



***Apresentação da obra *Notas sobre a aptidão à felicidade****  
**Marion Minerbo**  
**Blucher, 2023**

***Sandra Brito Fornelos<sup>1</sup>***

Marion Minerbo propõe-se investigar aquilo a que chama de “aptidão psíquica à felicidade”, ou seja, não apenas o desejo generalizado de ser feliz, mas as condições psíquicas que tornam possível que alguém experimente felicidade.

No prefácio, Minerbo explica que o objectivo do livro é tratar o tema da felicidade sem cair na autoajuda, usando a psicanálise como lente. Introduce a ideia de “equipamento psíquico” e justifica o método das vinhetas, que torna a estrutura do livro bastante peculiar. A autora parte de vinhetas quotidianas (“isto me faz feliz”) e analisa quais as operações psíquicas que se mobilizam nessa experiência, evitando oferecer técnicas simplificadoras (“como ser feliz”), colocando a felicidade como algo ligado ao funcionamento psíquico, e não como garantia ou simples meta.

A autora afirma que felicidade não é uma categoria homogénea, nem simplesmente sinónimo de prazer ou de ausência de sofrimento. Ela distingue, por exemplo, “felicidade regressiva” e “felicidade progressiva”, como diferentes aspectos do conceito, com aplicabilidade clínica.

<sup>1</sup> Psicóloga Clínica; Membro em formação da SPP; Assistente Hospitalar na ULSS José — Hospital Júlio de Matos; Docente Mestrado em Psicologia Clínica do ISPA; Aluna de Doutoramento em Psicologia na Universidade de Coimbra. *E-mail*: sandrabritofoanelosmail.com

Já previamente explorada em trabalhos anteriores, ela aponta para que, clinicamente, a aptidão psíquica à felicidade depende (a) de um luto primário que realize a capacidade de amar algo ou alguém além do próprio eu; (b) da criatividade psíquica, enquanto capacidade de transcender a concretude sensorial e aceder ao plano simbólico.

A utilização de vinhetas permite evidenciar o funcionamento psíquico implicado, mostrando a interseção entre os elementos metapsicológicos e a experiência do sujeito e articulando a clínica e a teoria. A autora dialoga com a noção freudiana de que o desejo se constitui em falta e potência, e sugere que a experiência de felicidade está ligada ao modo como esse desejo opera.

Em síntese, podemos dizer que o livro se mantém fiel à tradição freudiana, reconhecendo tensões entre desejo, realidade, pulsão, castração, mas procura avançar, propondo que nem todos os sujeitos têm “*equipamento psíquico*” para a felicidade, fazendo uma espécie de extensão clínica da teoria clássica.

A felicidade só pode emergir se o sujeito conseguiu entrar num campo psíquico em que o “terceiro analítico” possa operar, ou seja: uma relação consigo mesmo, com o objeto amado e com o outro que permita o surgimento de algo novo, simbólico, criativo, e não apenas reativo. Assim, o luto primário e a criatividade psíquica de Minerbo ganham relevo: o luto instala a possibilidade de abertura relacional (Ogden) e a criatividade psíquica permite que o sujeito participe desse campo emergente e simbólico. O analista pode pensar que “felicidade” não é simplesmente ter afecto ou bem-estar, mas a emergência de um campo simbólico relacional em que sujeito-objeto-terceiro possam articular-se de modo transformador.

Minerbo opta por uma linguagem relativamente acessível, com exemplos quotidianos, o que torna o livro atraente para clínicos e leigos, mas pode diminuir a densidade metapsicológica que leitores mais exigentes poderiam desejar.

Ainda que a autora critique a felicidade enquanto metáfora, o próprio foco no tema pode sugerir uma meta desejável. A psicanálise freudiana muitas vezes remete para a ideia de que o sujeito terá de lidar com insatisfação, frustração, pulsão, pelo que a felicidade total talvez não exista. Minerbo alinha-se parcialmente com essa ideia, mas ao mesmo tempo propõe uma aptidão, o que abre um campo de tensão entre “felicidade possível” e “felicidade ideal”.

Em conclusão, o livro de Marion Minerbo representa uma contribuição relevante para o pensamento psicanalítico acerca da felicidade, com mérito por deslocar o foco da “felicidade” como objectivo ideal para a “aptidão psíquica” enquanto condição clínica e teoricamente analisável. A articulação com Freud assegura-lhe profundidade, e o diálogo possível com Ogden permite-lhe imaginar a felicidade como ritmo transformador no campo relacional-intersubjectivo. No entanto, cabe ao leitor manter-se vigilante para não transformar a aptidão em desculpa normativadora, ou a felicidade em meta terapêutica simplificadora. Há sempre na psicanálise o horizonte da frustração, do desejo e da insatisfação, o que torna a aptidão à felicidade algo mais complexo e ambíguo.

Para psicanalistas, analistas em formação ou interessados em clínica psicanalítica, o livro oferece um bom ponto de partida para pensar nesse tema pouco explorado: como o sujeito pode ser capaz de felicidade em vez de simplesmente a perseguir.

Embora nem Winnicott nem Klein tratem especificamente do termo “felicidade”, as suas teorias sobre desenvolvimento, simbolização, *holding* (Winnicott), posição depressiva (Klein) trazem implicações relevantes para a capacidade de bem-estar ou de investimento relacional, o que se aproxima, de alguma forma, da aptidão à felicidade de Minerbo.

Em Winnicott, a ideia de “verdadeiro self”, o ambiente suficientemente bom, a capacidade de brincar, de simbolizar, de investir no mundo externo são fatores que favorecem uma vida mais plena, aproximando-se da “*criatividade psíquica*” de Minerbo.

Também em Melanie Klein, o trabalho de luto na posição depressiva — no qual o sujeito reconhece o objeto amado, reconhece a destrutividade, elabora a culpa, repara, favorecendo a capacidade de amar, de investir o objeto — parece remeter para o luto primário de Minerbo.

Minerbo articula diretamente a condição de luto primário e a criatividade psíquica para a aptidão à felicidade, o que dialoga com as etapas de simbolização e relacionamento objetal de Winnicott e Klein.

A abordagem de Marion Minerbo permite um salto clínico: oferece um dispositivo teórico para pensar porque algumas pessoas não “são felizes” apesar de terem condições externas favoráveis, em vez de lhes atribuir falha ou culpa. Ao mesmo tempo, ela insere-se numa tradição psicanalítica, dialogando com Freud (obs-

táculos da felicidade), com Winnicott/Klein (simbolização, luto, investição) e com Ogden (campo relacional, criatividade psíquica). Minerbo dialoga com Freud (limites da felicidade na civilização) e com teóricos pós-kleinianos/relacionais (luto, criatividade, campo intersubjetivo), havendo também alguma convergência com Ogden, quando aborda conceitos como *criatividade* e *rêverie*.

Para a clínica, ela contribui com um olhar para o luto primário como condição da aptidão, mas também com uma valorização da criatividade simbólica como via de investir o mundo, através do deslocamento de “ser feliz” para “ter aptidão para a felicidade”.

O livro funciona muito bem como manual de observação clínica, pelas vinhetas curtas e breve análise, tornando ideias abstratas operacionalizáveis na clínica. A ênfase na *aptidão*, enquanto condição e equipamento psíquico, desloca a pergunta da culpa/medida moral para condições de desenvolvimento e elaboração. A linguagem acessível e a estrutura em notas tornam o livro menos denso retirando-lhe maior aprofundamento conceptual.