

*Biblioteka*  
JANUS

**TIM** *press*

*Biblioteka*

JANUS

**FRÉDÉRIC LENOIR**

**O sreći**

Filozofsko putovanje

*Naslov izvornika*

**Du bonheur**

Un voyage philosophique  
de Frédéric Lenoir

© LIBRAIRIE ARTHÈME FAYARD 2013.

© za hrvatsko izdanje:

TIM press d.o.o., Zagreb

Tel.: 01 611 97 13; Faks: 01 611 97 14

E-mail: [tim.press@tim-press.hr](mailto:tim.press@tim-press.hr)

[www.tim-press.hr](http://www.tim-press.hr)

Sva prava pridržana

ISBN 978-953-8075-01-8

Frédéric Lenoir

# O SREĆI

Filozofsko putovanje

*S francuskoga prevela*  
Divina Marion

Zagreb, 2015.



# Sadržaj

Prolog	7
1. Voljeti život kakav vodimo	17
2. U vrtu užitaka, zajedno s Aristotelom i Epikurom	23
3. Dati smisao svojem životu	33
4. Voltaire i „sretna budala“	37
5. Želi li svako ljudsko biće biti sretno?	41
6. Sreća nije od ovoga svijeta: Sokrat, Isus, Kant	45
7. Umijeće da budemo ono što jesmo	49
8. Schopenhauer: Sreća leži u našem senzibilitetu	53
9. Može li se novcem kupiti sreća?	59
10. Emocionalni mozak	65
11. O umijeću da budemo pomniji... i da sanjamo	71
12. Ono smo što mislimo	79
13. Vrijeme jednoga života	85
14. Može li se biti sretni bez drugoga?	89
15. Zaraza srećom	95
16. Individualna sreća i kolektivna sreća	99
17. Može li nas traganje za srećom učiniti nesretnima?	105

18. Od želje do dosade: nemoguća sreća	109
19. Budin i Epiktetov osmijeh	113
20. Montaigneov i Zhuang-Zhouov smijeh	127
21. Radost kod Spinoze i Anandamayi Ma	151
Epilog	171
Bilješke	179
Bibliografija	189
O autoru	193

# Prolog

*Trebamo se, dakle, brinuti za ono što stvara  
blaženstvo: jer ako je ono tu, onda imamo sve, a nije  
li ono tu, onda činimo sve da ga steknemo.<sup>1</sup>*

EPIKUR

Već dugi niz godina planiram napisati knjigu o sreći. Već dugi niz godina neprestano taj plan odgađam za poslije. Iako je potraga za srećom nedvojbeno najbolje raspodijeljena stvar na svijetu, o tome nije lako pisati. Kao i mnoge druge, zna me razdražiti neumjesna uporaba te riječi, posebno u reklamama, kao i u mnoštvu knjiga koje navodno nude gotov „recept“ za sreću. Zbog toga što se o njemu govori zbrda-zdola, pitanje sreće, otrcavši se, postaje nečujno. No, iza ovoga banaliziranja i njegove prividne jednostavnosti, pitanje je i dalje uzbudljivo i upućuje na mnoštvo čimbenika koje je teško međusobno razmrsiti.

To je osobito povezano sa samom prirodom sreće: u stanovitome pogledu sreća je jednako neuhvatljiva kao voda ili vjetar. Čim pomislimo da smo je se dočepali, ona nam izmakne. Pokušamo li je zadržati, ona pobjegne. Ponekad izmiče odande gdje joj se nadamo i najednom iskrsava u najneočekivanijem trenutku. Događa se

katkada i da je prepoznamo tek pošto nas zadesi nesreća: „Prepoznao sam sreću po zvuku njezina odlaska“, zgodno piše Jacques Prévert. Međutim, a takvo je moje iskustvo, stremljenje za srećom nije besmisleno traganje. Možemo zapravo biti sretniji razmišljajući o svojem životu, radeći na sebi, učeći se kako da načinimo najrazumniji izbor, ili pak modificirajući svoje misli, uvjerenja ili predodžbe koje imamo o sebi i svijetu. Veliki paradoks sreće jest u tome što ju je jednako teško ukrotiti kao i pripitomiti. Jednako ovisi o sudbini ili slučajnoj zgodi koliko o nekome racionalnom i voljnom postupku. Prije gotovo dvadeset pet stoljeća grčki je filozof Aristotel primijetio sljedeću dvojakost: „Otuda se i pita, je li ono nešto što se može naučiti, ili steći navikom ili kakvom drugom vježbom, ili pak po božanskoj promisli ili slučajem.“<sup>2</sup>

Još jedna poteškoća povezana je s eminentno relativnim značajem sreće: taj značaj varira ovisno o kulturi, pojedincu te, za svakoga od nas, o fazama njegova života. Ponekad poprima lice onoga što nam nedostaje: za bolesnika, sreća je u zdravlju; za nezaposlenoga, u zaposlenju; za pojedine samce, u životu s partnerom... a za pojedine muševce u povratku na život neženje! Ovoj raznolikosti nadodaje se i subjektivna dimenzija: umjetnik sreću nalazi u bavljenju umjetnošću, intelektualac u baratanju konceptima, sentimentalna osoba u ljubavnoj vezi. Sigmund Freud, otac psihoanalize, dobro je pojasnio ovu točku naglašavajući da će „u tome, osim spoljnih okolnosti, odigrati odlučujuću ulogu psihička konstitucija pojedinca. Čovjek koji je pretežno erotičan dat će prvenstvo osjećajnim vezama s drugim osobama, narcističan čovjek, pretežno sâm sebi dovoljan, tražit će osnovna zadovoljenja u vlastitim unutarnjim duševnim zbivanjima. Čovjek od



akcije neće napustiti vanjski svijet, u kome može ogledati svoju snagu.“<sup>3</sup> Ovo je jedan od razloga zašto ne postoji „recept“ za sreću koji bi vrijedio za svakoga.

Zar je onda uzaludno svako filozofsko promišljanje o sreći? Ne vjerujem u to. Koliko god neuhvatljivost, relativnost i subjektivnost sreće bilo zanimljivo naglasiti i razumjeti, njima se ovo pitanje ne iscrpljuje. U čovjekovu životu i funkcioniranju postoje i zakoni koji na sreću snažno utječu i koji se mogu razumjeti kako kroz klasično filozofsko promišljanje, tako i kroz znanstveni pristup: kroz psihologiju, sociologiju, biologiju, kognitivne znanosti. A ako filozof 21. stoljeća ima o toj temi reći nešto novo u odnosu na velike mislioce iz prošlosti, to nedvojbeno zahvaljuje upravo tomu što se njegovo promišljanje napaja doprinosima suvremene znanosti. Isto je tako i u susretu s raznim znanjima, čak i najstarijima, budući da danas imamo priliku dobro upoznati misli pojedinih mudraca iz svih velikih svjetskih kultura. Pitagora, Buda i Konfucije zacijelo su mogli voditi zajednički dijalog jer su vjerojatno bili suvremenici, no zbog zemljopisnih i jezičnih prepreka takav susret nije bio vjerojatan. Danas se može ostvariti usporedbom onih njihovih tekstova koji su doprli do kasnijih naraštaja. Ne lišavajmo se toga.

Budući da su ljudi u antici bili uvjereni u nasumičnost te, u konačnici, u temeljnu nepravednost sreće, razne etimologije ove riječi gotovo uvijek upućuju na dobru prigodu ili dobru kob. Na grčkome, *eudaimonia* se može shvatiti kao imati dobroga *daimōna*. Danas bi se reklo imati anđela čuvara ili biti rođen pod sretnom zvijezdom. U francuskome, „bonheur“ dolazi od latinskoga *bonum augurium*: „sretan znamen“ ili „sretna kob“. U engleskome, *happiness* se izvodi iz islandskoga korijena *happ*,

„slučajna zgoda“. A u čovjekovoj sreći doista je značajan udio „slučajne zgode“: pa makar to bilo zato što sreća, vidjet ćemo, silno ovisi o našoj senzibilnosti, našem biološkom naslijeđu, obiteljskoj i društvenoj sredini u kojoj smo rođeni i u kojoj smo odrasli, o okolini u kojoj se krećemo, o susretima koji nam obilježavaju život.

Ako je tomu tako, ako smo po prirodi ili po sudbini skloni biti sretni ili nesretni, može li nam promišljanje o sreći pomoći da budemo sretniji? Vjerujem da može. Iskustvo, potvrđeno brojnim znanstvenim studijama, pokazuje da i sami snosimo dio odgovornosti za činjenicu što smo sretni (ili što to nismo). Sreća nam u isti mah izmiče i ovisi o nama. *Uvjetovani* smo, ali ne i *determinirani* da budemo više ili manje sretni. Kadri smo, dakle, osobito zahvaljujući upotrebi razuma i volje, povećati svoju sposobnost da budemo sretni (pa makar nam uspjeh toga traganja i ne bio zajamčen). Upravo zato što su i sami dijelili ovo uvjerenje, brojni su filozofi pisali knjige pod nazivom „o etici“, posvećene onome što nas može dovesti do toga da živimo najboljim i najsretnijim mogućim životom. Nije li to ujedno i glavna svrha filozofije? Kako nas podsjeća Epikur, atenski mudrac koji je živio nedugo nakon Aristotela, „filozofija je djelatnost koja nam, kroz rasprave i razmatranja, priskrbljuje sretan život“.<sup>4</sup> Ovo traganje za „dobrim“ ili „sretnim“ životom naziva se mudročću. Zbog toga riječ „filozofija“ etimološki i znači „ljubav prema mudrosti“. Filozofija nas uči dobro misliti da bismo pokušali bolje živjeti. No, u tome se području ona ne svodi samo na misao: ima i praktičnu stranu i može se, po uzoru na ljude iz antike, utjeloviti u psihospiritualnim vježbama. Sveučilište odgaja

stručnjake, a antička je filozofija smjerala odgajati ljude. Kao što je to u svojem cjelokupnom opusu pokazao Pierre Hadot, „istinska filozofija, dakle, u antici je duhovna vježba“.<sup>5</sup> Djela grčkih i rimskih filozofa većinom „proizlaze iz neke filozofske škole, u najkonkretnijem smislu riječi, u kojoj neki učitelj odgaja učenike i nastoji ih dovesti do promjene i samoostvarenja“.<sup>6</sup>

Upravo bih, dakle, filozofsko putovanje shvaćeno u takvu proširenome smislu volio predložiti čitatelju. Ovaj put nipošto nije linearan, ne slijedi kronološki slijed pojave autora ili iskrsavanje koncepata, što bi bilo prilično ustaljeno i dosadno. To je, naprotiv, najživahnije moguće kretanje, prošarano pitanjima i konkretnim primjerima, u okviru kojega će čitatelj podjednako naići na psihološke analize kao i na najnovije znanstvene doprinose. Nadasve je to putovanje na kojem će, kako se pred njim budu nizala pitanja i primjeri životnih pravila ili duhovnih vježbi, koračati u društvu onih velikana iz prošlosti – od Bude do Schopenhauera, preko Aristotela, Zhuanga Zhoua, Epikura, Epikteta, Montaignea i Spinoze – koji su pridonijeli vječnome propitkivanju i praktičnome ostvarenju sretnoga života.

Prije no što se zaputimo na ovo filozofsko putovanje, volio bih se na nekoliko trenutaka zamisliti nad pitanjem sreće onakvim kakvo se danas postavlja. Doista se može utvrditi, što na prvi pogled pomalo iznenađuje, oštar kontrast između popularne i medijski prilično dobro proučene zanesenosti te nezainteresiranosti ili čak i prezira što ih prema ovome pokazuje velik dio intelektualaca i sveučilište. Robert Misrahi, jedan od najboljih Spinozinih egzegeta i autor krasnoga osobnog djela o pitanju sreće,

ovako se o tome propitkuje: „Danas prisustvujemo vrlo čudnome paradoksu. Dok u Francuskoj i u svijetu svi teže prema konkretnoj sreći koja može poprimiti tisuću oblika, filozofija se posvećuje formalnome proučavanju jezika i spoznaje, osim ako, želeći biti konkretnom, ponekad ne uživa u opisu onoga što naziva tragičnim.“<sup>7</sup> Koji su razlozi za tu nezainteresiranost, pa čak i nepovjerenje u odnosu na pitanje sreće? I kako, s druge strane, objasniti trenutnu naklonost koju to pitanje uživa među širokom publikom?

Nadovezujući se na antičku filozofiju onkraj kršćanstva – za koje se istinska sreća može naći samo u zagrobnome životu – Montaigne i Spinoza bili su preteče modernoga filozofskog traganja za srećom. U 18. stoljeću, stoljeću prosvjetiteljstva, na sve strane niču traktati o istoj temi. Saint-Just piše: „Sreća je nova ideja u Europi“,<sup>8</sup> a „potraga za srećom“ čak je i u američkoj Deklaraciji o nezavisnosti (1776.) zapisana kao neotuđivo pravo ljudskoga bića. Stremljenje za srećom demokratizira se i prati kolektivnu žeđ za društvenim napretkom. No, od 19. stoljeća, usporedo s bujanjem težnje za društvenim napretkom, javlja se i kritika potrage za individualnom srećom. Najprije u okviru romantičnoga pokreta: kao autentičnija, humanija, emocionalnija, kreativnija, ukazuje se nesreća. Njeguje se *spleen*, bitan izvor inspiracije, te estetika tragedije i patnje koje se prepoznaju kao zaslužne i kreativne. Stremljenje za srećom, percipirano kao buržujско nastojanje za udobnošću i smirenim životom, ubuduće će se prezirati, omalovažavati. Flaubert to definira s mnogo ironije: „Biti glup, sebičan i dobra zdravlja, eto triju uvjeta da čovjek bude sretan. No, izostane li prvi, sve je izgubljeno.“<sup>9</sup> Ovome pridolazi i radikalnija kritika: u konačnici, od traganja za srećom i nema velike koristi. Bilo zato što se smatra

da sretni život u potpunosti ovisi o osjetilnosti individue (Schopenhauer) ili o društvenim i ekonomskim uvjetima (Marx), bilo pak zato što se sreća promatra kao kratkotrajno stanje, „epizodičan fenomen“<sup>10</sup> (Freud), odvojeno od bilo kojega istinskog promišljanja o vlastitome postojanju. Zbog drama koje su se zbile u 20. stoljeću europski su intelektualci postali još pesimističniji, a pitanje tjeskobe središnjom točkom u njihovim radovima (Heidegger, Sartre), dok je stremljenje za srećom proggnano među zastarjele utopije.

Međutim, nakon što su velike političke ideologije pokazale svoju nesposobnost da svijet učine boljim, a njihova propast potkopala vjeru u napredak – utemeljiteljski mit o modernosti – pitanje osobne sreće ponovno je snažno izbilo na površinu. Najprije 60-ih godina prošloga stoljeća u Sjedinjenim Američkim Državama, u okviru kontrakulturnoga pokreta. Kroz sintezu istočne duhovnosti i moderne psihologije tada postaju brojnija prva iskustva o onome što će se kasnije zvati „osobnim razvojem“, a čiji je cilj povećanje kreativnoga potencijala određenog pojedinca, da bi on bio što sretniji. Najbolje – osobito „pozitivna psihologija“ – ovdje se sastaje s najgorim: *newageovski* „miš-maš“ koji ne vrijedi ni pola groša. Dvadeset godina kasnije, u Europi, a posebno u Francuskoj, javlja se ponovno zanimanje za filozofiju promatranu kao mudrost. Nekolicina filozofa usuđuje se ponovno postaviti i promišljati pitanje sreće: Pierre Hadot, Marcel Conche, Robert Misrahi ili pak André Comte-Sponville, Michel Onfray i Luc Ferry, koji su uvelike pridonijeli ponovnoj popularnosti ovoga pristupa: „Ako nam filozofija ne pomaže da budemo sretni ili manje nesretni, čemu onda

filozofija?“<sup>11</sup> – uzvikuje André Comte-Sponville. Iz istoga tog razloga istočnjačka mudrost sve više potiče zapadnjačku znatiželju, a posebno to čini budizam za koji se pitanje sreće postavlja u središte. Konvergencija tih triju pokreta – osobni razvoj, filozofska mudrost, zanimanje za azijsku duhovnost – hrani nova individualna traganja za srećom i samospoznajom na Zapadu gdje nestaju smisao i kolektivni orijentiri.

Međutim, većina intelektualnih elita i dalje je skeptična. Koliko zbog razloga koje sam maločas spomenuo (pesimizam i estetika tragičnoga), a koje ne potpisujem, toliko zbog onih s kojima se slažem: poteškoća u razumijevanju pojma što nam neprestano izmiče ili razdraženost pred komercijalizacijom sreće, banaliziranjem i preinačavanjem njezina problema kroz mnoštvo intelektualno nevjerojatno siromašnih knjiga. Moderno je rugati se traganju za srećom i naglašavati potrebu da budemo loše, da patimo (osobito zbog ljubavne strasti), kako bismo bolje okusili trenutke sreće koje nam život nudi iako ih nismo ni tražili. Esejist Pascal Bruckner, autor poticajne kritike modernoga traganja za srećom, to dobro sažima: „Odveć volim život da bih želio samo biti sretan.“<sup>12</sup>

Vjerujem da još jedan razlog – manje besprijekoran – za nevoljkost ili nepovjerenje pojedinih intelektualaca i akademika u odnosu na ovu temu leži u činjenici što joj je teško pristupiti a da se pri tome osobno ne izložimo. Može se unedogled raspravljati o jeziku, o hermeneutici, o spoznajnoj teoriji, o epistemologiji ili o organizaciji političkih sustava, a da se u to nužno intimno ne uključimo. Posve je drukčije s pitanjem o sreći koje se, kao što ćemo vidjeti, tiče naših osjećaja, želja, uvjerenja te smisla što ga dajemo vlastitome životu. Nemoguće je održati tečaj

ili predavanje o toj temi a da vas netko od slušatelja ne zapita: „A vi? Kakav je vaš smisao? Životna etika? Jeste li sretni? Zašto?“ Za mnoge, sve sama neugodna pitanja.

Sa svoje se strane ne sramim priznati da me pitanje sreće i osobno zanima niti sam nesklon tome da navedem primjere psihoduhovne prakse iz vlastitog iskustva. Kako sam, međutim, već spominjao ta iskustva u svojem djelu *Petit traité de vie intérieure* (*Kratka rasprava o unutarnjem životu*), ovdje ću, koliko god to bude moguće, izbjegavati previše se izričito vraćati na osobne aspekte kako bih što pomnije pratio nit svojega rasuđivanja. Razumije se, ipak, samo po sebi, da je to rasuđivanje satkano koliko zahvaljujući knjigama koje sam čitao, toliko i tijekom mojega života te da odražava intelektualne utjecaje koje sam doživio, ali i osobne zaključke do kojih sam došao tijekom više od trideset pet godina koliko se bavim ovim pitanjem.





## 1.

# Voljeti život kakav vodimo

*Ne postoji ljudska sudbina, koliko god bila ponizna ili  
jadna, u kojoj svakodnevno ne postoji očekivanje sreće:  
da bismo je dosegнули, neophodni smo tek mi sami.<sup>13</sup>*

JEAN GIONO

Svakome od nas mnogo je lakše odgovoriti na pitanje: „Što me čini sretnim?“, negoli na šakaljiv upit: „Što je sreća?“ Mogu reći da sam sretan kada se nalazim uz one koje volim, kada slušam Bacha ili Mozarta, kada napređujem u poslu, kada uz ugodnu vatru u kaminu milujem mačku, kada nekome pomognem da nađe izlaz iz tuge ili nezadovoljstva, kada u morskoj lučici i u društvu prijatelja uživam u jelu od školjaka, kada u tišini meditiram ili kada vodim ljubav, kada ujutro pijem prvu šalicu čaja, kada promatram lice nasmiješena djeteta, kada krenem na izlet u planine ili u šetnju šumom... Sva me ta iskustva, između mnogih drugih, čine sretnim. No, leži li sreća jednostavno u zbrajanju takvih trenutaka? I zašto ta iskustva meni priskrbuju sreću, a ne čine nužno sretnima sve ostale? Poznajem ljude koji se užasavaju prirode i životinja, Bacha i školjaka, čaja i dugotrajne tišine. Nije li, dakle, sreća tek subjektivna, ne ostvaruje li se tek kroz zadovoljenje naših prirodnih sklonosti? I zašto sam u

pojednim trenucima sretan što proživljam ovo ili ono iskustvo, a to nisam u neko drugo vrijeme, kada mi je um zabrinut, tijelo bolesno ili mi je srce nemirno? Nalazi li se sreća u našem odnosu prema drugima i prema vanjskim objektima ili pak u nama samima, u stanju unutarnjega mira koji ništa ne može poremetiti?

Zasigurno se može živjeti dobro pa čak i dovoljno sretno ne postavljajući si pitanje o sreći, o tome što je može prizvati ili uvećati. Takav je slučaj, primjerice, kada čovjek živi u strukturiranome svijetu u kojemu pitanje individualne dobrobiti jedva da se i postavlja, u kojemu sreću nalazimo u sto i jednom iskustvu iz svakodnevnog života, zadržavajući mjesto i ulogu unutar zajednice kojoj pripadamo te bez kolebanja prihvaćajući svoj udio u patnji. Milijarde ljudi žive na taj način te će i dalje tako živjeti u tradicionalnim univerzumima. Dovoljno je neko vrijeme putovati da bismo se u to uvjerali. U suvremenim društvima stvari stoje posve drukčije: naša sreća nije više neposredno povezana s „neposrednom datošću“ svakodnevnog i društvenog života; stremimo za njom kroz ostvarivanje vlastite slobode, ona više ovisi o nama samima i o zadovoljenju brojnih naših želja – to je cijena naše želje za autonomijom.

Zacijelo, u suvremenome je svijetu moguće biti gotovo sretan ne postavljajući sebi previše pitanja. U najvećoj ćemo mogućoj mjeri težiti za onime što nam donosi užitak i izbjegavati, koliko god je to moguće, sve što je tegobno ili bolno. No, iskustvo pokazuje da ponekad ima stvari koje su u datome trenutku vrlo ugodne, ali naknadno dovode do negativnih posljedica, kao što je koja čašica previše, prepuštanje neprimjerenome seksualnom nagonu, uzimanje droge, itd. I obrnuto, tegobna nam iskustva

ponekad pomažu da se usavršimo i dugoročno se pokazuju blagotvornima: produljeni napor u tijeku studija ili u bavljenju umjetničkom aktivnošću, odlazak na operaciju ili uzimanje neugodnoga lijeka, prekid s osobom bez koje ne možemo ma koliko nas činila nesretnima itd. Stremljenje za ugodnim i odbijanje neugodnog nije, dakle, uvijek pozdan kompas za onoga tko teži vođenju sretnoga života.

Život nas također uči da u sebi nosimo razne kočnice koje ometaju ostvarenje naših najdubljih težnji: strahove, sumnje, ponos, želje, impulse, neznanje, itd. Isto tako, ne uspijevamo kontrolirati pojedine događaje koji nas mogu učiniti nesretnima: smrtonosno afektivno ili relacijsko okruženje, gubitak voljene osobe, zdravstveno pogoršanje, profesionalni neuspjeh... I dok težimo k tomu da budemo sretni – ma što se za nas podrazumijevalo pod tim pridjevom – postajemo svjesni da je sreća nešto suptilno, složeno, nestalno, nešto što se čini duboko nesigurnim.

Upravo je to razlog zbog kojega se u znanstvenoj zajednici ta riječ gotovo nikada ne upotrebljava. Bili posrijedi psiholozi, specijalisti za mozak ili sociolozi, gotovo svi radije govore o „subjektivnoj dobrobiti“ koju nastoje evaluirati prema indeksu „zadovoljstva“ u životima ispitivanih ili proučavanih osoba. Ovo stanje „subjektivne dobrobiti“ ponekad je trenutno: to je stanje u kojemu se neka osoba nalazi kao predmet znanstvenih istraživanja – kada joj se na glavu, primjerice, stavljaju elektrode kako bi se promatralo što se događa u njezinu mozgu dok je izložena nekome poticaju ili obavlja neku aktivnost. Znanstvenici, međutim, priznaju da, ako biokemijske pretrage te smanje mozga i omogućuju razumijevanje užitka (jednostavan podražaj), nikada ne mjere sreću (složeni proces). Da bismo mogli govoriti o „subjektivnoj dobrobiti“ koja

bi bila srodnija tome složenom iskustvu, psiholozi i sociolozi osmislili su ispitivanja s ciljem da takvo iskustvo zaokruže u njegovoj globalnosti i u određenom trajanju: kakvu vrijednost individua „globalno“ pridaje vlastitome životu? Pitanje prelazi granice osjeta doživljenoga točno u trenutku kada ispitanik na njega reagira. Doista, netko može osjećati trenutnu nelagodu, primjerice zbog bolesti ili profesionalnoga problema do kojega je došlo točno onoga dana kada odgovara na anketu, no svejedno dati pozitivan odgovor na pitanje o tome smatra li se u cjelini zadovoljan vlastitim životom. I suprotno, može osjećati trenutke dobrobiti usred globalno bolnoga postojanja.

Sreća, dakle, nije prolazna emocija (ugodna ili neugodna), nego stanje koje treba sagledati u stanovitoj globalnosti i u stanovitome trajanju. Nazivamo se „sretnima“ ili „zadovoljnima“ zbog vlastitoga postojanja jer nam ono u cjelini priskrbljuje užitak, jer smo pronašli stanovitu ravnotežu između svojih raznovrsnih težnji, stanovitu stalnost u svojim osjećajima, svojim emocijama, stanovito zadovoljstvo u njegovim područjima – afektivnom, profesionalnom, društvenom, duhovnom. I obrnuto, nazivamo se „nesretnima“ ili „nezadovoljnima“ zbog svojega života ako nam on pruža malo užitka, ako smo rastrgani između proturječnih težnji, ako su naša afektivna stanja (osjećaji) nestalna i globalno bolna ili pak ako u sebi nosimo živ osjećaj afektivnog ili društvenog neuspjeha. Upravo u takvoj *globalnosti* sebe opažamo kao sretno ili nesretno te upravo u stanovitome *trajanju* i možemo procijeniti to stanje.

Da smo „u cjelini zadovoljni svojim životom“, možemo odgovoriti tek ako smo promislili vlastito postojanje. Životinje zacijelo osjećaju blagostanje, no imaju li i svijest o prilici koja im je pružena da se dobro osjećaju? Sreća je