

## Bem-estar e húbriis

André Lara Resende

"Quem é este indivíduo autônomo e secular - do qual depende a existência do Estado moderno - que vive unicamente para satisfazer e aumentar seus desejos materiais?" (Pankaj Mishra, em "The End of Suffering")

Questionado sobre se o dinheiro traz felicidade, Nelson Rodrigues fez uma pausa e fulminou: "Compra, o dinheiro compra tudo, até amor verdadeiro". Não sei se o teatrólogo realmente acreditava no que disse. Parece-me que sua afirmação deve ser entendida mais como uma "boutade" melancólica sobre a capacidade do ser humano de se iludir com as pompas do mundo do que uma convicção sincera.

Não é o caso da teoria econômica, que postula uma correlação direta entre renda e bem-estar. Todo o edifício teórico da economia está baseado na premissa de que mais renda significa mais consumo e de que mais consumo significa mais bem-estar. Pressupõe-se que a associação seja válida, não apenas no âmbito do indivíduo, mas também no da sociedade. Para a teoria econômica, o bem-estar da sociedade é apenas a soma do bem-estar dos indivíduos.

Há, entretanto, fortes evidências de que a má distribuição de renda afeta negativamente o bem-estar. Em "The Spirit Level", Richard Wilkinson e Kate Pickett mostram que todos os indicadores de saúde física e emocional estão negativamente correlacionados com a desigualdade. Apesar de a teoria econômica desconsiderar o impacto da má distribuição da renda, é intuitivo que o bem-estar deva ser menor numa sociedade desigual. Para um mesmo nível de renda média, ganha-se em bem-estar se a renda for mais bem distribuída. Os estudos de Wilkinson e Kate vão além. Sustentam que não apenas os mais pobres, mas também os mais ricos são menos felizes do que seriam, se a renda fosse mais bem distribuída.

O tema, evidentemente, não é novo. Andou meio esquecido, mas há boas razões para que volte à baila. Se no Brasil a péssima distribuição da renda dá, finalmente, sinais de alguma melhora, nos países avançados, principalmente nos EUA, a distribuição da renda piorou consideravelmente nas últimas décadas. A distribuição da renda na maioria dos países, mesmo desenvolvidos, continua longe do aceitável, mas o verdadeiro problema hoje é a desigualdade entre países e regiões. Num mundo a cada dia mais integrado, o descalabro das desigualdades, ainda mais evidente, alimenta ressentimentos e conflitos. Depois de décadas de rápido crescimento da renda mundial, o fato de que as desigualdades não tenham sido reduzidas, mas, pelo contrário, exacerbadas até mesmo nos países mais desenvolvidos levanta sérias dúvidas sobre a hipótese de que o problema venha a ser resolvido pelo mero crescimento.

Parece-me importante deixar claro que considero as liberdades individuais o valor supremo da verdadeira democracia. Importante, porque há uma tradicional associação entre a defesa da redução das desigualdades e as propostas autoritárias, que suprimem as liberdades em nome da igualdade. A oposição entre igualdade e liberdade, embora não de todo falsa, não significa que haja entre elas uma contradição insuperável. O trauma do comunismo marxista deixou cicatrizes profundas. Ainda hoje é difícil fazer a defesa de uma sociedade menos desigual sem que se presuma a defesa de uma homogeneidade imposta e a subordinação das liberdades aos interesses do Estado.

Pesquisas sobre bem-estar são hoje feitas com frequência e em toda parte. Sabe-se que relação entre renda e bem-estar não é a que pressupõe a teoria econômica. A pobreza nos faz infelizes, é verdade, mas a partir de certo ponto o dinheiro não traz mais felicidade.

Uma pesquisa recente nos EUA, com observações diárias de mil pessoas e mais de 450 mil respostas, para o Índice de Bem-Estar Gallup-Healthways, mostra que o nível de renda familiar a partir do qual o bem-estar deixa de estar associado ao aumento da renda é de aproximadamente US\$ 75 mil ao ano, nas áreas onde o custo de vida é alto, podendo ser menos, nas regiões onde o custo de vida é menor. A partir daí, não há mais aumento de bem-estar quando a renda aumenta.

Não há mais como justificar a defesa da ambição material. Numa sociedade de ambiciosos, o bem-estar vivido é inferior para todos

O resultado não apenas contradiz frontalmente a teoria econômica como é contraintuitivo. Mais renda significa mais opções. Não apenas de consumo, mas também de tempo livre para o lazer, para férias, para viagens e outras diversões. Era de esperar que o ganho adicional de bem-estar fosse menor para rendas mais altas ou, como dizem os economistas, que a utilidade marginal da renda fosse decrescente. O que surpreende é que seja nulo a partir de um nível de renda familiar tão baixo. Por que, satisfeitas as necessidades básicas, o aumento do bem-estar não acompanha o aumento da renda?

Antes é preciso fazer a distinção entre bem-estar e satisfação pessoal. Embora possam parecer equivalentes, ou ao menos altamente correlacionados, segundo Daniel Kahneman, são coisas inteiramente diferentes. Kahneman é um psicólogo israelense, professor emérito da Universidade de Princeton nos EUA, que ganhou o Prêmio Nobel de Economia em 2002, por seus trabalhos sobre tomada de decisão em condições de incerteza. Seu último livro, "Thinking, Fast and Slow", percorre toda a sua trajetória, desde o início da carreira de pesquisador, em linguagem acessível. É leitura obrigatória não apenas para os interessados em psicologia e economia, mas para todas as pessoas intelectualmente curiosas. Nesse caso, vale o que costumava dizer Rudiger Dornbusch, professor de toda uma geração de economistas formados no MIT: ao terminar a leitura você será um ser humano melhor.

Para a teoria econômica, a medida de bem-estar é chamada de "utilidade". Mais renda, maior possibilidade de consumo, inclusive de lazer, aumenta a utilidade desfrutada. O termo foi cunhado por Jeremy Bentham, no século XIX, como uma aproximação da sensação percebida de dor e prazer, que segundo ele era o fio condutor da ação humana. Nem o próprio Bentham, que se desculpu por não ter encontrado um termo melhor, ficou satisfeito, mas o termo foi adotado pela teoria econômica. Kahneman chama a atenção para o fato de que a utilidade a que Bentham se referia não coincide com o que a teoria econômica passou a denominar de utilidade. A utilidade de Bentham é uma medida de satisfação sentida, já a utilidade da teoria econômica é uma medida de desejabilidade. Os dois conceitos só coincidem se - como assume a teoria - as pessoas desejam o que lhes dá satisfação e têm satisfação quando obtêm aquilo que desejam. Essa coincidência está por trás da hipótese de racionalidade dos agentes econômicos. Agentes racionais sabem o que desejam, não entram em contradição e tomam decisões que maximizam o seu bem-estar ou a sua utilidade. Grande parte da contribuição de Kahneman, em parceria com o amigo e colaborador Amos Tversky, para a teoria econômica foi justamente demonstrar as muitas situações em que essa hipótese não é válida.

Segundo Kahneman, a utilidade sentida de Bentham não coincide com utilidade de decisão da teoria econômica. Essa conclusão decorre da observação de que há uma diferença entre o eu que sente e o eu que lembra. O eu que sente é o que responde à pergunta "como me sinto

neste momento?". Já o eu que lembra é o que responde à pergunta "qual é minha impressão da experiência depois que ela terminou?".

O eu que lembra tem duas peculiaridades que fazem que ele não coincida com o eu que sente. Para o eu da memória, tanto no caso das boas como no caso das más experiências, o tempo de duração é menos importante do que os picos, especialmente dos picos mais próximos do fim da experiência.

Férias nas quais houve alguns momentos de grande satisfação - especialmente se terminaram bem - são lembradas como altamente positivas, ainda que a maior parte do tempo tenha sido consumido com toda sorte de ansiedade e com as tradicionais dificuldades das viagens no mundo contemporâneo. Um fim de semana agradável na praia pode ser arruinado por um acidente, ainda que sem maiores consequências, na estrada de volta para casa. Para o eu que lembra, o acidente que causou apenas algumas horas de desconforto domina integralmente a boa experiência vivida durante todo o fim de semana. De mesma forma, quem se propõe uma tarefa que exige extraordinário esforço físico, como correr uma maratona, sofre durante grande parte da corrida, para ao terminar sentir-se realizado. Para o eu que lembra, a satisfação com o fato de ter realizado o desafio domina o sofrimento sentido durante a corrida.

Confundir a memória da experiência com a experiência vivida é uma quase irresistível ilusão cognitiva. A memória, embora muitas vezes equivocada, é a que conta em última instância. É o eu que lembra quem toma nota, quem define o que aprendemos ao longo da vida. É, portanto, quem toma decisões, quem pauta nossas vidas e quem avalia nosso grau de satisfação com ela. Não nos interessa ter uma vida toda agradável, sem aflições nem sofrimentos, mas também sem nada que valha a pena ser lembrado. A vida é percebida como uma narrativa em construção. Vale a pena se, quando contada, for uma boa história cujo herói merece ser admirado. Aqui também os picos de intensidade e sobretudo a conclusão são determinantes. Toda uma história admirável é arruinada por um grave equívoco perto do fim do fim da vida.

Nas pesquisas sobre bem-estar, pergunta-se aos entrevistados qual é o seu grau de satisfação com a vida. Tendo vindo de estudos que demonstravam que há uma grande diferença entre a experiência vivida e a memória da experiência, Kahneman sempre viu com desconfiança a possibilidade de que o resultado dessas pesquisas refletisse efetivamente o bem-estar vivenciado. Procurou encontrar uma forma de avaliar a experiência efetivamente vivida. Como não é possível fazer que as pessoas reportem continuamente como estão se sentindo, desenvolveu um método de amostragem no qual os participantes reportam como estão se sentindo. Um programa de monitoramento sofisticado registra o que sentem os participantes, em pequenos intervalos, ao longo do dia. São avaliados sentimentos, tais como felicidade, tensão, raiva, preocupação, dor física, entre outros. Os participantes indicam a intensidade da experiência do que sentem numa escala de zero a seis. A partir dessas observações, constrói-se um Índice de Desconforto, que é a razão entre o tempo vivido com um sentimento negativo e o tempo vivido com um sentimento positivo. O Índice de Desconforto é, portanto, a percentagem do tempo que a pessoa passa com uma sensação negativa.

Pesquisas sobre o bem-estar vivenciado, com base em grandes amostras, são hoje rotina. Não apenas nas nações desenvolvidas, mas em mais de 150 países. Sua principal conclusão é que o melhor indicador de como uma pessoa se sentiu durante o dia é o fato de ter estado ou não com a família e com os amigos. Confirmam, portanto, a intuição expressa numa velha sabedoria popular: felicidade é estar com quem você gosta e com quem gosta de você. Por isso, a forma mais eficaz de reduzir o índice de desconforto é criar condições para que as

peças tenham mais tempo para socializar-se. Melhorar o transporte público, reduzir o tempo de deslocamento, desenvolver soluções urbanísticas e arquitetônicas que aproximem as pessoas, oferecer boas creches e escolas, aumentar a possibilidade de socialização para os idosos são alguns exemplos.

É possível comparar os resultados de pesquisas que registram o bem-estar vivenciado com o das pesquisas baseadas em entrevistas sobre como as pessoas avaliam suas vidas. Fica claro que os fatores que afetam a experiência vivida não coincidem com os que determinam o grau de satisfação com a vida. Certas coisas têm grande impacto na percepção de satisfação com a vida, mas não afetam a experiência vivida de bem-estar. Educação, por exemplo, tem efeito positivo sobre o grau de satisfação com a vida, mas não faz diferença na qualidade da vida vivida. A renda, que, como vimos, a partir de um nível relativamente baixo não melhora em absolutamente nada o bem-estar vivido, tem grande impacto sobre o grau de satisfação com a vida. A conclusão é inescapável: não há correlação entre o bem-estar vivido e o grau de satisfação com a vida. São coisas inteiramente diferentes.

O grau de satisfação, ou de frustração, com a própria vida depende de coisas que não estão correlacionadas com aquelas que determinam o bem-estar cotidiano. Enquanto a qualidade da vida vivida é função da ausência de dor física, da boa saúde, do convívio com a família e com os amigos, a vida percebida depende, essencialmente, de objetivos alcançados. As pesquisas mostram que em relação ao dinheiro, assim como em relação a outros objetivos, as pessoas mais ambiciosas estão mais satisfeitas do que média, se atingiram seus objetivos, e mais insatisfeitas do que a média, se não atingiram seus objetivos. Ser ambicioso é uma faca de dois gumes. É uma aposta que exponencia, para o bem e para o mal, o grau de satisfação com a vida.

Em relação à vida efetivamente vivida, a ambição é um inequívoco detrator do bem-estar. Como ensina a sabedoria budista, o sofrimento está associado à inquietação do desejo difuso, ao ato de ansiar. Desejar provoca ansiedade e reduz o bem-estar vivido. Alcançar o desejado traz satisfação com a vida. São coisas distintas.

É difícil sustentar que um dos dois elementos da identidade deva ter precedência. Não é possível sustentar que só a experiência vivida deva ser levada em consideração, porque o grau de satisfação com a vida é relevante e também precisa ser levado em conta. Há, entretanto, uma diferença fundamental entre eles: a experiência vivida pode ser melhorada com políticas públicas, mas o grau de satisfação com a vida é primordialmente uma questão de aprimoramento pessoal.

É possível reduzir o índice de desconforto da vida vivida, aumentar o bem-estar vivenciado, com medidas que reduzam os fatores que provocam estresse e tensão no dia a dia. Para isso, transporte, saúde e mais tempo disponível para o convívio afetivo são os elementos críticos. Com relação ao bem-estar percebido, ao grau de satisfação com a vida, há muito menos espaço para a atuação das políticas públicas. Quando se trata de influenciar fatores emocionais subjetivos, como o grau de ambição e os objetivos pessoais, a ingerência do Estado corre o risco de se tornar manipuladora e de atropelar as liberdades individuais. A proibição às drogas e ao fumo, a obrigatoriedade do uso do cinto de segurança nos automóveis e do capacete nas motocicletas são exemplos de medidas nas quais a defesa do bem-estar social tem avançado sobre as liberdades individuais.

Infelizmente, a constatação de que não somos sempre racionais nas escolhas, como pressupõe a teoria econômica, reduz a base de sustentação conceitual para a não interferência do poder público nas decisões individuais. A saída parece ser contextualizar adequadamente as opções,

sem restringir as escolhas individuais, como sugerem Richard H. Thaler e Cass R. Sunstein em "Nudge: Improving Decisions About Health, Wealth and Happiness".

Sabemos que a renda e o consumo acima de um nível capaz de garantir as necessidades essenciais não afetam o bem-estar vivido. Em contrapartida, a alta renda e o consumo conspícuo, especialmente para as pessoas ambiciosas, aumentam o grau de bem-estar percebido, o grau de satisfação com a vida. Em relação ao bem-estar individual, não temos por que dar prioridade a um tipo de bem-estar - o vivido ou o percebido - sobre o outro. Os dois parecem igualmente importantes. Não cabe ao Estado, nem com a melhor das intenções, tentar influenciar como as pessoas avaliam a própria vida.

Quando se trata do bem-estar coletivo, a questão é mais complicada. Como a ambição reduz a vivência de bem-estar, uma sociedade mais ambiciosa tem bem-estar vivido inequivocamente inferior ao de uma menos ambiciosa. Em relação ao bem-estar percebido, a ambição aumenta o bem-estar dos bem-sucedidos, mas também a frustração dos malsucedidos. Não há como saber se a intensidade da satisfação dos vencedores é maior do que a intensidade da frustração dos perdedores. É provável que não, pois a dor do fracasso, quando não há nova chance - e a vida é uma só -, é maior do que o prazer do sucesso. Assim, uma sociedade de ambiciosos não tem apenas o bem-estar vivido inferior ao de uma sociedade menos ambiciosa, mas também o bem-estar percebido, pois o ganho dos bem-sucedidos é mais do que compensado pela perda dos malsucedidos.

Há ainda a perversa, mas plausível, possibilidade de que o ganho de bem-estar dos bem-sucedidos seja função da perda de bem-estar dos fracassados. Como ouvi de um colega do mercado financeiro: "Não sei se gosto mais de ganhar dinheiro ou de saber que meus amigos perderam". De toda forma, não é possível afirmar de forma inequívoca que a sociedade menos ambiciosa domina integralmente a sociedade de ambiciosos, pois nesta última, ao menos os bem-sucedidos, em termos de vida percebida, estão melhor.

Há hoje um elemento novo na equação do bem-estar: os limites físicos do planeta. Enquanto estavam distantes, a defesa da ambição material poderia fazer sentido. Ainda que provocasse uma redução do bem-estar no presente - à exceção dos bem-sucedidos -, era possível sustentar que contribuía para o aumento do padrão de vida de todos ao longo do tempo. Contribuía, portanto, para o aumento do bem-estar das gerações futuras. Não há mais como justificar a defesa da ambição material. Numa sociedade de ambiciosos, o bem-estar vivido é inferior para todos. O bem-estar percebido é inferior para os que se frustram e o ganho dos que têm sucesso acelera o processo de redução do bem-estar das gerações futuras. A conclusão é inescapável: uma vez atingidos os limites físicos do planeta, todos perdem numa sociedade materialmente ambiciosa, até mesmo, ou especialmente, as gerações futuras. A exceção são os ambiciosos bem-sucedidos, e ainda assim só em termos de satisfação com a vida, pois também para eles a vida vivida é pior.

Estamos diante de uma mudança profunda das circunstâncias, que transforma a ambição material na húbris do homem moderno. Daniel Kahneman e Amos Tversky, em seus estudos sobre a tomada de decisão em condições de incerteza, demonstraram que, quando há algo a ganhar, preferimos o certo ao incerto. Mas quando o que está em jogo é percebido como uma perda, nossa atitude se inverte e preferimos a aposta. Optamos por correr o risco para nos tirar da saia justa. Essa é nossa atitude diante dos limites físicos do planeta. Optamos por correr o risco, por confiar na sorte, porque achamos que temos algo a perder se abrirmos mão da ambição material. O mais absurdo é que não temos realmente nada a perder.

André Lara Resende é economista