

GEILSON FERNANDES DE OLIVEIRA, MARCÍLIA L. G. DA  
COSTA MENDES & MARIA DAS GRAÇAS P. COELHO

geilson\_fernandes@hotmail.com; marciliamendes@  
uol.com.br; gpcoelho8@gmail.com

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO NORTE; UNIVERSIDADE  
DO ESTADO DO RIO GRANDE DO NORTE, BRASIL

## SEJA FELIZ, AGORA! PATOLOGIZAÇÃO E GOVERNO DOS INFELIZES NA LITERATURA DE AUTOAJUDA

### RESUMO

Atualmente, a temática da felicidade tem se mostrado pauta recorrente nas diversas instâncias da vida em sociedade, de modo que são inúmeras as práticas discursivas que colocam esta questão como central para uma vida plena e realizada. Neste cenário, entre as muitas ofertas de caminhos que se autointitulam capazes de levar os sujeitos a esse estado, vem se destacando a partir do século XIX os manuais da literatura de autoajuda, fenômeno de grande expressão nos tempos correntes. Com enunciados que visam auxiliar os sujeitos leitores para o treinamento de suas emoções através de técnicas e regras para o bem viver, estes manuais visam promover nos leitores uma atenção sobre si mesmos que poderá lhes render atributos e experiências positivas, segundo asseguram. Buscando analisar esta problemática, no presente artigo objetivamos compreender esta produção discursiva em dois títulos do gênero autoajuda. Elegemos como objeto empírico as obras *Treinando a emoção para ser feliz* (Cury, 2007a) e *12 semanas para mudar uma vida* (Cury, 2007b), ambas do escritor brasileiro Augusto Cury, um dos principais nomes nacionais do segmento, o qual possui diversas obras publicadas internacionalmente. Metodologicamente, a nossa proposta tem sua inscrição nos pressupostos teóricos e metodológicos da análise do discurso de linha francesa.

### PALAVRAS-CHAVE

Discursos da felicidade; literatura de autoajuda; governamentalidades

---

### INTRODUÇÃO

Na contemporaneidade, os ideais da felicidade são a cada dia mais buscados, ao mesmo tempo em que são também cada vez mais requisitados e convocados. Ao se falar em felicidade nos tempos correntes, não

podemos deixar de lado a sua propagação por meio do fenômeno denominado como literatura de autoajuda, compreendendo livros dos mais diversos que propagam através de seus discursos o aprimoramento pessoal e a felicidade nos distintos âmbitos da vida dos sujeitos, através de fórmulas para o emagrecimento, superar a timidez, aprender a ser líder, ser feliz, etc.

A literatura de autoajuda vem se mostrando 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, o que nos motiva ao seu estudo a partir de projetos de iniciação científica, pós-graduação e por meio de aprovação de propostas submetidas em editais para pesquisas, como o MCTI/CNPq/MEC/CAPES Nº 43/2013.

Diante destas questões, no presente artigo objetivamos, a partir dos pressupostos teóricos e metodológicos da análise do discurso de orientação francesa, analisar os sentidos produzidos sobre a felicidade na literatura de autoajuda, atentando, especificamente, para as relações de saber e poder que apresentam. Para tanto, o nosso recorte empírico de investigação são as obras *Treinando a emoção para ser feliz* (2007a) e *Doze semanas para mudar uma vida* (2007b), do escritor Augusto Cury, um dos principais expoentes deste tipo de literatura no Brasil. Assim, através de um processo de descrição e interpretação dos enunciados que compõem o nosso *corpus*, buscamos refletir e analisar o engendramento de tais relações e seus agenciamentos.

## A LITERATURA DE AUTOAJUDA

O tipo de literatura que deu origem ao gênero autoajuda formou-se a partir de transformações sociais, históricas e culturais, que 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 percussor expressivo um livro homônimo ao título do gênero: *Self-help* (autoajuda), do médico e publicista 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 citado em Rüdiger, 1996, p. 33).

Com proposta inovadora, esta é a obra de maior sucesso de Smiles, que também produziu outros livros com temáticas semelhantes, como *O poder da vontade* (1865), *O carácter* (1875) e *O dever* (1890). *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 seus 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 torna-se, 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 seguimento da literatura de autoajuda cresceu, em nosso país, de 5% a 10% ao ano, entre 1996 e 2006. Conforme esses dados, no ano de 2006, cerca de 600 novos livros do gênero foram lançados, compreendendo inclusive obras direcionadas ao público infantil<sup>1</sup>.

Ainda, segundo pesquisa realizada pela Associação Nacional de Livrarias (2012), os livros desse segmento apresentam-se na quarta 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.

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 seção 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 mesma estratégia foi tomada como modelo pela revista *Veja* a partir de 1989 e consequentemente por muitas outras empresas.

<sup>1</sup> 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.

A renúncia não é palavra recorrente nos ideais de vida da “civilização do desejo” (Lipovetsky, 2007), a ordem é o princípio do gozo, da felicidade, a liberação do homem de todo e qualquer passado de carências, sofrimentos e inibição. 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, levarão 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), e surge uma indústria do bem-estar e do aprimoramento pessoal, originando o que Freire Filho (2010) denomina de técnicas da felicidade. Para esse autor, vivemos na era da reprodutibilidade científica da felicidade, em que existe um verdadeiro império dos manuais de autoajuda, nos quais 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.

São livros que atendem as demandas latentes e obtêm, por consequência, grande sucesso de público, tendo-se em vista o seu “pedagogismo”, isto é, enunciados que visam adequar o sujeito leitor aos discursos dominantes, tranquilizá-los por meio dos sentidos produzidos. Os títulos da literatura de massa, e aqui enquadrados 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.

Basta olharmos a quantidade de títulos lançados para repararmos nesta questão. No Brasil, o autor mais lido do país nos últimos 10 anos, segundo o Jornal *Folha de S. Paulo* e revista *IstoÉ*<sup>2</sup>, por exemplo, foi Augusto Cury, escritor conhecido por suas inúmeras obras de aprimoramento pessoal. Seus livros já foram publicados em mais de 60 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, além disso, ainda nos dias de hoje largamente comercializada e consumida, em seus mais diversos formatos. É sobre esta obra que seguiremos a nossa análise no tópico seguinte.

### SEJA FELIZ, AGORA! PATOLOGIZAÇÃO E GOVERNO DOS INFELIZES

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 (2013) relacionada ao poder proporciona rupturas epistemológicas nos modos vigentes de se pensar esse 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 propunham as teses althusserianas, o poder atuaria de forma vertical, de cima para baixo.

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 (2013), 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.

Enquanto manifestação do social e parte dessa rede, os enunciados da literatura de autoajuda, evidenciados através de nossa análise, em

<sup>2</sup> 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](http://www.istoe.com.br/reportagens/142655_O+MAIOR+VENDEDOR+DE+LIVROS+DO+BRASIL)

muitos momentos trabalham com as relações de poder, principalmente pelas noções de treinamentos, 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 os 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), objetos empíricos de análise neste trabalho.

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 verbo um sentido de ação, isto é, a sugestão de uma prática. Neste sentido, este treinamento é colocado como algo que deve dar-se constantemente, pois somente deste modo, os benefícios advindos a partir dele poderão ser vitalícios. Denota, 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), denotando 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 12 semanas. Em cada semana será vivenciada uma lei da qualidade de vida, um capítulo” (Cury, 2007b, p. 30), desde que o leitor cumpra com as orientações que são dispostas. Desta vez, também se evidencia o controle do tempo – 12 semanas – e o seu disciplinamento para poder 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 coerção<sup>3</sup>, 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. Ser mais feliz conforme os preceitos da autoajuda, em certo sentido é ser também mais produtivo, possuir uma maior docilidade-utilidade, um maior domínio sobre si mesmo.

A felicidade da autoajuda atende a princípios que correspondem às instâncias de gerência do sujeito, da sua própria vida, adaptando-os ao

<sup>3</sup> Como outrora Foucault analisou em *Vigiar e punir* (2003).

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.

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, pp. 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 nos enunciados da literatura de autoajuda que analisamos, a começar pelos próprios sumários. Em *Treinando a emoção para ser feliz* (Cury, 2007a) todos os títulos dos capítulos definem que os sujeitos são vencedores principalmente pelo fato de existirem, de terem demonstrado força e superação no momento mais difícil – o de corrida pela vida, aspecto destacado principalmente no início do livro (primeiro capítulo). Com vista 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, pp. 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 repletas e remetem a tantos outros, 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, propõe um reconhecimento através de uma projeção de si por meio do exemplo metaforizado, promovendo mecanismos de identificação com os enunciados.

Em *12 semanas para mudar uma vida* (Cury, 2007b) percebe-se a divisão dos capítulos conforme orientações práticas, colocadas em formato de leis – uma legislação para a qualidade de vida e a felicidade, dois pontos apresentados como se um fosse o sinônimo do outro. Leis assim expressas: 1ª lei da qualidade de vida (capítulo 1), 2ª lei da qualidade de vida (capítulo 2) e assim sucessivamente, as quais hipoteticamente podem favorecer a mudança de vida, um autodomínio e a superação.

Nos subtítulos dos 12 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 notarmos a supervalorização destinada aos 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, através do uso de superlativos e de adjetivos positivos, o que pode ser considerada 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 descrito na Figura 1.

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 e são patologizados – aqueles que identificam a partir do teste possuem mais do que o indicado (considerado comum) dos “sintomas”, isto é, há um jogo de classificação e diferenciação.

<b>Sintomas psíquicos</b>	
<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

<b>Sintomas psicossomáticos</b>	
<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

Figura 1: Questionário de avaliação da qualidade de vida  
 Fonte: Cury, 2007b, p. 35

Na página seguinte ao questionário há uma classificação da qualidade de vida de acordo com o número de sintomas expressos em resposta ao questionário. Vejamos a classificação:

***Classificação da qualidade de vida***

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

Figura 2: Classificação da qualidade de vida  
 Fonte: Cury, 2007b, p. 36

Analisando o questionário e considerando-se a quantidade de itens-sintomas, nota-se que a classificação da qualidade de vida (Figura 2) mostra-se como muito radical, senão extremista, pois, se de um total de 36 sintomas o leitor tiver ao menos 10<sup>4</sup>, 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 a 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 negativo –, haverá a necessidade de aplicação do PAIQ (Programa da Academia da Inteligência de Qualidade de Vida), através da leitura do livro e do exercício das técnicas inerentes ao programa. Para aqueles que estão menos felizes e têm uma qualidade de vida mais deficitária conforme os pressupostos, para conseguir reverter este quadro; já para aqueles que não estão em situação negativa, para poderem 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 tem 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 autoapresentado com muitas inovações, mas dificilmente originais. Ele complementa, atestando que no mesmo

---

<sup>4</sup> Quantidade equivalente a 27,7% das respostas.

instante em que é original, é uma teoria universal, podendo ser usadas 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 com orientações para a utilização do programa nas escolas, disponível nos apêndices do livro.

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 contemporâneos. Ademais, tendo-se em vista a complexidade do programa, ele foi traduzido aqui de modo simples para que qualquer pessoa possa ter acesso às suas ferramentas (Cury, 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.

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 podem 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 em Cury (2007a), como no capítulo IV de *Treinando a emoção para ser feliz*:

<b>Técnicas para navegar nas águas da emoção.</b>
<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>

Figura 3: Técnicas para navegar nas águas da emoção  
Fonte: Cury, 2007a, pp. 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 indicámos anteriormente. Imperativamente, recomendam o investimento na qualidade de vida, destacadamente no âmbito emocional, 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 exercício para a prática diária. Vejamos:

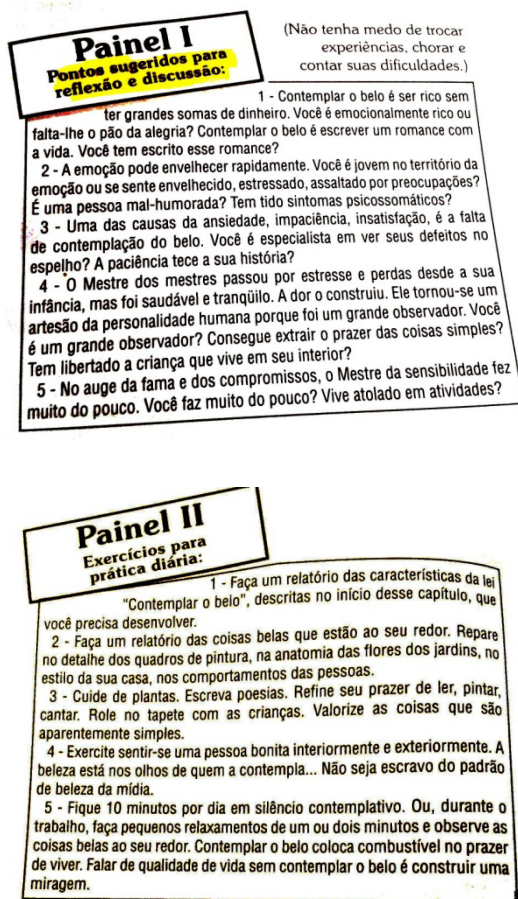


Figura 4: Painel I e II: Pontos sugeridos para reflexão, discussão e exercícios para a prática diária  
Fonte: Cury, 2007b, pp. 69-70

Como pode ser visto, o primeiro painel aborda pontos em tons de questionamentos, com o objetivo de proporcionar algum tipo de reflexão para o sujeito. Já o segundo, trata mais uma vez de leis, conselhos práticos a serem executados. Estes 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.

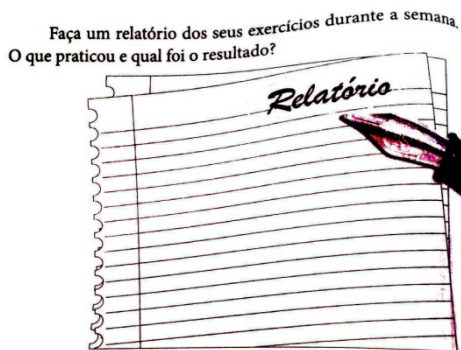


Figura 5: Espaço dedicado para relatórios sobre as atividades realizadas e técnicas utilizadas, assim como acerca dos seus resultados  
Fonte: Cury, 2007b, p. 70

As Figuras 3, 4 e 5 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 nestas figuras evidencia-se o controle acerca do que deverão refletir os receptores após a leitura, questões e atividades práticas com vista à fixação dos conteúdos abordados, o espaço para o relatório, onde deverão ser relatados o que foi refletido, as respostas aos questionamentos, o uso das técnicas e seus efeitos na condição do 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*, produzindo a ideia de um discurso personificado.

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. Certamente, o uso desses discursos outros não se dá desconsiderando-se as relações do discurso com a microfísica do poder, ainda mais quando reforçam o dito, havendo uma confluência.

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, 2013), mostrando-se como possuidor de um tipo de saber raro, logo, possuindo também um tipo de poder.

Afora a autoapresentação, no decorrer do texto 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, mesmo quando se trata de um texto escrito – nosso caso.

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 o exemplo que segue: “J.C. passou por 111 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 destaque nosso).



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, através de práticas e exercícios, como indicamos anteriormente. Produz-se o sentido de que após a leitura o sucesso também logo será encontrado.

O *ethos* discursivo do autor, inclusive, propõe-se como distinto do de autores de obras do gênero de autoajuda: “muitos livros de auto-ajuda 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 à 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, ser feliz. Observa-se neste quesito, a tentativa de uma diferenciação, tendo em vista que os manuais de autoajuda não são tidos como científicos e 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 à formulação de suas ideias.

De todo modo, a partir destas práticas discursivas são observados as relações de poder e os lugares de produção dos discursos. Como aborda Orlandi,

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, pp. 39-40)

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. 6).

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 à morte. A intenção era induzir um comportamento que pudesse levar os homens à 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, que deveriam 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 abordados 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 destaque nosso)

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 em 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 os sujeitos estabelecem 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, corroborando com o pensamento de que o imaginário popular e científico nos propõe projetos de “engenharia individual” (2010, p. 13), devendo ser administrado por nós mesmos em conformidade com os 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 à concepção de processo civilizador, abordado 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 descontinuidades 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 arregimentado 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 de o 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.

Enquanto um desejo inerente ao indivíduo, por meio de estratégias do mercado, a felicidade 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 suas técnicas. 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 observámos nos enunciados que analisámos, 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. Esse 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 constitui-se 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, que darão conta de todas as minúcias correspondentes ao sujeito, o qual poderá conduzir de forma satisfatória a sua vida e a si mesmo e a felicidade logo se fará presente, como é discursivamente proposto.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Associação Nacional de Livrarias (2012). Diagnóstico ANL do setor livreiro. Retirado de [http://anl.org.br/web/pdf/diagnostico\\_setor\\_livreiro\\_2012.pdf](http://anl.org.br/web/pdf/diagnostico_setor_livreiro_2012.pdf)
- Binkley, S. (2010). A felicidade e o programa de governamentalidade neoliberal. In J. Freire Filho (Ed.), *Ser feliz hoje: reflexões sobre o imperativo da felicidade* (pp. 83-104). Rio de Janeiro: Editora FGV.
- Birman, J. (2010). Muitas felicidades?! O imperativo de ser feliz na contemporaneidade. In J. Freire Filho (Ed.), *Ser feliz hoje: reflexões sobre o imperativo da felicidade* (pp. 27-48). Rio de Janeiro: Editora FGV.
- Cury, A. (2007a). *Treinando a emoção para ser feliz*. São Paulo: Academia de Inteligência.

- Cury, A. (2007b). *12 semanas para mudar uma vida*. São Paulo: Editora Planeta do Brasil.
- Elias, N. (2011). *O processo civilizador. Vol. 1: Uma história dos costumes*. Rio de Janeiro: Zahar.
- Foucault, M. (2003). *Vigiar e punir: nascimento da prisão*. Rio de Janeiro: Editora Vozes.
- Foucault, M. (2010). *O governo de si e dos outros: curso no Collège de France (1982-1983)*. São Paulo: Editora WMF Martins Fontes.
- Foucault, M. (2013). *Microfísica do poder*. São Paulo: Graal.
- Freire Filho, J. (Ed.) (2010). *Ser feliz hoje: reflexões sobre o imperativo da felicidade*. Rio de Janeiro: Editora FGV.
- Giddens, A. (1993). *A transformação da intimidade: sexualidade, amor e erotismo nas sociedades modernas*. São Paulo: Editora da Universidade Estadual Paulista.
- Lipovetsky, G. (2007). *A felicidade paradoxal: ensaio sobre a sociedade do hiperconsumo*. São Paulo: Companhia das Letras.
- Machado, R. (2013). Introdução: por uma genealogia do poder. In M. Foucault, *Microfísica do poder* (pp. VII-XXIII). São Paulo: Graal.
- Maingueneau, D. (2011). *Ethos, cenografia, incorporação*. In R. Amossy (Ed.), *Imagens de si no discurso: a construção do ethos* (pp. 69-92). São Paulo: Contexto.
- Morin, E. (1997). *Cultura de massas no século XX: neurose*. Rio de Janeiro: Forense Universitária.
- Orlandi, E. P. (1999). *Análise de discurso: princípios e procedimentos*. Campinas, SP: Pontes.
- Prado, J. L. A. (2013). *Convocações biopolíticas dos dispositivos comunicacionais*. São Paulo: EDUC/ FAPESP.
- Rohden, F. (2012). Prescrições de gênero via autoajuda científica: manual para usar a natureza? In C. Fonseca, F. Rhoden & P. S. Machado (Eds.), *Ciências na vida – antropologia da ciência em perspectiva* (pp. 49-58). São Paulo: Terceiro nome.
- Rüdiger, F. (1996). *Literatura de auto-ajuda e individualismo*. Porto Alegre: Editora da Ufrgs.
- Schoch, R. W. (2011). *A história da (in)felicidade: três mil anos de busca para uma vida melhor*. Rio de Janeiro: BestSeller.
- Sodré, M. (1988). *Best-seller: a literatura de mercado*. São Paulo: Ática.

Tucherman, I. (2012). Desvendando um enigma: autoajuda, mídia e biopoder. In R. M. & V. Casaqui (Eds.), *Estéticas midiáticas e narrativas do consumo* (pp. 123-144). Porto Alegre: Sulina.

Citação:

Oliveira, G. F., Mendes, M. L. G. C. & Coelho, M. G. (2018). Seja feliz, agora! Patologização e governo dos infelizes na literatura de autoajuda. In M. Oliveira & S. L. Évora (Eds.), *Livro de atas do XII Congresso da Lusocom – Cibercultura, regulação mediática e cooperação* (pp. 117-140). Braga: CECS.