

Szczęście i jego znaczenie

Osiągnięcie szczęścia to prawdziwe dążenie ludzkości. Spędzamy większość naszego życia w pogoni za szczęściem.



Martin E. P. Seligman

Jak zauważa psycholog Martin E. P. Seligman "Wypowiedziano więcej słów, aby zdefiniować szczęście niż w celu rozwiązania jakiegokolwiek innej filozoficznej kwestii" ⁽¹⁾. Rzeczywiście, szybkie wyszukanie w wyszukiwarce Google pokazuje 24 miliony artykułów związanych z pojęciem szczęścia.

Szczęście nadal pozostaje jednak nierozumianą koncepcją. Mimo wszystko ludzie ciągle przypisują tej idei pewne stany, cechy charakterystyczne i opisy, które nie pasują lub zawężają znaczenie koncepcji szczęścia. Zdaniem wybitnego psychologa Michaela Argyle ludzie generalnie opisują szczęście w granicach zadowolenia, satysfakcji, spokoju umysłu, poczucia spełnienia, rozkoszy i radości. ⁽²⁾

Ustanawiając ściślej swoje granice pojęciowe, Seligman rozważa za istotne, aby człowiek był w stanie odróżnić chwilowe szczęście od trwałego. ⁽³⁾ Szczęście chwilowe może być rozszerzone poprzez doświadczenie (przyjemności) jak: pójście do kina, teatru, zakupy, jedzenie czekolady, uzyskanie awansu, podwyżki pensji, itp. Lecz by uzyskać stałość szczęścia nie

wystarczy zwiększyć liczby epizodów szczęścia chwilowego. Prawdopodobnie dlatego koncepcja szczęścia doznała tak wiele niezliczonych interpretacji na przestrzeni wieków.

A propos szczęścia, medium Divaldo Pereira Franco wygłosił zdumiewającą uwagę na ten temat.

Divaldo nawiązał do przeszłości, wskazując na hedonizm jako kierunek filozoficzny powstały w starożytnej Grecji, hołdujący „przyjemności i pięknu jako nadrzędnym wartościom ludzkiego życia” ⁽⁴⁾. Postawa hedonistyczna wciąż ma silne znaczenie w dzisiejszych czasach. Jednymi z najbardziej znanych reprezentantów tej szkoły byli Arystyp z Cyreny (435-366 p.n.e.) i Epikur z Samos (342-270 p.n.e.)

Hedonistyczne myślenie w dzisiejszych czasach



Arystyp z Cyreny

Tak więc podczas gdy Arystyp określił przyjemność jako wartość samą w sobie, którą można używać intensywnie, Epikur określił umiar przyjemności, w celu dotarcia do prawdziwego szczęścia.

“Te dwie doktryny były myłone przez wieki, lecz to co pozostało w historii to koncepcja hedonisty Arystypa, który

głosił nieskrępowane poszukiwanie zmysłowych przyjemności, takich jak jedzenie, picie, spanie i seks, bez jakichkolwiek moralnych ocen.”⁽⁵⁾

Łatwo możemy dostrzec, że hedonistyczny sposób myślenia mocno wpływa na ogromną większość ludzi obecnie wcielonych. Wystarczy spojrzeć na uzależnienie od narkotyków, alkoholizm, oraz uzależnienie od seksu, które zdominowały przede wszystkim młode umysły. Lecz w rażącym kontraście z wyżej wymienionymi myślicielami stoi Sokrates (469-399 p.n.e.):

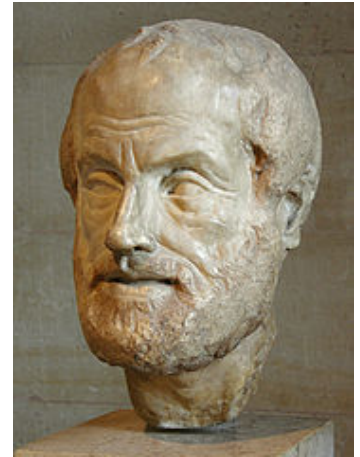
“Już wówczas stwierdził on, że szczęście jest niezależne od stanu posiadania i odczuwania bólu. Prawdziwym szczęściem jest samo istnienie. Lecz aby je osiągnąć potrzebne są jeszcze trzy czynniki: czyste myślenie, uczciwe postępowanie i zdrowe słowa”.⁽⁶⁾

Franco wspomniał także o wybitnym cyniku, Diogenesie z Synopy, (412 – 323 p.n.e.) który żył jak żebrak i z tej perspektywy gardził potężnymi społecznymi konwencjami. Jego filozofia stanowczo potępiała przyjemności, pożądanie i zmysłowość.⁽⁷⁾ Kolejnym filozofem, którego idee także nas zafascynowały, a który jednocześnie wywarł wielki wpływ na dzisiejszy sposób myślenia akademickiego, jest Arystoteles (384-322 p.n.e.), uczeń Platona. Arystoteles stworzył koncepcję nazywaną *Eudajmonia*, od greckiego słowa “eu” – odwołanie do idei dobra lub dobrobytu – oraz “daemon” czyli Dusza.

I tutaj jest już widoczny postęp w omawianej dziedzinie, gdyż, jak zauważa uczony Eduardo Wills, Eudajmonia dotyczy dobra ważniejszego niż hedonistyczne szczęście, gdyż odnosi się do realizacji potencjału człowieka.⁽⁸⁾

Szczęście i jego związek z czystym i

moralnym życiem



Arystoteles –
rzeźba Lizypa

Arystoteles interpretuje szczęście jako część czystego lub etycznego rozumienia życia. Lecz ostatecznie to poszukiwanie szczęścia nadaje kierunek ludzkiemu działaniu.

Arystotelesowska myśl wspiera pogląd, że aby dowiedzieć się, jaki jest prawdziwy sens szczęścia niezbędne jest zbadanie ludzkiej natury (Ducha) w całej jej złożoności. ⁽⁹⁾

Z tej perspektywy jest pewne, że rozwijanie ludzkich zdolności do całkowitej ich doskonałości prowadzi do szczęścia, dlatego stanowi to nasze życiowe zobowiązanie. Dodajmy do tego jeszcze słowa Willsa: "Zatem pogoń za szczęściem będzie miała swoje praktyczne uzasadnienie jako prowadzenie cnotliwego życia".

W tej koncepcji szczęście to podążanie drogą, na której używamy i rozwijamy nasze zdolności. Rzeczywiście, dobrze znane dziś osobistości związane z finansowymi i politycznymi skandalami poważnie naruszyły poziom swojego szczęścia, gdyż nie dostosowały się do czystego moralnie postępowania.

Ostatecznie ich nazwiska są dzisiaj synonimem krzewienia zła lub łamania prawa. Bardzo pomyślny jest fakt, iż naukowiec taki

jak Wills oświadcza: satysfakcja wynikająca z duchowości przyczynia się do uzyskania wyższych poziomów satysfakcji z życia zgodnie z eudajmoniczną wizją szczęścia. ⁽¹⁰⁾

Jednakże, podczas badania niuansów szczęścia, Michael Afsygle zasugerował, że "Szczęście może być rozumiane jako odzwierciedlenie satysfakcji z życia, lub [odzwierciedlenie] częstości i intensywności przeżywania pozytywnych emocji" ⁽¹¹⁾. Poważne naukowe dowody mówią, że pozytywne emocje tworzą ochronę przeciwko starzeniu się, jak potwierdza Seligman ⁽¹²⁾.

Należy dodać, że badacze szczęścia twierdzili, iż ludzie i narody znajdują się na różnych poziomach szczęścia, co można ocenić biorąc pod uwagę odczucia związane z wymiarami: relacje społeczne, praca lub bezrobocie, rozrywka, pieniądze, kultura, osobowość, zadowolenie, satysfakcja z życia, wiek, płeć, zdrowie i tak dalej. ⁽¹³⁾

Co czyni życie wartościowym?

Bazując na tym, Afsygle stwierdził, że ogólne warunki życia wpływają na szczęście. Tak więc szczęście jest wielowymiarową koncepcją. Innymi słowy: jest wynikiem wielu przyczyn. Jak wiemy w dzisiejszym świecie pieniądze odgrywają dużą rolę w życiu ludzi, lecz niekoniecznie są synonimem szczęścia.

Seligman wypowiedział się na ten temat następująco: "Bardziej niż pieniądze same w sobie, wpływa na szczęście to jaką wagę im nadajesz ...". ⁽¹⁴⁾ Lecz co sprawia że życie staje się wartościowe? Zgodnie z badaniem przeprowadzonym na globalną skalę przez instytut Gallupa, niezbędne jest zaspokojenie pięciu podstawowych elementów, mianowicie: kariery zawodowej, finansowej, rozwoju w sferze społecznej, rozwoju fizycznego i zbiorowego dobrostanu. ⁽¹⁵⁾

W dzisiejszych czasach istnieje nawet ranking poziomu

szczęścia narodów – na przykład “Indeks szczęśliwości planety”, który mierzy długość życia, dobrostan i czynniki ekologiczne. Chociaż czynniki te służą jako miernik, pozostają niedoskonałe, ponieważ każdy używa pewnej grupy zmiennych lub określonych kryteriów pomiaru, co w końcu prowadzi, w pewnym sensie, do subiektywizmu. Co więcej, odnotowujemy, że obecne myślenie i pomiary szczęścia wyraźnie skłaniają się w stronę „mieć” niż w stronę „być”.

Co zatem może zaoferować nam religia, jeśli chodzi o szczęście w świecie, w którym tak bardzo szczęścia brakuje?

Seligman twierdzi: „Związek pomiędzy nadzieją na lepszą przyszłość a religijną wiarą jest prawdopodobnie kamieniem węgielnym, dzięki któremu religia oddala rozpacz i zwiększa szczęśliwość [...]” ⁽¹⁶⁾.

Lecz by uwzględnić całą zawiłość materialnego świata, Duch imieniem Joanna de Angelis idzie jeszcze dalej, zapewniając, że : “[...] nie można odczuwać pełnej gamy możliwego szczęścia podczas swojej cielesnej podróży, ale poprzez postępowanie moralne każdy może złagodzić cierpienia, które mają źródło w godnych pożałowania doświadczeniach powstałych w ich poprzednich wcieleniach.” ⁽¹⁷⁾ Z kolei Allan Kardec mądrze podsumował: „Szczęście nie należy do tego świata”. ⁽¹⁸⁾

Propozycja Sokratesa a spirytystyczne podejście



Divaldo Franco

Divaldo P. Franco przypomina nam: „Spirytyzm rozpatruje pojęcie szczęścia z pozycji nauki Sokratesa i Jezusa. Sokrates twierdzi, że ważniejsze jest „być” niż „mieć”. Szczęście z punktu widzenia teorii Sokratesa jest rezultatem dobrych myśli, zrównoważonych działań i spokojnego serca. Można mieć spokojne serce, gdy zachowujemy się poprawnie, i możemy zachowywać się w sposób zrównoważony, jeżeli nasze myśli są powiązane z dobrem.” ⁽¹⁹⁾

Ta koncepcja została całkowicie wchłonięta przez nowo powstałe chrześcijaństwo. Jezus pokazał poprzez swoje krótkie – aczkolwiek pełne największej spójności – życie, że dla człowieka większe znaczenie od zewnętrznych wartości ma osiągnięcie stanu spokoju.

Dlatego też spirytyzm – wyjaśnia Franco – broni tezy, że prawdziwe szczęście pochodzi ze spokojnej świadomości, naturalnej konsekwencji tych istot, które posiadają prosty charakter i opierają się na prostocie postępowania.

Divaldo Franco, szanowane medium, dostarcza nam sensownego wytłumaczenia tego tematu, które też zasługuje na naszą refleksję:

“Dlaczego szczęście nie jest z tego świata? Ponieważ żyjemy w świecie relatywnym a szczęście jest stanem trwałym. Dopóki żyjemy w relatywizmie, żyjemy niestabilnie. Szczęście musi być stabilne. Dlaczego istnieje taki relatywizm? Ponieważ mylimy

przyjemność ze szczęściem [...]” ⁽²⁰⁾

W tym sensie Joanna de Angelis informuje nas, że “Jedynie poprzez zdobywanie wiecznych wartości uzyskujemy harmonię, która zwycięża oraz nabywamy bogactwo którego nie stracimy”.

⁽²¹⁾ Franco z kolei wyjaśnia, że Jezus poprzez swoją misję przebudzenia nas do prawdy, pokazał nam, że Jego królestwo nie jest z tego świata. Oznacza to, że [...] szczęście należy do królestwa Boga.”

Pełnia szczęścia będzie naszym udziałem

Dodajmy, że w stwierdzeniu *królestwo Boga nie jest z tego świata* zawarta jest pewna subtelność: królestwo nie jest z tego świata, lecz zaczyna się w tym świecie. To właśnie tutaj powinniśmy umieścić filary naszego szczęścia oraz stworzyć etyczne i moralne podstawy naszego życia [...]” ⁽²²⁾

“[...] aby przejść do tego transcendentálnego świata, pozostajemy tutaj na Ziemi i przygotowujemy kolejne kroki wznoszące nas tam poprzez nasze czyste moralnie życie.” ⁽²³⁾
Słusznie Franco zauważa, że, „Jezus przybył by stworzyć prawdziwe szczęście, Dobroć. Jeśli chcemy szczęścia, kochajmy, lecz w taki sam sposób w jaki kochamy siebie, z miłością własną, którą wiele osób nie posiada [...]”. ⁽²⁴⁾

Prawdziwe szczęście prowadzi do wewnętrznego spokoju, ponieważ jest stworzone na bazie uniwersalnych praw. Nie zależy od żadnych dóbr materialnych lub chwilowych przyjemności. Wreszcie, Kardec dostarcza nam interesującego wyjaśnienia na temat transcendentálnego znaczenia szczęścia:

“Najwyższe szczęście składa się z radości otrzymanej z wszystkich wspaniałości stworzenia, których żaden ludzki język nie jest w stanie opisać, ani nawet najbardziej płodna wyobraźnia nie potrafi objąć. Najważniejszym aspektem szczęścia jest także dociekanie istoty wszechrzeczy, przy

braku moralnego i fizycznego cierpienia, przy intymnej satysfakcji, przy niewzruszonym spokoju duszy, w miłości otaczającej i przenikającej wszystkie istoty, bez ścierania się ze złem, i przede wszystkim – szczęściem jest kontemplacja Boga i zrozumienie Jego tajemnic ujawnianych najbardziej godnym. Szczęście zawiera się także w zadaniach, które sprawiają, że czujemy się szczęśliwi. Czyste Duchy są Mesjaszami lub Posłańcami Boga. Przekazują lub wykonują Jego wolę. Wypełniają wielkie misje, przewodząc przy tworzeniu światów oraz wprowadzaniu ogólnej harmonii wszechświata, wspaniałe zadanie otrzymywane przez wzgląd na ich doskonałość. Te z nich, które znajdują się na najwyższych poziomach doskonałości, jako jedyne poznały tajemnice Boga. Duchy te znajdują się pod inspiracją Jego woli, a więc są jej bezpośrednimi reprezentantami”.⁽²⁵⁾ To niezmiernie szczęście jest nam przeznaczone, lecz musimy pracować, by na nie zasłużyć.

Bibliografia:

1. SELIGMAN, M.E.P. *Felicidade autêntica: usando a nova psicologia positiva para a realização permanente*. Rio de Janeiro: Objetiva, 2004, strona 31.
2. ARGYLE, M. *The psychology of happiness*. London: Routledge, 1987, strona 2.
3. SELIGMAN, M.E.P. *Felicidade autêntica: usando a nova psicologia positiva para a realização permanente*. Rio de Janeiro: Objetiva, 2004, strona 67.
4. FRANCO, D.P. *Divaldo Franco: responde*. Vol. 2. São Paulo: Intelítera, 2013, strona 161.
5. _____ . _____ . strona 161-162.
6. _____ . _____ . strona 164.
7. _____ . _____ . strona 162.

8. WILLS, E. Spirituality and subjective well-being: evidences for a new domain in the personal well-being index. *Journal of Happiness Studies*, v. 10, n.1, strona 52, 2009.
9. _____ . _____ . strona 55.
10. _____ . _____ . strona 55.
11. ARGYLE, M. *The psychology of happiness*. London: Routledge, 1987, strona 13.
12. SELIGMAN, M.E.P. *Felicidade autêntica: usando a nova psicologia positiva para a realização permanente*. Rio de Janeiro: Objetiva, 2004, strona 56.
13. VASCONCELOS, A.F. Broadening even more the internal marketing concept. *European Journal of Marketing*, v. 42, n. 11/12, strona 1248, 2008.
14. SELIGMAN, M.E.P. *Felicidade autêntica: usando a nova psicologia positiva para a realização permanente*. Rio de Janeiro: Objetiva, 2004, strona 72.
15. RATH, T. e HARTER, J. *Well-being: the five essential elements*. New York: Gallup, 2010, strona 6.
16. SELIGMAN, M.E.P. *Felicidade autêntica: usando a nova psicologia positiva para a realização permanente*. Rio de Janeiro: Objetiva, 2004, strona 78.
17. FRANCO, D.P. (Pelo Espírito Joanna de Ângelis). *Lições para a felicidade*. Salvador: Livr. Espírita Alvorada, 2003, strona 12.
18. KARDEC, A. *O Evangelho segundo o Espiritismo*. Versão Digital. Rio de Janeiro: FEB, 2007, rozdział 5, punkt 20.
19. FRANCO, D.P. *Divaldo Franco: responde*. Vol. 2. São Paulo: Intelítera, 2013, strona 167.
20. _____ . _____ . strona 168.

21. _____ . (Pelo Espírito Joanna de Ângelis). *Lições para a felicidade*. Salvador: Livr. Espírita Alvorada, 2003, strona 28-29.

22. _____. *Divaldo Franco: responde*. Vol. 2. São Paulo: Intelítera, 2013, strona 168.

23. _____. _____. strona 174.

24. _____. _____. strona 171.

25. KARDEC, A. *O Céu e o inferno*. Versão Digital. Rio de Janeiro: FEB, 2007, strona 25, punkt 12.

Źródło: oConsolador , <http://www.oconsolador.com.br> , Year 7 – N° 318 – June 30, 2013



**Anselmo Ferreira
Vasconcelos**