balanço de vendas de livros feito pelo “Painel das Vendas de Livros no Brasil”, houve aumento significativo nas vendas de livros de autoajuda entre 2016 e 2017. Segundo os dados, houve um crescimento acumulado de 4,55%, o que corresponde a aproximadamente 1 milhão e 800 mil exemplares, conforme informações disponíveis em: <https://snel.org.br/levantamento-mensal/> Acesso em: 14 dez. 2019.

²⁴ Conforme disposto em: <https://veja.abril.com.br/cultura/autoajuda-um-segmento-que-floresce-em-tempos-de-crise/> Acesso em: 15 dez. 2019.

²⁵ O Google play, loja de aplicativos do Google, oferta gratuitamente e também de forma paga inúmeros aplicativos desse gênero. Ver: https://play.google.com/store/search?q=autoajuda&c=apps&hl=pt_BR.

mesma estratégia foi tomada como modelo pela *Revista Veja* (Grupo Abril) a partir de 1989 e em seguida por muitas outras empresas brasileiras.

Muitos dos livros de autoajuda não têm a sua venda restrita às editoras e livrarias. Não raro, encontram-se diversos títulos em bancas de jornais, casas de revistas, etc. Por meio desses títulos, a indústria vende aos sujeitos consumidores a promessa de algo que a vida vem lhes negando, algo que eles buscam tornar possível o quanto antes, a própria felicidade. Na visão de Lipovetsky (2007), esse sujeito é um novo tipo de consumidor engendrado pela cultura de massa e pelas lógicas da sociedade de consumo, na qual não se almeja mais apenas o bem-estar material, mas, mais do que isso, o bem-estar psíquico e subjetivo. De acordo com Lipovetsky (2007), a difusão em massa dos bens de consumo e as promessas do imaginário do *happy end* aqui e agora, culminaram na produção de “[...] uma cultura cotidiana dominada pela mitologia da felicidade privada e pelos ideais hedonistas. A sociedade do objeto apresenta-se como civilização do desejo, prestando um culto ao bem-estar material e aos prazeres imediatos” (LIPOVETSKY, 2007, p. 102). Estes fatores contribuem, não sem críticas, para modificações na fisionomia da cultura moderna.

A cultura moderna, segundo Schoch (2011) nos mostra uma verdadeira “indústria do desejo” dos bens subjetivos “adequados” e “positivos”. Não há nenhum espaço para o pensamento negativo ou a privação. Para Lipovetsky (2007), este quadro é mais radical, não havendo uma “indústria do desejo”, mas uma “civilização do desejo” que é predominantemente característica da modernidade. Esta civilização seria perpassada pelo hiperconsumo²⁶, pela mercantilização dos modos de vida, exacerbação do gosto pelas novidades e a busca incessante pela felicidade.

Por toda parte exibem-se as alegrias do consumo, por toda parte ressoam os hinos aos lazeres e às férias, tudo se vende com promessas de felicidade individual. Viver melhor, “aproveitar a vida”, gozar do conforto e das novidades mercantis aparecem

²⁶ Lipovetsky e Serroy (p. 56-57, 2011) usam o termo hiperconsumo para caracterizar “uma nova revolução consumista em que o equipamento concerne essencialmente aos indivíduos: o computador pessoal, o telefone móvel, o iPod, o GPS de bolso, os videogames, o smartphone”.

como direitos do indivíduo, fins em si, preocupações cotidianas de massa. Espalha-se toda uma cultura que convida a apreciar os prazeres do instante, a gozar a felicidade aqui e agora, a viver para si mesmo; ela não prescreve mais a renúncia, faz cintilar em letras de neon o novo Evangelho: "Comprem, gozem, essa é a verdade sem tirar nem pôr" (LIPOVETSKY, 2007, p. 102).

A renúncia não é palavra recorrente nos ideais de vida da "civilização do desejo", a ordem é o princípio do gozo, da felicidade. A liberação do homem de todo e qualquer passado de carências, sofrimentos e inibição. Entretanto, a sociedade do hiperconsumo é também a civilização da felicidade paradoxal (LIPOVETSKY, 2007, p. 17), tendo em vista que apesar dos altos índices de consumo, a satisfação pessoal torna-se momentânea. Além disso, tais índices contribuem para um vazio existencial, que vai necessitar conseqüentemente de formas de aconselhamentos encontrados nos livros de autoajuda. Neste contexto, a autoajuda, com o seu discurso prescritivo, intitula-se como um dos dispositivos que possuem as fórmulas para esse bem-estar, agenciando muitos tipos de aconselhamentos. O gênero fornece esquemas e/ou etapas a serem cumpridas, atestando que através do seu exercício, levará o sujeito ao patamar almejado.

Do sucesso na carreira profissional ao êxito amoroso, as obras colocam em cena o discurso de que não existe mais nenhum domínio da existência humana que não possa ser aprimorado. Assim, fornecem a uma massa de leitores ávidos novas estratégias e técnicas de fácil compreensão, objetivando maximizar a sua existência subjetiva. A felicidade torna-se, então, um imperativo (BIRMAN, 2010; FREIRE FILHO, 2010) e surge uma indústria do bem-estar e do aprimoramento pessoal, originando o que Freire Filho (2010) denomina de técnicas da felicidade. Para este autor, vivemos na era da reprodutibilidade científica da felicidade, na qual existe um verdadeiro império dos manuais de autoajuda. Neles, a manifestação da certeza é um dos traços semânticos.

A literatura do gênero é formada por manuais e textos práticos, os quais indicam métodos e formas de bem viver, obter sucesso material – a riqueza, trabalho, etc. –, e sucesso pessoal – a felicidade, o emagrecimento, o encontro

de parceiros amorosos, superação da timidez, etc. Também podem ser encontrados neste gênero relatos pessoais, com histórias de vida de sucesso – material e pessoal – apresentando as maneiras utilizadas para superar as adversidades e tornar-se uma “nova pessoa” (RÜDIGER, 1996). Nas obras, o pressuposto básico é a noção de que o bem-estar subjetivo será alcançado através de um “condicionamento positivo” e disciplinamento pessoal.

O sucesso desse gênero é inegável. Muitas obras, por exemplo, tornam-se verdadeiros *Best-sellers*, estando sempre entre os títulos mais vendidos e, como já afirmamos, não é uma especificidade do Brasil. Esta questão evidencia uma nova dinâmica do consumo literário, a qual é fortemente influenciada pela mitologia da felicidade. Em grau ainda maior, isto se evidencia por meio dos números de exemplares do gênero de autoajuda vendidos. Enquanto parte desse novo itinerário, muitos dos títulos com propostas de aconselhamentos podem ser indicados como *Best-sellers*. Esta categoria, muitas vezes relegada como um tipo de literatura marginal, é resultado, assegura Sodré (1988), dos processos da ação capitalista e mercantil sobre a cultura.

São livros que atendem as demandas latentes e obtém, por consequência, grande sucesso de público, tendo em vista o seu “pedagogismo”, isto é, mensagens que visam adequar o sujeito leitor aos discursos dominantes, tranquilizá-lo por meio dos sentidos produzidos. Os títulos da literatura de massa, e aqui enquadramos a autoajuda, são manifestações de um discurso que é resultante das tendências e exigências geradas pela sociedade moderna. Uma prova disto, defende Sodré (1988), é que a indústria editorial responsável pelas publicações desse tipo investe continuamente neste nicho já há algum tempo sem ainda demonstrar ter sofrido prejuízos.

A problemática dos *Best-sellers*, assim como da autoajuda, está inserida no que Thompson (2013) denomina de mercado literário de curto prazo. O autor demonstra que cada vez mais há uma tendência para a renovação constante dos títulos para o mercado consumidor. Tanto que, muitos autores, inclusive, encontram-se mergulhados em uma indústria que possui seu foco mais ajustado ao lucro em curtos prazos. Com a autoajuda não é diferente. O gênero é parte

do imaginário que promove a felicidade, mas ao mesmo tempo a impõe de forma imperativa, não deixando nenhuma margem para a sua não realização. Ser menos feliz, de acordo com os ideais desse imaginário, é ser fracassado ou anormal, uma vez que inúmeros produtos e títulos mostram que só não é feliz quem não quer, constituindo discursivamente um imperativo da felicidade.

Basta olharmos a quantidade de títulos lançados para repararmos esta questão. Além disso, na maioria das livrarias, são os livros de autoajuda que ocupam as posições de destaque, seja como lançamento do livro do momento, com a promessa de encontrar o par perfeito, seja nas listas dos mais vendidos. No Brasil, o autor mais lido do país nos últimos anos, segundo o Jornal *Folha de São Paulo* e *Revista Isto É*²⁷, por exemplo, foi Augusto Cury, escritor conhecido por suas inúmeras obras de aprimoramento pessoal. Seus livros já foram publicados em mais de 70 países, sendo traduzido para diversos idiomas e vendendo mais de 20 milhões de exemplares somente no Brasil.

Das muitas obras do autor, *Treinando a emoção para ser feliz* (2007a) e *12 semanas para mudar uma vida* (2007b) obtiveram grande sucesso e repercussão no seu período de lançamento, ficando por algum tempo entre as obras mais vendidas do país, sendo ainda nos dias de hoje largamente comercializadas e consumidas em seus mais diversos formatos. Estas duas obras serão tomadas como objetos empíricos de análise das suas relações com o ideal da felicidade nos capítulos posteriores.

Ambos os livros podem ser descritos como possuidores das principais características mencionadas nos parágrafos anteriores, enquadrando-se em uma vertente mais pragmática (TUCHERMAN, 2012), tendo em vista o trabalho com técnicas e treinamentos específicos, a partir dos quais o sujeito poderá exercitar-se rumo a uma condução de si mesmo e encontrar, com efeito, a felicidade. Apesar de serem dois livros, os seus discursos são muito semelhantes, de modo

²⁷ Ver <http://www1.folha.uol.com.br/folha/ilustrada/ult90u600189.shtml> e http://www.istoe.com.br/reportagens/142655_O+MAIOR+VENDEDOR+DE+LIVROS+DO+BRASIL.

que muitas vezes se tornam redundantes e complementares ao tratar de questões e técnicas similares.

De acordo com a estrutura pensada e seguindo o nosso trajeto temático, até aqui realizamos uma discussão sobre os conceitos de felicidade na história, a apropriação desse ideal cultural pelo capitalismo industrial de massa e, por último, a sua caracterização nos sistemas e lógicas da autoajuda. No tópico seguinte, empreendemos uma análise pautada pela relação entre os discursos de autoajuda produzidos por Augusto Cury e o engendramento de subjetividades que os seus enunciados demandam. Para tanto, o nosso pressuposto parte da análise do discurso da felicidade produzido pelas materialidades analisadas, perpassando, por sua vez, a discussão de como esses discursos trabalham com a dimensão subjetiva visando dar conta das necessidades dos indivíduos para que eles consigam efetivamente tornarem-se seres (mais) felizes.

Com um posicionamento não apocalíptico (ECO, 1979), consideramos, para tanto, que os discursos da autoajuda podem favorecer a promoção de maiores reflexões sobre si, a partir da premissa da relação entre o sujeito, o discurso e as formas de subjetivação, eixos que nunca possuem um fim em si mesmo. Assim, nossas análises se dão na reflexão da relação entre o discurso e a produção de subjetividades, debate profícuo que vem ganhado cada vez mais espaço nos trabalhos da área da Análise do Discurso de Orientação Francesa, principalmente por considerar as subjetividades como históricas e socialmente produzidas, portanto, exteriores. Tais modos de subjetivação, bem como a constituição do próprio sujeito, se dão nas relações com o discurso e os agenciamentos que são realizados.

2.4 A autoajuda e produção de subjetividades

Pois, longe de ser soberano, o sujeito livre é constituído, processo que Foucault batizou como subjetivação: o sujeito não é "natural", ele é modelado a cada época pelo dispositivo e pelos discursos do momento, pelas reações de sua liberdade individual e por suas eventuais "estetizações" [...] (VEYNE, 2014, p. 178).

As últimas reflexões e produções de Michel Foucault durante o final dos anos de 1970 e início dos anos de 1980 voltaram-se de modo mais específico para a questão da constituição do sujeito e os seus modos de subjetivação, temática que é de nosso interesse considerando o fato dos enunciados que analisamos possuírem uma relação direta com estas categorias, como indica o nosso trajeto temático. Segundo alguns leitores do filósofo francês, o estudo das relações citadas (sujeito e subjetividades) seria a terceira e última fase²⁸ do pensamento foucaultiano, a qual teria como objetivo a análise dos modos em que o sujeito se constitui enquanto tal a partir das relações estabelecidas consigo mesmo, isto é, de sua ética.

A ética de si estaria vinculada a um conhecimento de si mesmo, o qual é, conforme Foucault (1985), necessário para a constituição do sujeito através de práticas que versam sobre um cuidado de si sobre si, mobilizando sua subjetividade e seus processos de subjetivação. É importante que não se confunda aqui o cuidado de si com o conhece-te a ti mesmo, de Sócrates, pois são perspectivas distintas para se perceber a si mesmo. Foucault (1985) assinala que o conhece-te a ti mesmo seria um quadro mais genérico do cuidado de si, já este último seria uma reflexão que não se limitaria ao conhecimento de si, mas a um cuidado ético aprofundado e indispensável.

Nas obras que constituem a sua terceira fase, Foucault (1985) alerta que durante muito tempo as discussões relacionadas ao tema do cuidado de si não foram consideradas, trabalhadas ou desenvolvidas. Até a própria filosofia a desconsiderou por um tempo. Para ele, neste sentido, houve um "momento cartesiano" que favoreceu a emergência dos regimes discursivos/regimes de verdade sobre o sujeito em oposição aos saberes sobre o cuidado de si.

²⁸ Alguns pensadores que se dedicam ao estudo da obra foucaultiana dividem os seus escritos em três fases/momentos: 1) a arqueologia, voltada para a relação entre discursos, saberes e a história; 2) a genealogia, voltada para a análise das relações de poder e; 3) a fase da ética ou do cuidado de si, na qual o filósofo dedica especial atenção para as formas de subjetivação, cuidado e governo dos sujeitos. No entanto, esta divisão recebe algumas críticas, sendo a principal a que defende a não existência dessa divisão na obra do autor, pois percebe-se uma imbricação de todos os temas acima mencionados em todos os escritos do autor.

O desenvolvimento das reflexões de Foucault sobre este tema recorre aos gregos e, mais tarde, aos romanos. Com o termo “cuidado de si”, o teórico busca traduzir uma noção grega que perdurou por muito tempo: a *epiméleia heautoú* – em tradução, equivalente ao *cuidado de si mesmo*. Esta é uma noção rica e complexa, a qual indica a ocupação do sujeito consigo mesmo visando o aprimoramento de sua existência a fim de produzir uma vida da forma mais bela possível.

Por indicar a preocupação do sujeito para consigo mesmo, o cuidado de si se mostra como uma prática extremamente importante para a história do sujeito e de sua subjetividade, ou para a história das suas práticas de subjetividade. A adesão às práticas de si é vista como o momento do primeiro despertar, referindo-se ao fato de que o sujeito abre os olhos e abandona o seu sono, passando a ter interesse pela ocupação consigo mesmo.

Segundo a *epiméleia heautoú* grega, é necessário que o sujeito se ocupe consigo mesmo, possibilite reflexões sobre as suas inquietações e suas ações. Por este motivo, os aspectos da *epiméleia heautoú* deveriam fazer parte das práticas cotidianas dos sujeitos. “O cuidado de si é uma espécie de agulhão que deve ser implantado na carne dos homens, cravado na sua existência, e constitui um princípio de agitação, um princípio de movimento, um princípio de permanente inquietude no curso da existência” (FOUCAULT, 2006, p. 11).

As reflexões sobre o cuidado de si elaboradas por Foucault explanam sobre as “técnicas de si” por meio das quais os sujeitos se constituem. Enquanto parte efetiva do cuidado de si, estas técnicas permitiriam aos sujeitos efetuarem, por si próprios, operações e análises sobre os seus corpos, seus pensamentos, condutas, as suas próprias almas, ou seja, fatores que são constituintes do sujeito. Diante dos elementos explicitados, cabe a reflexão sobre a relação da literatura de autoajuda, em específico, dos enunciados que compõem o nosso *corpus* com o ocupar-se consigo mesmo, ou seja, o cuidado de si.

Como é apontado por Thompson (1998), com o advento dos meios de comunicação e a profusão de seus produtos, o eu, visto como um projeto simbólico ou “*self*”, é atingido diretamente pelos conteúdos produzidos por estes

meios, de modo que os sujeitos muitas vezes são influenciados e a partir deles passam a orientar as suas ações. Ao mesmo tempo, o *self* torna-se mais reflexivo, já que os sujeitos, a partir da forte expansão dos recursos simbólicos disponíveis são continuamente confrontados com as possibilidades que lhes são apresentadas. Com isto, há a promoção de formas alternativas para uma reflexão crítica de si mesmo.

A profusão de materiais simbólicos pode fornecer aos indivíduos os meios de explorar formas alternativas de vida de um modo imaginário e simbólico; e conseqüentemente, permitir-lhes uma reflexão crítica sobre si mesmos e sobre as reais circunstâncias de suas vidas (THOMPSON, 1998, p. 185).

Neste sentido, enquanto parte destes “materiais simbólicos”, podemos pressupor que os discursos da literatura de autoajuda podem atuar no sentido de promover maiores reflexões sobre o sujeito em relação a si mesmo, compreendendo que o leitor deste gênero busca medidas paliativas para enfrentar as agruras enfrentadas em seu cotidiano, atuando, dessa forma, em sua subjetividade. Na visão de Chagas (2002), os discursos de autoajuda são parte dos discursos dominantes, tendendo ao reforço e manutenção do *status quo*.

Por uma perspectiva mais integrada (ECO, 1979), observamos que com o advento da literatura de autoajuda, os sujeitos que em seu dia a dia não possuem tempo para refletir sobre suas vidas e sobre si mesmos são instados a refletirem sobre a sua existência, como propõe Giddens (2002; 1991). Esta reflexão pode se efetivar principalmente através de enunciados que versam sobre a necessidade de uma maior atenção do sujeito por si mesmo, como pode ser identificado a seguir:

*Ache tempo para se ouvir e falar de você [...] Quantas vezes você faz uma pausa e **reflete** sobre sua vida? Quantas vezes você consegue desfazer seus compromissos e acha espaço para **refletir** sobre os pilares de sua existência? Muitos são ótimos para trabalhar, mas péssimos para cuidar de si mesmos. Eles têm*

*tempo para tudo, mas não para **dialogar consigo mesmos** (CURY, 2007a, p. 87. Grifos nossos).²⁹*

*Podemos fugir do mundo, mas não de nós mesmos. Para escrever nossa história precisamos **conhecer nosso próprio ser** (CURY, 2007b, p. 31. Grifos nossos).*

Com efeito, os enunciados acima destacados sugerem ao leitor uma maior reflexão e conhecimento do sujeito por si mesmo, provocando modulações subjetivas que versam sobre uma maior interiorização e atenção sobre si em meio às atribuições diárias. Em sua exterioridade, há a produção discursiva de sujeitos e subjetividades através de uma conversão para si implicadas em uma reflexão, auto diálogo e autoconhecimento, ou seja, se discursiviza sobre uma produção subjetiva de si sobre si. Nestes enunciados, são produzidos sentidos que propõem a necessidade da ação por parte do sujeito, recusando sua pretensa passividade e entrando em ação, por sua vez, a dimensão da subjetividade e do sujeito como uma produção constante.

No que diz respeito à relação estabelecida com os leitores, sujeitos produzidos também por estes discursos, identifica-se uma positividade nesses enunciados ao intermediarem e proporem um conhecimento sobre o próprio ser. Assim, de acordo com esta perspectiva, que deixa de lado as análises que versam sobre um princípio alienante das relações de poder intrínsecas aos produtos da cultura de massa, esta seria uma positividade do poder, que contraria o sentido do poder como algo somente negativo, como afirma Foucault (2013a):

Ora, me parece que a noção de repressão é totalmente inadequada para dar conta do que existe justamente do produtor no poder. Quando se define os efeitos de poder para repressão, tem-se uma concepção puramente jurídica deste mesmo poder; identifica-se poder a uma lei que diz não. O fundamental seria a força de proibição. Ora, creio ser esta uma noção negativa, esquelética do poder que curiosamente todo mundo aceitou. Se o poder fosse somente repressivo, se não fizesse outra coisa a não ser dizer não você acredita que seria obedecido? O que faz

²⁹ Com o objetivo de distinguirmos as citações diretas das obras analisadas – *Treinando a emoção para ser feliz* e *12 Semanas para mudar uma vida*, estas serão apresentadas em *itálico*, diferindo-se das demais consultadas.

com que o poder se mantenha e que seja aceito é simplesmente que ele não pesa só como uma força que diz não, mas que de fato ele permeia, produz coisas, induz ao prazer, forma saber, produz discurso. Deve-se considerá-lo como uma rede produtiva que atravessa todo o corpo social muito mais do que uma instância negativa que tem por função reprimir (FOUCAULT, 2013a, p. 44-45).

Enquanto uma rede produtiva, as relações de poder presentes nos discursos citados atuam também na produção de sujeitos e subjetividades, possibilitadas pelo condicionamento a partir da relação de reflexão estabelecida entre o sujeito leitor e os enunciados. Na perspectiva de Rüdiger (1996), a literatura de autoajuda se constitui como uma das principais mediações da vida social contemporânea, uma vez que por meio de seus discursos as pessoas comuns, independente de classes, são atraídas tendo como objetivo aprimorar por meio da leitura e dos sentidos que são produzidos e reproduzidos a sua existência e as suas subjetividades. A mitologia euforizante expressa, indica Morin (1997) é, de certo modo, o antídoto para a angústia difusa dos novos tempos.

Assim sendo, o poder também pode e deve ser pensado por uma perspectiva não puramente negativa, bem como os discursos de autoajuda, pois eles podem³⁰ ser transformadores, produtores, engendrarem sujeitos e subjetividades. Neste sentido, ao mesmo tempo em que se propõem a disciplinar, como veremos em tópico posterior, as relações de poder instituídas juntamente com o discurso de superação e da felicidade como um imperativo, que colocam a margem o seu contrário, podem engendrar o interesse pelo cuidado de si, bem como intensificar, após a leitura, as relações de si para consigo e contribuir para uma política de si. Ressaltamos, no entanto, que nossas afirmações não pretendem ser deterministas ou universais, levando em consideração a

³⁰ Considerando que estamos realizando um estudo pautado pela análise do discurso, isto é, da emissão dos enunciados, não podemos definir categoricamente os efeitos dos discursos da autoajuda, sendo necessário, para tanto, pesquisas sobre a recepção do tipo de literatura analisada. Por este motivo, justificam-se o uso das palavras "podem" e "pode", tendo em vista que, neste tópico, a nossa análise centra-se na reflexão da relação entre discurso e engendramento de subjetividades, como propõem estudos recentes do campo da AD francesa.

singularidade de cada relação que é/possa ser estabelecida com os enunciados analisados.

Nos ideais do cuidado de si, por meio da efetivação das técnicas de si para consigo, o sujeito poderia caminhar e atingir um estado de pureza, sabedoria ou perfeição. Estas técnicas contribuiriam para a elaboração de uma arte da existência. Referindo-se às artes da existência, Foucault (2006) apresenta a noção das práticas refletidas pelos próprios sujeitos, técnicas de si, logo, artes que os aproximariam de um estado superior. Através destas artes, o homem não somente fixava regras de conduta (discurso e prática), mas buscava se transformar e fazer de sua vida, da sua existência, uma obra de arte, “[...] no sentido de uma arte de viver entendida como cuidado de si, de uma elaboração da própria vida como uma obra de arte, da injunção de um governo da própria vida que tinha por objetivo lhe dar a forma mais bela possível” (MACHADO, 2013, p. 34).

Ao abordar o conceito de estética da existência, o autor explicita que se trataria de um processo de autodescoberta dos valores de si, de autoconhecimento, no qual o sujeito poderia se constituir enquanto tal através do aprimoramento de si mesmo. O cuidado de si é, então, visto como uma arte da existência (FOUCAULT, 1985, p. 50).

As "artes da existência" devem ser entendidas como as práticas racionais e voluntárias pelas quais os homens não apenas determinam para si mesmo regras de conduta, como também buscam transformar-se e modificar seu ser singular, e fazer de sua vida uma obra que seja portadora de certos valores estéticos e que corresponda a certos critérios de estilo (FOUCAULT, 1985, p. 198-199).

Neste processo, ele pontua a importância das relações entre o discurso e a prática como um dos critérios necessários para o cuidado de si e um estilo de vida, defendendo que o cuidado de si não se caracteriza como um exercício solitário, mas de ordem social, no sentido de que não basta afirmar por meio do discurso a busca pelo autoconhecimento, mas de modo mais importante, a sua

prática, fator o qual possibilitará o convívio consigo mesmo (governo de si) e com os outros (governo de si e dos outros). É neste sentido que ele retoma o conceito de *parrhesia* como um procedimento técnico fundamental para o cuidado de si (FOUCAULT, 2006).

A *parrhesia* é definida como o dizer verdadeiro, o franco falar. Um aspecto de maior relevo deste conceito está ligado à questão da coerência entre o dizer/discurso com a própria vida. Logo, a sua relação com o cuidado de si é colocada pela necessária articulação que deve existir entre o discurso e a prática, bem como a necessidade de conhecer-se verdadeiramente, de modo *parrhesiástico*, podendo ser inclusive por meio das práticas de veridicção e/ou os jogos de verdade de si para consigo. Em sua *Hermenêutica do Sujeito*, Foucault pontua incisivamente que a *parrhesia* é útil para a “gerência” da alma (FOUCAULT, 2006, p. 488). Percebe-se, assim, o papel relevante da *parrhesia*, bem como do *parrhesiasta* – aquele que diz a verdade, fala francamente e dirige o seu aprendiz para o caminho do conhecimento que propiciará o autoconhecimento e modificação do seu ser –, no estabelecimento das relações de si para consigo, para a construção de uma estética da existência. Em nossas análises, Cury demonstra-se por meio dos enunciados e discursos que produz como um novo *parrhesiasta*, considerando-se, para tanto, as contingências históricas atuais, sendo, evidentemente, distinto daquele da antiguidade.

As artes da existência apresentadas por Foucault quando da análise das práticas greco-romanas do cuidado de si, nas quais a *parrhesia* seria parte efetiva, extrapolam o âmbito do conhece-te a ti mesmo. Mais do que isso, pressupõe um governo de si por si mesmo, por meio do qual o sujeito deve e pode examinar-se, refletir sobre si mesmo e se reparar diante das necessidades, de modo a poder constituir um trajeto de sua própria vida, o qual deve ser fundado em preceitos de uma ética de si, podendo compor, deste modo, um quadro o mais belo possível de si mesmo. Todavia, nas práticas *parrhesiásticas* o *outro* é de grande importância, tendo em vista que ele pode ser aquele que nos diz a verdade, fala francamente e induz o sujeito a uma relação de si para consigo, a um governo de si ético e verdadeiro.

Cabe a este *outro*, dessa forma, antes de tudo saber governar a si mesmo para poder proceder ao governo dos outros e incentivar um governo de si. A partir das relações que estabelece, Augusto Cury produz-se discursivamente como um *parrhesiasta* da atualidade, demonstrando saber governar a si mesmo, possuindo conhecimentos necessários e suficientes (teoria da inteligência multifocal³¹, técnicas – PAIQ³², D.C.D.³³, etc.) para atuar tanto no governo de si, como também dos outros, levando em conta a sua vontade e produção de verdade sobre os caminhos da felicidade, entre eles, o que indica uma análise sobre o tempo dedicado para uma conversa consigo mesmo e crítica aos modos de existência que não tem contribuído para uma vida satisfatória:

Converse, debata e discuta aberta e silenciosamente consigo mesmo. Interiorize-se. Seja seu grande amigo. Analise se você tem tido tempo para todo mundo, mas não para si mesmo (CURY, 2007b, p. 187).

Critique seus paradigmas existenciais, seus conceitos sobre a vida. Repense suas verdades e seus comportamentos rígidos (CURY, 2007a, p. 105).

Marín-Díaz (2015) sugere que a autoajuda se ancora nos ideais de um governo de si, tal qual propõe os preceitos do cuidado de si, sendo, no entanto, um dispositivo novo ou atualizado de técnicas mais antigas que tinham como meta a sabedoria ou um estado de si elevado. Tais questões são identificadas em nosso *corpus*, como indicam as materialidades acima destacadas, as quais

³¹ Título de outra obra de Augusto Cury (Inteligência Multifocal, São Paulo: Cultrix, 1998); que inclusive chega a ser indicada para os leitores. Segundo Cury, a inteligência multifocal diz respeito a uma teoria que tem sido estudada por diversos cientistas em vários países, chegando inclusive a ser inserida nas grades curriculares de alguns cursos universitários. É uma teoria que visa investigar os fenômenos da inteligência humana a partir de quatro processos da psique ou mente humana: "1 – a formação de pensamentos; 2 – a transformação da energia psíquica; 3 – a formação da consciência e dos alicerces do "eu"; 4 – os papéis da memória e a formação da história existencial" (CURY, 2007b, p. 20).

³² O PAIQ é o Programa da Academia de Inteligência de Qualidade de Vida. É através desse programa que o autor indica os passos e técnicas necessárias para se atingir o bem-estar e a felicidade.

³³ Técnica proposta por Augusto Cury, o D.C.D. (Duvidar, Criticar, Determinar) procura trabalhar, efetivamente, a partir das seguintes práticas: a necessidade de o sujeito leitor **duvidar** de sua incapacidade, **criticar** sua passividade e **determinar** novos rumos para sua vida a partir de um choque de lucidez na emoção.

trabalham com a proposta de uma percepção mais apurada e uma interiorização que dê conta de uma avaliação sobre os modos de vida do sujeito leitor, com a indicação de repensar verdades e comportamentos com uma autoanálise, mobilizando ações que possuem um caráter estritamente subjetivo. Em nossos dias, o dispositivo da autoajuda e suas técnicas atuam visando a felicidade e o bem-estar. Com novos contornos históricos e sociais dos dispositivos do cuidado de si, modificam-se as técnicas, assim como os seus resultados (MARÍN-DIAZ, 2015).

Evidenciando-se como um dispositivo produtor de subjetividade no presente, verifica-se, conforme Marín-Díaz (2015),

[...] a ancoragem da autoajuda numa milenar tradição de práticas dirigidas para o governo de si. Trata-se de um conjunto de técnicas antigas como a meditação e a escrita de si que são agora atualizadas num dispositivo novo [...]. Este dispositivo precisa de indivíduos, isto é, para funcionar requer produzir indivíduos que ajam como "eus", com interesses e com capacidade de aprender a aprender, para atingir a nova meta desejável: ser bem-sucedidos e felizes (MARÍN-DIAZ, 2015, p. 9).

Frente a estas questões, através dos processos de descrição e interpretação dos enunciados e do nosso trajeto temático, o fenômeno da autoajuda é percebido como uma das tecnologias de si contemporâneas que promovem através de seus discursos uma relação de maior atenção do sujeito consigo mesmo. Por tecnologias do eu, Foucault (2006) visava definir as práticas que permitiam ao indivíduo efetuar, por si próprio ou com a ajuda de outros, operações sobre seu corpo e sua alma, a fim de se transformar e alcançar um estado de sabedoria.

Com respaldo nos escritos de Deleuze (2008), os quais possuem influências das noções elaboradas por Foucault, a relação entre autoajuda, tecnologias e governmentação de si se dá, com efeito, pela concepção de que "houve uma experiência grega, experiências cristãs, etc; mas, não são os gregos nem os cristãos que farão a experiência por nós hoje" (DELEUZE, 2008, p. 132).

Neste sentido, tomar a autoajuda em nossos dias como uma tecnologia de si que engendra a produção de subjetividade e governo de si não se dá a partir de uma visão de evolução ou retrocesso desses conceitos, mas, uma necessidade de analisar o campo socio-histórico como descontínuo, com desníveis e fissuras que favorecem as condições de possibilidade de outras tecnologias de si, cuidados e governamentalidades no decorrer da história e, por conseguinte, as transformações pelas quais passaram os modos de subjetivação hoje existentes, pois, “não são os gregos, é nossa relação com a subjetivação, nossas maneiras de nos constituirmos como sujeito” (DELEUZE, 2008, p. 132), especialmente pelo fato de que ser contemporâneo é viver em um presente onde jamais estivemos, cabendo, desta forma, a sua análise, pois como pontua Revel (2006): “não se trata de se tornar novamente gregos, nem de pensar que eles foram mais admiráveis do que nós. Trata-se precisamente de compreender o que nós não somos mais, a fim de nos perguntar, ao contrário, o que nós somos hoje” (REVEL, 2006, p. 23).

Reconhece-se, então, que pela sua forma e visando o aprimoramento contínuo dos sujeitos, bem como o fato de poder propiciar a partir dos momentos de leitura um momento de reflexão, os discursos da autoajuda são tecnologias de si da atualidade que proporcionam novas subjetividades, podendo vir a induzir em algum momento a um estado de si semelhante ao expresso pelo cuidado de si, mas não nos moldes da *epiméleia heautoú* grega, tendo em vista outras condições de produções e relações que se estabelecem.

Fazendo uso dos preceitos foucaultianos, Mansano (2009) destaca a importância da análise do presente e de seus dispositivos na constituição da história e a desvalidação de qualquer pensamento que queira se fazer universal. Em suas palavras,

Seguindo a investigação sobre os modos de subjetivação, cabe perguntar: quais modos de vida precisam ser abandonados e quais outros pedem passagem em nossos dias? Qual a potência que temos para produzir outros modos de existir e colocá-los em circulação no social? É perceptível o quanto os estudos de Foucault convocam para uma análise do presente e das nossas

possibilidades de transformação. Para isso, ele resgata a dimensão histórica que atravessa os modos de subjetivação, descartando, assim, qualquer pretensão de universalidade (MANSANO, 2009, p. 114).

É válido ressaltar, desta forma, que esta produção de subjetividades promovida pelos discursos de autoajuda não se dá de forma determinante e muito menos universal, como são apregoados pelos discursos deste tipo de literatura, tendo em vista a multiplicidade de sujeitos e subjetividades que no encontro com as estimulações variadas produzem uma miscelânea de outras subjetividades, as quais nunca são passíveis de totalização e/ou implica posse, ao contrário, uma produção incessante que acontece através de encontros e desencontros diversos. A autoajuda, enquanto prática contemporânea de subjetivação, agencia sujeitos, identidades, modos de ser e estar. Com efeito, seus discursos fornecem e possibilitam a produção e o agenciamento de subjetividades a partir da exterioridade da qual se constitui.

Considerando a subjetividade como uma produção essencialmente modelada e fabricada social e historicamente, a autoajuda, enquanto tecnologia de si, pode impulsionar esta relação do sujeito consigo, tendo em vista a perspectiva de Thompson (1998) de que o *self* ou o eu dos sujeitos são projetos simbólicos que vão sendo continuamente construídos, posição semelhante à de Foucault (2006), que visualiza o sujeito como um agente estratégico e não imóvel ou somente instado e gerenciado pelos poderes que circulam no social ou, contando ainda com a noção de reflexividade ou de um sujeito reflexivo em Giddens (1991)³⁴, compreendido pela premissa de que há por parte das pessoas

³⁴ Temos conhecimentos sobre alguns conflitos nos pensamentos de Giddens e Foucault, principalmente quando da crítica do sociólogo às concepções sobre o sujeito e subjetividade do filósofo francês, propondo que nas pressuposições deste último o sujeito não possuiria uma ação individual e as relações de poder consistiriam apenas em sua dominação, bem como criticando as formas de subjetivação propostas por Foucault, segundo Giddens, sempre atreladas a um dispositivo em específico. A partir de nossa leitura das obras de Foucault, torna-se difícil concordar com as críticas de Giddens, pois no centro das relações trabalhadas por Foucault estão presente a liberdade, a resistência e a produção incessante do sujeito e de suas subjetividades a partir não de um dispositivo específico, mas em meio a uma rede histórica mais ampla e complexa. Ressaltamos, dessa forma, que nossa escolha pelo uso de Giddens neste tópico se dá levando em consideração o fato do teórico explicitar a autoajuda como um mecanismo que induz à reflexividade ou ação reflexiva no contemporâneo, não implicando, portanto, na concordância

um autoexame das próprias ações e, através dele, a possibilidade de reformulação das mais diversas práticas sociais e do próprio sujeito, tendo em vista a percepção de acesso ao pensamento e às informações formuladas e reformuladas continuamente durante toda a existência do indivíduo.

Para Giddens (1993), os livros de autoajuda são alguns dos mecanismos da modernidade que possibilitam para os sujeitos uma maior reflexão sobre si. Na sua concepção,

[...] a maioria é constituída essencialmente de livros de caráter prático e correspondem a expressões de processos de reflexividade que esboçam e ajudam a conformar. Muitos são também emancipatórios: apontam para mudanças que poderiam libertar os indivíduos de influências que bloqueiam o seu desenvolvimento autônomo (GIDDENS, 1993, p. 75).

Com os momentos de reflexividade, identificados pelo autor como “uma conversa consigo mesmo” (GIDDENS, 1993, p. 103), as identidades e os sujeitos são igualmente tornados reflexivos. A proposta do teórico é que há uma nova identidade, ou novas identidades para o “eu” da modernidade, sendo esta passível de revisões e monitoramentos recorrentes. O eu torna-se “um projeto reflexivo”, assim como a concepção de identidade, vista como algo “autoconstruída” pelos processos reflexivos individuais e coletivos.

O tema “conversa consigo mesmo”, recorrente para os momentos de reflexividade propostos por Giddens (1993), bem como para Foucault (2006) ao abordar a questão do cuidado de si e da conversão do sujeito para si mesmo também é comum nos enunciados das obras analisadas, algumas vezes, colocados como uma “mesa redonda do eu”:

A 9ª lei da qualidade de vida – “a arte do autodiálogo: a mesa-redonda do eu” (CURY, 2007b, p. 165).

Não é possível sermos autores da nossa história, gerenciarmos nossos pensamentos, administrarmos nossa emoção, enfim,

com as críticas elencadas ao pensamento foucaultiano, que é uma de nossas principais bases nesta obra.

desenvolvermos qualidade de vida se não temos coragem e capacidade para fazer uma mesa-redonda em nosso próprio interior para debatermos com inteligência nossos próprios problemas e revisarmos nossos caminhos (CURY, 2007b, p. 169).

Não me procure no imenso espaço nem nos recantos da terra. Viaje para dentro de você. Eu me escondo nas velas da sua emoção, no cerne do seu espírito... (CURY, 2007a, p. 10).

Na relação com estes enunciados são promovidos agenciamentos que buscam uma subjetividade voltada para a reflexão do próprio sujeito leitor sobre si mesmo. Com uma orientação para um condicionamento ou treinamento dos sujeitos, arregimentam o propósito das práticas a serem incorporadas para a condição de rendimentos positivos. Estas práticas postulam o engendramento de um cuidado de si, sendo colocadas como fontes ou caminhos da felicidade. Exterioridades diversas são discursivamente postas, engendrando produções de sentidos que revelam a possibilidade de um governo de si em meio às muitas governamentalidades, as quais são perpassadas especialmente pelo desenvolvimento de uma relação de si para consigo.

Destaca-se que este "eu" que reflete sobre si mesmo que é sugerido não se trata de uma entidade passiva, identificada somente pelas influências sociais determinantemente externas. Em oposição, é um "eu" que trama e desenvolve a sua identidade, a sua posição sujeito, pautado na sua autonomia conduzida pelos processos de autorreflexão e subjetivações efetivadas que visam lhe dar equilíbrio. De acordo com Marín-Díaz (2015), são enunciados atravessados pela governamentalidade, os quais possuem como objetivo a autogovernamentalidade, o que pode ser percebido

[...] na produção de novas formas e reflexões para melhorar as condições de vida nas nossas sociedades - recuperação de técnicas de cuidado de si antigas ou de outras culturas, produção ampla e massiva de livros e materiais de autoajuda e, em geral, procura por métodos e formas de exercitação individuais e coletivas que ajudem a conseguir o equilíbrio que parece se encontrar no âmago do que muitos consideram ser felicidade (MARÍN-DÍAZ, 2015, p. 14).

Na visão da autora, as técnicas executadas na antiguidade que visavam o equilíbrio do sujeito são substituídas pelas que promovem o bem-estar e a felicidade, visto como o principal bem a ser atingido. Para tanto, com seu discurso pedagógico, faz-se necessário que os sujeitos, a partir das teias de relações das quais fazem parte – atravessados pelos discursos e poderes, sendo assim resultantes destas relações que se estabelecem de múltiplas formas e podem adquirir variados sentidos, constituindo-se não por vieses unilaterais, mas a partir de um jogo – possam aprender a aprender em meio a uma série de exercitação-individualização-condução que emerge nos discursos da autoajuda, no qual o “eu” precisa embarcar e prosseguir na busca de descobertas que possam auxiliá-los a uma auto condução, vinculados a um governo de si, a partir do qual o sujeito é por si próprio responsável por seus investimentos e perdas.

Nos novos moldes do cuidado de si, são incorporados a felicidade e o bem-estar, os quais poderão ser atingidos a partir das técnicas abordadas nos enunciados, implicando não uma mera realização, mas um auto diálogo, gerenciamento de pensamentos, administração de emoções, enfim, pela coragem de enfrentar uma mesa-redonda do eu, a coragem da verdade de si mesmo, uma viagem para a dimensão subjetiva com o objetivo de resolver os problemas identificados e revisar as novas rotas para se conseguir ser, efetivamente, feliz. Um discurso que pressupõe uma exercitação-individualização-condução, como salientado por Marín-Díaz (2015).

Exercitação a partir da proposição de perceber e exercitar a si mesmo a partir de técnicas e treinamentos, tomar conhecimento sobre quem e como se é, para somente assim poder almejar ou alcançar uma modificação com o auxílio das técnicas e treinamentos propostos. Individualização pelo fato de que tais práticas visam promover para além do conhecimento de si mesmo enquanto indivíduo, tornar este em um outro mais aprimorado, o que pode ser efetuado por meio de determinadas operações sobre si mesmo até poder transformar-se e constituir-se conforme o que é discursivamente propagado como parte da ordem. Um eu que possa, por sua vez, reconhecer-se e efetivar uma nova

condução de si mesmo. Uma auto condução que não cessa a sua produção, reinventando-se a partir das vivências e experiências históricas e sociais.

Em continuidade ao nosso trajeto temático, no capítulo seguinte discutimos sobre as condições de possibilidades dos discursos ora analisados, observando a espessura histórica desses enunciados emergentes via uma vontade de verdade sobre a felicidade, assim como a constituição desse sujeito consumidor desta indústria de aconselhamentos em contínua ascensão, tomando sempre como base recortes de nosso *corpus*.

3 NAS MARGENS DO DIZÍVEL: A AUTOAJUDA E SUA MATERIALIDADE HISTÓRICA

[...] a prática discursiva sobre a felicidade se dá historicamente pelos pré-construídos (PEREIRA, MOMESSO, 2011, p. 59).

3.1 O discurso e sua espessura histórica

Se apaziguar as experiências, as vivências e o próprio sujeito eram os principais papéis do prazer e da felicidade para Epicuro (2002), algo a ser esperado para uma próxima vida como prega o cristianismo, entre tantas outras definições dependendo de cada época histórica e social, na contemporaneidade, dificilmente a felicidade é pensada como um futuro maravilhoso em outra vida ou algo que tem as suas buscas limitadas. Ela é, hoje, um presente radiante, que deve ser materializada no aqui e agora, devendo ser renovada de forma contínua em níveis cada vez mais intensos, um gozo imediato e revigorado, materializado pela superabundância de um hedonismo frenético. Na hipótese de o sujeito não conseguir atingir por si só estes níveis, há a oferta de variados produtos para ajudá-lo, aconselhá-lo a encontrar a felicidade, tornar-se feliz e, mais do que isso, para manter-se feliz perpetuamente.

A literatura de autoajuda é um desses principais produtos. Por meio desse gênero, as pessoas buscam adaptar-se, reconstruir-se segundo regras que, em um tom imperativo, assemelham-se a leis, as quais deverão ser cumpridas, ou então, caberá ao leitor simplesmente o fracasso, ficar a margem daquilo que doravante lhe é tão facilmente ofertado. Muitos são os subgêneros da autoajuda, como já observado, tendo-se em vista que encobre todas as instâncias da vida. Entretanto, não importa qual seja a temática abordada, pois independentemente deste fator, todas as dicas investem em um sentido mais geral na superação de algo, visando atingir a felicidade, o bem-estar subjetivo. De modo específico, os discursos do nosso *corpus* trabalham especialmente nesse investimento tendo a felicidade como principal meta e objetivo.

É importante, neste sentido, repararmos que os discursos e as práticas discursivas da autoajuda têm sua propagação a partir de condições de possibilidades dadas, isto é, não se efetivam de um momento para o outro. Para isto, convergem e divergem, ao mesmo tempo, vários fatores, ou como bem pontua Foucault (2013b), saberes e positivities históricas. Com a concepção de positivities históricas, o filósofo francês promove rupturas com a história tradicional, aquela vista como um *continuum*, popularmente conhecida pela relação causa e efeito. Nesta perspectiva, podemos afirmar que não foi pela simples necessidade de aconselhamentos que emergiu a autoajuda – em um sentido de causa e efeito, até porque esta necessidade, em maior ou menor grau, talvez sempre tenha existido, apresentando-se como necessários para tal questão muitos outros fatores e condições.

A arqueologia das ciências humanas empreendida por Michel Foucault propõe este deslocamento teórico e conceitual para pensarmos a história, sobretudo, a história tradicional. O autor critica o caráter de continuidade desse modelo, percebendo que a história é marcada por descontinuidades, com rupturas e regularidades, excluindo a lógica causal entre os acontecimentos. Como bem coloca Milanez e Santos (2010), na arqueologia foucaultiana,

[...] os fenômenos simplesmente começam em pontos históricos particulares, não se originam em algum lugar que seria como o lugar próprio da sua verdade: um espírito de época, uma mentalidade coletiva ou uma consciência individual. Mas, numa única palavra, um sujeito. **O tempo é uma sucessão de descontinuidades, de começos nos já-começados; não é o devir de um pensamento ou de uma razão que, desde a sua origem, se arrasta na evolução lenta e contínua do seu progresso** (MILANEZ, SANTOS, 2010, p. 44. Grifos nossos).

Não há, nesta visão, um lugar ou um momento da irrupção dos acontecimentos, dos discursos e de suas práticas. Com esta reflexão, aponta-se que a autoajuda não possui uma marca que determinará o seu momento de surgimento ou de sua necessidade, havendo somente descontinuidades várias e múltiplas já começadas, esquecidas e retomadas, as quais vem ganhando corpo

a partir das formações históricas que permitiram o seu aparecimento com tanta intensidade no momento atual.

Apesar de ser a fase genealógica a mais apontada como influenciada pelos escritos de Nietzsche, em sua arqueologia Foucault também demonstra a sua identificação com o legado do filósofo alemão ao enfatizar que na história tradicional há uma cultura de propagação dos grandes feitos, grandes homens e grandes conquistas, deixando-se de lado os fatos que abordam a história do cotidiano, dos sujeitos tidos como vulgares e comuns e suas produções. Foucault (2013b) nos demonstra que somente os homens envolvidos com os grandes gestos pareciam merecer o seu registro na história, revelando-se as relações de poder imbricadas na história tradicional.

Com a aceção de Foucault (2013b), este pensamento clássico de ordens e sucessões que por tanto tempo pareceu natural passa a dar lugar a uma desordem pautada pela dispersão e descontinuidade, modificando a ordem dos signos e discursos e suas disposições históricas, pensando, além disso, que nos processos históricos estão envolvidos não somente os homens indicados pelos grandes feitos ou conquistas, mas, também, de forma não menos importante, os sujeitos ordinários. Assim, “cai por terra, portanto, a ordem do sistema das regras de sucessão e causalidades, deixando brotar as palavras de dias ordinários e os des(ni)velamentos do discurso” (MILANEZ, SANTOS, 2010, p. 50).

Não à toa, conforme Foucault (2013b), não devemos transformar a compreensão histórica em jogos de significações prévias e/ou imediatas. Antes, deve-se pensar e refletir sobre as condições de possibilidades que favorecem a sua constituição. Imaginar que existiria uma face legível sobre os acontecimentos da história, factível de compreensão imediata, poderia soar como algo ingênuo. Nota-se, com isto, uma ruptura nos sistemas de pensamento, o que motivou críticas por partes de alguns historiadores e novos rumos de reflexão para outros. Esta mudança de percepção não se restringiu a história, mas também a constituição do próprio sujeito.

Refletindo sobre o pensamento desenvolvido por Foucault com relação à autoajuda, compreende-se que este fenômeno é resultante de um feixe complexo

de relações, as quais são constituídas por meio de práticas discursivas assinaladas por regularidades e rupturas.

O objeto não espera nos limbos a ordem que vai libertá-lo e permitir-lhe que se encarne em uma visível e loquaz objetividade, ele não preexiste a si mesmo, retido por algum obstáculo aos primeiros contornos da luz, mas existe sob as condições positivas de um feixe complexo de relações (FOUCAULT, 2013b, p. 54-55).

Deste modo, podemos dizer que a partir de práticas discursivas descontínuas, observam-se regularidades, os efeitos de sentidos que se ligam e se engendram, a partir das quais vão se constituir as formações discursivas, que podem ser compreendidas como as regiões do sentido, formadas a partir de semelhantes sistemas de dispersão (seja de uma ordem, correlações, posições, funcionamento...), favorecendo o surgimento da literatura de autoajuda, não preexistente por si mesma, mas sendo uma função possível. Todavia, é importante frisar que estas formações e períodos específicos não devem ser tomados como blocos imóveis ou formas estáticas, como se assim se definissem de uma vez por todas as condições de possibilidades. Deve-se pensar, ao contrário, no sentido de que “[...] não se trata, bem entendido, nem da sucessão dos instantes do tempo, nem da pluralidade dos diversos sujeitos pensantes; trata-se de cesuras que rompem o instante e dispersam o sujeito em uma pluralidade de posições e funções possíveis” (FOUCAULT, 2013b, p. 58).

Possuidores de suportes históricos e institucionais que podem possibilitar tanto o surgimento quanto o esquecimento, os discursos são amarrados ao tempo (história) e por ele nutridos. Este aspecto que nutre os discursos seria, efetivamente, os *a priori* históricos por meio dos quais se torna possível analisar e refletir sobre o porque do surgimento de um discurso e não outro, abolindo explicações causais. Assim, tomando-se como referência o *a priori* na análise das condições de possibilidades do discurso, percebe-se a história como o campo das formações discursivas, onde se encontra não só o discurso, mas o sujeito e o próprio sentido (GREGOLIN, 2003, p. 90-91). Esta seria, afirma Foucault (2013b),

uma positividade do saber, ou seja, a possibilidade de reflexão sobre as condições de exercício da função enunciativa.

Foucault propõe em sua arqueologia a História Nova, questionando-se “como apareceu um enunciado e não outro no seu lugar?” (2013b, p. 33). Adaptando esta indagação a nossa discussão, poderíamos nos perguntar “qual a explicação para que os discursos da autoajuda tenham tanta recorrência na atualidade e não em outro momento histórico?”. A resposta para este questionamento está atrelada às positivities do papel desempenhado pelo *a priori histórico*. Foucault (2013a) define o *a priori histórico* como o aspecto que, em uma época específica “[...] recorta na experiência um campo de saber possível, define o modo de ser dos objetos que nele aparecem, arma o olhar cotidiano de poderes teóricos e define as condições em que se pode enunciar sobre as coisas [...]” (FOUCAULT, 2013a, p. 155).

O *a priori histórico* não busca uma validade dos juízos nem estabelecer a legitimidade dos acontecimentos ou suas condições de emergência de forma determinante, mas a forma de constituição dos discursos e acontecimentos, os princípios pelos quais eles tendem a aparecer, desaparecer ou transformar-se. Busca não a história de uma coisa não dita, mas de um fato já dado, pois é a história do que já foi propriamente dito e experienciado por meio de regras anônimas, sempre relacionadas ao tempo e ao espaço, as quais vão definir a função enunciativa, o discurso e as suas práticas. Para Veyne (2014), não há *a priori* senão o histórico, pois tudo é histórico e é acompanhado por singularidades e relações diversas.

Veyne (2014) postula a ideia de que por estarmos imersos em determinado momento histórico, não podemos observar e compreender os acontecimentos de nossa época senão pelo prisma contemporâneo. O autor metaforiza este aspecto com os peixes no aquário, isto é, estes peixes só enxergam a realidade por meio do bocal do aquário, o qual é sempre provisório. O bocal do aquário pode ser associado ao prisma que nos é permitido enxergar os fatos e acontecimentos do tempo presente, o viés histórico que fazemos uso para a análise do cotidiano, sendo este apenas um bocal. Caso queiramos refletir

sobre outras épocas ou analisarmos condições de possibilidades de determinados acontecimentos ou objetos, deveremos, assegura o autor, mudar o bocal, isto é, a forma de olhar. Esse outro bocal que nos permite uma visão distinta da história, mas relacionada ao agora, é o *a priori histórico*.

Ao refletirmos sobre a autoajuda, temos que observá-la não somente sob o viés do contemporâneo, mas por bocais que possibilitem a compreensão acerca de sua existência, analisando o seu lugar de emergência, fatores que a possibilitaram, ou seja, por múltiplos bocais, seguindo a metáfora de Veyne (2014), objetivando um entendimento mais completo e enriquecedor. Não há uma face legível sobre o fenômeno, as suas condições de existência não estão expressas nas capas dos livros ou nos enunciados que os constitui, mas em algo que lhes é exterior.

As concepções da História Nova ainda nos demonstram outro aspecto: não há um fato ou um acontecimento fundante, ou seja, novo ou original, e com a literatura de autoajuda não é diferente. Os discursos são baseados nos já ditos, já conhecidos, outrora esquecidos, mas que retornam e ganham novas cenas de enunciação, retornam a margem do dizível com sentidos e formas de existência outras de acordo com a atualidade em que surgem. Os discursos sobre a felicidade expressos pela autoajuda, então, não são originais, são constituídos em outros já ditos, em um já vivido em outros momentos da humanidade.

Obras do gênero têm suas narrativas amarradas a enunciados dispersos e descontínuos em relação à história, os quais retornam no tempo presente ao regime do dizível e passam a produzir sentidos diferentes, podendo renovar os antigos, contradizê-los ou negá-los, dependendo das formações e ordens discursivas a que pertencem. O que está expresso nos livros de autoajuda representa a movimentação dos discursos, práticas, signos e significados na dispersão da história.

É que as margens de um livro jamais são nítidas nem rigorosamente determinadas: além do título, das primeiras linhas, e do ponto final, além de sua configuração interna e da forma que lhe dá autonomia, ele está preso em um sistema de

remissões a outros livros, outras frases: nó em uma rede (FOUCAULT, 2013b, p. 28).

Muitos outros livros, vozes, dizeres e ecos estão manifestos no discurso da felicidade da literatura de autoajuda. Sentidos da felicidade relacionada ao prazer, a um bem divino, religioso, vozes que não possuem um dono ou responsável, a não ser o próprio tempo e as condições que lhes permitem o retorno e discursivização. O já dito pode ser aquilo não sabido, apagado, um jamais dito de forma igual ou original, silenciado pelo tempo e suas discontinuidades históricas, podendo ainda retornar como o "novo". O esquecimento e a memória são, nesse ínterim, responsáveis tanto pela emergência quanto pela atualidade dos discursos.

Bakhtin (2003) afirma que o discurso não é exterior a história, defendendo a existência de uma relação recíproca entre estes dois fatores, assim como defende Foucault (2013b). Dessa forma, em cada discurso enunciado, há a presença de outras vozes. Somente um Adão mítico, pondera Bakhtin, poderia ter uma primeira fala em um mundo ainda não questionado e escapar dos já ditos por *outrem*. Em suma, os agora ditos, partem do lugar do já acontecido, dos já ditos. Não há a possibilidade de criarmos dizeres e sentidos sempre novos ou originais, fundantes. Reforçando, Fernandes (2005, p. 40) diz que "o sujeito tem a ilusão de ser o centro de seu dizer, pensa exercer o controle dos sentidos do que fala, mas desconhece que a exterioridade está no interior do sujeito, em seu discurso está o "outro", compreendido como exterioridade social".

Os enunciados sobre a felicidade produzidos e emitidos pela literatura de autoajuda que circulam na atualidade são nutridos e marcados por esta exterioridade, assinalada, também pela história e suas positivities. Enquanto atravessados por estes fatores, "o quem somos nós hoje", uma das questões primordiais do arcabouço teórico foucaultiano, se dá por meio de atravessamentos em meio a divergências e convergências, dadas a partir das relações que são estabelecidas entre os sujeitos e os espaços, saberes e poderes históricos em que se circunscrevem, como veremos adiante.

3.2 O sujeito da autoajuda: um nômade de si mesmo

[...] não há "eu" duradouro, há somente o "eu" que está se tornando continuamente, sempre evoluindo, sempre se esforçando. Para usar uma imagem budista clássica: o "eu" não é uma poça de água estagnada, mas uma torrente fresca que flui. A torrente do tornar-se (SCHOCH, 2011, p. 130).

Até aqui tratamos sobre o tema da felicidade e a sua mitologia euforizante expressa por meio da autoajuda, identificada por nós como um dos mecanismos que predis põem este bem-estar subjetivo por meio de aconselhamentos e regras, bem como efetivamos reflexões sobre as suas condições de possibilidade na contemporaneidade, as quais favorecem novas práticas aos sujeitos e às suas subjetividades. Para melhor compreender este fenômeno, faz-se necessário atentarmos mais uma vez sobre a questão do sujeito, com vistas a perceber do que se trata esta entidade e, ainda, sobre qual tipo de sujeito é pressuposto ou constituído nas obras de autoajuda analisadas, considerando-se o fato deste discurso, através de suas estratégias, serem direcionados a um sujeito específico, visando o seu aprimoramento.

Conforme a perspectiva de Hall (2005), um dos fatores que melhor expressam a condição dos sujeitos na contemporaneidade é o seu descentramento, aspecto que pode ser observado principalmente quando da análise da fragmentação das suas identidades. Segundo o autor, por muito tempo se teve a noção de um sujeito de identidade estabilizada, motivadora da própria estabilidade social, contudo, esta concepção encontra-se em franco declínio, pois uma gama de novas identidades emergiu, ocasionando a fragmentação do indivíduo moderno, até então visto como um sujeito unificado (HALL, 2005, p. 7).

A crise das identidades e do sujeito visto como uno e universal se dá a partir de mudanças acarretadas pela passagem da tradição para a modernidade, acompanhada do desenvolvimento das ciências humanas e sociais e outros fatores como a diluição das fronteiras com o advento da globalização e os novos

modos de vida colocados para o sujeito. Estas mudanças ainda se encontram em pleno andamento e tem se tornado cada vez mais rápidas com a dita pós-modernidade, assegura o autor.

De modo a esclarecer melhor essa discussão, atentemos brevemente para as mudanças propostas por Hall (2005) com relação às concepções de identidade que refletem diretamente na concepção de sujeito. São três os tipos de identidades apresentadas pelo autor: a identidade do sujeito do Iluminismo, do sujeito sociológico e do sujeito pós-moderno.

A identidade do sujeito do Iluminismo baseava-se na ideia do sujeito como um indivíduo totalmente centrado e uno, dotado de algumas capacidades como a razão e a consciência. Já a noção de identidade do sujeito sociológico reflete a complexidade do mundo moderno e a concepção de que o sujeito não é autônomo nem autossuficiente, mas formado a partir da relação com os demais, que poderiam lhe transmitir valores e sentidos da cultura em que ele habita. Seguindo esta concepção, a identidade seria formada por meio da interação entre o sujeito e a sociedade. Por último, com o sujeito pós-moderno não há mais uma identidade fixa e permanente. A identidade passa a ser uma "celebração móvel" (HALL, 2005, p. 13) em contínua transformação, sendo definida mais que historicamente, a partir de curtos espaços de tempo e experiências.

Resumidamente, na concepção do sujeito do Iluminismo havia uma identidade unificada e imutável, com o sujeito sociológico há a ideia de que as interações com as estruturas da modernidade contribuíam para o contorno da identidade e do próprio sujeito. Reparemos que estas duas concepções de identidade e de sujeito, apesar de conceitualmente distintas, possuem algo em comum: a pouca fluidez e mobilidade, fatores que marcam fortemente a identidade na pós-modernidade.

Segundo Hall (2005), na pós-modernidade³⁵ tem-se a ideia de um sujeito não mais pautado pela sua universalidade e imutabilidade. Novas perspectivas

³⁵ Alguns autores, como Hall (2005), Kaplan (1993) e Chagas (1999) utilizam o termo pós-modernidade para definir a existência de uma ruptura com a modernidade ou, pelo menos, expressar o enfraquecimento desta última, seja por meio dos valores, convicções ou objetivos que a formaram. Os autores afirmam que as mudanças e características da atualidade

emergem e a concepção de um sujeito cartesiano e/ou resultante de causas e efeitos é abandonada. As noções da tradição são modificadas com o advento e desenvolvimento da modernidade. O sujeito passa, então, a ser visto como um processo, fabricado pelas diversas relações nas quais está imerso e faz parte, sendo, portanto, demarcado social e historicamente.

As discussões sobre a constituição do sujeito são trabalhadas durante toda a trajetória da obra de Michel Foucault. Em um de seus textos, o próprio autor chega a afirmar que são as reflexões em torno desta temática o ponto central de sua obra: “não é o poder, mas o sujeito o tema geral de minha pesquisa” (FOUCAULT, 1995, p. 232). Longe de ser uma entidade plena, una e universal, como por muito tempo se pensou graças ao paradigma cartesiano, o sujeito produz-se enquanto tal por meio dos discursos e relações de poder do mundo social e histórico. Não é algo dado e homogêneo, mas uma entidade heterogênea constituída por uma malha complexa de diversos fatores que se entrecruzam – divergentes e convergentes ao mesmo tempo.

Foucault rejeita a noção de um sujeito constituinte, defendendo o abandono deste viés de pensamento.

Queria ver como estes problemas de constituição podiam ser resolvidos no interior de uma trama histórica, em vez de remetê-los a um sujeito constituinte. É preciso se livrar do sujeito constituinte, livrar-se do próprio sujeito, isto é, chegar a uma análise que possa dar conta da constituição do sujeito na trama histórica [...] uma forma de história que dê conta da constituição dos saberes, dos discursos, dos domínios de objeto, etc., sem ter que se referir a um sujeito, seja ele transcendente com relação ao campo de acontecimentos, seja perseguindo sua identidade vazia ao longo da história (FOUCAULT, 2013b, p. 43).

correspondem ao período denominado de pós-moderno, o qual traz em seu cerne a crise das ideologias que dominaram todo o século XX, além de proporcionarem novas condições sociais e culturais, as quais desestabilizaram os modelos vigentes. O uso do conceito pós-moderno, no entanto, ainda é visto como algo problemático, considerando que outros autores acreditam haver controvérsias quanto a sua pertinência, bem como a sua utilidade. Defendem que não houve rupturas suficientes para demarcar a passagem da modernidade para a pós-modernidade. Por este motivo, alguns teóricos fazem uso do termo modernidade tardia, como Giddens (1991). Especificamente, no presente trabalho não entraremos na discussão destes conceitos. Com efeito, fazemos uso dos termos “atualidade” e/ou “contemporaneidade” para definirmos o tempo presente.

Ao longo de sua trajetória filosófica, Foucault dedicou-se à reflexão acerca da constituição do sujeito na modernidade. As suas investigações versavam sobre os modos pelos quais o ser humano constitui-se enquanto sujeito, ou seja, tinha como objetivo “criar uma história dos diferentes modos pelos quais, em nossa cultura, os seres humanos tornam-se sujeitos” (FOUCAULT, 1995, p. 231), colocando-se em oposição aos ideais iluministas que pressupunham uma visão do sujeito e da sua identidade como algo natural, preexistente à história, à sociedade e à cultura, sustentando que o sujeito não é uma substância, mas uma forma, uma posição que nem sempre é idêntica a si mesma.

É com base na própria história que Foucault ampara as suas reflexões sobre o sujeito, pois, como esclarece Castro (2009, p. 407) “[...] para compreender a evolução da problemática do sujeito na obra de Foucault, há que ter presente que, antes de tudo, se trata de uma abordagem histórica da questão da subjetividade”. Percebe-se na obra foucaultiana o desenvolvimento de uma ontologia histórica de nós mesmos, a qual pode ser dividida em três momentos: a arqueologia do saber, a genealogia do poder e, a ética/estética da existência.

Ao refletir sobre as análises de Foucault, Fernandes (2012, p. 18) nos mostra que na arqueologia do saber, há a objetivação dos sujeitos pelos saberes científicos. Na genealogia, a perspectiva do filósofo desloca-se do saber para o poder, mas não de forma a abandonar o interesse pelos saberes e os discursos, mas enxergá-los pela ótica da genealogia do poder, refletindo sobre as relações de poder na constituição dos sujeitos, tanto no aspecto do sentido de dominação quanto nas resistências. Em um terceiro momento – da ética/estética da existência –, o autor vai dedicar-se a análise das formas de subjetivação, compreendendo os sujeitos como efeitos objetivados por estas práticas.

A relação entre estes momentos da trajetória de Foucault tem implicações diretas na sua análise da concepção de sujeito. Analisando este aspecto, Carvalho (2008) identifica o sujeito do saber, o sujeito instituído nas relações de poder e aquele que é constituído nas relações consigo mesmo. Sem almejar divisões ou identificações de modelos de sujeitos, percebe-se nestas concepções e na própria

trajetória de Foucault o sentido de um sujeito que é constituído com o saber – ser saber; com o poder – ser poder e; consigo – ser consigo. Um ser-sujeito marcado por movências, plural e em constante produção, firmado na instabilidade e nas incertezas. Neste sentido, a noção de sujeito em Foucault está intrinsecamente relacionada à concepção de descontinuidade.

Em sua *Arqueologia do Saber* (2013b), assim como em *As palavras e as coisas* (1999), Foucault promove questões de suma importância para se pensar o sujeito, as ciências humanas e a verdade. No que concerne ao homem, conjura-se o sentido de sua morte, tomando por base as perspectivas de um sujeito universal, conforme a perspectiva iluminista. Passa a ser trabalhada uma concepção sobre o sujeito baseada no devir, em uma rede de relações, como algo que é estrategicamente construído em meio às descontinuidades.

Por afirmar e por em cena uma perspectiva distinta para se pensar o sujeito, Foucault passa a ser acusado, a exemplo de Nietzsche com relação a Deus, de decretar a morte do homem. No entanto, o que o filósofo fez, na realidade, foi tentar abolir, por meio de argumentos, a concepção do homem como uma entidade una. Desta forma, passa a afirmar que a noção do sujeito da forma como a temos hoje é datável, não tendo existido durante toda a história. Esta noção do homem como sujeito baseado no devir, ocorre, efetivamente, apenas quando o próprio homem se torna objeto de saber das Ciências Humanas.

A concepção de sujeito em Foucault, de maneira geral, corrobora seu apontamento, em *As palavras e as coisas*, sobre a morte do homem e o nascimento do sujeito, tema de grande repercussão nessa obra, ou melhor, a partir dessa obra. Tal consideração, historicamente, contextualiza-se no rol das reflexões sobre o nascimento das ciências humanas, momento em que o homem torna-se objeto sobre o qual recai o saber. Rompe-se assim com uma concepção de sujeito enquanto indivíduo, o sujeito da razão, pra concebê-lo como produzido por algo que lhe é exterior; atesta, portanto, o descentramento do sujeito e sua constituição pelos discursos. O sujeito passa a ser considerado como uma função, ou como uma posição a ser ocupada nos discursos. A morte do homem, enquanto individualidade no mundo, e o nascimento do sujeito pelos saberes que o circulam possibilitam a Foucault, em momento posterior à arqueologia, refletir sobre a relação constitutiva entre o sujeito e poder, o que o leva,

inclusive, a escavar as formas sociopolíticas voltadas para o biopoder (FERNANDES, 2012, p. 59).

Fruto de determinações que lhes são exteriores, o sujeito é constituído segundo Foucault (1995) de uma operação calculada de fabricação, realizada por dispositivos³⁶ diversos, entre os quais citam-se o poder, as práticas discursivas, o saber, suas relações com os objetos e com a verdade. É, assim, um sujeito composto por fragmentos, marcado pelo devir, não transcendental.

Diante dos três domínios do que Foucault denominou como Ontologia do presente – o ser-saber, ser-poder e ser-consigo –, a produção do sujeito seria engendrada. Uma produção que não teria um período determinado, mas ocorreria durante toda a existência do homem, com seus medos, angústias, alegrias, enfim, todas as suas experiências.

Este é um sujeito definidamente histórico, bem como a sua subjetividade e as suas formas de subjetivação. Marcado temporalmente e atrelado aos jogos do saber e do poder, este sujeito estaria para Foucault (1995; 2013a) situado em uma posição estratégica, tendo em vista o sentido de um sujeito atravessado pelas práticas de disciplina, mas, ao mesmo tempo, sendo possíveis práticas de resistência à sua dominação e, por isto, a sua liberdade, por meio de uma ética e governo de si.

Os discursos, com os seus regimes de verdade e ordens estabelecidas segundo condições positivas de possibilidades atravessariam os sujeitos como partes que também lhes constituem. O sujeito foucaultiano é baseado na multiplicidade dos discursos, das relações de poder, das positivities dos saberes. Não é um sujeito com um fim determinado, como pregava o iluminismo e o cartesianismo. É uma constante formada pelas inconstâncias da vida cotidiana, pelas diversas relações que vão se estabelecendo, sejam elas positivas ou negativas, de dominação e de resistência. Um sujeito que tem a sua existência

³⁶ De acordo com as concepções de Michel Foucault, a noção de dispositivo é definida como uma rede de relações que podem ser estabelecidas de formas e com elementos heterogêneos, compreendendo discursos, instituições, leis, enunciados, proposições filosóficas, o dito e o não dito, de modo que o dispositivo, característico por sua função estratégica, estabelece as regras entre estes elementos.

pautada por condições de possibilidades históricas e sociais que emergiram juntamente com as Ciências Humanas, sendo sempre uma obra em constante produção.

Amparando-nos nestas noções e reflexões, podemos identificar através das materialidades do nosso *corpus* a constituição de alguns sujeitos discursivos. As noções que tratam da constituição do sujeito pelo discurso – sujeito discursivo – pautam-se pela premissa da relação entre o discurso e a formação dos objetos, no sentido de que os objetos e os próprios sujeitos não preexistem ao discurso.

Nos discursos da autoajuda, em específico nas obras analisadas, em meio às inúmeras orientações e conselhos, emergem três tipos de sujeitos discursivos: 1) um sujeito marcado pela dispersão e pela falta – tendo em vista a busca de aconselhamentos para lidar com as agruras da vida cotidiana; 2) outro sujeito visto como ideal, sendo este aquele propagado pelo autor das obras, o modelo a ser alcançado e, por último, 3) um sujeito calcado em relações de saber-poder, o qual se mostra como detentor dos ensinamentos e da sabedoria para alcançar uma vida feliz, este, identificado como o autor³⁷.

O sujeito assinalado pela falta que é expresso pelos enunciados pode ser relacionado ao sujeito desejante³⁸ trabalhado por Freud (2011), pois é a partir de um desejo não saciado que esta falta vai se expressar. É um ser fragmentado, descentrado, desligado das tradições e dos sentidos da estabilidade e ordem

³⁷ Apesar de não nos aprofundarmos sobre este conceito, tendo em vista os objetivos desta obra, vale realizarmos uma breve discussão. Segundo Foucault (2009) e Chartier (2012), a categoria autor constitui-se enquanto uma função variável na história, isto é, suas concepções variam de acordo com o momento histórico a que pertencem. Na análise do conceito, Foucault e Chartier analisam as mutações da representação do autor ao longo da história. Para eles, na modernidade, o autor é tido como uma condição discursiva, a qual possui a função de fundar discursividades, forjar significações aos enunciados e a sua circulação, dando-lhes legitimidade. Neste sentido, está também imerso em relações de saber e poder. É fato que os discursos de Augusto Cury são fundados em discursividades dispersas em outras formações discursivas, sendo parte de um gênero que (re)produz discursos e práticas semelhantes, no entanto, levando em conta as condições discursivas a que pertencem, bem como sociais e históricas, marcadas por novas formas de se ver a categoria de autor na atualidade - questão de direitos, Copyright, Licenças -, tais aspectos atuam como um modo de resguardar a ele este título, demonstrando-nos a função autor como uma categoria variável.

³⁸ Comumente, a noção de sujeito desejante em Freud é associada às questões relacionadas à sexualidade. Todavia, é importante destacar que tomamos este conceito como parte da constituição do sujeito da autoajuda, tomando como base o sentimento de falta de algo e o desejo pela felicidade como um modo de aplacar este estado.

outrora existentes, marcado pela falta de algo que já não consegue alcançar por si só. E é diante deste quadro que este sujeito vai buscar aconselhamentos, regras que possam lhe favorecer o encontro com a felicidade. Nesta relação, ao mesmo tempo em que se amplia a mitologia euforizante da felicidade (MORIN, 1997) com cenas e modelos ideais a serem atingidos, o sujeito é cada vez mais instado pelo desejo a buscar estas sensações e efeitos, pois é justamente disso que carecem.

Estes sujeitos desejanter marcados pela falta são aqueles que ainda não seguiram os 12 passos propostos por Augusto Cury para mudar as suas vidas, os que ainda não leram os livros e não treinaram as suas emoções visando a felicidade, não tendo, portanto, seguido as indicações prescritas, pois os que já a executaram ou irão fazê-lo são "*aqueles que educam a sua emoção e anseiam pelo direito de ser livres e felizes...*" (CURY, 2007a, Epígrafe), os sujeitos que entendem que o livro e os respectivos ensinamentos não devem somente ser lidos, "*[...] mas saboreado, desfrutado, assimilado e incorporado*" (CURY, 2007b, p. 14).

Um exemplo que demonstra a passagem desse sujeito marcado pela falta para o da completude pode ser visto no trecho que segue.

J. N.³⁹ me procurou, mas estava desacreditado. Não fixava seu olhar em meus olhos. Seu falar era trêmulo e desconfiado. Sua autoestima estava zerada, sentia-se o mais incapaz e infeliz dos homens. Entretanto, pouco a pouco, estimei-o a causar uma revolução contra o cárcere da sua emoção [...] (CURY, 2007a, p. 85).

J. N. fez esse treinamento. O resultado? Libertou sua emoção do cárcere. Reacendeu as chamas de sua segurança e expandiu as raízes de sua autoestima [...]. Depois de percorrer um solitário deserto, J. N. se tornou um poeta da emoção. Hoje, é um homem feliz e sábio (CURY, 2007a, p. 86).

³⁹ Os pacientes referenciados nos livros de Augusto Cury são sempre identificados por abreviações.

No fragmento acima, percebe-se inicialmente um sujeito desacreditado e infeliz, mas que mesmo assim buscava algum modo de superar-se e auto conduzir-se, o que ocorreu justamente após o treinamento proposto por Augusto Cury, aspecto possibilitador da constituição de um homem feliz e completo, o qual conseguiu atravessar as suas angústias e encontrar a autoestima graças aos ensinamentos de Cury. A análise desses enunciados demonstra um discurso que atua, ainda, na identificação dos sujeitos que possuem um "eu" com felicidade fora dos padrões tidos como ideais. Esse processo de identificação e exemplificação nos conduz a um efeito de sentido de que são justamente os discursos de aprimoramento articulados ao exercício de técnicas e treinamentos que facultaram àquele sujeito uma transformação - ou autotransformação -, a qual teve como resultado um sujeito pleno, estável e ideal.

Chagas (2002) analisa como se constrói um sujeito imaginário por meio do discurso de autoajuda. Para tanto, o autor converge perspectivas do discurso, da psicologia e da psicanálise. Em seu estudo, o autor dedica-se de forma mais aprofundada ao sujeito ideal proposto pelo discurso da autoajuda. Este é aquele que, conforme é pregado, atenderá a todos os preceitos indicados pelas obras, um seguidor de todas as dicas e regras, tal qual "J. N." (do fragmento anteriormente citado por Augusto Cury). Um sujeito feliz e realizado com emoções, sentimentos e um estado de si baseado no trabalho sobre si mesmo, pois, basta realizar o treinamento proposto e expresso no livro e a felicidade se fará presente, evocando, dessa forma, a importância da execução das práticas sugeridas. Um *Homo Felix* como bem caracteriza Lipovetsky (2007) ao afirmar que, na modernidade, a promessa da felicidade torna-se o único horizonte dos seres humanos, a própria lei da evolução histórica, cabendo imperativamente ao sujeito render-se às promessas, correspondê-las e tornar-se feliz para conseguir ter destaque, ser o melhor e superar aos outros e a si mesmo.

Nestes discursos, busca-se construir um "eu" todo estável, algo que os teóricos apontam como impossível, já que o eu é fundado no devir. Chagas (2002) faz sérias ponderações com relação a este sujeito estável e plenamente realizado, indicando a sua existência somente no nível imaginário e do discurso,

atestando a impossibilidade desse sujeito completo e estável em se tratando da felicidade. Este posicionamento nos lembra das considerações de Freud (2011) e sua análise sobre a felicidade, bem como sobre a categoria sujeito em Foucault, visto enquanto uma entidade em contínua formação, nunca terminado. Na visão de Chagas (2002; 1999), as obras de autoajuda propõem meras ilusões para o sujeito, uma vez que o imaginário ideal construído nunca poderá ser factível em realidade.

Além desses dois tipos de sujeitos constituídos pelo discurso de autoajuda, percebemos ainda a existência de um terceiro – o sujeito autor. Este sujeito põe-se em um lugar privilegiado de médico, psicólogo, professor, pesquisador – um verdadeiro mestre sobre o ensinamento da vida –, alguém que possui um saber perito e a partir dele estimula e favorece competências para a excelência do bem-estar, sendo, inclusive, já reconhecido pelos seus ensinamentos. *"Muitos nos têm enviado e-mails dizendo que suas vidas ganharam novos rumos após a leitura"* (CURY, 2007a, p. 117), indica o autor, aspecto que contribui para o fortalecimento do sentido de que suas orientações realmente funcionam. E se funcionam com outras pessoas, logo temos o efeito de sentido de que poderá funcionar também para o leitor, fator que ainda é reforçado por um discurso pretensamente científico, já que é afirmado que os apontamentos presentes em ambos os livros analisados são realizados por um "pesquisador das relações humanas", com ênfase nos temas da felicidade e no bem-estar entre os sujeitos: *"As pesquisas que realizei sobre a relação entre pais e filhos mostraram que mais de 50% dos pais nunca conversaram com seus filhos sobre seus sentimentos e pensamentos mais íntimos"* (CURY, 2007a, p. 22).

O uso de resultados de pesquisas por meio da apresentação de dados quantitativos para provar a realização de estudos e seus resultados evidencia e evoca um saber fundamentado de uma autoridade que sabe e pode lidar com as questões abordadas, especificamente no sentido de torná-las mais coerentes segundo os preceitos do bem-viver. Nesse sujeito discursivo, raramente se percebem falhas ou dúvidas, excetuando-se os casos em que as suas incertezas serviram de exemplos para como lidar com situações difíceis, as quais também

são explicadas categoricamente com novos aconselhamentos, logo, tornados modelos de sucesso, pois “[...] *não há noite que não possa trazer um belo dia*” (CURY, 2007a, p. 21). Em todos os momentos, a certeza torna-se a principal característica de seus discursos, oferecendo, assim, um grande grau de confiança.

Destarte, o papel assumido por Augusto Cury assemelha-se àquele dos mestres da experiência, ou quando recorremos à história, aos *parrhesiastas* apontados por Foucault (2006) como necessário para o cuidado de si⁴⁰ na antiguidade. A *parrhesia* pode ser entendida como o falar francamente ou o dizer verdadeiro. No estabelecimento de uma relação como a existente entre o mestre e o seu aluno, por exemplo, a *parrhesia* consiste em o primeiro falar ao segundo as verdades que possam contribuir para a sua constituição, corroborando para a sua condução e aprendizado, bem como para o seu modo de ser. O *parrhesiasta*, segundo Foucault (2006), atua como um diretor da consciência, possuindo técnicas e métodos específicos para isto, os quais possuem como base a verdade. A adulação (lisonja) e a retórica são, no entanto, duas práticas que põem em risco o dizer verdadeiro proposto pela *parrhesia*, tendo em vista que trabalham com aspectos distintos da verdade, atuando, assim, em sua contramão.

Em nossos dias, a partir das condições de possibilidades dadas, emergem novas relações da *parrhesia* e novos *parrhesiastas*. De certo modo, a partir do lugar que ocupa na produção de discursos de aconselhamento e aprimoramento pessoal, Augusto Cury pode ser visto como um novo *parrhesiasta*. Isto, especialmente quando enuncia para os seus leitores um discurso de verdade sobre a felicidade, o qual atua e trabalha com a orientação e condução da vida dos sujeitos, promovendo, ao mesmo tempo, uma maior atenção dos sujeitos sobre si mesmos. Neste contexto, o autor se coloca como o mestre ou um *outro* que possui um saber sobre a verdadeira felicidade e sobre o sujeito, lhe induzindo discursivamente às mudanças que lhe renderão “um bem viver”. Assim como ocorre em relação à *parrhesia* e aos *parrhesiastas*, elementos a partir dos quais

⁴⁰ Tema trabalhado com maior profundidade no quarto tópico do capítulo 2 – A autoajuda e produção de subjetividades.

relações de saber e poder se estabelecem, os discursos e posições ocupadas por Cury também têm como base relações de saber e poder

Ademais, assim como acontece no que diz respeito aos *parrhesiastas* da antiguidade, quando se mostrava a necessidade de uma relação entre o dizer verdadeiro e a sua prática e comprometimento, de modo que “no mesmo momento em que diz ‘eu digo a verdade’, compromete-se a fazer o que diz e a ser sujeito de uma conduta, uma conduta que obedece ponto por ponto à verdade formulada” (FOUCAULT, 2006, p. 492), em seu discurso Cury também se posiciona no lugar daquele que executa as verdades que discursiviza - “*Perdi dois sobrinhos e uma cunhada subitamente. O carro em que estava acidentou-se gravemente e incendiou-se. As crianças eram como filhos para mim. Meu querido irmão perdeu, na época, toda sua família*” (CURY, 2007b, p. 213) - para superar as suas agruras e auxiliar aqueles que lhes são próximos.

Atendendo as condições de possibilidade do presente, os *parrhesiastas* da atualidade distinguem-se dos de outrora, bem como as técnicas e treinamentos pelos quais os sujeitos fazem uso para estabelecer uma relação sobre si mesmos. Se tais características são distintas, logo, também outras são as formas de constituição dos sujeitos envolvidos nesses processos e suas formas de subjetivação e reflexão sobre si.

A constituição desses sujeitos se dá em um lugar socio-histórico heterogêneo, em meio a conflitos do sujeito desejante consigo mesmo, em uma busca sem fim pela sua completude ideal e modelar, fator que dá margem para o sujeito auto apresentando como o detentor de todas as certezas – o autor. São formas de ser inscritas na exterioridade do discurso, demarcadas histórica e socialmente e constituídas nas relações de uns com os outros. Seres imersos na contemporaneidade, momento histórico de grandes mudanças, incertezas e frustrações, das liberdades com relação à tradição da família e da existência de um Deus, de uma modernidade que parece radicalizar-se, aproximar-se de seu fim, da possível chegada e demarcação de um novo tempo – a pós-modernidade, era dos receituários e aconselhamentos para o bem viver, conforme aponta Bauman (1998). Um tempo líquido, no qual mesmo sendo livre, autônomo,

individual e racional, o sujeito torna-se solitário e desamparado, com incertezas e planejamentos a curto prazo.

Seres de um panorama contemporâneo feito cada vez mais de construções e reconstruções, um quadro de conflitos, contradições, competições e paradoxos, no qual vão se perdendo todo e qualquer tipo de orientação relacionada com a tradição. Para adaptar-se aos sentimentos de insegurança e instabilidade, faz-se necessário, então, aprender formas para lidar ou adaptar-se diante das incertezas. Neste sentido, há por parte dos sujeitos dos tempos correntes a busca por respostas que possam dar conta do mal-estar vivenciado, e este panorama, segundo Bauman (1998), gera a procura crescente dos "mestres da experiência", dos "gurus da autoajuda" e dos produtos por eles ofertados, visando o sentimento de certeza em meio às inúmeras instabilidades, pois, para muitos, somente dessa forma se conseguirá acompanhar as transformações e superar o mal-estar.

Livre, mas também solitário. É assim que se mostra o sujeito diante deste cenário de transformações e desagregações sociais (LIPOVETSKY, 2005), radicalizações e controvérsias. Já não há mais um mundo social estável e seguro, modelos de família, amigos para uma vida, trabalhos duradouros. O que por muito tempo apresentou-se como sólido, agora desmancha-se no ar, flui, dá espaço para novas relações.

Sujeitos feitos e efeitos das condições que possibilitam o seu próprio tempo, que trazem em si uma vontade de verdade sobre a felicidade, sobre os meios possíveis para atingi-la e mantê-la. Pessoas que conseguiram libertar-se da tradição, conseguiram seus direitos individuais e perceberam, muitas vezes de forma forçosa, que a independência e a liberdade podem ser fardos muito difíceis de carregar, surgindo uma espécie de nostalgia em relação aos antigos modelos, os quais podiam até atuar como uma forma de inibir ou repreender, mas funcionavam como guias, aportes para nos tornarmos sujeitos que agora não podemos mais ser.

Na busca de novas referências, muitos sujeitos tornam-se andarilhos frente ao caos de desorientações e a oferta exacerbada de felicidades possíveis

pelo gênero de autoajuda e outros produtos. Contudo, encontram felicidades que lhes propõem imperativamente o domínio sobre as suas vidas, impondo formas e normas para uma vida estável, segura e feliz, havendo espaço cada vez menor para frustrações quando um mercado tão vasto lhes oferece o contrário. Nesse cenário, apesar de todas as orientações, o sujeito é o principal responsável, sozinho, por seus ganhos e fracassos.

4 NAS MALHAS DO DISCURSO DA LITERATURA DE AUTOAJUDA: SABERES, PODERES E TÉCNICAS

Por mais que o discurso seja aparentemente bem pouca coisa, as interdições que o atingem revelam logo, rapidamente, sua ligação com o desejo e com o poder (FOUCAULT, 2011, p. 10).

4.1 Discurso, enunciados, formações discursivas: felicidades perenes, sujeitos saudáveis

Abordamos até este momento as materialidades da literatura de autoajuda enquanto discursos. Entretanto, ainda não aprofundamos esta noção com maior afinco. O conceito de Discurso é central no pensamento desenvolvido por Michel Foucault. Mais do que um simples ato de fala ou performances recorrentes em discursos corriqueiros, o discurso, conforme Foucault (2013b), é aquilo que nos forma e nos produz enquanto sujeitos.

Levando em consideração esta acepção, é importante ressaltar que ao se falar em discurso no sentido foucaultiano, não nos referimos ao sentido comum que este termo é utilizado no cotidiano. O texto da literatura de autoajuda em seu sentido estrito, neste caso, não se trata de um discurso por si só, uma vez que o discurso ultrapassa os limites do texto ou da gramática, considerando-se muito mais do que isso, isto é, a exterioridade que lhes é inerente, a sua formação a partir de regras específicas e não generalizantes, parte de uma malha de sentidos mais complexa.

Na trajetória desenvolvida por Foucault, podemos identificar a presença do discurso em seus três momentos de reflexões e produções: na arqueologia, na genealogia e na ética de si. Em seu primeiro momento, no projeto arqueológico, buscou-se analisar a constituição dos saberes, tomando como perspectiva a noção de discurso. Por meio de um trabalho semelhante ao de um arqueólogo, Foucault buscava nos “subterrâneos do conhecimento” como se constituiu o saber verdadeiro ou o saber tido como verdadeiro. É neste momento

em que ele desenvolve as suas pesquisas voltadas ao nascimento da clínica e à história da loucura.

Em ambas as obras, são perceptíveis a presença da noção de discurso e a sua importância para se compreender os fenômenos investigados. Neste ínterim, verificou-se que ao longo da história foi constituído por meio dos discursos e suas práticas um saber sobre o louco e a sua condição, saber este que o excluiu e o interditou da vida pública em sociedade. De igual modo, percebeu-se como através do discurso foi se constituindo um saber médico sobre o outro, o qual possibilitou o nascimento da clínica.

Com a *arqueologia do saber*, são encontrados os vestígios do saber que proporcionaram as concepções subsequentes do saber verdadeiro. No entanto, a análise da constituição destes saberes ainda não era tida como suficiente para Foucault (2013b), de modo que este passou a questionar o porquê da validação destes saberes e não de outros, bem como, quais seriam as condições de possibilidades que ocasionaram o surgimento destes saberes e discursos de verdade e não outros. É diante destes questionamentos que o autor inicia suas reflexões sobre aquilo que alguns de seus leitores categorizam como a segunda fase dos estudos de Michel Foucault: a genealogia.

Em continuidade às suas pesquisas, a genealogia é incorporada à arqueologia, formando-se, então, o projeto arqueogenealógico. Como enfatizado anteriormente, para Foucault, já não bastava saber como os saberes se constituíram, mas o porquê de terem se constituído de tal forma. Com isto, a analítica do poder e suas relações com o saber emergem nas produções foucaultianas. Não que esta analítica já não fizesse parte de seus trabalhos anteriores, mas passa a partir de então a ter maior espaço. Com isto, observa-se a presença do poder, ou como bem destaca o autor, da rede de micropoderes no processo de engendramento e constituição dos saberes e verdades, assim como a presença desta malha de poderes como aspectos possibilitadores do surgimento de determinados saberes e não outros (FOUCAULT, 2013a).

Neste sentido, podemos tomar o fenômeno da felicidade, de modo específico o que é produzido pela literatura de autoajuda como discurso ou

prática discursiva que emerge e circula sob condições inerentes ao discurso, no nível do saber, o qual ao mesmo tempo em que se coloca, exclui e interdita outros. Nos enunciados das obras selecionadas para análise, por exemplo, percebe-se que ser feliz é tomado como algo positivo e engrandecedor, enquanto que a infelicidade é colocada à margem, produzindo um sentido de que ser menos feliz já não basta, sendo necessários os treinamentos e técnicas propostas. A infelicidade, neste contexto, é vista como algo negativo, doentio ou patológico, sendo representada sem utilidades e fadada ao convencional – logo, algo a ser superado.

Nessa perspectiva, com a leitura dos livros e execução das orientações que são propostas por seus discursos, o sujeito poderá ser autor da sua história, ou seja, *"capaz de treinar sua inteligência para viver todas as leis da qualidade de vida [...] Quem vive essas leis conquista todas as demais características"* (CURY, 2007b, p. 42). Ao referir-se a "todas as demais características", Cury produz sentidos correspondentes à capacidade e consciência do sujeito leitor em não desistir da vida, não se esconder atrás de *"um sorriso maquiado, posição social, conta bancária"* (CURY, 2007b, p. 42), mas ser capaz de ser líder e ter um domínio sobre o seu próprio ser no que corresponde aos mais diversos âmbitos da vida humana. A forte recorrência de enunciados evocando somente a felicidade, a sua busca e seu treinamento, demonstra a ausência de outros enunciados referentes às situações em que mesmo executando os programas propostos, o sujeito permanece na infelicidade, promovendo, por sua vez, os sentidos de exclusão, haja vista a percepção de que o silenciamento também produz sentidos.

Pondo-se a partir de condições dadas, históricas e sociais, que possibilitaram o seu surgimento e a sua enunciação neste momento histórico e não em outro, possuindo assim um *a priori* específico, os enunciados da literatura de autoajuda são dispersos e múltiplos, dependendo das suas cenas de enunciação e de regularidades específicas, as quais compõem uma formação discursiva na qual a ordem é ser feliz, possuir um domínio sobre si mesmo. A

infelicidade é categoricamente interdita ou excluída, considerada anormal, revelando, assim, relações de poder.

Foucault (2013a, 2013b) afirma que ao mesmo tempo em que alguns saberes emergem e são validados como verdadeiros outros são dominados, desconsiderados em meio à mecânica característica do poder. Neste sentido, é válido destacar mais uma vez que o conceito de discurso é colocado de modo central, pois, sendo atravessado por relações de poder, o discurso seria um dos principais mecanismos pelo quais o poder se efetiva. De todo modo, é percebido que o entrelaçamento do poder em todas as instâncias da vida não é algo somente negativo, como por muito tempo se pressupôs, mas algo que também produz, engendra, constitui saber. É neste sentido que passaram a ser observadas e analisadas as relações do poder com o sujeito e, de igual modo, a importância dos discursos verdadeiros de si para consigo (parresiásticos) para uma ética de si, podendo corroborar para o cuidado de si e, conseqüentemente, uma estética da existência.

Como pode ser visto, a noção de discurso perpassa todo o trabalho de Foucault e, por meio de suas concepções diferenciadas sobre este tema, rupturas e influências significativas ocorrem no seio da disciplina denominada como Análise do Discurso, que passa a incorporar noções desenvolvidas pelo filósofo. Foucault inaugura o sentido de discurso como algo que de fato é parte da vida cotidiana, intrínseco ao sujeito e às suas experiências, mas que é, também, algo cinzento, possuidor de uma materialidade na qual poderes, perigos, lutas e dominações estão imersos. De igual modo, desconsidera concepções nas quais o discurso é reduzido ao léxico ou à semântica textual.

[...] gostaria de mostrar que os "discursos", tais como podemos ouvi-los, tais como podemos lê-los sob a forma de texto, não são, como se poderia esperar, um puro e simples entrecruzamento de coisas e de palavras: trama obscura das coisas, cadeia manifesta, visível e colorida das palavras; gostaria de mostrar que o discurso não é uma estreita superfície de contato, ou de confronto, entre uma realidade e uma língua, o intrincamento entre um léxico e uma experiência; gostaria de mostrar, por meio de exemplos precisos, que, analisando os

próprios discursos, vemos se desfazerem os laços aparentemente tão fortes entre as palavras e as coisas, e destacar-se um conjunto de regras, próprias da prática discursiva (FOUCAULT, 2013b, p. 59-60).

Nesse sentido, o autor também demonstra sua rejeição à percepção de discurso como um conjunto de signos, visto como um elemento que possui um significante dado. Obviamente, destaca o filósofo, os discursos são também compostos de signos, mas possuem algo a mais, e é justamente este “mais” que tem que ser buscado e analisado. Os sentidos dos discursos que compõem o nosso *corpus*, dessa forma, não estão no livro propriamente dito ou nos signos que possui. Há algo a mais, como por exemplo, qual o porquê da recorrência deste discurso na contemporaneidade e não em outro momento? Quais são as condições de possibilidade que favoreceram o seu surgimento e impulsionam o seu êxito? De que forma estes discursos buscam se efetivar?

Diante destes questionamentos, é importante remetermos a questões relacionadas aos saberes e a própria história. Além disso, cabem ainda reflexões sobre o papel do enunciado para o campo discursivo, tendo-se em vista que este, e não outro, é tido como a unidade elementar do discurso. De igual modo, é necessário se refletir sobre a inscrição dos enunciados que formam o discurso no jogo de sua instância de produção.

O enunciado é definido por Foucault (2013b) como uma função de existência, o qual cruza um domínio de estruturas e unidades possíveis, podendo aparecer e reaparecer com sentidos distintos, de acordo com o espaço e o tempo. O enunciado, no sentido trabalhado por Foucault, não pode ser confundido com uma frase, oração, proposição ou ato de fala, pois, não está ligado a uma ordem gramatical ou puramente linguística, possuindo outras especificidades, entre as quais se destaca a variação de seus sentidos dependendo mais uma vez do espaço e tempo no qual se insere. O enunciado é um objeto específico e paradoxal, o qual não pode ser tido como uma coisa dita de forma definitiva, ao contrário, possui uma materialidade e *status*, faz parte de redes de sentidos, nas quais transferências, modificações, operações e estratégias são possíveis.

Com um modo de ser singular, o enunciado não é inteiramente linguístico, muito menos exclusivamente material e histórico. Pode-se dizer que é uma função de existência que atravessa estruturas e unidades, induzindo o aparecimento de conteúdos e discursos marcados pelas suas condições de produção. O enunciado é a unidade elementar do discurso. Assim, é a partir da sua existência em variadas formas - de proximidade, como forma de reforçar, contradizer ou negar um com relação ao outro - que se constitui o discurso. Em nossas análises, identificamos que a maioria dos enunciados versam sobre a felicidade, a sua busca e execução, mas isto não pressupõe que não haja a contradição, fator que é inerente ao próprio discurso. Enunciados que trabalham com a perspectiva de aconselhamentos e possuem uma materialidade histórica, como abordamos em tópico anterior.

Ainda no que diz respeito à sua existência, reforça-se que o enunciado é sempre apresentado por meio de uma espessura material, mesmo que momentânea e fadada ao desaparecimento. Esta materialidade desempenha uma função de suma importância, já que passa a ser constitutiva do próprio enunciado, pois quando os requisitos materiais se modificam, a sua identidade é modificada. Deste modo, quando ocorrem tais modificações materiais, também são modificados a sua função de existência, isto é, os seus modos e cenas de enunciação. Evidencia-se uma diferença entre enunciado e enunciação, sendo este último o momento ou a cena em que o primeiro irrompe.

Reconhece-se que um mesmo enunciado pode ser repetível, recorrente, mas que a sua enunciação nunca será a mesma, mas variável de acordo com a sua materialidade e momento histórico. Por exemplo, se os enunciados ligados às formações discursivas da religião propunham anteriormente uma vontade de verdade sobre o "caminho da felicidade" pautado no sofrimento nesta vida para a conseqüente redenção em uma vida após a morte, hoje, nos discursos da felicidade, o mesmo enunciado "caminho da felicidade" é atravessado por outros sentidos, relacionado às questões de consumo e uso de técnicas e treinamentos. Ao conjunto de enunciados, Foucault chamará de discurso, considerando as suas

especificidades, as quais poderão apoiar e compor uma mesma formação discursiva.

Por formação discursiva (FD), pode-se entender a conjunção de diversos enunciados possuidores de semelhante sistema de dispersão, bem como de regularidades que os formam enquanto tal.

No caso em que se puder descrever, entre um certo número de enunciados, semelhante sistema de dispersão, e no caso em que entre objetos, os tipos de enunciação, os conceitos, as escolhas temáticas, se puder definir uma regularidade (uma ordem, correlações, posições e funcionamentos, transformações), diremos por convenção, que se trata de uma *formação discursiva* – evitando, assim, palavras demasiado carregadas de condições e conseqüências, inadequadas, aliás, para designar semelhante dispersão, tais como “ciência”, ou “ideologia”, ou “teoria”, ou “domínio de objetividade” (FOUCAULT, 2013b, p. 47).

As formações discursivas seriam demarcadores das regiões do sentido. Neste sentido, os enunciados sobre os discursos clínicos seriam uma FD, de aconselhamentos outro, do discurso da história natural outra, e assim sucessivamente. Podemos afirmar que os discursos que analisamos fazem parte de uma formação discursiva que abarca os ideais da felicidade e da sua experiência aqui na terra, os quais possuem um viés eminentemente prático. É uma formação discursiva em que não cabem discursos sobre a tristeza, angústias ou frustrações. Os discursos sobre a tristeza, perdas e frustrações ficam, portanto, em outra(s) FD(s). No entanto, as FD's não são imóveis, estáticas, muito menos definitivas (FOUCAULT, 2013b, p. 87). As suas especificidades possuem processos próprios de mutações, os quais podem tanto aproximar determinados enunciados, como também afastá-los e excluí-los. Os sentimentos ou emoções negativas, por exemplo, muitas vezes são encontrados nas FD's que abordam a temática da felicidade, mas sempre com um sentido de superação das mesmas através das práticas propostas. As FD's possuem um esquema baseado em um feixe complexo de relações e são diretamente ligadas às condições históricas em que transitam.

Este é, sem dúvidas, outro ponto fundamental da reflexão sobre os discursos, pois, estes são intrinsecamente ligados à história, às suas instâncias de produção, ou seja, às redes de relações a partir das quais os discursos emergem e são engendrados. Para pensarmos sobre estas relações, analisemos o forte condicionamento positivo recomendado pelos discursos de autoajuda:

Não critique excessivamente o mundo à sua volta. Toda reclamação, crítica excessiva e negativismo são registrados automaticamente em sua memória, expandindo zonas doentias em seu inconsciente. Cuide do que você arquiva que estará cuidando da sua emoção (CURY, 2007a, p. 175).

Considerando a complexa malha de relações a que pertence, evidencia-se a constituição destes discursos a partir de outros discursos, neste caso, o da psicologia positiva, vertente do campo da psicologia e área do saber que vem sendo instituída formalmente como movimento científico nos últimos anos, inicialmente nos Estados Unidos e logo expandindo-se para outros países. Tal vertente sugere que a força de vontade e o condicionamento positivo podem fazer verdadeiros milagres. Com efeito, os enunciados a partir daí engendrados inscrevem-se em condições sociais e históricas específicas. Destarte, para se pensar e refletir sobre o discurso, deve-se tomar como pressuposto que os sentidos que são produzidos advêm de relações complexas, constituídos a partir da sua exterioridade e por meio das condições em que eles são efetivados, não dependendo das intenções de um sujeito pré-determinado (ORLANDI, 1999, p. 30).

No empreendimento da Análise do Discurso (AD), o discurso é tomado como sendo concebido como um produto de ordem histórico-social, daí a necessidade de se ter conhecimentos acerca das instâncias de produção nas quais irrompem os discursos e quais os fatores que possibilitaram a sua emergência e os seus efeitos de sentidos. Os discursos possuem, vale ressaltar, um caráter interativo e dialógico, pois, ao mesmo tempo em que são produzidos nestas relações, também contribuem para a produção do histórico e do social.

A relação entre discurso e história é explicitada desde a noção de enunciado, já que este possui uma relação direta com a memória, na medida em que a sua constituição se dá por meio da repetição e atualização/reatualização de outros enunciados, podendo tanto reforçar quanto excluir sentidos anteriores. “[...] um enunciado tem sempre margens povoadas de outros enunciados”, afirma Foucault (2013b, p. 118). Nestes movimentos intermitentes entre enunciados (logo, discursos) com as tramas históricas, são recorrentes as relações entre esquecimento, reaparecimento e atualização/reatualização.

Os comentários exercem papel importante neste sinuoso e complexo quadro. É através deles que alguns discursos esquecidos no tempo são retomados e ganham (novas) vidas, (novas) enunciações, portanto, outros (novos) sentidos, os quais são atualizados e reatualizados continuamente, não de forma linear, mas através das descontinuidades dos já-ditos, os quais quando retornam à margem do dizível trazem consigo toda uma rede de memória, a sua espessura histórica (FOUCAULT, 2011, p. 25), o seu *a priori*. Ao final dos dois livros analisados, temos a recorrência dos comentários dos leitores, postos como “depoimentos”. Analiticamente, percebemos que estes discursos produzidos pelos leitores convergem para a formação discursiva dominante a que pertencem as obras.

*Quando comecei a fazer o PAIQ estava numa fase ruim da minha vida. Graças às reuniões, hoje, estou forte, segura e confiante. Ele me transformou e fortaleceu - Marli Cabelo, Gerente da Vitor Hugo – São José do Rio Preto/SP.
O PAIQ foi um marco na minha vida, pois me ensinou que não devo e não preciso viver em função de agradar os outros; me libertou – Solange Ferrari Belentani, Associação Comercial e Industrial (CURY, 2007a, p. 251).*

Como se observa, são discursos que reforçam os sentidos indicados pelas obras, nos quais os sujeitos leitores afirmam o sucesso que obtiveram após a leitura e o quanto se tornaram pessoas melhores e (mais) felizes. Nenhum dos depoimentos ou comentários expõe qualquer dificuldade em se aplicar as técnicas abordadas nos livros. São declarações positivas e elogiosas que relatam a

importância da narrativa para as vidas dos sujeitos leitores e as mudanças ocorridas, não havendo nesta sessão espaço para contradições, mas apenas para o reforço e convergência. Comentários que atualizam e reatualizam o que já foi afirmado pelo autor, pois esta é a ordem discursiva daquele espaço.

Sobre o *PAIQ* – Programa da Academia da Inteligência de Qualidade de Vida, este é um projeto que pode promover, assegura Cury (2007b), diversos aspectos para uma boa qualidade de vida e o encontro com a felicidade. Augusto Cury põe-se como o idealizador deste programa, destacando a sua inovação. Ele afirma que teve o desejo de produzir o *PAIQ* por acreditar na vida e na possibilidade de um programa que pudesse resolver alguns dos problemas enfrentados pelos sujeitos na contemporaneidade,

Um programa que, se aplicado, expandisse o prazer de viver, superasse a solidão, promovesse o diálogo interpessoal, estimulasse a formação de pensadores, enriquecesse a arte de pensar, debelasse o câncer da discriminação e prevenisse a depressão, a síndrome do pânico, os transtornos ansiosos, o estresse, a violência social. Enfim, um programa que promovesse os amplos aspectos da qualidade psíquica e social (CURY, 2007b, p. 13).

O *PAIQ* é posicionado como um programa que poderá resolver inúmeros problemas da atualidade. Ele é, segundo aponta Cury (2007b) ao mostrar o alcance do programa, um verdadeiro presente que poderá dar conta senão de todos os anseios dos sujeitos, mas dos mais latentes e importantes, auxiliando na condução do sujeito no enfrentamento dos aspectos negativos vivenciados no dia-a-dia.

Percebendo a irrupção dos discursos em determinadas conjunturas histórico-sociais, Foucault (2011) nota que existem alguns saberes e discursos que são controlados, dominados, recusados e excluídos em detrimento de outros que são tomados como verdadeiros e inequívocos, tais quais os conhecimentos propostos e apresentados pelo *PAIQ*. Isto caracteriza o que o autor denomina como *A ordem do discurso*.

Suponho que em toda sociedade a produção do discurso é ao mesmo tempo controlada, selecionada, organizada e redistribuída por certo número de procedimentos que têm por função conjurar seus poderes e perigos, dominar seu acontecimento aleatório, esquivar sua pesada e temível materialidade (FOUCAULT, 2011, p. 08-09).

Perpassado por questões de ordem histórica, social e pelas relações de poder, o discurso não é identificado como algo livre e neutro, mas, amarrado às ordens e condições de sua produção. Neste sentido, um comentário que pudesse contradizer os pressupostos indicados pelo livro na sessão depoimentos estaria quebrando aquela ordem do discurso, seria um enunciado de uma outra formação discursiva.

Cada período histórico, sociedade, espaço ou objeto possui, nesse sentido, uma ordem do discurso, um regime de verdade a partir do qual certos discursos são validados e legitimados enquanto outros são controlados, excluídos e interditados. Estas duas ações – a exclusão e a interdição – são indicadas como as duas formas mais eficazes de controle dos discursos e saberes. A separação entre a loucura e a razão, na idade clássica, é um exemplo de exclusão, na medida em que o saber do louco, assim como o próprio louco foi excluído do convívio social. O saber sobre a sexualidade e as suas discursividades também foram controlados por meio da sua interdição do século XVI até o século XIX (FOUCAULT, 2011, p. 61), ocorrendo a discursivização do tema somente, raras vezes, durante as práticas de confissão.

Tais ordens do discurso não são especificidades de sociedades antigas ou medievais, de modo que estão presentes também na composição da sociedade contemporânea. Evidentemente, cada período histórico possui uma ordem discursiva e os seus regimes de verdade por meio dos quais há sistemas de inclusão e exclusão dos discursos e saberes. Vale frisar que esta ordem discursiva se estende para domínios múltiplos, no sentido de que em todas as esferas da vida tais ordens do discurso se fazem presentes com todas as suas formas de controle.

Por este motivo, entrar nesta ordem nem sempre é algo fácil, mas, difícil e arriscado, esclarece Foucault (2011). As interdições e exclusões estabelecem o que pode ser dito e os atos que são aceitos nas ordens do discurso. Comentários negativos na sessão de depoimentos das obras de Augusto Cury são, portanto, excluídos e interditados, estão fora da ordem do discurso. Ninguém pode falar ou agir da forma que se quer em qualquer circunstância. Os depoimentos negativos, certamente, sequer foram considerados, sendo descartados. Aqueles que não se enquadram nos padrões sociais convencionais, por exemplo, estão fora da ordem do discurso, e são, por consequência, excluídos, interditados. É o que ocorre com os que não acompanham a mitologia euforizante da felicidade pregada pela autoajuda.

Na medida em que há destacadamente a presença de enunciados e discursos versando sobre a felicidade, a ausência e os silêncios acerca da infelicidade revelam a recusa a algo que está fora da ordem. Da mesma forma ocorre com os sujeitos atravessados pela infelicidade ou por estados considerados negativos. Em um mundo cada vez mais perpassado pelas “novas técnicas da felicidade” (FREIRE FILHO, 2010), não atender ou não fazer uso delas acaba sendo considerado como algo que está fora dos padrões e modelos. Esse sujeito e o seu estilo de vida causam, então, estranhamento, passando a ser visto como aquele que é o outro, o qual não possui domínio sobre si mesmo, logo, o diferente e patológico. Para adentrar na ordem, este deverá ter a sua subjetividade objetivada pelas relações de saber e poder, precisará trabalhar a si mesmo através das demandas e pressupostos, consentir em gerenciar os pensamentos, administrar emoções, duvidar da incapacidade do ser humano em ser feliz e de sua fragilidade (CURY, 2007b, p. 137).

Porém, é sabido que dentro destas ordens embates sobre o saber verdadeiro são correntes, de modo que as próprias verdades e saberes advindos destas ordens vão se modificando, uma vez que não são blocos imóveis e estáticos. Influenciada pelo cristianismo, por exemplo, houve com maior intensidade uma ordem do discurso da felicidade somente após a morte. Mudanças dos saberes e sobre a verdade desta ordem ocorreram e

discursivamente a felicidade é agora imposta como um imperativo para esta vida, propondo, além disso, uma felicidade perene, livre das intermitências do cotidiano e dos sentimentos de mal-estar. A perenidade do estado de felicidade é posta como sinônimo de uma vida saudável e exitosa, livre de angústias, tristezas ou depressões, elementos que são considerados como patologias que devem ser tratadas, tendo-se em vista a necessidade de entrada na ordem do discurso da felicidade.

A partir da concepção de discurso no pensamento de Foucault, identifica-se que o discurso é assinalado por regularidades e dispersões. Assim, através de práticas discursivas descontínuas, observam-se regularidades históricas e sociais, relações de poder pelas quais os efeitos de sentidos vão sendo nutridos e engendrados nos enunciados e conseqüentemente, nas formações discursivas, constituídas em meio a semelhantes sistemas de dispersão (seja de uma ordem, correlações, posições, funcionamento...), favorecendo o surgimento de determinados discursos/ordens discursivas e não outras. As relações que favorecem o estabelecimento dessas ordens estão atreladas a uma rede de poderes que atravessa todo o corpo social, incluindo-se aí os enunciados da literatura de autoajuda. De ordem não somente coercitiva, tais relações também atuam na produção de sujeitos, saberes e subjetividades, como já apontamos anteriormente. A seguir, dando seguimento ao nosso trajeto temático, discutiremos de modo específico como se dão as relações de poder e saber na autoajuda a partir da descrição e interpretação de algumas materialidades discursivas.

4.2 Poder, governamentalidade e biopolítica: Seja feliz, agora! Patologização e governo dos infelizes

O poder não é um objeto natural, uma coisa; é uma prática social e, como tal, constituída historicamente (MACHADO, 2013, p. 12).

A questão da analítica do poder é um dos pilares centrais das teses foucaultianas, principalmente durante a fase genealógica. A discussão que engloba esta temática também nos é de grande importância para pensarmos e analisarmos a problemática ora investigada. A linha de pensamento desenvolvida por Foucault (2013a) relacionada ao poder proporciona rupturas epistemológicas nos modos vigentes de se pensar este conceito. Até então, as percepções discutidas tratavam o poder como sendo centralizado pelo Estado e/ou pelas formas jurídicas, de modo que um possuiria o poder, enquanto outros seriam despossuídos dele, isto é, dominados ou, como propunha as teses Althusserianas, o poder atuaria de forma vertical, de cima para baixo.

As investigações elaboradas por Foucault (estudos sobre a formação histórica das sociedades capitalistas, sobre a instituição carcerária e o dispositivo da sexualidade) colocam em cena principalmente a seguinte inovação teórica para se refletir sobre o poder: a rejeição à identificação entre poder e aparelho de Estado, considerando mais do que a existência de um poder dominante, uma rede de poderes moleculares que circulam e se expandem em todo o corpo social.

O poder é, então, percebido como algo de ordem não somente repressiva ou de dominação, mas também normalizador, disciplinador e, especialmente, produtor de saber. O poder, afirma Foucault (2013a), não possui um ponto específico, mas atravessa todo o tecido social. Mais incisivamente, o autor chega a afirmar que o poder não existe, mas o que existe são relações de poder, as quais não são derivadas de uma ordem natural, muito menos uma coisa, mas, prática social constituída nas tramas históricas.

Faz-se necessário destacar que ao considerar o poder como uma rede ou relação que não faz parte somente e efetivamente do Estado, Foucault não minimiza ou elimina este das relações de poder, mas se opõe a ideia do Estado como órgão único e central do poder. Nesta perspectiva, o Estado não é o detentor, mas, igualmente, parte do que o teórico denominou como uma microfísica do poder. A sua análise pontua que o poder não é algo que se detenha como uma coisa, no sentido de uma propriedade. “Não existe de um lado os que detêm o poder e de outros aqueles que se encontram alijados dele”

(MACHADO, 2013, p. 13). Todas as sociedades, com seus sujeitos, discursos e saberes são atravessados pelas relações de poder, não havendo uma isenção.

Enquanto manifestação do social e parte dessa rede, os enunciados da literatura de autoajuda evidenciados através de nosso *corpus* trabalham em muitos momentos com as relações de poder, principalmente pelas noções de treinamentos e técnicas de aprimoramento de si, as quais revelam um sentido de dependência e baixa da autonomia por parte dos sujeitos para lidar com os seus próprios problemas. Treinar as emoções para superar aos outros e principalmente a si mesmo para que assim possa atingir altas performances e ser feliz, esta é a lógica proposta de forma imperativa pelos discursos de autoajuda, de forma específica, nos livros *Treinando a emoção para ser feliz* (CURY, 2007a) e *12 semanas para mudar uma vida* (CURY, 2007b), nossos objetos empíricos de análise.

A começar pelos títulos, são evidenciados fatores que podem ser visualizados durante a leitura de ambas as obras: a pressuposição de um treinamento pessoal e subjetivo que proporcionará, conforme é assegurado, a superação e o encontro com a felicidade. Em *Treinando a emoção para ser feliz* (CURY, 2007a), o uso da palavra *treinar*, no gerúndio, denota para o verbete um sentido de ação, isto é, a sugestão de uma prática. Neste sentido, este treinamento é colocado como algo que deve se dar constantemente, pois, somente deste modo os benefícios advindos a partir dele poderão ser vitalícios. Denota-se, assim, um sentido de disciplinamento e controle das ações dos sujeitos leitores para uma boa direção de suas vidas.

Característica muito semelhante é vista em *12 semanas para mudar uma vida* (CURY, 2007b), especialmente quando se observa mais uma vez um sentido de treinamento e a promessa de mudanças positivas em um período de 12 semanas – “[...] A meta principal é que o programa nele contido seja executado em doze semanas. Em cada semana será vivenciada uma lei da qualidade de vida, um capítulo” (CURY, 2007b, p. 30). Dessa forma, há desde o título da obra um sentido claro de que basta ao leitor seguir os passos dentro do prazo estipulado para que sua vida seja modificada. Além disso, também se evidencia

o controle do tempo – 12 semanas – e o seu disciplinamento para que se possa ter mudanças positivas. Um controle minucioso, não mais pautado por punições, mas que faz uso das potencialidades dos próprios sujeitos.

A mecânica do poder, mais do que objetivar somente a coerção⁴¹, visa produzir o sujeito, discipliná-lo, normalizá-lo, dá-lhe uma docilidade-utilidade. Nesta conjuntura, o corpo é o principal alvo do poder, tendo que ser disciplinado e adestrado com o objetivo de tornar-se cada vez mais útil e dócil, em outras palavras, produtivo. Em certo sentido, conforme os preceitos da autoajuda, ser mais feliz é ser também mais produtivo, possuir uma maior docilidade-utilidade, um maior domínio sobre si mesmo. Este fato pode ser exemplificado no âmbito do trabalho, lugar que tem sido palco de inúmeros discursos de motivação, empreendimento e liderança objetivando a satisfação dos empregados em seus trabalhos. Motivados e felizes, os sujeitos tendem a ser mais produtivos, especialmente em detrimento daqueles que não se sentem bem no trabalho, como é apontado por Turmina (2010), Sewaibricker (2012), Bakker (2012) e outros estudiosos.

Visto por estes autores como mais que um combustível de motivação para os funcionários produzirem “mais e melhor”, ser feliz no exercício profissional demonstra que o lugar do trabalho é um dos ambientes para o desenvolvimento pessoal, como atestam os profissionais da administração com os seus discursos motivadores – “uma possibilidade de autorrealização, em vez de uma atividade calcada principalmente em estímulos pecuniários e competição acerba” (FREIRE FILHO, 2010, p. 20). A felicidade da autoajuda atende a princípios semelhantes, correspondendo a instâncias de gerência do sujeito, da sua própria vida, adaptando-os ao funcionamento da própria sociedade, onde se sentir bem com relação aos outros e consigo mesmo é uma das principais convocações. Essa adaptação se dá através das disciplinas e formas de adestramento, bem como pelos modos de governamentalidade e a biopolítica.

⁴¹ Como outrora Foucault analisou em *Vigiar e Punir* (2003).

As disciplinas seriam os métodos que permitem o controle minucioso das operações do corpo, assegurando-lhe a constância de sua sujeição e impondo uma relação de docilidade-utilidade. Amparando-se em Foucault, Machado assegura que o poder disciplinar, “[...] trabalha o corpo dos homens, manipula seus elementos, produz seu comportamento, enfim, fabrica o tipo de homem necessário ao funcionamento e à manutenção da sociedade industrial, capitalista” (MACHADO, 2013, p. 21-22). Disciplinados, os sujeitos tornam-se mais úteis e produtivos aos sistemas sociais vigentes. Como forma de controlar este disciplinamento, a vigilância das ações é um dos instrumentos mais satisfatórios, induzindo igualmente a um adestramento do corpo.

O processo de adestramento do corpo baseia-se na prerrogativa do controle do poder disciplinar. O corpo, o aprendizado do gesto, os modos de ação, a regulamentação do comportamento, a sexualidade, enfim, todas as esferas da vida do sujeito passam pelas técnicas de adestramento, visando uma docilização deste sujeito com relação ao mundo do qual faz parte. Segundo Machado, o objetivo básico do poder

[...] não é expulsar o homem da vida social, impedir o exercício de suas atividades, e sim, gerir a vida dos homens, controlá-los em suas ações para que seja possível e viável utilizá-los ao máximo, aproveitando suas potencialidades e utilizando um sistema de aperfeiçoamento gradual e contínuo de suas capacidades (MACHADO, 2013, p. 20).

O adestramento do corpo, das ações e dos pensamentos é trabalhado a todo tempo nas obras analisadas. No sumário de *Treinando a emoção para ser feliz* (2007a), todos os títulos dos capítulos definem que os sujeitos são vencedores principalmente pelo fato de existirem, de ter demonstrado força e superação no momento mais difícil – o de corrida pela vida, aspecto destacado principalmente no início do livro (primeiro capítulo). Com vistas a promover maior investimento no capital humano, Cury metaforiza de forma direta e apaziguadora que havia milhões de espermatozoides e que justamente o leitor foi o vencedor, fornecendo-lhes uma visão de que, diante disso, muitos dos problemas

enfrentados pelo sujeito são pequenos e passíveis de um treinamento que possa superá-los.

Um dia você foi qualificado para entrar na maior corrida de todos os tempos. Eram milhões de concorrentes. Pense nesse número. Quase todos tinham o mesmo potencial para vencer e só um venceria. Você era mais um deles. Analise quais seriam suas chances. Zero vírgula zero, zero, zero alguma coisa. Suas chances eram quase inexistentes. Você nunca foi tão próximo de zero. Você tinha tudo para ser um derrotado. Nunca o fracasso bateu tão perto de suas portas. Porém, não podia perder essa corrida, caso contrário, perderia o maior prêmio da história, a vida. [...] Que corrida é esta? A corrida pela vida. Eram milhões de espermatozoides para fecundar apenas um óvulo e ter o direito de formar uma vida. E você estava lá como o mais teimoso ser da história, acreditando que poderia vencer [...]. Era o maior concurso da história, a mais árdua corrida disputada por um ser vivo. Era incomparavelmente mais difícil do que superar hoje um câncer, um enfarto, uma crise familiar ou uma crise financeira. Não se desespere ante as crises atuais (CURY, 2007a, p. 15-16).

“A mais árdua corrida disputada por um ser vivo”. Este e os demais enunciados que compõem o fragmento acima expressam um fator recorrente nas obras analisadas: o uso de histórias, fábulas e metáforas. Pela premissa de que as margens de um enunciado são repletos e remetem a tantos outros enunciados, as reflexões promovidas a partir dessas “histórias” atuam em uma produção de sentidos que incentivam a promoção de mudanças de atitudes e ações, tendo em vista principalmente os resultados sempre positivos que apresentam. Além disso, carregam em si efeitos de sentidos que remetem aos processos de projeção e identificação (MORIN, 1997), isto é, propõem um reconhecimento através de uma projeção de si por meio do exemplo metaforizado, agenciando mecanismos de identificação com os enunciados.

Em *12 semanas para mudar uma vida* (2007b) também se percebe no sumário a divisão dos capítulos conforme orientações práticas, colocadas em formato de leis – uma legislação para a qualidade de vida e a felicidade, pontos que são, inclusive, apresentados como se um fosse o sinônimo do outro. Capítulos-Leis assim expressos: *1ª lei da qualidade de vida* (capítulo 1), *2ª lei da*

qualidade de vida (capítulo 2), e assim sucessivamente, os quais conforme as suas propostas e conteúdos podem favorecer a mudança de vida, um autodomínio e a superação.

Nos subtítulos dos doze capítulos, nove iniciam com verbos imperativos no infinitivo, tais como ser, contemplar, libertar, superar, ter, gerenciar, administrar, trabalhar e fazer, o que indica a necessidade de sua execução no tempo presente, no agora. Ao colocar as suas orientações como leis, percebe-se o lugar de autoridade do qual o autor busca falar, dando o sentido legitimador máximo (em forma de leis) às suas orientações, fator que expressa intenções e poderes e/ou micropoderes, ordem e disciplina, evocando um regime de regras para a felicidade que estes enunciados carregam.

Também é interessante notar a supervalorização destinada para os leitores, sempre os colocando em posições que possam lembrar ou relembrar os seus êxitos e vitórias. No entanto, ao mesmo tempo em que há esta supervalorização por meio do uso de superlativos e adjetivos positivos - o que é identificado como uma estratégia -, logo, se coloca a necessidade da superação constante de si mesmo, no sentido de poder manter-se em um estado elevado. Emerge, então, o sentido de que o sujeito por si só já é vitorioso, mas somente isto já não basta, é preciso superar-se, é preciso treinar as suas emoções e ser cada vez mais feliz, e é para isto que o sujeito é convocado, de modo que a partir da leitura e execução dos treinamentos "*você não será mais o mesmo e nem a sociedade. Faça diferença no mundo. Participe desse sonho*" (CURY, 2007b, p. 14).

Antes que seja iniciada a leitura do livro *12 semanas para mudar uma vida*, é sugerido que o leitor faça uma avaliação da sua qualidade de vida. Esta mesma avaliação deverá ser feita após o término da leitura, o que poderá demonstrar se ela foi positiva ou não para o leitor/receptor, bem como conferir quais as características "doentias" (CURY, 2007b, p. 34) o leitor melhorou ou superou. A avaliação consiste em um questionário para marcação dos sintomas psíquicos e psicossomáticos que os sujeitos enfrentam. O quadro de avaliação é o seguinte:

Figura 1 – Questionário de avaliação da qualidade de vida.

Sintomas psíquicos

<input type="checkbox"/> Cansaço exagerado	<input type="checkbox"/> Perda do prazer de viver
<input type="checkbox"/> Pensamento acelerado	<input type="checkbox"/> Tristeza ou humor deprimido
<input type="checkbox"/> Insônia	<input type="checkbox"/> Falta de concentração
<input type="checkbox"/> Excesso de sono	<input type="checkbox"/> Sofrimento por antecipação
<input type="checkbox"/> Esquecimento	<input type="checkbox"/> Angústia (ansiedade + aperto no peito)
<input type="checkbox"/> Desmotivação, desânimo	<input type="checkbox"/> Agressividade
<input type="checkbox"/> Diminuição do prazer sexual	<input type="checkbox"/> Sentimento de culpa intenso
<input type="checkbox"/> Baixa auto-estima	<input type="checkbox"/> Solidão
<input type="checkbox"/> Medo	<input type="checkbox"/> Idéia de desistir da vida

Sintomas psicossomáticos

<input type="checkbox"/> Dor de cabeça	<input type="checkbox"/> Hipertensão quando está tenso .
<input type="checkbox"/> Falta de ar	<input type="checkbox"/> Diarréia quando está tenso
<input type="checkbox"/> Tontura	<input type="checkbox"/> Aumento do apetite
<input type="checkbox"/> Taquicardia	<input type="checkbox"/> Diminuição do apetite
<input type="checkbox"/> Nó na garganta	<input type="checkbox"/> Excesso de suor
<input type="checkbox"/> Aperto no peito	<input type="checkbox"/> Choro ou vontade de chorar
<input type="checkbox"/> Dores musculares	<input type="checkbox"/> Mãos frias e úmidas
<input type="checkbox"/> Prurido (coceira)	<input type="checkbox"/> Queda de cabelo
<input type="checkbox"/> Gastrite	<input type="checkbox"/> Nenhum

Fonte: Cury, 2007b, p. 35.

São apresentados no quadro 18 sintomas de cada categoria (sintomas de problemas psíquicos e sintomas de problemas psicossomáticos), totalizando 36. Frente ao mundo moderno-contemporâneo, não é difícil que os sujeitos marquem vários sintomas, o que também não pode ser visto como algo determinante.

A priori, o uso dos verbetes "sintoma" e características "doentias" já nos direciona para o sentido de saúde e doença, estabelecendo quem está dentro da ordem da felicidade – os que se reconhecerem com poucos "sintomas" –, e os que estão fora e são vistos como doentes, os quais logo são patologizados – aqueles que identificam a partir do teste possuem mais do que o indicado (considerado comum) dos "sintomas". Há, desta forma, um jogo de classificação e diferenciação, o que explicita a existência de uma ordem do discurso da e para a felicidade.

Logo em seguida, há uma classificação da qualidade de vida de acordo com o número de sintomas expressos em resposta ao questionário. Vejamos a classificação:

Figura 2 – Classificação da qualidade de vida.

Classificação da qualidade de vida

Sem sintomas:	Qualidade de vida excelente
1 - 2 sintomas:	Qualidade de vida boa
3 - 4 sintomas:	Qualidade de vida regular
5 - 9 sintomas:	Qualidade de vida ruim
Dez ou mais sintomas:	Qualidade de vida péssima

Fonte: Cury, 2007b, p. 36.

Analisando o questionário e considerando a quantidade de itens-sintomas, nota-se que a classificação da qualidade de vida (figura 2) se mostra como muito radical, senão extremista, pois, se de um total de 36 sintomas o leitor tiver ao menos 10⁴², já é considerado como possuidor de uma qualidade de vida péssima, salientando mais uma vez que o sentido de qualidade de vida é posto de modo muito semelhante ao sentido de felicidade. De acordo com esta contabilização, retorna outra vez o sentido de uma patologização dos menos felizes ou dos que possuem na visão do autor “uma inteligência emocional” mais deficiente, sendo necessário, para reverter esse quadro, a adoção das práticas de si propostas.

Diante de uma “consulta” que implique em descobertas tão impactantes com relação à qualidade de vida e à felicidade, muito certamente a leitura da obra será levada adiante por aqueles que já buscam o livro frente a outras necessidades, as quais diante de um diagnóstico como este podem ser ampliadas. Destarte, após passar por este teste e ver o seu resultado no quadro de classificação, o autor indica ao leitor que independente do saldo – se positivo ou

⁴² Quantidade equivalente a 27,7% das respostas.

negativo –, haverá a necessidade de aplicação do *PAIQ* (*Programa da Academia da Inteligência de Qualidade de Vida*), o que pode ser feito através da leitura do livro e do exercício das técnicas inerentes ao programa. Para aqueles que estão menos felizes e tem uma qualidade de vida mais deficitária conforme o que foi apresentado no diagnóstico, a leitura do livro é recomendada para que se possa reverter este quadro; já para aqueles que não estão em situação negativa, a leitura deve ser feita para que o sujeito consiga ter uma vida ainda melhor, potencializando as possibilidades de felicidade e o domínio positivo sobre si. Verifica-se, com isto, que a felicidade nunca é demais, sempre podendo ser trabalhada e potencializada por meio de técnicas e treinamentos “originais” ou, ainda, que a sua manutenção predispõe de exercícios contínuos.

Segundo Augusto Cury, o *PAIQ* é fundamento na teoria da Inteligência Multifocal, base dos seus livros, “*uma teoria original, mas abrangente, pois envolve os pontos fundamentais das principais teorias psicológicas da atualidade*” (CURY, 2007b, p. 20). Ao afirmar a originalidade de uma teoria contemporânea, esta enunciação produz sentidos controversos com outros discursos da atualidade, pois muito se têm debatido em nossos dias sobre o fim das grandes narrativas e a impossibilidade do novo. Com esta afirmação, Cury evoca o sentido da novidade de seu programa, um produto recém-lançado em um mercado auto apresentado com muitas inovações, mas, dificilmente originais. Essa afirmativa ainda é complementada pelo autor, o qual atesta que no mesmo instante em que sua teoria é original, é também universal, a qual pode ser usada nas áreas da Psicologia, Educação, Sociologia e Psiquiatria e aplicada junto a qualquer povo, cultura, nação, crença e camada social. O autor chega, inclusive, a sugerir a introdução do *PAIQ* nos currículos escolares – “*O PAIQ pode ser introduzido também como nova disciplina na grade curricular das escolas e revolucionar a educação*” (CURY, 2007b, p. 19) –, fator explicitado a partir de um roteiro (disponível nos apêndices do livro) com orientações para a utilização do programa nas escolas.

Dessa forma, mais uma vez procura-se mostrar o quanto as teorias trabalhadas no *PAIQ* são eficazes. Já não basta dar conta de todos aqueles

problemas anteriormente explicitados, ainda pode ser usado em diversas áreas e, responsável, sozinho, por uma revolução na educação: "*Cremos que esse programa cumpre o sonho de Moisés, Maomé, Confúcio, Agostinho, Platão, Piaget, Freud, Paulo Freire, Einstein, enfim, dos grandes pensadores: formar seres humanos livres*" (CURY, 2007b, p. 243). Ou seja, eis diante dos sujeitos a fonte de resolução dos seus principais problemas na contemporaneidade. Ademais, tendo-se em vista a complexidade do programa e a intenção de fazê-lo chegar ao maior público possível, Cury afirma que ele foi "traduzido" nos livros "[...] *de modo simples para que qualquer pessoa possa ter acesso às suas ferramentas*" (2007b, p. 22).

Com estes discursos, Cury busca aproximar-se de um outro tipo de discurso: o científico. Isto é percebido nos dois livros analisados. Em ambos, Cury cita pesquisas, experimentos e os seus resultados. Frequentemente é feito o uso da citação de si próprio, de suas outras obras. Entretanto, raramente faz uso de outras vozes do discurso científico, apesar de apresentar ao final de ambos os livros considerável bibliografia, incluindo pensadores como Freud, Erich Fromm, Platão, Descartes, Carl G. Jung, etc. Estas referências manifestam pretensões ao discurso científico, a uma vontade de verdade para caracterizar e legitimar o próprio discurso. A visibilidade dada a estes pensadores expostos em suas referências, mesmo sem citá-los, pode contribuir para uma maior confiança por parte daqueles que leem a obra. Demonstrando possuir conhecimentos de seus argumentos a partir da pretensão de um discurso científico, as orientações ganham um efeito de sentido com maior validade e legitimidade e conferem a Cury a retórica de um sujeito que sabe do que está falando junto aos seus leitores.

Diante destes pressupostos, identificam-se nas obras de Cury além de uma pretensão a cientificidade, uma proximidade com a categoria de autoajuda científica, conceito formulado por Rohden (2012). A definição de autoajuda científica foi cunhada pela autora visando dar conta de um tipo de publicação editorial ainda pouco trabalhada e debatida no meio acadêmico. Segundo Rohden (2012), este subgênero da literatura de autoajuda diz respeito as obras que

possuem o compromisso de propagar conhecimentos científicos para o âmbito cotidiano da população, com o objetivo de proporcionar, a partir da leitura e compreensão dos dados científicos trabalhados em uma linguagem mais clara e objetiva, uma vida melhor para os leitores não somente no sentido de auxiliá-los na resolução de conflitos corriqueiros, mas também de contribuir para o aumento de seus conhecimentos sobre a ciência.

Essa combinação de recursos que atestariam a legitimidade científica, como a menção a todas as especialidades, obras e pesquisadores citados como fonte, e a retórica do esclarecimento e da ajuda fazem desses trabalhos uma ilustração exemplar desse novo tipo de produção que se pode chamar de autoajuda científica ou de disseminação do conhecimento científico com fins de orientação pessoal (ROHDEN, 2012, p. 236).

A partir da leitura das obras de Cury, identifica-se certa proximidade com a literatura de autoajuda científica tomando por base a perspectiva elaborada por Rohden (2012), porém, com ressalvas, tendo em vista o uso frequente durante o texto de referências de pesquisas na maioria das vezes de sua própria autoria, o que se por um lado contribui para a produção de efeitos de sentidos relacionados a uma posição de autoridade nos assuntos tratados ainda com mais ênfase, por outro indica a incipiência na abordagem das discussões de outros autores que são referenciados, além de demonstrar certa repetição e redundância no que diz respeito às suas obras.

No início de cada capítulo dos livros analisados são apresentados pontos relacionados à temática da lei-capítulo que se inicia, na maioria das vezes, novamente, em tons imperativos – educar, fazer, desvendar, descobrir, enxergar, aprender, viver, etc. Estes pontos devem ser considerados como aspectos iniciais para reflexão antes do início do capítulo, evocando, mais uma vez, a dimensão subjetiva. Ao final de cada capítulo, temos a sugestão de técnicas a serem executadas, tal como pode ser visto, entre outros pontos do texto, no capítulo IV da obra *Treinando a emoção para ser feliz* (CURY, 2007a):

Figura 3 – Técnicas para navegar nas águas da emoção.

Técnicas para navegar nas águas da emoção.
<i>Primeira: Faça um stop introspectivo nos focos de tensão.</i>
<i>Segunda: Enfrente seu medo.</i>
<i>Terceira: Nunca se diplome na escola da vida.</i>
<i>Quarta: Seja um especialista em investir em qualidade de vida.</i>
<i>Quinta: Reflita freqüentemente sobre a grandeza da vida.</i>
<i>Sexta: Jamais desista: Você pode vencer.</i>

Fonte: Cury, 2007a, p. 105-107.

Como pode ser visto a partir da figura 3, são técnicas que solicitam uma maior atenção dos sujeitos consigo mesmos para o enfrentamento de seus anseios e superação de seus estados, principalmente quando são negativos, mas também quando positivos, objetivando a sua potencialização, como já indicamos anteriormente. Imperativamente, recomendam o investimento na qualidade de vida, destacadamente no âmbito emocional, indicando-o como preceito para a felicidade. A execução de tais técnicas, neste sentido, é o caminho sumário para a efetivação do encontro com a felicidade.

Já em Cury (2007b), ao final dos capítulos, temos dois painéis, um com pontos dirigidos para a reflexão e discussão e um segundo de exercícios para a prática diária. Vejamos:

Figura 4 - Painel I: Pontos sugeridos para reflexão e discussão,

Painel I
Pontos sugeridos para reflexão e discussão:

(Não tenha medo de trocar experiências, chorar e contar suas dificuldades.)

- 1 - Contemplar o belo é ser rico sem ter grandes somas de dinheiro. Você é emocionalmente rico ou falta-lhe o pão da alegria? Contemplar o belo é escrever um romance com a vida. Você tem escrito esse romance?
- 2 - A emoção pode envelhecer rapidamente. Você é jovem no território da emoção ou se sente envelhecido, estressado, assaltado por preocupações? É uma pessoa mal-humorada? Tem tido sintomas psicossomáticos?
- 3 - Uma das causas da ansiedade, impaciência, insatisfação, é a falta de contemplação do belo. Você é especialista em ver seus defeitos no espelho? A paciência tece a sua história?
- 4 - O Mestre dos mestres passou por estresse e perdas desde a sua infância, mas foi saudável e tranquilo. A dor o construiu. Ele tornou-se um artesão da personalidade humana porque foi um grande observador. Você é um grande observador? Consegue extrair o prazer das coisas simples? Tem libertado a criança que vive em seu interior?
- 5 - No auge da fama e dos compromissos, o Mestre da sensibilidade fez muito do pouco. Você faz muito do pouco? Vive atolado em atividades?

Fonte: Cury, 2007b, p. 69.

Figura 5 - Painel II: Exercícios para a prática diária.

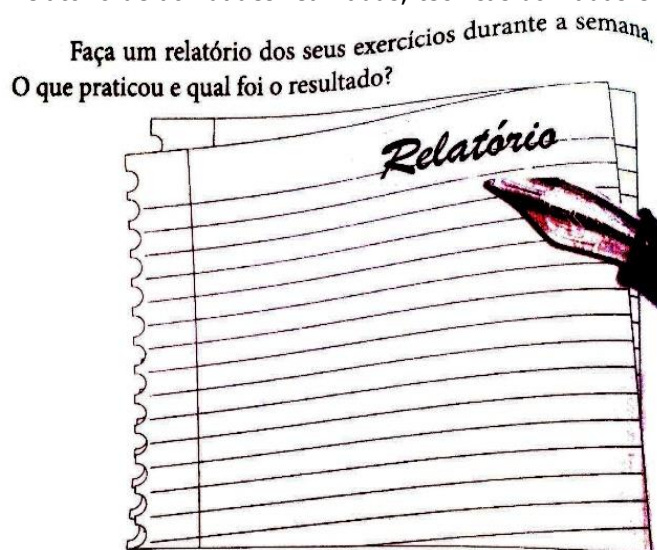
Painel II
Exercícios para prática diária:

- 1 - Faça um relatório das características da lei "Contemplar o belo", descritas no início desse capítulo, que você precisa desenvolver.
- 2 - Faça um relatório das coisas belas que estão ao seu redor. Repare no detalhe dos quadros de pintura, na anatomia das flores dos jardins, no estilo da sua casa, nos comportamentos das pessoas.
- 3 - Cuide de plantas. Escreva poesias. Refine seu prazer de ler, pintar, cantar. Role no tapete com as crianças. Valorize as coisas que são aparentemente simples.
- 4 - Exercite sentir-se uma pessoa bonita interiormente e exteriormente. A beleza está nos olhos de quem a contempla... Não seja escravo do padrão de beleza da mídia.
- 5 - Fique 10 minutos por dia em silêncio contemplativo. Ou, durante o trabalho, faça pequenos relaxamentos de um ou dois minutos e observe as coisas belas ao seu redor. Contemplar o belo coloca combustível no prazer de viver. Falar de qualidade de vida sem contemplar o belo é construir uma miragem.

Fonte: Cury, 2007b, p. 70.

Como pode ser visto, o primeiro painel (figura 4) aborda pontos em tons de questionamentos, tendo como objetivo proporcionar algum tipo de reflexão para o sujeito. Já o segundo (figura 5), trata mais uma vez de “leis” e conselhos práticos a serem executados, os quais possuem um tom imperativo – faça, cuide, exercite, fique, enfrente. Ainda, por último, em cada capítulo temos o espaço para a feitura de relatórios dos exercícios praticados e acerca dos seus resultados.

Figura 6 - Relatório de atividades realizadas, técnicas utilizadas e resultados.



Fonte: Cury, 2007b, p. 70.

As figuras 3, 4, 5 e 6 (acima apresentadas) denotam mais uma vez o sentido de treinamento ofertado pelos discursos desses manuais práticos. Mais que treinamentos, mostram-se como verdadeiros dispositivos disciplinares e de adestramento. Especificamente, nas figuras 4, 5 e 6 evidencia-se o controle acerca dos temas que os receptores deverão refletir após a leitura, bem como são apontadas questões e atividades práticas com vistas à fixação dos conteúdos abordados. Se tem, ainda, a indicação para a produção de relatórios, espaço no qual os leitores deverão descrever e relatar acerca das técnicas desenvolvidas e dos seus resultados, atentando especialmente para os efeitos das práticas proposta para a sua condição de sujeito. Tudo isto, sob o condicionamento do tempo – 12 leis para serem executadas, sendo uma por semana:

Em cada semana será vivenciada uma lei da qualidade de vida, um capítulo. Cremos que assim as pessoas poderão assimilar e incorporar melhor cada lei [...]enriquecer seu prazer de viver, expandir sua arte de pensar, tornar-se saudável emocionalmente (CURY, 2007b, p. 30).

É sugerido que o relatório seja repassado e avaliado por outros indivíduos, sobretudo, aqueles que já participaram do *PAIQ*, seguiram as orientações e obtiveram sucesso. Os enunciados expressam relações de poder, mas, ao mesmo tempo, remetem a uma maior atenção do leitor sobre si mesmo, evocando a produção de saberes que estas relações podem efetivar.

Outra estratégia discursiva observada é a formação de enunciados voltados para sujeitos específicos. Muitos títulos de capítulos e parágrafos se iniciam com o pronome *você*. Identifica-se que tal uso tem como objetivo dar um sentido de uma fala ou conselho voltado para um leitor específico, o que tende a provocar uma relação de proximidade e, ao mesmo tempo, de seletividade, ou seja, este discurso não é voltado para *todos* ou *qualquer um*, mas, especificamente para *você* [o leitor], produzindo a ideia de um discurso personificado.

Nota-se que o discurso produzido, apesar da estratégia de personalização, é dirigido para um público universal, característica que é recorrente em outros produtos da indústria cultural, já que é direcionado a todos ao mesmo tempo por meio de estratégias ecléticas, as quais visam ofertar conteúdos muitos semelhantes em embalagens novas e distintas para um público mais amplo. Illouz (2011) pontua da seguinte forma as combinações recorrentes do gênero autoajuda ou, como ela denomina, de aconselhamento:

A literatura de aconselhamento combina diversas exigências: por definição, deve ser de caráter geral, isto é, usar uma linguagem nomológica que lhe confira autoridade e lhe faculte fazer afirmações normativas; deve variar os problemas abordados, a fim de ser um produto consumido regularmente; além disso, se quiser dirigir-se a vários segmentos do público leitor, com diferentes valores e pontos de vista, deve ser amoral, isto é,

oferecer uma perspectiva neutra sobre problemas relacionados com a sexualidade e a condução das relações sociais. Por fim, deve ter credibilidade, ou seja, ser proferida por uma fonte legítima (ILLOUZ, 2011, p. 19).

Tais aspectos apontados pela autora acima citada são observados na análise dos livros *Treinando a emoção para ser feliz* (CURY, 2007a) e *12 semanas para mudar uma vida* (CURY, 2007b). A linguagem utilizada é clara e acessível, de modo que toda e qualquer pessoa minimamente alfabetizada possa ter acesso e compreender os enunciados formulados. Os livros também possuem um caráter generalizante no que diz respeito ao seu público e ao tema tratado, isto é, versam sobre questões acerca da busca da felicidade, bem requerido por todos, indicando os caminhos adequados para se chegar a este fim, o muitas vezes é feito de forma redundante e repetitiva, tendo ainda o imaginário de credibilidade dado a Augusto Cury.

Adorno diria que essa combinação é a substituição da forma pela fórmula, a qual atende com novas roupagens públicos mais amplos compostos por homens, mulheres, adolescentes, etc. Em relação a essa sistemática similar a muitos produtos da cultura de massa, Morin (1997) nos diz que essa variedade de públicos “[...] implica a procura de variedade na informação ou no imaginário; a procura de um grande público implica a procura de um denominador comum” (1997, p. 35). Concernente à literatura de autoajuda, o denominador comum, a fórmula, são os indicativos do caminho da felicidade. Por meio deste ideal homogeneizador da literatura de autoajuda, temas são negociados sob o signo de uma heterogeneidade proporcionando o seu grande consumo.

O denominador comum das obras analisadas é também a formação discursiva (FD) da felicidade e do seu imperativo. Mas os seus sentidos e ensinamentos propostos são atravessados por outros discursos, outras FD’s. Certamente, o uso desses discursos outros não se dá desconsiderando as relações do discurso com a microfísica do poder, ainda mais quando reforçam o dito, havendo uma confluência.

*Dedico este livro a todos aqueles que sabem esperar o amanhecer, e que descobriram que a vida é o maior de todos os espetáculos – **um espetáculo dado pelo autor da existência** (CURY, Epígrafe, 2007a, Grifos do autor).*

Comentei que o mestre da vida, Jesus Cristo, não desistia de viver mesmo quando todas as células do seu corpo morriam (CURY, 2007a, p. 55).

Ele nunca se entregava. Mesmo chorando, taquicárdico e suando sangue, ele virou a mesa dentro do seu próprio ser. Duvidou da força do medo, criticou suas ideias perturbadoras e determinou ser livre. Ele saiu da plateia, entrou no palco e se tornou ator principal do teatro da sua mente. Fez, à sua maneira, o D.C.D.⁴³ (CURY, 2007b, p. 127).

A partir dos trechos acima destacados, notamos a presença do discurso religioso no discurso de autoajuda analisado. Tal inserção ou coexistência dos discursos em outros explicitam a relação transitória entre as FD's. Orlandi (1999) define este evento como o interdiscurso ou memória discursiva, fundamentando-se nos postulados de Courtine (1999; 2010) para a concepção deste último conceito. De acordo com Orlandi, todo texto discursivo se caracteriza como um interdiscurso, já que os discursos se referem a um já dito que não é subjacente àquele que produz ou pronuncia, mas exterior a ele.

Conforme a autora, os discursos são já ditos que vão sendo constantemente atualizados e reatualizados, característica que é afirmada por Foucault (2013b). Assim sendo, "o interdiscurso é o conjunto do dizível, histórica e linguisticamente definido" (ORLANDI, 1999, p. 89), sendo um aspecto que está presente em todos os discursos. No entanto, nem sempre são identificados, uma vez que para haver esta identificação e reconhecimento faz-se necessário a existência de um repertório de conhecimentos que possam possibilitar a compreensão. Do contrário, tais fatores não serão identificados, ressalta a autora. É importante salientar, de todo modo, que a noção de interdiscurso é de

⁴³ Reforçando, outra técnica proposta por Augusto Cury, o D.C.D. (Duvidar, Criticar, Determinar) demonstra, resumidamente, a necessidade de o sujeito leitor **duvidar** de sua incapacidade, **criticar** sua passividade e **determinar** novos rumos para sua vida a partir de um choque de lucidez na emoção.

suma importância para a produção dos efeitos de sentido, pois é a partir dele que podemos melhor identificar as imbricações que se fazem presentes na constituição dos discursos analisados.

No caso específico, a recorrência do discurso religioso nas obras analisadas visa fazer uso de outro tipo de discurso que já possui uma especificidade e respeito por grande parcela dos sujeitos, tendo em vista que a religião é ainda uma das principais peças nas quais os indivíduos se apegam nos seus momentos de conflito. Assim, os enunciados são colocados como fundamentados em princípios cristãos e religiosos, os quais têm como principal expoente Jesus Cristo. A vida é colocada como um espetáculo que foi dado pelo autor da existência (epígrafe) e foi o criador, Deus, que colocou os sujeitos nesta corrida (CURY, 2007a, p. 17). Enquanto faz uso destes discursos, o autor os reforça e os atualiza.

Ainda, é explicitado por Augusto Cury que Jesus Cristo não desistia de viver mesmo quando todas as células do seu corpo morriam. Nesta passagem, observa-se o intuito de demonstrar que todos passam por problemas – inclusive Jesus, o mestre dos mestres – e que superá-los faz-se necessário. Em outro momento, o escritor propõe que mesmo passando por tantas dificuldades e medos durante a sua crucificação, Jesus resistiu e conseguiu encontrar forças. Entre as fontes de sua força, o autor diz que Jesus praticou, a sua maneira, o *D.C.D.* (duvide, critique, determine), técnica por ele proposta para que o sujeito possa controlar o seu pensamento e as suas subjetividades, podendo, por consequência, superar as adversidades enfrentadas. Se até Jesus Cristo utilizou dessas técnicas para lidar com suas adversidades, logo, produz-se um sentido de que elas demonstram uma grande validade e eficiência, tendo em vista servir para superação de todas as atribulações, provações e sofrimentos – aspectos que são amplamente propagados há séculos pelos discursos cristãos – enfrentados por Jesus.

Notamos uma tentativa de aproximar a realidade dos indivíduos à realidade de Jesus. Evidencia-se, com isto, a forte crença que é depositada no sujeito, a ponto de colocá-lo no mesmo patamar de Jesus Cristo – o próprio Deus. Cury sugere que os leitores possam tomar a vida de Jesus como exemplo,

indicando outras obras de sua autoria que tratam designadamente sobre a vida deste personagem:

[...] escrevi uma coleção de cinco livros chamada ANÁLISE DA INTELIGÊNCIA DE CRISTO (O Mestre dos mestres, O Mestre da sensibilidade, O Mestre da vida, O Mestre do amor, O Mestre inesquecível). [...] Eles começaram a ser lidos e adotados nos meios acadêmicos, usados por médicos, psicólogos, psiquiatras. Usados na área de recursos humanos e na educação [...] (CURY, 2007b, p. 27. Grifos do autor).

A referência a outras de suas obras, como já apontado, é aspecto constante nos livros de Cury, o que atende e reforça a lógica da indústria cultural, já que se faz não somente a publicidade de suas obras, teorias e de si mesmo, mas alimenta uma indústria que se vende e se publiciza durante o seu próprio consumo. A utilização dos discursos religiosos por parte do autor explicita a sua aspiração em angariar aqueles que acreditam no cristianismo e na figura de Deus como fontes de sabedoria e felicidade. Todavia, faz ponderações ao utilizar o exemplo de Jesus Cristo como representante de superação. Cury (2007a; 2007b) explicita que apesar de utilizar tal exemplo, não descarta outras vertentes religiosas, afirmando respeitar todos os credos e crenças. Com isto, é observado que a intenção do escritor é atingir o maior público leitor possível, independentemente de questões religiosas, crença, gênero, etc.

Amparado na ideia de que até Jesus Cristo precisou de treinamento para as suas emoções e para superar-se, assim como também ocorreu com os seus discípulos, que foram escolhidos e depois treinados, o autor propõe que o indivíduo também necessita deste treinamento, pois, só assim poderá aprimorar-se enquanto sujeito, seja com o objetivo de superar aos outros e/ou a si mesmo, seja para encontrar altas performances da felicidade, já que somente ser feliz, momentaneamente, já não basta.

Se em dados momentos a formação discursiva religiosa contribui para o reforço da FD do imperativo da felicidade, em outros há conflitos e contradições. Como já indicamos no segundo capítulo, com o cristianismo, a felicidade é

resguardada para uma vida posterior e resultando de dores e sofrimentos vivenciados aqui na terra, como visto no próprio exemplo de Jesus Cristo. Nesta perspectiva, os discursos desta FD contradizem e divergem dos discursos apresentados por Cury, que dão grande espaço para a satisfação e a superação das dores, para uma felicidade aqui e agora, não sendo necessário nem o sofrimento e nem a espera. Este aspecto demonstra as movências e intermitências da constituição dos discursos. Se antes o Cristianismo pregava o modelo de felicidade citado, em nossos dias, muitas igrejas já pregam em seus discursos uma felicidade no presente, principalmente as que se intitulam neocristãs e possuem doutrinas que buscam introduzir as ideias modernas em suas práticas religiosas, como a questão da felicidade na terra.

Para Foucault (2013b), os discursos têm em sua constituição a contradição, que funciona a partir de regularidades na(s) formação(ões) discursiva(s). Dito isto, o aparecimento, desaparecimento e reaparecimento das contradições no discurso funcionam, então:

[...] como o princípio de sua historicidade [...] o discurso é o caminho de uma contradição a outra: se dá lugar às que vemos, é que obedece a que oculta. Analisar o discurso é fazer com que desapareçam e reapareçam as contradições; é mostrar o jogo que nele elas desempenham; é manifestar como ele pode exprimi-las, dar-lhes corpo, ou emprestar-lhes uma fugidia aparência (FOUCAULT, 2013b, p. 185-186).

No funcionamento do discurso, estes conflitos e contradições são inerentes aos movimentos discursivos, que são cambiantes e nunca estáticos, funcionando a partir de regularidades historicamente determinadas.

As obras de Augusto Cury propõem um treinamento das emoções para o aprimoramento pessoal e para o encontro da felicidade. E o autor faz uso de elementos que possam reforçar as questões que estão sendo apresentadas. Cury se apresenta como não sendo qualquer pessoa que simplesmente escreve sobre o tema abordado, sem possuir conhecimentos sobre o assunto. Ele se coloca na posição de médico, psiquiatra, pesquisador e escritor, o que dá um peso diferente

à sua fala e às suas orientações. A posição-sujeito demarcada por Augusto Cury é atravessada por relações de saber-poder (FOUCAULT, 2013a), mostrando-se como possuidor de um tipo de saber raro, logo, possuindo também um tipo de poder.

Afora a auto apresentação, no decorrer dos livros identificamos outros aspectos que convergem para um lugar de fala que se propõe ser diferenciado. Augusto Cury se posiciona como um estudioso e pesquisador, chegando inclusive a citar dados de pesquisas, outras obras de sua autoria – como já abordamos – e até uma teoria que afirma ter desenvolvido – teoria da inteligência multifocal.

Com estes aspectos, o autor constrói o que Maingueneau (2011) chama de *ethos* discursivo, ou seja, a construção de uma imagem de si por meio do discurso. O conceito de *ethos* abordado por Maingueneau (2011) distingue-se daquele da retórica aristotélica. Conforme o autor, o *ethos* discursivo pode ser entendido como a construção de uma imagem de si refletida no discurso, sustentando que, mesmo quando se trata de um texto escrito – nosso caso –, este é sustentado por uma voz, uma imagem, questão que é apoiada com a concepção de Amossy (2011).

Todo ato de tomar a palavra implica a construção de uma imagem de si. Para tanto, não é necessário que o locutor faça seu autorretrato, detalhe suas qualidades nem mesmo que fale explicitamente de si. Seu estilo, suas competências linguísticas e enciclopédicas, suas crenças implícitas são suficientes para construir uma representação de sua pessoa. Assim, deliberadamente ou não, o locutor efetua em seu discurso uma apresentação de si (AMOSSY, 2011, p. 9).

Todavia, é importante ressaltar que o sujeito pode produzir imagens distintas de si a partir do discurso, isto é, utilizar elementos que divergem da realidade. No caso de Augusto Cury, não é de nosso interesse inferir se o *ethos* discursivo que é produzido corresponde à realidade, mas podemos, a partir do discurso que ele produz, construir e identificar imagens que são produzidas pelos efeitos de sentido de seus discursos.

No caso do autor, observamos que ao mesmo tempo em que ele se coloca como o orientador, também demonstra que se submete aos treinamentos propostos. Isto propicia ao leitor o sentido de que o autor, assim como quem está buscando as respostas, partilham de um mesmo sentimento, contribuindo para uma maior proximidade por parte daquele que lê, bem como o estabelecimento de uma relação bem próxima da confidencial, na qual é afirmado que o próprio autor enfrentou e conseguiu superar seus problemas e atingir o bem-estar e, igualmente, conseguiu auxiliar os seus pacientes neste sentido, entendendo, assim, os contratempos e angústias pelas quais passa o leitor, podendo, de igual modo, contribuir para a sua transformação.

Em seu *ethos* discursivo, conceito atravessado por relações de saber-poder, notamos o lugar de autoridade em que o autor busca falar, apresentando exemplos de pacientes que após passarem por consultas com ele obtiveram êxito, principalmente quando do desenvolvimento das técnicas do *D.C.D.* (*Duvide, Critique, Determine*), como é identificado no fragmento que segue:

*J.C. passou por onze psiquiatras. Fui o décimo segundo e, felizmente, o último. Ele compreendeu as causas do seu transtorno obsessivo e principalmente aprendeu a **criticar** seus pensamentos e a **dar um choque de lucidez** na sua emoção (CURY, 2007a, p. 29. Grifos nossos).*

Tanto a crítica aos pensamentos tidos como negativos, que atuam como componentes que atrasam a caminhada da felicidade, quanto a determinação de dar um choque de lucidez nas próprias emoções compõem a técnica do *D.C.D.*, como já citamos anteriormente. Ao demonstrar somente exemplos de sucesso, constrói-se uma identidade de profissional exemplar e renomado, que conseguiu chegar a tal ponto a partir do treinamento de suas emoções. São utilizadas estratégias para validar os seus discursos, bem como para evidenciar o sucesso de suas orientações junto a indivíduos distintos. Para o leitor, constrói-se um imaginário ao redor deste orientador e de sua obra – a de um mestre da experiência, um *parrhesiasta* da atualidade que é responsável por dizer a verdade ao seu interlocutor e direcioná-lo ao caminho do bem viver, isto por meio de

práticas e exercícios, como já indicado. Produz-se o sentido que após a leitura, o sucesso também logo será encontrado.

Importante destacar que o *ethos* discursivo do autor propõe-se como distinto do de autores de obras do gênero de autoajuda: "*Muitos livros de autoajuda vendem uma ideia inadequada do que é ser feliz*" (CURY, 2007a, p. 11); "*Este livro não é de auto-ajuda, mas de divulgação científica*" (CURY, 2007b, p. 30). Ao colocar-se como oposto da literatura de autoajuda, Cury busca dar um sentido de cientificidade a sua obra, que ao contrário do gênero citado, possui segundo ele maior respeito e credibilidade, podendo trazer um sentido correto e cientificamente testado sobre uma vida saudável, ou seja, feliz.

Observa-se, neste quesito, a tentativa de uma diferenciação, tendo em vista que os manuais de autoajuda não são tidos como científicos, sendo geralmente mal vistos pela comunidade acadêmica. Interessante notar que nas duas obras o autor faz afirmações semelhantes visando distanciar-se da autoajuda. No entanto, é importante destacar que a obra de Augusto Cury é considerada por alguns críticos como sendo de autoajuda – ou autoajuda científica, tomando por base as ideias de Rohden (2012), tendo em vista que não fornece discussões teóricas e conceituais a ponto de ser apreciada como produzida nos moldes tradicionais da cientificidade, pautado pelo rigor e objetividade. Ao contrário, as discussões realizadas possuem um viés predominantemente prático, não havendo espaços para reflexões teóricas ou científicas que indiquem os caminhos que levaram o autor até a formulação de suas ideias.

De todo modo, a partir destas práticas discursivas são observadas as relações de poder e os lugares de produção dos discursos. Como aborda Orlandi (1999), "[...] o lugar a partir do qual o sujeito fala é constitutivo do que ele diz. Assim, se o sujeito fala a partir do lugar de professor, suas palavras significam de modo diferente do que se falasse do lugar de aluno" (ORLANDI, 1999, p. 39-40). Nesta trama de relações, observam-se *ethos* discursivos variados de Augusto Cury. Ora como médico, ora como amigo, alguém próximo que já possui algum tipo de intimidade com o leitor. Um cientista conhecedor do caminho da felicidade

que possui tanto teorias, quanto inúmeras técnicas para se atingir o bem-estar subjetivo que tem se tornado a cada dia mais um imperativo: a felicidade. Ao se posicionar desta forma, percebem-se as relações de poder-saber, já que Augusto Cury, sujeito que possui todos estes conhecimentos, possui um saber tão almejado por todos, um saber que também se constitui enquanto poder, não um poder vertical, mas horizontalizado, perpassando todas as redes de relações.

Cury nos sugere com o seu saber a necessidade urgente para o treinamento da felicidade, o qual pode ser obtido pela leitura de sua obra. A superação e a felicidade são postas como imperativos e instituem-se, assim, relações de poder-saber e saber-poder, uma vez que, como apregoam tais discursos, se o sujeito obtiver tais conhecimentos para o treinamento proposto, terá um tipo de poder sobre si mesmo e os seus rendimentos, sejam materiais ou subjetivos. O sujeito e as suas emoções passam a ser o objeto das relações de poder, constituindo uma verdadeira economia e produzindo saberes específicos.

Há, no entanto, aqueles que não conseguem atender às ordens estabelecidas pelas formas de controle e disciplina e são interditados ou excluídos pela mecânica do poder, são vistos como anormais, improdutivos, mas não deixam de ser individualizados por meio das relações de poder. A análise do exercício do poder sobre a vida caracteriza-se como um deslocamento nas análises precedentes sobre o poder empreendidas por Michel Foucault. O deslocamento se dá com a passagem da análise das normas disciplinares e dos exercícios de poder para a análise do exercício do poder aos procedimentos de governamentalidade. Considerada como um conjunto de procedimentos que visam dirigir a conduta dos sujeitos, a governamentalidade, neologismo elaborado por Foucault para definir as diferentes racionalidades de governo, é apresentada de dois modos: inicialmente como poder pastoral de governo e posteriormente como razão do Estado, ambos um tipo de “[...] poder que se exerce como um campo de procedimentos de governo” (FOUCAULT, 2010, p. 06).

De origem religiosa, o poder pastoral foi inexistente entre os gregos e os romanos, afirma Foucault (2010). Somente com o cristianismo que passa a se desenvolver durante a Idade Média. Em sua característica principal, nota-se o projeto de dirigir os homens em todos os detalhes de sua vida, desde o seu nascimento até a morte. A intenção era induzir um comportamento que pudesse levar os homens a salvação. O cristianismo e os seus pressupostos favoreceram as perspectivas do poder pastoral, colocando os homens como partes de um rebanho que deveria ser obediente, enquanto outros seriam os pastores e responsáveis por indicar o caminho a ser seguido. Ao pastor, cabia o encargo de todas as vidas do rebanho, o qual deveria demonstrar total obediência.

O poder pastoral não era exercido sobre um território nem sobre um indivíduo em específico, mas em um grupo múltiplo. As técnicas de confissão são partes que compõem este tipo de poder, pois, ao se desviarem do poder pastoral, os sujeitos do rebanho tinham a chance do exame de consciência, de renovarem a sua condição e direção espiritual. Machado (2013) indica que o outro tipo de gestão e governamentalidade dos sujeitos abordado por Foucault é referente à arte de governar desenvolvida pelo estado.

Com a formação dos Estados, percebe-se a necessidade de uma arte de governar e gerir a vida dos sujeitos. Com isto, emerge a gênese do Estado moderno através do desenvolvimento das práticas de governo, as quais têm como objetivo a população. Assim, vão se desenvolvendo, como formas de governamentalidade, saberes e dispositivos de segurança, mecanismos básicos para gerir a vida dos homens em sociedade.

As materialidades discursivas investigadas em nosso *corpus*, recortes do gênero autoajuda, podem ser inseridas tanto no quadro dos modos de governamentalidades pastorais, quanto nas desenvolvidas pelo Estado. Ultrapassando as ideias de disciplinamento, adestramento e controle, os enunciados aqui descritos e interpretados demonstram sentidos que visam gerir de forma completa a vida dos sujeitos, governá-los minuciosamente, com regras, treinamentos e técnicas. De acordo com Augusto Cury (2007a; 2007b) o atendimento a essas regras pode ser feito do seguinte modo:

Treinar a emoção é desenvolver as funções mais importantes da inteligência, tais como: aprender a gerenciar os pensamentos, proteger a emoção nos focos de tensão, pensar antes de reagir, se colocar no lugar dos outros, perseguir os sonhos, valorizar o espetáculo da vida (CURY, 2007a, p. 11).

*Para administrar a emoção, o "eu" deve praticar também o D.C.D. (duvidar, criticar, determinar). Deve rapidamente duvidar dos seus pensamentos perturbadores, duvidar do **conteúdo doente das suas emoções**. Deve questionar os motivos de sua reação, criticar sua ansiedade, exigir ser livre naquele momento. Enfim, deve usar a ferramenta do silêncio, se interiorizar e resgatar a liderança do "eu" (CURY, 2007b, p. 120. Grifos nossos).*

Conforme é colocado, treinar as emoções é algo possível e que está ao alcance de todos, existindo inclusive técnicas, como o *D.C.D.* e o *PAIQ*. Além disso, este treinamento pode ser desenvolvido em todas as instâncias da vida, sendo pressuposto que ele poderá proporcionar resultados cada vez mais positivos e satisfatórios. A concepção de treinamento coloca os leitores em um quadro complexo, no sentido de que ou os sujeitos são capazes de gerenciar as suas emoções, ou as emoções os controlarão, sendo esta última percepção explicitada como algo negativo – “*não há dois senhores: ou você domina, ainda que parcialmente, a energia emocional, ou ela o dominará*” (CURY, 2007b, p. 117). Identificam-se, com isto, formas de governamentalidade de si a partir da relação com outro, ou seja, da relação do leitor com a leitura. A partir do discurso das obras, as propostas constituem-se como modos de governo dos sujeitos, imbricados com relações de saber e poder.

Em outro momento, o autor afirma que os motivos da solidão, da ansiedade e da baixa autoestima dos indivíduos podem ser explicados pelo não treinamento das emoções (CURY, 2007a, p. 11), indicando um desgoverno de si. Assim, notamos um sentido de governamentalidade, de modo que a partir das propostas dos enunciados, pretende-se gerenciar e dar uma utilidade funcional não só para as ações, mas também para a subjetividade dos sujeitos. Estes discursos podem ser vistos, neste sentido, como uma governamentalidade

minuciosa do sujeito, encobrendo todas as suas instâncias, um governo pelos outros que pode produzir modos de subjetivação vários, levando em conta que para Foucault (2010) os estudos sobre a governamentalidade não deixam de lado as relações que o sujeito estabelece consigo mesmo a partir de articulações e estratégias.

A felicidade não é somente sugerida, mas imposta sobre regras, sistemas de interdição e exclusão. Isso é referenciado por Freire Filho (2010), corroborando com o pensamento de que o imaginário popular e científico nos propõe projetos de “engenharia individual” (p. 13), devendo ser administrado por nós mesmos em conformidade aos discursos dos muitos peritos disponíveis para orientar esse processo, sendo assim, um governo de nós mesmos imbricados em relações de poder com o outro.

A imposição de pontos para treinamento e disciplina nos direciona às discussões acerca da ideia de processo civilizador, tema abordado e desenvolvido por Norbert Elias (2011) ao descrever e discutir como se deram a formação dos costumes para a constituição do que hoje se denomina como civilização. Elias (2011) também promove reflexões sobre os modos de controle dos sentimentos e emoções ao longo da história, defendendo que as formas hoje existentes são resultantes de um processo civilizatório e não algo natural do homem. A partir da ótica de Elias (2011), podemos dizer que estas formas civilizatórias das emoções não cessaram, tendo em vista a partir das discontinuidades o surgimento de novos modos de controle e condução de comportamentos e subjetividades, entre os quais notamos agora os discursos da autoajuda, como observamos nos enunciados que constituem os livros ora analisados.

A partir da perspectiva de civilização das emoções emerge mais uma vez o sentido da diferença entre os que “civilizam” as suas emoções e os que não a civilizam, ficando estes últimos em um lugar tido como fora da ordem, devendo, assim, ser arregimentados pelas práticas da governamentalidade. Ainda em relação à ideia de processo civilizatório de Elias (2011), Giddens compara em *A transformação da intimidade* (1993, p. 75) os livros de autoajuda aos manuais medievais de conduta analisados por Elias, propondo indiretamente a

possibilidade do fenômeno da autoajuda poder ser parte de um novo processo civilizador que atua junto com mecanismos reflexivos sobre o próprio sujeito.

No que concerne de modo particular à governamentalidade, é uma preocupação expressa por Foucault que para poder governar os outros e as suas vidas, faz-se necessário primeiro saber governar a si mesmo (FOUCAULT, 2010). Este aspecto se envolve com a ética dos sujeitos, as suas relações de si para consigo. Com a difusão dos programas e tecnologias da felicidade, Binkley (2010) percebe que nos governos neoliberais, a felicidade é de responsabilidade total dos indivíduos, cabendo a este o governo de si mesmo a fim de aumentar as suas chances de felicidade. O sujeito é tornado um empreendimento, passível de muitos aperfeiçoamentos realizados por ele mesmo em prol do seu desenvolvimento, investimento em seu capital humano e melhor desempenho. Neste cenário, na condição de um capital, o sujeito torna-se, ele mesmo, o principal responsável por seu sucesso ou fracasso. Um autogoverno imerso em outras governamentalidades.

Tanto no poder pastoral quanto nas artes de governar desenvolvidas pelo Estado, são perceptíveis como a vida em todas as suas instâncias passa a ser o principal meio e objeto das relações de poder. As relações de poder ganham dimensões outras, demarcadas pelas suas instâncias histórico-sociais de produção. Através da perspectiva de governamentalidade, saem dos territórios de entrenchamento os biopoderes, em um cenário em que o local e o global confundem-se e ganham a cada dia novas dimensões.

Fernandes (2012) explicita que, de certo modo, todas as formas de poder são perpassadas pelo biopoder, tipo de poder que objetiva o gerenciamento da própria vida. "O poder organiza-se em torno da vida; já, portanto, uma biopolítica investida em biopoderes" (FERNANDES, 2012, p. 52). Segundo o autor, quer seja o poder disciplinar ou da governamentalidade, o biopoder os atravessa e constitui, assim como ocorre com os sujeitos e as suas vidas.

A vida e a morte tornam-se questões inerentes à concepção de biopoder, tipo de poder que visa o gerenciamento da vida e do corpo social como um todo. Sobre o biopoder, Machado destaca: "Questões como as do nascimento e da

mortalidade, do nível de vida e da duração da vida estão ligadas não apenas a um poder disciplinar, mas a um tipo de poder que se exerce no âmbito da espécie, da população, com o objetivo de gerir a vida do corpo social” (MACHADO, 2013, p. 29).

Estrategicamente, é proposto nas obras de Cury (2007a; 2007b) que o treinamento para a emoção visando a superação e a felicidade deve ser repassado de pais para filhos ou, melhor ainda, suas orientações e obras devem ser tomadas como parte do currículo escolar:

Gostaria de propor algumas técnicas para enriquecer esse treinamento e fazer com que os professores transmitam o conhecimento com mais prazer, com menos consumo de energia e com mais eficiência. Os princípios dessas técnicas podem ser usados pelos pais na educação dos filhos, pelos profissionais de recursos humanos e por qualquer pessoa que queira educar a sua emoção e a dos outros (CURY, 2007a, p. 62).

*Além de estimularmos a prática deste programa em grupos, encorajamos as escolas de ensino fundamental, médio e universitário (incluindo pós-graduação) a adotar este livro e incluir o **Programa da Academia de Inteligência de Qualidade de Vida (PAIQ)** como uma nova disciplina em sua grade curricular (CURY, 2007b, p. 241-242. Grifos do autor).*

Almejamos que milhares de grupos sejam formados em vários países num processo contínuo e ininterrupto. Cada grupo gerando novos grupos (CURY, 2007b, p. 32).

Com isto, percebe-se uma proposta de internalização dos pressupostos e o modelamento dos sujeitos desde cedo, objetivando resultados cada vez mais favoráveis. São sugestões para a política de governamentalidade da escola e dos pais em relação aos alunos e filhos, permeado pela sistemática do biopoder que atravessa dimensões mais amplas, como, por exemplo, a proposta de Cury que objetiva a formação de grupos em vários países visando à reprodução dos princípios propostos nos livros de forma ininterrupta. Trata-se, verificamos, de um trabalho sobre a felicidade e o bem-estar que favorece uma forma de inserir a população em “uma lógica de governamentalidade” (BINKLEY, 2010).

Com esta proposta, os biopoderes passam a ter cada vez mais como objetivo o próprio sujeito, o ser humano por completo, a fim de o disciplinar, governar e civilizar, de modo que a partir disso, estes se tornarão mais úteis, dóceis e produtivos, seja com relação a si ou aos outros. Direcionando-se para um público indefinido e cada vez maior, esses discursos carregam biopoderes ao mesmo tempo individualizantes e totalizantes. Totalizantes tendo em vista o seu direcionamento a um público amplo e, individualizante tomando por base a premissa de que cada leitor possui as suas especificidades e vão reagir e produzir sentidos sobre a leitura de uma forma diferenciada. Nota-se também a relação estabelecida entre a constante superação e felicidade com a qualidade de vida, propondo que a ausência destes aspectos revela uma vida não saudável ou não satisfatória.

Hoje, não somente as campanhas contra a mortalidade, doenças e vacinações são consideradas tipos expressivos de políticas pautadas pelos biopoderes. O biopoder assume em nossos dias diferentes formas e estratégias para intervir na existência humana, encobrando, inclusive, questões inerentes à felicidade das populações. Exemplar disto é a proposta da Organização das Nações Unidas (ONU) para o desenvolvimento de instrumentos que possam medir a felicidade dos indivíduos⁴⁴, o que atravessa os modos de governamentalidade na atualidade, dos quais a literatura de autoajuda faz parte tomando como base a premissa de que os indivíduos devem trabalhar a si mesmos através de conteúdos práticos e técnicas de si que os induzirão à felicidade.

Os biopoderes não deixam de operar enquanto processo de normalização e disciplinarização, aspectos referentes ao poder disciplinar, ampliando-os. O disciplinamento se faz não mais somente de forma individual, mas pelo gerenciamento de grupos, sociedades inteiras, direcionando-as segundo as condutas colocadas pela governamentalidade. Tais condutas produzem aquilo

⁴⁴ Mais informações disponíveis em: <http://www.felicidadeinternabruta.org.br/sobre.html>. e <http://redeglobo.globo.com/globociencia/noticia/2012/07/felicidade-interna-bruta-se-propoe-analisar-qualidade-de-vida-de-um-pais.html> Acesso em: 10 ago. 2020.

que Prado (2013) denomina como convocações biopolíticas. Conforme o autor, baseando-se nos preceitos foucaultianos da biopolítica, as convocações se caracterizam pela correspondência a uma demanda latente, induzindo a sua expressão por meio de um querer cultural.

Desta forma, sendo a felicidade um desejo inerente ao indivíduo, por meio de estratégias do mercado, esta passa a ser cada vez mais convocada sob o signo de produtos – dos quais destacamos a autoajuda, despertando um sentido de necessidade, como se o mundo e a própria vida já não parecesse ser o que era, incitando novas formas de viver, ou seja, somos convocados biopoliticamente a sermos felizes, a governarmos a nós mesmos (colocando em dúvida e criticando a nós mesmos e determinando a necessidade de uma nova forma de ser, como prega o *D.C.D.*) e aos outros (conforme a sugestão da propagação das técnicas através da educação escolar e dos grupos) por meio de técnicas e treinamentos. Diante disso, a sociedade e os próprios sujeitos passam a se constituir perpassados por estes aspectos, e a literatura de autoajuda com os seus enunciados prescritivos e técnicas são somente uma das inúmeras ferramentas disponíveis.

Os programas de autoajuda partem dessa convocação primeira à transformação de si. Variam conforme a necessidade dos públicos segmentados. Essa “necessidade” nem sempre vem do mundo cultural para ser atendida pelos tecnólogos de discursos ou analistas simbólicos, que concebem os formatos e programas de autoajuda. Por vezes essa necessidade está latente até ser descoberta pelos tecnólogos e, uma vez descoberta e lançada num formato, seja televisivo, seja ciberespacial, ela parece inevitável, ou seja, algo que teria de ser tido despertado de modo ou outro, pois, a partir dela, o mundo já não parece ser o que era (PRADO, 2013, p. 12).

As convocações biopolíticas agem no sentido de requisitar os sujeitos para seus programas, projetos e as suas técnicas. Uma vez convocados, esses aspectos deverão ser experienciados, tornados visíveis, semelhante a uma expressão obrigatória dos sentimentos, como propõe Mauss (1979) ao analisar os ritos funerários de sociedades tidas como primitivas na Austrália. Suas

reflexões indicaram o emprego obrigatório e moral da expressão dos sentimentos em relação ao luto. Esta obrigatoriedade também é parte do regime da felicidade, assim como do regime do visível e das grandes performances. “Ser o melhor, destacar-se, superar-se: eis a sociedade democrática “convertida” ao culto do desempenho, “vetor de um desenvolvimento pessoal de massa”” (LIPOVETSKY, 2007, p. 264).

Neste regime, é preciso ser o *Outro* da felicidade, possuir total domínio e governo sobre si, ser aquele que possui a felicidade em altos níveis e não se envergonha, pois este sentimento é factível daqueles *outros* que não vivenciam esse bem-estar subjetivo. O culto da performance, cada vez mais convocado pelos desígnios da literatura de autoajuda, como observamos nos enunciados que analisamos, impõe que a felicidade não pode ser qualquer coisa, mas as experiências mais intensas e duráveis, inclusive, se possível, por toda a eternidade, adquiridas por meio do exercício de técnicas que versam sobre uma reflexão do sujeito sobre si mesmo. Este é o *normal* da felicidade propagado por estes discursos. O seu contrário é o anormal, patológico, próximo da doença e expressão de vergonhas e inconformidades. Todavia, entrar na ordem sempre é factível e ofertado por estes discursos.

Diante deste cenário, nossa análise demonstra que o discurso da autoajuda se constitui como uma das formas de “governo dos infelizes” da atualidade. Por meio de seus enunciados e a oferta redundante de técnicas de fácil compreensão, Cury expõe uma vontade de verdade de que só não é feliz quem não quer, contribuindo para as convocações biopolíticas do bem-estar indicadas por Prado (2013). Impingidos por estas convocações, aos leitores, cabe a execução das tarefas propostas, as quais darão conta de todas as minúcias correspondentes ao sujeito, de tal modo que este poderá conduzir de forma satisfatória a sua vida e a si mesmo e, por conseguinte, a felicidade logo se fará presente, como é discursivamente proposto.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

[...] compreendo melhor porque eu sentia tanta dificuldade em começar, há pouco. Sei bem, agora, qual era a voz que eu gostaria que me precedesse, me carregasse, me convidasse a falar e habitasse meu próprio discurso. Sei o que havia de tão temível em tomar a palavra, pois eu a tomava neste lugar de onde o ouvi e onde ele não mais está para escutar-me (FOUCAULT, 2011, p. 79).

Neste livro, tivemos como foco de análise os sentidos produzidos sobre a felicidade pela literatura de autoajuda, especificamente, nas obras *Treinando a emoção para ser feliz* (2007a) e *12 semanas para mudar uma vida* (2007b), ambas do brasileiro Augusto Cury. Através de nosso trajeto temático – *discursos da felicidade, literatura de autoajuda, produção de subjetividades e relações de saber e poder* –, pudemos descrever e interpretar as materialidades discursivas que compunham o nosso *corpus*, trazendo à cena as suas condições históricas e sociais de produção, as formas de subjetivação que propõem e os poderes e estratégias que carregam.

A relevância do estudo da temática proposta funda-se, *a priori*, no fato da literatura de autoajuda não ser bem-vinda ao mundo acadêmico, sendo corriqueiramente vista como uma literatura sem valor e desmerecedora de maiores investimentos intelectuais. Desta forma, compreendemos e reconhecemos a importância desse fenômeno na contemporaneidade, principalmente no que concerne a vida dos leitores, pois trata-se de uma ferramenta na qual os sujeitos buscam orientar a si próprios, produzindo através de seus discursos, sentidos relevantes em suas formas de viver, ser e estar.

Superando estas questões muitas vezes preconceituosas, a presente obra foi além das análises apenas mercadológicas ou comerciais sobre o fenômeno, investigando a partir dos pressupostos teóricos e metodológicos da Análise do Discurso e seus dispositivos quais os fatores que promoveram a sua emergência, a relação que estes discursos possuem com a produção de subjetividades no contemporâneo e suas relações de poder, estas últimas, vistas não somente

como negativas, haja vista a partilha da perspectiva de Foucault (2013a) ao indicar a positividade do poder e descortinar a possibilidade de se perceber o viés positivo e produtivo dos enunciados da autoajuda. Ao procedermos a uma revisão sobre o conceito de felicidade, pudemos de igual modo observar a busca constante desse bem durante quase toda a existência do sujeito na história. Seus caminhos e (des)caminhos, como vimos, variam de acordo com as contingências de cada época, possuindo mecanismos e necessidades distintas. Dessa forma, comportamentos e formas de existência dos indivíduos em se tratando da felicidade diferenciam-se e agenciam modos de conduta próprios para alcançá-la em cada tempo. Em nossos dias, com maior força e expressão, são os discursos da autoajuda que tem trabalhado e produzido um imaginário sobre a felicidade e as formas de encontrá-la.

Verificamos que enquanto parte de uma rede molecular de poderes, os discursos da autoajuda, conforme os enunciados analisados, trazem em si ideais da disciplina e adestramento por meio de técnicas específicas, incitando o aprimoramento de sujeitos e de suas subjetividades pela máxima de que se o sujeito não está satisfeito consigo mesmo, não importa, ele pode encontrar por meio da leitura do livro a verdadeira satisfação, os princípios para a condução de si mesmos que os possam levar à felicidade. Com efeito, a disciplina e o adestramento não são determinantes ou limitantes das ações dos sujeitos, pois considerando a posição estratégica que estes possuem, as possibilidades de apropriação e reinvenção destas técnicas são múltiplas, o que evidencia uma abordagem não maniqueísta sobre o poder nem o sujeito como uma entidade determinada ou passível somente de dominação, mas uma produção incessante. Se os sujeitos e as subjetividades modernas se encontram ancoradas em dispositivos de controle, como destacou Deleuze (2008), ao mesmo tempo, isso não significa o seu aprisionamento de forma absoluta. Escapar das modelizações, resistir, apropriar-se de outra forma daquilo que nos é oferecido cotidianamente sempre é algo possível. Nas materialidades discursivas que analisamos, até mesmo os mecanismos que tangenciam a possibilidade deste controle podem

favorecer uma maior atenção dos sujeitos consigo mesmos, trabalhando, como vimos, os seus "eus" e suas subjetividades.

Nestas relações, evidenciaram-se os sentidos de governamentalidade dos sujeitos leitores pelos dispositivos da autoajuda, com seus discursos de condicionamento positivo e atendendo aos anseios mais recorrentes dos sujeitos – a felicidade. As práticas de governamentalidade enunciadas demonstram um governo de si perpassado pelo governo do outro, de modo que Augusto Cury, enquanto detentor dos saberes específicos sobre o bem viver e a felicidade perene, indicando uma vontade de verdade, como demonstraram os diversos fragmentos citados e analisados, propõe-se como possuidor de um saber específico, o qual é utilizado para o governo dos outros. É este saber, inclusive, que levando em conta as condições do contemporâneo, indicam Cury como um novo *parrhesiasta*. Relações de saber e poder tornam-se recorrentes neste cenário.

Tendo em vista as condições de possibilidades dadas que permitiram a irrupção destes discursos a partir do arquivo de seu tempo, as nossas análises indicam as obras de Augusto Cury e os agenciamentos que produzem como uma prática contemporânea que trabalha com questões ligadas aos processos de subjetivação, atravessada por um governo de si e do outro que pode engendrar o interesse pelo cuidado de si, tendo em vista o posicionamento do sujeito como uma função estratégica e nunca estagnada. Com isto, percebemos que com os seus enunciados, a literatura de autoajuda trabalha aspectos referentes à felicidade que proporcionam e demandam agenciamentos subjetivos, tendo em vista que os discursos possuem relações recíprocas com a construção de sentidos que se dão sob esferas subjetivas. Certamente, aqueles que buscam os discursos da autoajuda intentam um outro olhar sobre o estado de suas vidas, de forma a examinar a si mesmos, através das reflexões propostas e o exercício das técnicas e treinamentos, o que não pode ser definido como negativo apenas pelo fato de muitos considerarem a autoajuda uma leitura "alienante".

Considerando o papel da história na constituição dos saberes e a positividade das relações de poder, afirmamos que os livros de autoajuda, com

suas técnicas e treinamentos, podem ser vistos como dispositivos da atualidade que tem possibilitado novas tecnologias e técnicas de si, no sentido estudado por Foucault (2006) ao investigar as práticas do cuidado de si na antiguidade. Evidentemente, com características, técnicas e efeitos bem distintos, principalmente pelo fato de sermos outros, possuímos outras práticas e estarmos imersos em um cenário diferente. Se o sujeito e suas práticas de subjetivação são históricas, também são as suas técnicas e modos de ver a si próprios. Se os gregos puderam vivenciar as técnicas de si da *epimeleia heautou*, preocupando-se e cuidando-se de si mesmos a fim de obter um grau elevado, as mesmas técnicas não podem ser efetivadas em nossos dias. O “quem somos nós hoje”, distingue-se, e muito, do que foram os gregos, bem como as suas técnicas de cuidar de si mesmos. Todavia, a busca por um estado de si elevado, mesmo diante de outras condições, permanece e se expressa pela necessidade de ser ou sentir-se continuamente feliz, e são os enunciados da autoajuda, com as características já citadas, que trabalham no suprimento desta falta, o que nos remete a Freud (2011) e sua concepção de que é a nossa própria constituição psíquica que impede a nossa completude, sendo esta busca, portanto, uma parte constituinte e nunca suprida por parte do sujeito.

Mas, nem por isso, é ou deve ser aceita ou deixar de ser buscada. Justamente o que também é pregado pelos discursos, práticas, técnicas e os mais diversos aspectos que compõem os discursos da autoajuda, os quais implicam uma relação do sujeito consigo mesmo. Emerge, a partir disso, a necessidade de enfatizar que as práticas de si da atualidade não são uma sucessão das práticas tradicionais, indicando um desenvolvimento ou continuidade. Ao contrário, são práticas que tem sua irrupção em meio às diversas quebras, regularidades e rupturas que compõe a história e a sociedade. Nesta esteira, os discursos da autoajuda indicam novos modos de governo e governamentalidade direcionados para um autogoverno, uma autocondução da própria vida, na qual é o sujeito o responsável por seus ganhos e perdas, cabendo, para dirimir este último aspecto, o condicionamento contínuo efetivado pelas técnicas discursivamente produzidas e trabalhadas nos enunciados da autoajuda, demandando uma autodisciplina na

atenção consigo mesmo, para que somente assim possa produzir e possibilitar um sujeito que possua o bem-estar e a felicidade, estados de elevação de si na atualidade.

Nas obras analisadas, o discurso da autoajuda configura-se enquanto dispositivo que propõe formas de subjetivação pela exterioridade que visa conduzir as vidas dos indivíduos, atuando diretamente em suas subjetividades e nos seus modos de objetivação, isto é, na sua constituição enquanto sujeitos. Este aspecto é demonstrado a partir dos enunciados analisados em nosso *corpus*, levando em conta que, como já destacamos anteriormente, são discursos que trabalham diretamente com a subjetividade dos leitores, atuando discursivamente na condução de suas vidas.

Certamente, aqueles que possuem uma visão mais apocalíptica deste cenário relativo à literatura de autoajuda, possuem uma posição firmada na concepção de que este gênero objetiva somente o investimento no capital humano visando maiores rendimentos para fins econômicos, de modo que este seria o papel dos poderes que circulam em todas as esferas de nossa sociedade – produzir corpos dóceis e úteis. Mas, estes corpos, ou bem mais do que isso, sujeitos, além de produzirem-se em meio à rede de poderes, também produzem e emanam as suas formas de ser e estar, suas subjetividades. O poder, por si só, não lhes determina, havendo uma relação de mão dupla. Nas materialidades analisadas, há a proposição de práticas que atuam no disciplinamento, adestramento e normatização, mas também fornece a potência de trabalho do sujeito sobre si mesmo, demandando embates com os estados de si e propondo-lhes outras possibilidades de condução e autocondução, marcadas pela reflexão, conhecimento e cuidado de si.

A permanência de práticas direcionadas à aprendizagem ou educação sobre o sujeito objetiva o conhecimento sobre si e sua transformação conforme os modelos propostos, podendo, entretanto, ter outros direcionamentos através de novos sentidos, estabelecendo estratégias de subjetivação-objetivação nas quais deve-se trabalhar a si mesmo permanentemente para se atingir a felicidade. Este autogoverno atravessado pelo auxílio de novos *parrhesiastas* (tal

qual Augusto Cury) pauta-se pelo bem-estar perpassado pelo sentimento de felicidade, uma das práticas discursivas atuais que ressignificam as que visaram uma elevação de si próprio como pressupunham os gregos.

Como resultado dessa ação praticada sobre si mesmo e uma auto condução subjetiva, uma transformação torna-se passível de ser realizada – afirmam os enunciados analisados – a passagem para o estado de felicidade, vista dessa forma como possível de ações que não são por si só externas ao sujeito, mas condizente com suas formas de lidar com a vida. É esse o sentido produzido sobre a felicidade no discurso analisado: um estado obtido pelo treinamento e exercício de práticas do sujeito sobre si mesmo, que deve ser cultivado e mantido a partir de um governo de si mesmo. Poderíamos, então, questionar: mas e com relação àqueles que não conseguem? Para estes, os discursos orientam o retorno ao aprendizado, pois, segundo indicam os enunciados, este nunca cessa, tal qual o sujeito e suas subjetividades. Não se conduzir ou almejar este fim, é estar fora da ordem. Caso seja devido ao fato de não conseguir, mesmo seguindo as proposições, o retorno ao aprendizado sempre é disposto e ofertado.

Tal qual a difusão e a popularização do cuidado de si junto aos gregos e romanos nos primeiros séculos de nossa era, as práticas e técnicas do cuidado de si “tradicional” não significaram efetivamente que todos os gregos e romanos quisessem ou pudessem executá-lo, não sendo um preceito que se afirmasse como uma lei universal ou cabível para qualquer indivíduo. Como pontua Foucault (2006), esse princípio sempre implicava uma escolha de um modo de vida, o que separava os que escolheram este estilo dos outros, como agora ocorre com aqueles que procuram constituir-se e conduzir-se com o auxílio dos discursos da autoajuda e os outros que o julgam como incipientes no estabelecimento das relações consigo mesmo e buscam outras práticas. Vale ressaltar que ao procedermos a essas análises, não estamos recomendando a leitura deste tipo de literatura, cabendo-nos somente olhares sobre os seus efeitos de sentidos e posições que ocupam na atualidade.

Sem pretender ceder a generalizações, reforçamos que nossas reflexões se dão em torno de um processo de descrição e interpretação dos enunciados das obras *Treinando a emoção para ser feliz* (2007a) e *Doze semanas para mudar uma vida* (2007b), ambas de Augusto Cury, e seguindo o trajeto temático *discursos da felicidade, literatura de autoajuda, produção de subjetividades e relações de saber e poder*. Evidentemente, alguns dos aspectos indicados podem ser recorrentes no gênero autoajuda de um modo mais geral, todavia, não descartamos a necessidade da realização de outras análises para que possamos realizar tal afirmação.

A partir da premissa de que a AD não busca desvendar a universalidade do sentido, mas mostrar à luz do dia os jogos de rarefação impostos, destacamos ainda que a realização deste estudo não ambiciona esgotar as reflexões sobre a temática, tanto pela possibilidade de seu aprofundamento com ênfase principalmente sobre as discussões que lidam sobre as suas relações com as práticas e técnicas de si, sujeitos e subjetividades, tendo em vista a sua novidade, o que demonstrou-se como um desafio que nos deixou em um primeiro momento receosos em tratar de tais questões, como também da realização de outras pesquisas correlatas, dentre as quais enfatizamos uma que possa versar sobre a recepção desses discursos, isto é, as experiências de si que são promovidas junto aos sujeitos leitores, implicando discussões sobre os usos e apropriações desses discursos. Estas são apenas algumas das muitas possibilidades de estudos futuros que podem ser realizados sobre a temática tratada no sentido de ampliar a compreensão sobre este fenômeno contemporâneo e a questão das subjetividades.

Para efeito de fim, a análise dos enunciados do *corpus* desta pesquisa, enquanto parte de um arquivo mais amplo, nos permitiram refletir sobre os sentidos produzidos sobre a felicidade na atualidade, quando, inclusive, organizações internacionais – como a ONU – recomendam a adoção de índices para medir a felicidade das populações, evidenciando uma biopolítica com novas governamentalidades. Verifica-se que a felicidade, tornada um imperativo, pode ser obtida, dentre as muitas formas possíveis, a partir do uso de técnicas e

treinamentos propostos pelos livros de autoajuda – conforme apregoam –, dispositivos que vem se constituindo como meios práticos na busca do aprimoramento do sujeito sobre si mesmo, trabalhando a sua produção de subjetividades e, mais do que isso, tecnologia que mobiliza técnicas contemporâneas de autogoverno e práticas de si. Em meio a essa malha complexa, estas reflexões nos permitem e possibilitam o entendimento sobre algumas questões do nosso tempo, suas movências, dispositivos e, principalmente, nós mesmos.

REFERÊNCIAS

ADORNO, Theodor W. **Indústria cultural e sociedade**. São Paulo: Paz e Terra, 2002.

ADORNO, Teodoro W; HORKHEIMER, Marx. **Dialética do Esclarecimento**. Rio de Janeiro: J. Zahar, 1988.

AMOSSY, Ruth. (Org.). **Imagens de si no discurso**: a construção do ethos. 2. ed. São Paulo: Contexto, 2011.

ASSOCIAÇÃO NACIONAL DE LIVRARIAS. **Diagnóstico ANL do setor livreiro**. 2012. Disponível em: http://anl.org.br/web/pdf/diagnostico_setor_livreiro_2012.pdf. Acesso em: 04 jul. 2020.

BAKHTIN, Mikhail. **Estética da criação verbal**. São Paulo: Martins Fontes, 2003.

BAKKER, Bruna Werneck de Andrade. **Trabalhando para si**: felicidade e capital humano no cinema dos anos 2000. Dissertação. Programa de Pós-Graduação em Comunicação e Cultura - UFRJ. Rio de Janeiro: UFRJ, 2012.

BARROS FILHO, Clóvis de; MARTINO, Luis Mauro Sá. A escola de Frankfurt. In: BARROS FILHO, Clóvis de; MARTINO, Luis Mauro Sá. **O habitus na comunicação**. São Paulo: Paulus, 2003

BAUMAN, Zygmunt. **A arte da vida**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2009.

BAUMAN, Zygmunt. **Tempos líquidos**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2007.

BAUMAN, Zygmunt. **O mal-estar da pós-modernidade**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1998.

BINKLEY, Sam. A felicidade e o programa de governamentalidade neoliberal. In: FREIRE FILHO, João. (Org.). **Ser feliz hoje**: reflexões sobre o imperativo da felicidade. Rio de Janeiro: Editora FGV, 2010.

BIRMAN, Joel. Muitas felicidades?! O imperativo de ser feliz na contemporaneidade. In: FREIRE FILHO, João. (Org.). **Ser feliz hoje**: reflexões sobre o imperativo da felicidade. Rio de Janeiro: Editora FGV, 2010.

BITTENCOURT, Carla. Ministério da Justiça vê 'conteúdos angustiantes' em 'A vida da gente' e muda classificação indicativa da novela. **EXTRA**. 2011. Disponível em: <http://extra.globo.com/tv-e-lazer/telinha/ministeacuterio-da->

justiccedila-vecirc-conteuacutedos-angustiantes-em-vida-da-gente-muda-classificaccedilatildeo-indicativa-da-novela-3323450.html. Acesso em: 18 jul. 2020.

CARVALHO, Ana Maria. A noção de sujeito em Michel Foucault. In: SILVA, Francisco Paulo. (Org.). **Travessias do sentido e outras questões de linguagem**. Mossoró – RN: Queima Bucha, 2008.

CASTRO, Edgardo. **Vocabulário de Foucault**. Um percurso pelos seus temas, conceitos e autores. Belo Horizonte: Autêntica Editora, 2009.

CHAGAS, Arnaldo. **O sujeito imaginário no discurso de auto-ajuda**. Ijuí: Ed. Unijuí, 2002.

CHAGAS, Arnaldo. **A ilusão no discurso da auto-ajuda e o sintoma social**. Ijuí: Ed. Unijuí, 1999.

CHARTIER, Roger. **O que é um autor?** Revisão de uma genealogia. São Carlos: EdUFSCar, 2012.

COURTINE, Jean-Jacques. Discurso, História e Arqueologia – entrevista a Cleudemar Alves Fernandes. In: MILANEZ, Nilton; GASPAR, Nádea Regina. (Orgs.). **A (des)ordem do discurso**. São Paulo: Contexto, 2010.

COURTINE, Jean-Jacques. O chapéu de Clémentis. Observações sobre a memória e o esquecimento na enunciação do discurso político. In: INDURSKY, Freda; FERREIRA, Maria Cristina Leandro. **Os múltiplos territórios da AD**. Porto Alegre: Sagra Luzzato, 1999.

COZER, Raquel. Sequência de “O Vendedor de Sonhos” reforça tendência motivacional. **Folha de São Paulo**. 2009. Disponível em: <http://www1.folha.uol.com.br/folha/ilustrada/ult90u600189.shtml>. Acesso em: 18 jul. 2020.

CUNHA, Tatiana. Os 20 países mais felizes do mundo. **Veja**. 2020. Disponível em: <https://veja.abril.com.br/blog/modo-aviao/os-20-paises-mais-felizes-do-mundo/>. Acesso em: 04 ago. 2020.

CURY, Augusto. **Treinando a emoção para ser feliz**. São Paulo: Academia de Inteligência, 2007a.

CURY, Augusto. **12 Semanas para mudar uma vida**. São Paulo: Editora Planeta do Brasil, 2007b.

DELEUZE, Gilles. **Conversações**. São Paulo: Editora 34, 2008.

ECO, Umberto. **Apocalípticos e integrados**. São Paulo: Perspectiva, 1979.

ELIAS, Norbert. **O processo civilizador**. Vol. 1. Uma história dos costumes. 2. ed. Rio de Janeiro: Zahar, 2011.

EPICURO. **Carta sobre a felicidade (a Meneceu)**. São Paulo: Editora UNESP, 2002.

ÉPOCA NEGÓCIOS. **Augusto Cury, o brasileiro que mais vende livros no país, quer desacelerar**. 2018. Disponível em: <https://epocanegocios.globo.com/Vida/noticia/2018/01/augusto-cury-o-brasileiro-que-mais-vende-livros-no-brasil-quer-desacelerar.html>. Acesso em: 02 ago. 2020.

ESCOLA DA INTELIGÊNCIA. **Sobre o idealizador**. Disponível em: <https://escoladainteligencia.com.br/idealizador/>. Acesso em: 20 jul. 2020.

FELICIDADE INTERNA BRUTA (FIB) NA PRÁTICA. O que é FIB? **5ª Conferência internacional sobre felicidade interna bruta - FIB**. 2009. Disponível em: <http://www.felicidadeinternabruta.org.br/sobre.html>. Acesso em: 12 jul. 2020.

FERNANDES, Cleudemar. **Discurso e sujeito em Michel Foucault**. São Paulo: Intermeios, 2012.

FERNANDES, Cleudemar. **Análise do Discurso: reflexões introdutórias**. Goiânia: Trilhas Urbanas, 2005.

FERRAZ, Renata Barboza; TAVARES, Hermano; ZILBERMAN, Monica L. Felicidade: uma revisão. **Revista de Psiquiatria Clínica**, 34; 234-242, 2007. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-60832007000500005 Acesso em: 14 jul. 2020.

FOLHA DE SÃO PAULO. **Onu incentiva países a implementarem o "índice de felicidade"**. Disponível em: <http://www1.folha.uol.com.br/fsp/mundo/34279-onu-incentiva-paises-a-implementarem-o-quotindice-de-felicidadequot.shtml>. Acesso em: 15 jun. 2020.

FOUCAULT, Michel. **Microfísica do poder**. 26. ed. São Paulo: Graal, 2013a.

FOUCAULT, Michel. **A arqueologia do saber**. 8. ed. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 2013b.

FOUCAULT, Michel. **A ordem do discurso**. 21. ed. São Paulo: Loyola, 2011.

FOUCAULT, Michel. **O governo de si e dos outros: curso no Collège de France (1982-1983)**. São Paulo: Editora WMF Martins Fontes, 2010.

FOUCAULT, Michel. O que é um autor? In: FOUCAULT, Michel. **Ditos e Escritos III: Estética: Literatura e Pintura, Música e Cinema**. 2. ed. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 2009.

FOUCAULT, Michel. **A hermenêutica do sujeito**. 2. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2006.

FOUCAULT, Michel. **Vigiar e punir**. Petrópolis: Vozes, 2003.

FOUCAULT, Michel. **As palavras e as coisas: uma arqueologia das ciências humanas**. 8. ed. São Paulo: Martins Fontes, 1999.

FOUCAULT, Michel. O sujeito e o poder. In: DREYFUS, Hubert; RABINOW, Paul. **Michel Foucault: uma trajetória filosófica para além do estruturalismo e da hermenêutica**. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 1995, p. 229-293.

FOUCAULT, Michel. **História da sexualidade: o cuidado de si**. Rio de Janeiro: Edições Graal, 1985.

FREIRE FILHO, João; COELHO, Maria das Graças Pinto. (Orgs.). **A promoção do capital humano: mídia, subjetividade e o novo espírito do capitalismo**. Porto Alegre: Sulina, 2011.

FREIRE FILHO, João. (Org.). **Ser feliz hoje: reflexões sobre o imperativo da felicidade**. Rio de Janeiro: Editora FGV, 2010.

FREIRE-MEDEIROS, Bianca. Felicidade é... uma favela violenta com vista para o mar. In: FREIRE FILHO, João. (Org.). **Ser feliz hoje: reflexões sobre o imperativo da felicidade**. Rio de Janeiro: Editora FGV, 2010.

FREUD, Sigmund. **O mal-estar na civilização**. São Paulo: Pinguim Classics Companhia das Letras, 2011.

GIDDENS, Anthony. **Modernidade e identidade**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2002.

GIDDENS, Anthony. **A transformação da intimidade: sexualidade, amor e erotismo nas sociedades modernas**. São Paulo: Editora da Universidade Estadual Paulista, 1993.

GIDDENS, Anthony. **As conseqüências da modernidade**. São Paulo: Editora USP, 1991.

GREGOLIN, Maria do Rosário. O acontecimento discursivo na mídia: metáfora de uma breve história do tempo. In: GREGOLIN, Maria do Rosário. (Org.). **Discurso e mídia: a cultura do espetáculo**. São Carlos: Claraluz, 2003.

GREGOLIN, Maria do Rosário. (Org.). **Discurso e mídia: a cultura do espetáculo**. São Carlos: Claraluz, 2003.

GUILHAUMOU, Jacques; MALDIDIÈRE, Denise. Efeitos do arquivo: a análise do discurso no lado da História. In: ORLANDI, Eni P. (Org.). **Gestos de leitura: da história no discurso**. Campinas, SP: UNICAMP, 2007.

HALL, Stuart. **A identidade cultural na pós-modernidade**. 10. ed. Rio de Janeiro: DP&A, 2005.

IASBECK, Luiz Carlos. **A arte dos slogans: as técnicas de construção das frases de efeito do texto publicitário**. São Paulo: Annablume, 2002.

ILLOUZ, Eva. **O amor nos tempos do capitalismo**. Rio de Janeiro: Zahar, 2011.

INADA, Jaqueline Feltrin. O conceito de felicidade em Freud. **Kínesis**, Vol. I, nº 01, Março-2009, p. 58-67. Disponível em: <http://www.marilia.unesp.br/#!/revistas-eletronicas/kinesis/edicoes/2009---volume-11/>. Acesso em: 12 ago. 2020.

INSTITUTO AUGUSTO CURY. Disponível em: <http://institutoaugustocury.com.br/augustocury>. Acesso em: 18 jul. 2020.

KANT, Immanuel. **Fundamentação da metafísica dos costumes e outros escritos**. São Paulo, SP: Martin Claret, 2002.

KAPLAN, E. Ann. (Org.). **O mal estar no pós-modernismo: teorias e práticas**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1993.

KUSOMOTO, Meire. Autoajuda, um segmento que floresce em tempos de crise. **Veja**. 2015. Disponível em: <https://veja.abril.com.br/cultura/autoajuda-um-segmento-que-floresce-em-tempos-de-crise/> Acesso em: 15 dez. 2019.

LIPOVETSKY, Gilles; SERROY, Jean. **A cultura-mundo: resposta a uma sociedade desorientada**. São Paulo: Companhia das Letras, 2011.

LIPOVETSKY, Gilles. **A felicidade paradoxal: ensaio sobre a sociedade do hiperconsumo**. São Paulo: Companhia das Letras, 2007.

LIPOVETSKY, Gilles. **A era do vazio: ensaios sobre o individualismo contemporâneo**. Barueri, SP: Manole, 2005.

MACHADO, Roberto. Introdução: por uma genealogia do poder. In: FOUCAULT, Michel. **Microfísica do poder**. 26. ed. São Paulo: Graal, 2013a.

MAINGUENEAU, Dominique. Ethos, cenografia, incorporação. In: AMOSSY, Ruth. (Org.). **Imagens de si no discurso**: a construção do ethos. 2. ed. São Paulo: Contexto, 2011.

MANSANO, Sonia Regina Vargas. Sujeito, subjetividade e modos de subjetivação na contemporaneidade. In: **Revista de Psicologia da UNESP**, 8(2). 2009. Disponível em: <http://www2.assis.unesp.br/revpsico/index.php/revista/article/viewFile/139/172> Acesso em: 10 jun. 2020.

MARÍN-DÍAZ, Dora Lilian. **Autoajuda, educação e práticas de si**: genealogia de uma antropotécnica. Belo Horizonte: Autêntica Editora, 2015.

MATTELART, Michele; MATTELART, Armand. **História das teorias da comunicação**. São Paulo – SP: Loyola, 2004.

MAUSS, Marcel. A expressão obrigatória dos sentimentos. In: CARDOSO DE OLIVEIRA, Roberto (Org.). **Marcel Mauss**: antropologia. São Paulo: editora Ática, 1979.

MCCMAHON, Darrin M. **Felicidade**: uma história. São Paulo: Globo, 2006.

MENDES, Marcília Luzia Gomes da Costa; OLIVEIRA, Geilson Fernandes de. Treine suas emoções, supere-se, seja feliz! Uma análise discursiva do imperativo da superação e da felicidade na literatura de autoajuda. **Revista Comunicação, Mídia e Consumo**, v. 10, n. 29, 2013.

MILANEZ, Nilton; GASPAR, Nádea Regina. (Orgs.). **A (des)ordem do discurso**. São Paulo: Contexto, 2010.

MILANEZ, Nilton; SANTOS, Janaina de Jesus. Geometria discursiva entre Nietzsche e Foucault. In: MILANEZ, Nilton; GASPAR, Nádea Regina. (Orgs.). **A (des)ordem do discurso**. São Paulo: Contexto, 2010.

MORIN, Edgar. **Cultura de massas no século XX**: neurose. 9. ed. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 1997.

NIETZSCHE, Friedrich. **Assim falou Zaratustra**. Rio de Janeiro: Bertrand do Brasil, 1998.

OLIVEIRA, Pâmella Rochelle Rochanne Dias de; OLIVEIRA, Geilson Fernandes de; NOGUEIRA, Maria Adriana. Análise do discurso, Foucault e mídia: entrevista com

Maria do Rosário Gregolin. **Diálogo das Letras**, Pau dos Ferros, v. 7, n. 1, p. 201-207, jan./abril. 2018. Disponível em: <http://periodicos.uern.br/index.php/dialogodasletras/article/view/2982/1592>
Acesso em: 14 maio 2020.

OLIVEIRA, Geilson Fernandes; MENDES, Marcília Luzia Gomes da Costa. A verdade como um problema epistemológico. **Revista Espaço acadêmico**, n. 182, p. 36-44, jul. 2016. Disponível em: <http://periodicos.uem.br/ojs/index.php/EspacoAcademico/article/view/29940>
Acesso em: 14 jun. 2020.

ORLANDI, Eni P. **Análise de discurso**: princípios e procedimentos. Campinas, SP: Pontes, 1999.

PÊCHEUX, Michel. Análise automática do discurso (AAD-69). In: GADET, Françoise; HAK, Tony. (Orgs.). **Por uma análise automática do discurso**: uma introdução à obra de Pêcheux. Campinas: Editora da UNICAMP, 1990, p. 61-161.

PEREIRA, Rejane Cristina Barbosa; MOMESSO, Maria Regina. Discursos da felicidade: a construção de simulacros identitários. **Diálogos Pertinentes** – Revista Científica de Letras, Franca (SP), v. 7, n. 2, p. 53-72, jul./dez. 2011.

PRADO, José Luiz Aidar. **Convocações biopolíticas dos dispositivos comunicacionais**. São Paulo: EDUC: FAPESP, 2013.

REVEL, Judith. Uma subjetividade que jamais cessa de inventar-se a si própria. In: Michel Foucault – 80 anos. **IHU ON-LINE**, São Leopoldo, ano VI, n. 203, 2006, p. 20-27. Disponível em: <http://www.observatoriodeseguranca.org/files/foucault%20unisinos.pdf>. Acesso em: 08 jul. 2020.

RIBEIRO, Renato Janine. Apresentação a Norbert Elias. In: NORBERT, Elias. **O processo civilizador**. Vol. 1. Uma história dos costumes. 2. ed. Rio de Janeiro: Zahar, 2011.

ROHDEN, Fabíola. Prescrições de gênero via autoajuda científica: manual para usar a natureza? In: **Ciências na vida** – Antropologia da Ciência em Perspectiva. São Paulo: Terceiro nome, 2012.

RUBIN, Débora. O maior vendedor de livros do Brasil. **Isto É**. Disponível em: http://www.istoe.com.br/reportagens/142655_O+MAIOR+VENDEDOR+DE+LIVROS+DO+BRASIL. Acesso em: 13 ago. 2020.

RÜDIGER, Francisco. **Literatura de auto-ajuda e individualismo**. Porto Alegre: Editora da Ufrgs, 1996.

SALEM, Tania. **Manuais modernos de auto-ajuda**: uma análise antropológica sobre a noção de pessoa e suas perturbações. Rio de Janeiro: IMS, 1992.

SCHOCH, Richard W. **A história da (in)felicidade**: três mil anos de busca para uma vida melhor. Rio de Janeiro: BestSeller, 2011.

SEWAYBRICKER, Luciano Espósito. **A felicidade na sociedade contemporânea**: contraste entre diferentes perspectivas filosóficas e a modernidade líquida. Dissertação. Programa de Pós-Graduação em Psicologia da USP, 158p. 2012.

SILVA, Francisco Paulo. (Org.). **Travessias do sentido e outras questões de linguagem**. Mossoró – RN: Queima Bucha, 2008.

SINDICATO NACIONAL DOS EDITORES DE LIVROS. **Painel da venda de livros no Brasil**. 2015. Disponível em: <https://snel.org.br/levantamento-mensal/> Acesso em: 14 dez. 2019.

SODRÉ, Muniz. **Best-seller**: a literatura de mercado. São Paulo: Ática, 1988.

THOMPSON, John B. **Mercadores de Cultura**: o mercado editorial no século XXI. São Paulo: Unesp, 2013.

THOMPSON, John B. **A mídia e a modernidade**: uma teoria social da mídia. Petrópolis, RJ: Vozes, 1998.

TUCHERMAN, Ieda. Desvendando um enigma: autoajuda, mídia e biopoder. In: ROCHA, Rose de Melo; CASAQUI, Vander. (Orgs.). **Estéticas midiáticas e narrativas do consumo**. Porto Alegre: Sulina, 2012.

TURMINA, Adriana Cláudia. **Autoajuda nas relações de trabalho**: a (con)formação de um trabalhador de novo tipo. Tese. Doutorado em Educação. UFSC. Florianópolis, SC, 2010.

VEYNE, Paul. **Foucault, seu pensamento, sua pessoa**. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2014.

SOBRE O AUTOR

Geilson Fernandes de Oliveira é Doutor em Estudos da Mídia pelo Programa de Pós-Graduação em Estudos da Mídia (PPGEM), da Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN). Mestre em Ciências Sociais e Humanas pelo Programa de Pós-Graduação Interdisciplinar em Ciências Sociais e Humanas (PPGCISH), da Universidade do Estado do Rio Grande do Norte (UERN). Especialista em Gestão Pública e em Literatura e Ensino (UAB/IFRN). Graduado em Comunicação Social, com habilitação em Jornalismo, pela Universidade do Estado Rio Grande do Norte (UERN). Tem experiência como docente na Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN) e Faculdade Católica do Rio Grande do Norte, com atuação na graduação e pós-graduação. Atualmente, é professor auxiliar do Departamento de Comunicação Social da Universidade do Estado do Rio Grande do Norte (UERN).

Suas pesquisas versam sobre as seguintes áreas de estudo: mídia e discurso, comunicação, sociabilidade e emoções, produção de sentidos, subjetividades e identidades, comunicação e jornalismo. É membro do Grupo de Pesquisa Informação, Cultura e Práticas Sociais (UERN) e do GEMINI - Análise e Pesquisa em Cultura, Processos e Produtos Midiáticos (UFRN). Membro da Sociedade Brasileira de Estudos Interdisciplinares da Comunicação - INTERCOM.

Mais informações: Lattes: <http://lattes.cnpq.br/4844174677497419> |
Orcid: <http://orcid.org/0000-0002-3278-4044>

ISBN 978-65-88660-13-3





ISBN 978-65-88660-13-3