

O DILEMA SOBRE A FELICIDADE: PERSPECTIVAS FILOSÓFICAS DA ANTIGUIDADE À CONTEMPORANEIDADE

THE DILEMMA OF HAPPINESS: PHILOSOPHICAL PERSPECTIVES FROM ANTIQUITY TO THE CONTEMPORARY ERA

 <https://doi.org/10.63330/armv2n10-008>

Submetido em: 19/10/2026 e Publicado em: 23/10/2026

ARM: e262484

Ruidnilson Pereira Cardoso

Mestre em Filosofia pela Universidade Estadual de Roraima (UERR)
Professor da Rede Estadual de Ensino de Roraima.

Resumo

Poucos temas acompanharam a história humana de forma tão persistente quanto a busca pela felicidade. Desde que passamos a questionar o que dá sentido à vida, essa inquietação se fez presente — e curiosamente, quanto mais refletimos sobre ela, mais percebemos que não existe uma resposta única para todos. Este artigo percorre as diferentes formas pelas quais a felicidade foi compreendida ao longo da história da filosofia. Por meio de pesquisa bibliográfica, analisamos como cada período desenvolveu sua própria interpretação: os antigos a ligavam à virtude e ao equilíbrio interior; os medievais, à dimensão espiritual da existência; os modernos, à moralidade e ao bem-estar coletivo; e os contemporâneos, à liberdade de cada pessoa construir, por meio de suas escolhas, o que significa viver bem. Cada visão ilumina um aspecto importante dessa experiência, mas nenhuma esgota o tema. Conclui-se que refletir sobre a felicidade não significa chegar a uma definição definitiva, mas manter viva a pergunta sobre aquilo que realmente confere valor à nossa existência.

Palavras-chave: Ética; Felicidade; Filosofia Antiga; Filosofia Contemporânea; Filosofia Moderna.

Abstract

Few questions have shaped human experience as enduringly as the pursuit of happiness. Although it is universally sought, there is no shared understanding of what it actually means. This paper examines philosophical conceptions of happiness from Antiquity through the Middle Ages, Modernity, and into contemporary thought. Each tradition offers distinct perspectives: happiness as virtue and inner harmony, as spiritual fulfillment, as moral duty and collective well-being, and as the freedom to shape one's own life through choices. Rather than resolving the question, this exploration suggests that happiness remains an open inquiry. Its value lies not in a final answer, but in ongoing reflection about what makes life meaningful.



Keywords: Ancient Philosophy; Contemporary Philosophy; Ethics; Happiness; Modern Philosophy.

1 INTRODUÇÃO

Perguntar o que é ser feliz parece uma das coisas mais simples do mundo, até que paramos para responder. Para uns, está na realização profissional; para outros, na tranquilidade da família; há quem encontre satisfação em coisas pequenas, sem grandes ambições materiais. Cada pessoa carrega uma resposta própria, construída ao longo de sua vida. Se hoje, entre nós, já existe tanta diversidade, imagine ao longo de milhares de anos de pensamento.

É essa variedade que desperta nosso interesse. A felicidade não se apresenta como um conceito pronto, sempre igual em todos os tempos e lugares. Ela muda conforme mudamos nós mesmos, conforme mudam os valores de uma época. Por isso, faz sentido perguntar: como essa compreensão se transformou ao longo da história? O que os pensadores de cada período viram que os outros ainda não tinham percebido?

Este artigo justifica-se porque essa busca está presente em quase tudo o que fazemos, mesmo quando não falamos abertamente sobre ela. Estudamos, trabalhamos, cuidamos de quem amamos — muitas vezes porque acreditamos que essas coisas nos trarão uma vida melhor. No entanto, raramente paramos para pensar de onde vêm essas ideias sobre o que é "viver bem". Muitas vezes, simplesmente repetimos noções que absorvemos do meio em que vivemos. Conhecer como os filósofos compreenderam a felicidade ao longo do tempo não vai resolver todas as nossas inquietações, mas pode nos ajudar a fazer escolhas mais conscientes sobre aquilo que realmente desejamos para nós mesmos.

Nosso objetivo é apresentar essas diferentes visões, sem pretender eleger uma como a correta. Queremos compreender como cada época relacionou a felicidade à virtude, à espiritualidade, à convivência entre pessoas e à liberdade. Trata-se de uma pesquisa bibliográfica, baseada na leitura de obras fundamentais da história da filosofia. Não esgotaremos o assunto, mas esperamos oferecer um percurso claro por essas diferentes formas de pensar uma das questões mais antigas e profundas da experiência humana.

2 A FELICIDADE NA FILOSOFIA ANTIGA

Para os gregos, a palavra mais usada era eudaimonia¹. E isso já diz muito: não se tratava de sentir alegria por um momento, mas de uma vida que de fato vale a pena ser vivida. Algo que se constrói com o tempo, com hábitos, com reflexão. Não é algo que simplesmente acontece por sorte.

Platão entendia que a felicidade está ligada à ordem interior. Em *A República*, ele explica que quando a razão guia os desejos com justiça, a pessoa vive em harmonia consigo mesma. Quando, ao

¹ Eudaimonia: termo grego para felicidade ou florescimento humano; vida realizada.



contrário, os impulsos dominam, criamos um desequilíbrio que nos afasta da verdadeira satisfação, mesmo que tenhamos recursos externos (Platão, 2017). Faz sentido pensar assim: vemos pessoas que conquistam muito e ainda assim sentem que algo falta. A felicidade, para ele, vem de dentro primeiro.

Aristóteles avança ao dizer que a felicidade é o propósito final de tudo que fazemos. Buscamos saúde, conhecimento, amizade — mas buscamos todas essas coisas para viver bem. Ser feliz, para ele, não é um momento passageiro. É viver bem ao longo de toda uma existência, fazendo escolhas equilibradas. Como escreve na *Ética a Nicômaco*, "uma andorinha não faz verão" — assim como um dia feliz não torna alguém feliz de forma plena (Aristóteles, 1973). A felicidade é uma conquista de toda uma vida.

Os estoicos² trazem outra perspectiva importante. Sêneca ensinava que nos preocupamos demais com coisas que não controlamos — o que os outros pensam, o sucesso, até mesmo a saúde — e esquecemos de cuidar daquilo que depende de nós: nosso caráter, nossas reações, nossa integridade. Em *Cartas a Lucílio*, ele escreve que a verdadeira tranquilidade está em não depender de circunstâncias externas para estar bem consigo mesmo (Sêneca, 2004).

Já Epicuro é frequentemente mal compreendido. Ele não pregava a busca sem limites por prazer, mas sim a moderação. Na *Carta sobre a Felicidade*, explica que precisamos aprender a desejar menos para sermos mais livres. A felicidade se encontra em coisas simples: uma boa conversa, pessoas queridas, paz de espírito (Epicuro, 2002). Apesar das diferenças, todos esses pensadores compartilham uma mesma convicção: ninguém vive bem sem antes conhecer a si mesmo.

3 A FELICIDADE NA FILOSOFIA MEDIEVAL

Com o pensamento medieval, a reflexão ganha uma nova dimensão. Os pensadores cristãos não rejeitaram os ensinamentos dos gregos — ao contrário — mas passaram a compreender que nenhuma conquista terrena preenche completamente o ser humano. A felicidade completa ultrapassa os limites desta vida.

São Tomás de Aquino reconhece que os bens desta vida são reais e importantes: saúde, amizade, alegria, conhecimento. Mas também são limitados. Nenhum deles é suficiente para satisfazer plenamente aquilo que somos. Na *Suma Teológica*, ele explica que somente o bem infinito — Deus — pode preencher totalmente a busca humana (Aquino, 2003). Isso não significa que a vida aqui não importa. Cada escolha justa, cada gesto de bondade tem valor. Mas a felicidade perfeita é algo que ainda aguardamos, algo que se vive pela fé.

Desse modo, a felicidade passa a ser também uma forma de esperança. Não significa que a vida será sempre fácil, mas que mesmo nas dificuldades, nossa existência possui um sentido maior. É uma visão que

² Estoicos: seguidores do estoicismo, escola que valoriza a razão, a virtude e a serenidade.



não promete ausência de sofrimento, mas oferece uma convicção que sustenta além das circunstâncias imediatas.

4 A FELICIDADE NA FILOSOFIA MODERNA

Na Modernidade, a discussão se desloca. A razão humana passa a ter um papel central, e a felicidade é pensada também como algo que podemos construir juntos, em sociedade.

Immanuel Kant nos lembra de algo importante: ser feliz e fazer o que é certo nem sempre são a mesma coisa. Cada pessoa tem sua própria ideia do que significa uma vida boa. Por isso, não podemos usar a busca pela felicidade como nossa regra moral principal. Na *Fundamentação da Metafísica dos Costumes*, ele argumenta que devemos agir por respeito ao que é justo, independentemente do quanto isso nos traga satisfação pessoal (Kant, 2007). A felicidade é legítima como objetivo de vida, mas não pode justificar tudo que fazemos.

Já o utilitarismo³, com John Stuart Mill, propõe que a felicidade deve ser nossa referência coletiva. Uma ação, uma lei, uma decisão é boa na medida em que contribui para o bem-estar do maior número de pessoas. Em *Utilitarismo*, ele escreve que não basta pensar apenas em nós mesmos; devemos sempre considerar como nossas escolhas afetam os outros (Mill, 2005). Aqui, a felicidade deixa de ser uma preocupação apenas individual e passa a ser também um compromisso comum.

Ambos nos convidam a refletir sobre um equilíbrio necessário: como buscar minha própria realização sem prejudicar ninguém, e como construir uma sociedade onde mais pessoas tenham a oportunidade de viver bem?

5 A FELICIDADE NA FILOSOFIA CONTEMPORÂNEA

Hoje, já não existe um único modelo de felicidade aceito por todos. Isso pode causar insegurança, mas também traz uma liberdade importante: cada pessoa é chamada a pensar por si mesma sobre aquilo que considera uma vida boa.

Friedrich Nietzsche não acreditava em fórmulas prontas. Para ele, a felicidade não é conforto permanente. É ter força para abraçar a vida como ela é — com alegrias e dificuldades — e ter coragem de construir seus próprios valores. Em *Crepúsculo dos Ídolos*, ele escreve que não precisamos que todos vivam do mesmo modo; cada um deve encontrar seu próprio caminho (Nietzsche, 2006).

Jean-Paul Sartre aprofunda essa ideia. Para o existencialismo, não viemos ao mundo com um propósito pré-determinado. "Estamos condenados a ser livres", como diz em *O Existencialismo é um Humanismo*. Cada escolha é nossa, e somos responsáveis por aquilo que fazemos de nós mesmos (Sartre,

³ Utilitarismo: doutrina ética que avalia as ações por suas consequências para o bem-estar geral.



2014). Isso traz peso, é verdade, mas é também o que torna nossa vida verdadeiramente nossa. A felicidade não é um lugar onde chegamos; é o caminho que construímos a cada decisão.

Por fim, Michel Foucault nos convida a questionar os padrões que recebemos prontos. A sociedade nos diz constantemente o que significa ser bem-sucedido, feliz, realizado. Mas vale perguntar: quem definiu esses critérios? Em suas reflexões, ele sugere que viver bem é também ter a coragem de criar um modo de vida que faça sentido para nós mesmos (Foucault, 1984). Pensar por si próprio é, em si mesmo, parte essencial de uma vida verdadeiramente livre.

6 CONCLUSÃO

Percorremos um caminho longo. Os antigos nos ensinaram que a felicidade tem muito a ver com quem somos por dentro. Os medievais nos lembraram que nossa busca nem sempre se esgota nas coisas que podemos tocar. Os modernos mostraram que minha felicidade está entrelaçada com a vida das pessoas ao meu redor. E os contemporâneos nos recordam que, em última instância, somos nós que damos sentido à nossa própria existência.

Nenhuma dessas visões precisa anular as outras. Cada uma delas ilumina um pedaço da experiência humana. Talvez a maior lição seja compreender que não existe uma resposta única. A felicidade não é um enigma com solução escondida. É uma pergunta que cada pessoa responde com a própria vida — nas escolhas pequenas e grandes, nas relações que constrói, na forma como enfrenta os desafios.

Não há um único caminho certo. Mas há sempre o caminho que fazemos nosso, com as escolhas que tomamos. E talvez seja justamente aí que tudo se encontra: não em uma resposta que alguém nos dá, mas na sinceridade com que vivemos aquilo que acreditamos ser o bem. A felicidade não está pronta. Ela se faz, pouco a pouco, enquanto seguimos adiante.

REFERÊNCIAS

- AQUINO, Tomás de. **Suma teológica**: a bem-aventurança, os atos humanos, as paixões da alma. São Paulo: Edições Loyola, 2003. v. 3.
- ARISTÓTELES. **Ética a Nicômaco**. Tradução de Leonel Vallandro e Gerd Bornheim. São Paulo: Abril Cultural, 1973.
- EPICURO. **Carta sobre a felicidade (a Meneceu)**. Tradução de Álvaro Lorencini e Enzo Del Carratore. 3. ed. São Paulo: Editora UNESP, 2002.
- FOUCAULT, Michel. **História da sexualidade 2**: o uso dos prazeres. Tradução de Maria Thereza da Costa Albuquerque. Rio de Janeiro: Graal, 1984.
- KANT, Immanuel. **Fundamentação da metafísica dos costumes**. Tradução de Paulo Quintela. Lisboa: Edições 70, 2007.



MILL, John Stuart. **Utilitarismo**. Tradução, introdução e notas de Pedro Galvão. Porto: Porto Editora, 2005.

NIETZSCHE, Friedrich. **Crepúsculo dos ídolos**: ou como se filosofa com o martelo. Tradução de Paulo César de Souza. São Paulo: Companhia das Letras, 2006.

PLATÃO. **A República**. Tradução de Maria Helena da Rocha Pereira. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian, 2017.

SARTRE, Jean-Paul. **O existencialismo é um humanismo**. Tradução de João Batista Kreuch. 4. ed. Petrópolis: Vozes, 2014.

SÊNECA, Lúcio Aneu. **Cartas a Lucílio**. Tradução de J. A. Segurado e Campos. 2. ed. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian, 2004.

ABBAGNANO, Nicola. **Dicionário de filosofia**. São Paulo: Martins Fontes, 2007.