

## La felicitat segons Schopenhauer

*Gaudir sempre el present i amb la màxima alegria possible: aquesta és la saviesa de la vida*

Arthur Schopenhauer (<http://www.catorze.cat/noticia/5556/cartes/schopenhauer>) (22 de febrer de 1788, Polònia - 21 de setembre de 1860, Alemanya) va apreciar la filosofia no com un coneixement pur i separat del món, sinó com una ensenyança pràctica per a la vida. Al llibre *El arte de ser feliz* ([http://www.herdereditorial.com/el-arte-de-ser-feliz\\_2](http://www.herdereditorial.com/el-arte-de-ser-feliz_2)) (Herder Editorial) recull cinquanta regles, mentre també mira de reüll als grans filòsofs de tots els temps, per aconseguir una de les grans fites de la vida.



Foto: LL Twistiti

1. Evitar l'enveja: «Mai seràs feliç si et turmenta que algú sigui més feliç que tu», Sèneca (<http://www.catorze.cat/noticia/8046/seneca/recompensa>) . «Quan pensis quants t'avancen, tingues present quants et segueixen», Sèneca. No hi ha res més implacable i cruel que l'enveja: i tot i això, ens esforcem tant com podem i principalment a suscitar-la.
2. Quan s'ha produït l'infortuni i no es pot arreglar, no hem de permetre'ns pensar que podria ser d'una altra manera.
3. Hem d'obrir les portes a l'alegria, quan sigui que arribi. Perquè mai arriba a deshora. En canvi, sovint no acabem de deixar-la entrar, perquè primer volem considerar si realment tenim motius

per estar alegres o si això ens distreu de les nostres reflexions serioses i de les preocupacions profundes. El que millorarem amb aquestes últimes és molt incert, mentre que l'alegria és un guany més segur.

**4.** Algú que es manifesti serè davant tots els accidents de la vida només mostra que sap com d'immenses i diverses són les possibles contrarietats de la vida i que, per això, contempla un mal present com una petita part d'allò que podria arribar.

**5.** Gaudir sempre el present i amb la màxima alegria possible: aquesta és la saviesa de la vida. Però la majoria de vegades fem just el contrari: els plans i les preocupacions pel futur, o també la nostàlgia del passat ens ocupen tant que gairebé sempre menyspreem i descuidem el present. I, malgrat tot, només el present és segur, mentre que el futur i el passat gairebé sempre són diferents de com els pensem.

**6.** Ja que els assumptes de la vida apareixen i s'entrellacen d'una manera totalment inconnexa [...], hem d'organitzar la nostra manera de pensar-los i de preocupar-nos-hi de forma fragmentària. Hem de poder abstraure, pensar, arreglar, gaudir, patir cada cosa en el seu moment, sense preocupar-nos per tota la resta. Tenir, per dir-ho d'alguna manera, calaixos per als nostres pensaments, on n'obrim un i tanquem tots els altres.

**7.** Hauríem d'intentar aconseguir veure allò que tenim amb la mateixa mirada que si algú ens ho prengués [...] ja que la majoria de les vegades només sentim el seu valor després d'haver-ho perdut.

**8.** L'activitat, emprendre o aprendre és necessari per a la felicitat de l'ésser humà.

**9.** Per a les ambicions no hem de tenir com a guia les *imatges de la fantasia*, sinó els *conceptes*. Generalment passa el contrari. Particularment en la joventut, la meta de la nostra felicitat es fixa en la forma d'algunes imatges que sovint veiem a la fantasia durant tota la vida o fins a la meitat, i que en realitat són fantasmes burletes. Perquè quan les hem aconseguit desapareixen, i veiem que no compleixen res del que prometien.

**10.** Almenys nou desenes parts de la nostra felicitat es basen únicament en la salut. Perquè d'ella en depèn, en primer lloc, el bon humor. [...] Compara com veus les mateixes coses en els dies de salut i alegria i en els dies de malaltia. El que produeix la nostra felicitat o desgràcia no són les coses tal com són realment amb la connexió exterior de l'experiència, sinó en la nostra manera d'entendre-les.

**11.** La manera més segura de no ser infeliç és no desitjar arribar a ser molt feliç.

**12.** Cadascú viu en un món diferent, i aquest resulta diferent segons la diferència de caps; pot ser pobre, insípid, planer, o bé ric, interessant i significatiu. [...] Per això, per bé i per mal, és molt menys important el que li passa a algú a la vida que la manera com ho experimenta. [...] No és raonable que sovint algú envegi algú per alguns dels esdeveniments interessants de la seva vida; en comptes d'això, hauria d'envejar la sensibilitat gràcies a la qual aquests fets semblen tan interessants a l'hora de descriure-la. El mateix esdeveniment, que resulta tan interessant quan el viu un geni, en un cap "apagat" s'hauria convertit en una escena insípida del món quotidià. [...] Per això hauríem d'aspirar menys a la possessió de bens externs que a la conservació d'un temperament alegre i feliç i d'una ment sana, que en bona mesura depenen de la salut: *mens sana in corpore sano*, Juvenal, *Satirae*.

**13.** Una de les insensateses més grans i més freqüents és fer *amplis preparatius* per a la vida, tant és de quin tipus siguin. I es fan calculant la durada plena d'una vida humana, a què molts pocs arriben. A més a més, encara que visquessin tant de temps, és massa curta per als plans, perquè realitzar-los sempre requereix molt més temps del que se suposava. A més a més, com tots els assumptes humans, estan exposats al fracàs i als obstacles fins a tal punt que poques

vegades s'ha tingut en compte que l'ésser humà canvia amb els anys i que no conserva les mateixes capacitats per als esforços ni per gaudir. El propòsit que algú ha perseguit treballant tota la seva vida, li resulta impossible de gaudir a la vellesa.

**14.** «La felicitat pertany als qui en tenen prou amb ells mateixos», Aristòtil (<http://www.catorze.cat/noticia/5681/victoria/difil/aristotil>) . «La felicitat no és una cosa fàcil. És molt difícil trobar-la a dins de nosaltres mateixos, i impossible trobar-la en algun altre lloc», Chamfort.

Arthur Schopenhauer  
**EL ARTE DE SER FELIZ**



**El arte de ser feliz** [https://www.herdereditorial.com/el-arte-de-ser-feliz\\_2](https://www.herdereditorial.com/el-arte-de-ser-feliz_2)

© Arthur Schopenhauer  
© Editorial Herder, 2016