

A VIDA BOA¹

Luís Roberto Barroso

Talvez fosse intuitivo supor que eu lhes falaria esta noite sobre Direito. Ou sobre teorias da justiça. Ou ainda, quem sabe, sobre carreiras jurídicas. Mas seria excessivamente óbvio. Quem veio até aqui por uma dessas razões, tem todo o direito de pedir o dinheiro de volta. Eu gostaria de lhes falar hoje sobre a vida boa. Sobre o sucesso e a felicidade. E os caminhos possíveis para chegar até lá. Há três marcos nesse caminho. O primeiro deles é “conhecer-se a si mesmo”.

I. CONHECER-SE A SI MESMO

Na entrada do Oráculo de Delfos, templo dedicado a Apolo, na Grécia antiga, encontrava-se a seguinte inscrição: “Conhece-te a ti mesmo e conhecerás o Universo e os Deuses”. A frase, que foi popularizada por Sócrates, é atribuída a Tales de Mileto, tendo sido proferida há mais de 2.500 anos. É considerada o marco do nascimento da filosofia ocidental, ao passar o homem e sua capacidade de reflexão para o centro dos acontecimentos. Cabe a cada indivíduo definir a sua relação consigo mesmo, com os outros e com o mundo.

No entanto, na pressa aflita dos tempos modernos, as pessoas estão excessivamente voltadas para o exterior. Uma busca permanente por fama, riqueza e poder. Mas há portas que só abrem por dentro. Entre elas, a do autoconhecimento, a construção da própria identidade, a auto-realização. Aquilo que faz cada um de nós ser único e com uma missão própria. É preciso que cada um ouça o coração e a mente para descobrir sua verdade interior, seus sentimentos mais profundos, o seu lugar no mundo. E seus desejos mais reais. Mas atenção: quase todos os desejos são possíveis. Por isso mesmo, é preciso estar consciente do que se deseja.

Eu insisto: o que você não encontrar dentro de si mesmo, não encontrará em parte alguma. Ao localizar a sua estrela, siga-a sem temer. No caminho, irá descobrir quais são as suas virtudes e fraquezas. Enfrente e supere aquilo que não gostar em você. Transforme-se na pessoa que deseja verdadeiramente ser. A vida é feita do que a gente pensa, do que a gente diz e do que a gente faz. Tudo isso é passível de controle. Nós somos

¹ Discurso proferido como Patrono da formatura das Turmas da Noite do Centro Universitário de Brasília (UniCeub), em 20 de março de 2014.

criações de nós mesmos. Quem conhece a si mesmo e domina as próprias emoções, compreende melhor o outro e coloca-se melhor no mundo. O autoconhecimento dá empatia e segurança nos caminhos da vida.

Em resumo: descubra dentro de você o que faz o seu coração bater, qual é o seu sonho pessoal, onde mora a sua estrela. Em seguida, trace o rumo e vá buscá-la. O mundo conspirará a seu favor.

O segundo marco no caminho rumo ao sucesso e à felicidade é “ser bom”.

II. SER BOM

Ser bom significa viver uma vida boa, uma vida ética. Nela se incluem o amor próprio, o respeito pelas demais pessoas e a prática dos valores que promovam o bem. Ser bom é cultivar um padrão geral de fraternidade, dirigido a todas as pessoas, fundado na boa-fé (não querer passar ninguém para trás), na boa-vontade (uma atitude construtiva em relação a todos) e na compaixão (solidariedade com o sofrimento alheio). O compromisso com o bem está presente em todas as grandes tradições filosóficas e religiosas universais, materializado na regra de ouro: trate os outros como gostaria de ser tratado.

Immanuel Kant, um dos maiores filósofos da história da humanidade, enunciou a mesma ideia em uma frase memorável: “Aja de tal forma que a máxima que inspira a sua conduta possa se transformar em uma lei universal”². Parece complexo, mas é muito simples. Diante da dúvida razoável acerca do modo certo de agir, duas perguntas, como regra geral, poderão resolver o problema: “E se fizessem isso comigo?”; ou, então: “E se todo mundo se comportasse assim”? O mundo é uma unidade e fazer mal aos outros é uma forma de fazer mal a si mesmo.

A propósito, um dos segredos da vida é não dar reciprocidade a maus sentimentos. Ceder a esse impulso é desencontrar-se de si mesmo. Não se combate o mal com o mal. Seja dono do que você pensa e deseja. Além disso, perdoe rápido. Ao menos intimamente. E nunca guarde rancor no coração. Só faz mal a quem o sente. Evite criticar e

² Immanuel Kant, *Fundamentação da metafísica dos costumes*, 2004, p. 33.

julgar quando seja possível. São atitudes que costumam revelar descontentamento consigo próprio. E, por fim, procure cultivar o prazer de ajudar os outros. Com discrição e humildade. É uma das formas mais poderosas de fazer bem a si mesmo. A vida é na verdade bastante simples: o que a gente dá, a gente recebe³. Nas palavras de Nelson Mandella: “É a diferença que fazemos nas vidas dos outros que determinará a importância da vida que levamos”.

Em suma: não faça mal a ninguém, não dê reciprocidade a maus sentimentos, perdoe rápido e seja generoso com os outros. Encha o mundo de energia positiva. Costuma dar bom retorno.

O terceiro e último marco consiste em “fazer bem feito” o que nos toque fazer.

III. FAZER BEM FEITO

Tudo o que merece ser feito, merece ser bem feito. Vocês tiveram acesso a uma universidade em um país no qual ainda existe grande *deficit* educacional. Não se desperdicem. Não sejam mais ou menos. Ousem saber. Busquem o conhecimento. Mais do que isso, busquem a sabedoria. Em obra que se perpetuou no tempo, Aristóteles observou que a vida boa exige três características⁴: *virtude*, que significa ter os valores certos, cultivar o bem; *sabedoria prática*, que se traduz em trazer a virtude para o plano concreto, saber tomar a decisão adequada nas diferentes situações da vida; e *coragem moral*, que é a capacidade de superar as próprias fraquezas e fazer o que se sabe que é certo. Mesmo quando o preço a pagar seja a incompreensão.

Sejam bons naquilo a que se dedicarem. Preocupem-se em se aperfeiçoar e em inovar. Percorram caminhos que ainda não foram trilhados. Descubram. Inventem. Façam diferença. Sejam o melhor que puderem ser. É mais valioso e leva mais longe do que querer ser melhor do que os outros. Estejam preparados para não realizarem todos os seus sonhos. Mas, por isso mesmo, não deixem de celebrar aquilo que puderam conquistar. É aí que mora a verdadeira fortuna. Além disso, sejam generosos e compartilhem

³ Louise Hay, *Você pode curar sua vida*, 1999, p. 13.

⁴ Aristóteles, *Ética a Nicômaco*, 2007.

o próprio conhecimento. E lembrem-se: às vezes, a gente ensina com palavras. Outras vezes, com ações. Mas de verdade, de verdade, a gente ensina mesmo é sendo.

Eu gosto de dizer aos meus alunos, desde o primeiro discurso de formatura que fiz: as coisas não caem do céu. É preciso ir buscá-las. Correr atrás, mergulhar fundo, voar alto. Muitas vezes, será necessário voltar ao ponto de partida e começar tudo de novo. As coisas, eu repito, não caem do céu. Mas quando, após haverem empenhado cérebro, nervos e coração, chegarem à vitória final, saboreiem o sucesso gota a gota. Sem medo, sem culpa e em paz. É uma delícia. Sem esquecer, no entanto, que ninguém é bom demais. Que ninguém é bom sozinho. E que, no fundo no fundo, por paradoxal que pareça, as coisas caem mesmo é do céu, e é preciso agradecer.

IV. O SUCESSO E A FELICIDADE

Quem conhecer a si mesmo, for bom e fizer bem feito – tão bem quanto possa fazer –, estará pronto para viver uma vida completa. Esses três marcos apontam um bom caminho para o sucesso e a felicidade. Só falta convencionar o que seja, exatamente, o sucesso e a felicidade. A seguir, uma tentativa.

Sucesso é a capacidade de nos tornarmos aquilo que verdadeiramente queremos e podemos ser. Um equilíbrio entre razão, sentimento e realizações. É viver em harmonia com as outras pessoas, com a natureza e consigo mesmo. Uma sensação inabalável de paz interior e autoconfiança. Serena e sem pretensão. O sucesso vem de dentro, mas aumenta a capacidade de olhar para fora de si. E, desse modo, apreciar a diversidade da vida, e não querer que todos sejam iguais a si próprio. Respeitar o outro na sua inteireza e alteridade e, ainda assim, não precisar da aprovação de ninguém para ser o que se é. “Ninguém te dá quem és”, escreveu Fernando Pessoa⁵. Sucesso é não precisar ganhar o mundo para ser feliz. Mas é, sobretudo e em qualquer caso, não perder a alma jamais.

Por fim, todas as pessoas existem para serem felizes. É este o fim último da existência. A felicidade é feita de paz interior, prazeres legítimos e sentido para a

⁵ Fernando Pessoa, “Nunca a alheia vontade cumpras por própria”, in *Odes* de Ricardo Reis. Disponível na íntegra *online* em: <http://www.citador.pt/poemas/nunca-a-alheia-vontade-cumpras-por-propria-ricardo-reisbrheteronimo-de-fernando-pessoa>.

vida. Muito importante: ninguém é depositário da felicidade dos outros. Nem pai, nem mãe, nem esposa, nem marido. Cada um tem a própria chave para esta porta. E também ela só abre por dentro. É você seu amigo ou inimigo. Segundo as pesquisas, há três ingredientes que costumam ajudar a ser feliz: riqueza, saúde e amigos⁶. É bom qualificar cada um deles.

Riqueza só de dinheiro não faz ninguém feliz. Todos conhecerão a história do sujeito que foi ficando tão pobre, tão pobre, que no final só tinha dinheiro. Conforto e segurança são muito bons, mas as coisas materiais certamente não estão no topo da hierarquia de uma existência feliz. Riqueza de verdade é a do espírito. Saúde física ajuda, mas às vezes foge ao nosso controle. Mas saúde da mente e do espírito estão ao alcance da nossa inteligência. Inteligência emocional e inteligência espiritual operam milagres no corpo físico. E, por fim, amizades genuínas fazem parte de uma vida completa. Elas exigem confiança e afeto. Portanto, sejam confiáveis e afetuosos. Unilateralmente. Os amigos virão. As relações pessoais são espelhos de nós mesmos.

Termino aqui, meus queridos amigos, agradecendo, comovido, a lembrança do meu nome e a acolhida que me deram. Pessoas como vocês foram abençoadas pela vida e estão condenadas ao sucesso e à felicidade. Por isso, ousei fazer algumas reflexões. Mas cada um é feliz à sua maneira. Vocês encontrarão o próprio caminho. Despeço-me tomando emprestado uma frase inspiradora de Mahatma Ghandi: “Seja você a mudança que deseja para o mundo”. Vão em paz, cumpram o seu destino, façam o mundo melhor.

Brasília, 20 de março de 2014

⁶ Dalai Lama, *Beyond religion: ethics for a new world*, 2011, p. 31.